

**KORELASI ANTARA PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN
PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS 3 MTS SURYABUANA
MALANG**

SKRIPSI

Oleh :

M. BUSYROL FUAD

NIM 03410020



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MALANG**

2007

KORELASI ANTARA PROKRASINASI AKADEMIK DENGAN
PRESTASI BELAJAR PADA SISWA KELAS 3 MTS SURYABUANA
MALANG

SKRIPSI

Diajukan kepada:
Dekan Fakultas Psikologi UIN Malang
Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam
memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

OLEH:

M. BUSYROL FUAD
NIM: 03410020

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MALANG
2007

LEMBAR PERSETUJUAN

KORELASI ANTARA PROKRASINASI AKADEMIK DENGAN
PRESTASI BELAJAR PADA SISWA KELAS 3 MTS SURYABUANA
MALANG

SKRIPSI

OLEH:

M. BUSYROL FUAD
NIM: 03410020

Tanggal: MARET 2007

Disetujui Oleh:
Dosen Pembimbing

Rahmat Aziz, M.Si
NIP.

Mengetahui:

Dekan Fakultas Psikologi

Drs. H Mulyadi, M.Pd.I

NIP. 150 206 243

**KORELASI ANTARA PROKRASINASI AKADEMIK DENGAN
PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS 3 MTS SURYABUANA MALANG**

SKRIPSI

Oleh :

M. BUSYROL FUAD

NIM 03410020

Telah Dipertahankan Didepan Dewan Penguji
dan Dinyatakan Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Tanggal, 3 Februari 2007

Susunan Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. (Ketua Penguji)
Drs. Zainul Arifin, M.Ag ()
NIP. 150
2. (Penguji Utama)
Drs. H. Yahya, MA ()
NIP. 150
3. (Sekretaris Penguji/Pembimbing)
A, Khudori S. M.Ag ()
NIP. 150

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi UIN Malang

Drs. H. Mulyadi, M.Pd.I
NIP. 150 206 243



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : M. BUSYROL FUAD

NIM : 03410020

Alamat : Jl. Gajayana 28 B Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan pada Fakultas Psikologi UIN Malang dengan judul : Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Belajar pada Siswa kelas 3 MTs. Suryabuana Malang adalah hasil karya sendiri, bukan duplikasi dari karya orang lain selain yang di kutip dan di cantumkan dalam daftar pustaka karya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa paksaan dari siapapun

Malang Maret 2007
Peneliti

M. Busyrol Fuad

MENJADI HIDUP HARUS BERUBAH
BERUBAHLAH SELAGI BISA
MANFAATKANLAH WAKTUMU UNTUK PERUBAHAN
KARENA WAKTU ADALAH AMANAH
YANG PASTI DIMINTA PERTANGGUNGJAWABAN



PERSEMBAHAN

KUPERSEMBAHKAN SKRIPSI INI KEPADA NUSA , BANGSA DAN
AGAMA SEMOGA BERMANFAAT



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah wa syukurillah la haula wala kuwwata illa billah. Ucapan rasa syukur dan panjatan terima kasih kepada ALLAH SWT yang telah memberikan rahmat, kasih dan sayangnnya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas ahir sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana S1, kami yakin sekali bahwa apa yang kami tulis ini masih jauh dari kesempurnaan dan pasti penuh dengan kekurangan baik yang tampak maupun yang tidak. Kesempurnaan hanyalah milik Allah dan kekurangan adalah milik penulis. Namun penulis berharap bahwa apa yang telah penulis selesaikan semoga dapat bermanfaat bagi Nusa Bangsa dan Agama meskipun karya ini hanya sederhana.

Skripsi ini terselesaikan atas dukungan, saran dan motivasi semua pihak kepada penulis yang tidak ternilai harganya. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis baik dari mulai pencarian ide judul, penelitian dan sampai pada fhinising penelitian ini. Ucapan terima kasih ini kami tujukan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Suprayogo, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Malang beserta staf-stafnya yang telah memberikan kesempatan, pelayanan dan bimbingan untuk menyelesaikan studi di UIN Malang.
2. Bapak Dr. H. Mulyadi M.Pd, selaku Dekan jurusan Psikologi Fakultas Psikologi UIN Malang.

3. Bapak Rahmat Aziz yang telah bersedia menjadi dosen pembimbing, memberikan nasehat, petunjuk, arahan dan juga motivasi bagi peneliti untuk segera menyelesaikan penelitian dan studi.
4. Bapak dan Ibu dosen fakultas Psikologi UIN Malang yang telah rela dan ihlas memberikan ilmunya kepada peneliti.
5. Bapak Abdul Djalil Zuhdi selaku Kepala Sekolah MTs Suryabuana yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk mengadakan penelitian di lembaga tersebut.
6. Bapak dan Emak yang telah dengan ihlas membesarkan, merawat, mengasuh dan mendidik peneliti hingga sampai sekarang dan selamanya.
7. Mas Huda, terimakasih atas inspirasi, ide, bantuan serta tumpangannya sehingga karya ini bisa terselesaikan, mungkin tanpa sampean karya ini akan mengalami "prokrastinasi" matur suwun sanget mugè pengeran sageto mbales kanti tikèl linuwih.
8. Teman-teman PKLI (*the ganks*) thanks for experiences that you give for me I never let it go I will keep it in deep of my heart forever. Diajeng (mak yah), Dian Nurlaili (mak yan), Fida (mbak musawaroh), Nita Lutfia (mak nit), Desi, senyum kalian ternyata menyenangkan, nanti pasti akan kita rindukan senyum itu.
9. Seseorang yang sudah mau sharing masalah maupun keceriaan lewat SMS maupun telfon semoga kenangan dan harapan ini tidak sekedar kenangan dan harapan saja.

10. Teruntuk alumni Kholdun 13, kakang Erwin, Ahmad Kacuk, Yahya LA, Burhan dalam orkes, H. Zeinullah dzikirmu ngabangno kuping cak, saya berharap kita bisa ngumpul lagi.
11. Untuk adikku tersayang dan satu-satunya Latifatul Khumaida, sudah saatnya kamu untuk dewasa.

Untuk itu tiada kata lain yang patut penulis sampaikan kepada beliau yang telah berjasa, melainkan hanya ucapan terima kasih dengan diiringi doa dan permohonan semoga Allah senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya serta balasan kebajikan kepada mereka. Amin.

Tidak menutup kemungkinan bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis berharap kepada segenap pembaca untuk memberikan nasehat dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Selanjutnya hanya kepada Allah jualah penulis memohon, semoga skripsi ini membawa manfaat bagi penulis sendiri khususnya dan kepada segenap pembaca umumnya.

Wassalam

Malang Maret 2007

Peneliti

M.Busyrol Fuad



DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGAJUAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Prokrastinasi	10
1. Pengertian Prokrastinasi	10
2. Faktor yang menjadikan orang prokrastinator	14
3. Bentuk Prokrastinasi	16
B. Prestasi Belajar	41
1. Pengertian Belajar	41
2. Pengertian Prestasi Belajar	43

3. Faktor yang mempengaruhi prestasi belajar	44
C. Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Belajar.	51
D. Hipotesis.....	55
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	56
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	57
C. Populasi	57
D. Lokasi subjek Penelitian	58
E. Metode Pengumpulan Data	58
F. Validitas dan Reliabilitas	63
G. Tehnik Analisis Data.....	65
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Latar Belakang Obyek.....	67
B. Penyajian Dan Analisis Data.....	80
C. Pembahasan.....	86
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	90
B. Saran.....	90
DAFTAR PUSTAKA.....	93
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

TABEL I	Blue Print Prokrastinasi Akademik
TABEL II	Jumlah Siswa Tahun Ajaran 2006/2007.....
TABEL III	Daftar Guru dan Karyawan MTs. Suryabuana.....
TABEL IV	Uji Reliabilitas Variabel Prokrastinasi Akademik
TABEL V	Hasil Korelasi Pearson Variabel Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Belajar
TABEL VI	Nilai Rata-rata dan Standar deviasi Variabel Prokrastinasi Akademik.....
TABEL VII	Proporsi Tingkat Prestasi Belajar.....

ABSTRAK

M. Busyrol Fuad, 2007 *Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Belajar pada Siswa kelas 3 MTs. Suryabuana Malang*, Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang, Pembimbing, Rahmat aziz, M.Si

Kata kunci : Prokrastinasi Akademik, Prestasi Belajar

Prokrastinasi atau perilaku penangguhan merupakan penyakit yang menyerang siswa dalam tugas akademiknya, kegagalan capaian akademik dipengaruhi salahsatunya oleh faktor ini. Berkaitan dengan hal tersebut bagaimanakah tingkat prokrastinasi dan prestasi siswa kelas 3 MTs Suryabuana dan hubungan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mencari tingkat prokrastinasi dan prestasi siswa kelas 3 MTs Suryabuana dan hubungan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada siswa.

Hipotesis yang diajukan dari penelitian ini adalah: adanya hubungan negative antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar yaitu semakin tinggi motivasi belajar maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada siswa, instrument yang dipakai dalam mengumpulkan data penelitian ini adalah dengan angket, jenis penelitian ini adalah penelitian populasi karena subyek penelitian kurang dari seratus dengan subyek penelitian seluruh siswa kelas 3 yaitu sebanyak 43 siswa MTs. Suryabuana Malang.

Dari penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi produk momen karl persons di dapat korelasi antar variable dengan nilai 0,000 dengan taraf signifikasi 5% dengan subyek 43 orang diketahui r_{tabel} 0,3 dan r_{xy} -,701 sehingga $r_{xy} < r_{\text{tabel}}$ berarti hipotesa yang diajukan peneliti diterima. Selain itu dari hasil penelitian ini di ketahui secara umum tingkat prestasi belajar adalah 48,84% kategori cukup baik dan tingkat prokrastinasi akademik 72.09% kategori sedang. Dari hasil r_{xy} -,701 maka di ketahui koefisien determinasinya (r^2) = -,703 =0,4914 atau sumbangan efektif 49,14% prokrastinasi terhadap variable prestasi belajar sedangkan 50,86% dipengaruhi oleh faktor lain.

ABSTRACT

M. Busyrol Fuad, 2007 Relationship on academic procrastination with achievement studies on students of MTs. Suryabuana Malang thesis of Psychology Department of UIN Malang. Supervisor Rahmat Aziz, M, Si,

The research is to find the relation between academic procrastination with achievement study on students..

The hypothesis of the research is: there is negative relationship between academic procrastination with study achievement that is the higher academic procrastination so lower study achievement on students. The instrument that is used to collect the data is questionnaire. The feature of the research is research population due to the subject of the research is less than a hundred with the subject of the research is all students class of 3 MTs. Suryabuana Malang.

From the research that is done using Karl Persons Moment correlation product resulted between variables with the value 0,000 with the significant value 5% with 75 subjects $r_{\text{tabel}} 0,3$ and $r_{xy} -,701$ that $r_{xy} < r_{\text{table}}$ means that researcher's proposed hypothesis is accepted. From the research is know generally the learning achievement level is 48,84% average category and the academic procrastination level is 72,09% average category. From the result $r_{xy} -,701$ known the determinant coefisient $(r^2) = -,703 = 0,4914$ or the 49,14 learning achievement effective effect on students procrastination whereas 50,86% is affected by another factors

Key word : Learning Achivement, Academic Procrastination

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pembangunan suatu bangsa akan berhasil dengan baik jika bangsa tersebut telah berhasil membangun sumber daya manusianya terlebih dahulu, oleh karena itu usaha untuk meningkatkan pembangunan sumber daya manusia melalui pendidikan tidak bisa tercerabut begitu saja melainkan perlu mendapat perhatian lebih khusus dan serius.

Pendidikan merupakan aktivitas yang berlangsung sepanjang hidup manusia (long life) bahkan sebagian besar dari aktifitas manusia berdimensi pendidikan (baca belajar). Pendidikan itu sendiri tidak dapat dipisahkan dari istilah belajar karena pada dasarnya belajar merupakan bagian dari pendidikan. Selain itu proses belajar merupakan suatu kegiatan yang pokok atau utama dalam dunia pendidikan. Manusia tidak akan pernah berhenti belajar karena setiap langkah manusia dalam hidupnya akan dihadapkan pada permasalahan yang membutuhkan pemecahan dan menuntut manusia untuk belajar menghadapinya. (hasymaini, 2004)

Belajar merupakan suatu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dari tidak bisa menjadi bisa sehingga proses belajar akan mengarah pada tujuan dari belajar itu sendiri. Usaha- usaha untuk mendidik dan mengajar dilakukan sejak manusia lahir dengan mengenalkan berbagai hal yang paling sederhana melalui stimulus lingkungan, misalnya bunyi, warna, rasa, bentuk dan sebagainya (Hurlock, 1978).

Kegiatan belajar merupakan proses pendidikan di sekolah. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik. Kebiasaan memiliki arti penting dalam meningkatkan ataupun menurunnya prestasi belajar. Siswa yang memiliki kebiasaan belajar yang efektif cenderung hidup dengan penuh disiplin dan tanggung jawab dalam setiap tindakan belajarnya untuk mencapai prestasi belajar yang tinggi.

Peningkatan prestasi belajar adalah suatu upaya maksimal dalam diri seseorang untuk menunjang proses pendidikannya. Siswa sebagai individu yang dinamis menempati posisi penting dalam proses belajarnya, karena keberhasilan siswa dalam prestasinya akan memberikan perasaan bahagia dan kepuasan. Rasa bahagia dan puas akan membuat dirinya mampu untuk meningkatkan potensi yang ada (Gunarsa, 2000). Meningkatnya potensi yang ada pada diri siswa berarti dapat meningkatkan prestasi belajarnya disekolah, karena potensi yang dituntut bagi seorang siswa adalah pencapaian prestasi belajar yang maksimal.

Prestasi belajar itu sendiri adalah hasil evaluasi dari suatu proses yang biasanya dinyatakan dalam bentuk kuantitatif atau angka, yang khusus dipersiapkan untuk proses evaluasi misalnya hasil rapor (Suryabrata, 1987). Fenomena banyaknya siswa yang gagal memenuhi tuntutan minimal dalam UAN meskipun sudah pada grade yang rendah mungkin bisa dilacak penyebabnya dari cara belajar siswa, yaitu bentuk atau cara belajar siswa yang kurang efektif sehingga menyebabkan prestasi belajar merosot, dan terlalu banyak siswa menghabiskan waktu belajarnya di sekolah atau membolos dan setelah pulang

sekolah di tempat-tempat hiburan. Tempat-tempat hiburan tersebut seperti tempat permainan *video game* di rentalan computer, penyewaan komik, dan Mall. Kondisi-kondisi seperti ini yang menyebabkan tidak sedikit siswa yang me rosot dalam prestasi belajarnya, karena tidak adanya keseimbangan antara waktu belajar dengan waktu bermain pada diri siswa.

Siswa yang mengalami kemerosotan dalam prestasi belajarnya terus menerus, dapat menyebabkan siswa menjadi frustasi dan memutuskan untuk tidak melanjutkan sekolah. Pendapat yang sama dikemukakan oleh Slamento dalam hasymaini, 2004, yaitu, banyaknya siswa gagal atau tidak mendapat hasil yang baik dalam pelajarannya karena mereka tidak mengetahui cara-cara belajar yang efektif. Mereka kebanyakan hanya mencoba menghafal pelajaran tanpa pemahaman yang lebih mendalam, dan belajar menjelang ujian saja atau lebih populer dengan sistem kebut semalam dikalangan siswa.

Salah satu faktor pentebab kemerosotan prestasi belajar siswa yang tidak kalah penting menjadi perhatian kita maupun para praktisi pendidikan adalah disebabkan oleh perilaku prokrastinasi yang selama ini dilakukan oleh siswa. Dalam khasanah psikologi istilah prokrastinasi ini menunjukkan suatu perilaku yang tidak disiplin dalam penggunaan waktu. Solomon dan Rothblum (dalam Huda, 2006) menerjemahkan bahwa Prokrastinasi adalah *suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan dengan melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan*

tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri pertemuan-pertemuan.

Sudah menjadi kebiasaan bahkan mungkin telah membudaya bahwa masyarakat kita sudah terbiasa dengan kegiatan yang tidak disiplin, menunda-nunda, sering molor dalam kegiatan, tidak tepat jadwal dan lain-lain. Sebenarnya jika kita lihat dan kita amati kebiasaan menunda adalah sebuah kebiasaan yang tidak hanya dilakukan oleh masyarakat Indonesia saja tetapi hal ini dapat dilakukan oleh masyarakat umum, karena kemungkinan orang untuk melakukan aktifitas prokrastinasi sama pada setiap orang. siapapun dan kapanpun baik muda atau tua, terpelajar atau tidak, pengangguran atau seorang pekerja dapat terkena aktifitas prokrastinasi ini, karena prokrastinasi tidak membedakan jenis kelamin, kepercayaan, Ras, kebudayaan.

Penelitian dari Bruno (dalam Huda, 2006) mengungkapkan bahwa ada 70% para pelajar memasukkan sikap menunda sebagai kebiasaan dalam hidup mereka. Penelitian lain dari Harra Marano juga memberikan kesimpulan bahwa 20% individu di luar negeri mengaku bahwa dirinya adalah seorang prokrastinator, bahkan bagi individu prokrastinasi telah menjadi semacam gaya hidup. Solomon dan Rothblum menyimpulkan bahwa prokrastinasi akademis mungkin tergantung pada sebuah tugas: 16 % dari mahasiswa dilaporkan mengalami prokrastinasi ketika menulis makalah, 30% ketika tugas membaca mingguan, 28% ketika belajar untuk menghadapi ujian, 23% pada kewajiban kehadiran dan 11% pada tugas-tugas administratif. Sebagai tambahan, mereka meneliti penyebab-penyebab prokrastinasi akademis yang mungkin terjadi yang

dialami oleh para mahasiswa. Hasilnya menunjukkan bahwa rasa takut salah dan ketidaksukaan pada tugas menjadi motif primer yang dilaporkan. (Solomon dalam Huda, 2006)

Terkait dengan prokrastinasi akademik ini banyak siswa mengalami kegagalan dalam tugas-tugas akademik yang dibebankan padanya, sehingga mempengaruhi prestasi yang dihasilkan oleh siswa. Kita sering melihat keterlambatan dalam pengumpulan tugas dan pengerjaannya, lebih mendahulukan main daripada belajar, PR yang tak terselesaikan dan lain sebagainya merupakan bentuk dari prokrastinasi, sekalipun mungkin mereka juga sadar bahwa hal itu tidak lebih berguna daripada belajar.

Prokrastinasi akademik oleh Jeremy hsieh dianggap sebagai suatu kecenderungan sifat yang dimiliki oleh pelajar yang sering menghadapi tugas-tugas yang mempunyai batas waktu. Seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu, sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, adalah dikatakan sebagai seorang yang melakukan prokrastinasi, sehingga prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu, dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu kerja ketika menghadapi suatu tugas. Prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai segi, karena prokrastinasi ini melibatkan berbagai unsur masalah yang kompleks, yang saling terkait satu dengan lainnya. (huda, 2006)

Belajar merupakan suatu yang sangat kompleks dan belum diketahui segala seluk beluknya. Hasil belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, kecakapan dan ketangkasan belajar berbeda secara individual. Walaupun demikian orang tua dan guru dapat membantu siswa dengan memberi petunjuk-petunjuk umum tentang atau cara-cara belajar yang efektif. Disamping memberi petunjuk - petunjuk tentang cara-cara belajar, siswa perlu diawasi dan dibimbing sewaktu mereka belajar, yang tujuannya dapat terbentuk kebiasaan belajar yang efektif guna tercapainya prestasi belajar yang tinggi. Tercapainya prestasi belajar yang tinggi merupakan tujuan utama bagi siswa dalam proses belajar, dan belajar di sekolah menjadi tugas utama bagi siswa (Hasymaini, 2004).

Madrasah Tsanawiyah Surya Buana Malang mempunyai tujuan untuk membina kader umat yang berbudi luhur bebadan sehat, berpengetahuan luas dan berfikir bebas serta bertanggung jawab atas terwujudnya masyarakat adil dan makmur yang diridhoi Allah SWT. Untuk mencapai tujuan tersebut lembaga ini membentuk kehidupan yang sesuai dengan fitrah kemanusiaan dengan paduan yang harmonis antara aspek dunia dan akhirat, individual dan sosial serta iman, ilmu dan karya kemanusiaan dalam menuju tercapainya kebahagiaan hidup di dunua maupun akhirat.

Peningkatan prestasi belajar adalah suatu upaya maksimal dalam diri seseorang untuk menunjang proses pendidikannya. Siswa sebagai individu yang dinamis menempati posisi penting dalam proses belajarnya, karena keberhasilan siswa dalam prestasinya akan memberikan perasaan bahagia dan kepuasan. Rasa bahagia dan puas akan membuat dirinya mampu untuk meningkatkan potensi yang ada (Gunarsa, 2000). Meningkatnya potensi yang ada pada diri siswa berarti

dapat meningkatkan prestasi belajarnya disekolah, karena potensi yang dituntut bagi seorang siswa adalah pencapaian prestasi belajar yang maksimal.

Tercapainya prestasi belajar yang tinggi merupakan tujuan utama bagi siswa dalam proses belajar, dan belajar di sekolah menjadi tugas utama bagi siswa dimanapun dia termasuk dalam MTs Suryabuana. Mengingat riwayat dari sekolah ini yang relatif muda dibanding sekolah lain di Malang sekolah inipun juga merasakan keresahan yang dialami oleh sekolah lain terkait dengan perubahan sistem pendidikan terutama tentang Standar Kelulusan Minimal (SKM) yang ditetapkan oleh Mendiknas.

Upaya peningkatan mutu dan nilai sekolah dalam masyarakat pendidikan sangat tergantung dari keberhasilan pembelajaran yang dilakukan oleh sekolah tersebut dan keberhasilan siswa dalam menerjemahkan dan memahami konsep materi pelajaran yang disampaikan oleh gurunya. Keberhasilan tersebut dapat dilihat dari indeks prestasi atau nilai yang diperoleh siswa dalam sistem pelajaran atau ujian juga besarnya tingkat kelulusan siswa dari tahun ke tahun. Tingkat kelulusan siswa bisa menjadi tolok ukur keberhasilan pembelajaran suatu lembaga pendidikan, karena didalamnya dipertaruhkan kredibilitas sekolah tersebut, semakin banyak siswa yang lulus ujian semakin meningkat kredibilitas sekolah tersebut juga sebaliknya semakin banyak siswa yang mengalami kegagalan lulus apalagi setelah ditetapkannya SKM maka nama baik sekolah tersebut akan tambah turun. Kondisi inilah yang sangat dikawatirkan oleh semua lembaga atau institusi pendidikan manapun termasuk Madrasah Tsanawiyah Suryabuana Malang.

Berangkat dari peristiwa diatas sangat menarik perhatian bagi penulis untuk melakukan penelitian dibidang ini, yaitu **“KORELASI ANTARA**

PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA SISWA KELAS 3 MTS SURYA BUANA MALANG” karena bagaimanapun juga menjadi tanggung jawab kita bersama untuk memajukan bangsa dan negara melewati dunia pendidikan ini.

B. RUMUSAN MASALAH

Berkenaan dengan rumusan masalah dalam penelitian ini, penulis merujuk pada latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas yaitu

1. Bagaimana tingkat prokrastinasi siswa kelas 3 MTs Suryabuana Malang?
2. Bagaimana tingkat prestasi siswa kelas 3 MTs Suryabuana Malang?
3. apakah terdapat adanya hubungan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar siswa MTs Suryabuana Malang?

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan rumusan masalah di atas yang menjadi tujuan penelitian di sini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik pada Siswa kelas 3 MTs Suryabuana Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat prestasi belajar siswa kelas 3 MTs Suryabuana Malang.
3. Untuk mengetahui hubungan prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar siswa kelas 3 MTs Suryabuana Malang.

D. MANFAAT PENELITIAN

Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritik maupun secara praktis.

1. Secara teoritik diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi secara kusus pada bidang Psikologi pendidikan atau bidang ilmu lain yang relefan terutama yang berhubunmngan dengan perilaku prokrastinasi akademik.
2. Selain itu, secara praktis diharapkan setelah mengetahui bentuk dan penyebab prokrastinasi para pendidik bisa menanggulangi dan mengarahkan anak didiknya untuk meningkatkan prestasi akademiknya untuk keperluan siswa sendiri juga lembaga yang bersangkutan

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Prokrastinasi

1. Pengertian Prokrastinasi .

Istilah Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *Procrastination* terdiri dari kata *Pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan kata *crastinus* yang berarti keputusan hari esok atau jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya (Ferari,1984). Pada bangsa Mesir kuno mengartikan prokrastinasi dengan dua arti, yaitu menunjukkan suatu kebiasaan yang berguna untuk menghindari kerja yang penting dan usaha yang implusif, juga menunjukkan suatu arti kebiasaan yang berbahaya akibat kemalasan dalam menyelesaikan suatu tugas yang penting untuk nafkah hidup, seperti mengerjakan ladang ketika waktu menanam sudah tiba.

Dalam pandangan psikologi, istilah prokrastinasi merujuk pada suatu aktifitas atau kecenderungan menunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan yang diberikan pada suatu individu, istilah ini pertama kali diungkapkan oleh Brown dan Holzman (Hayyinah, 2000). Ketika seseorang yang mempunyai kecenderungan atau kebiasaan untuk menunda dan tidak segera memulai pekerjaannya, maka orang tersebut bisa disebut sebagai seseorang yang melakukan prokrastinasi, entah apakah penundaan tersebut mempunyai alasan atau tidak. Setiap penundaan dalam menghadapi suatu tugas disebut prokrastinasi.

Seperti halnya penulis paparkan diatas bahwa prokrastinasi dapat dilakukan oleh siapapun, kapanpun, dan dimanapun maka penelitian tersebut

menjadi menarik Karen hal tersebut bisa dikaji oleh bidang keilmuan yang lain dalam hal ini seperti Industri, Psikologi, Pendidikan maupun klinis.

Sesungguhnya Seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi. Akan tetapi mereka hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya, sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Penundaan tersebut menyebabkan dia gagal menyelesaikan tugasnya tepat waktu. Ellis dan Knaus mengatakan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas, yang hal itu sebenarnya tidak perlu dilakukan seseorang karena adanya ketakutan untuk gagal, serta adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar, bahwa penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai suatu trait prokrastinasi (Ferari, 1984). Burka dan Yuen mengutip pendapat Solomon dan Rothblum menegaskan kembali dengan menyebutkan adanya aspek irrasional yang dimiliki oleh seorang prokrastinator. Seorang prokrastinator memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga dia merasa lebih aman untuk tidak melakukannya dengan segera, karena itu akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal, dengan kata lain penundaan yang dikategorikan sebagai prokrastinasi adalah apabila penundaan tersebut sudah merupakan kebiasaan atau pola yang menetap yang selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas, dan penundaan tersebut disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irrasional dalam memandang tugas. Prokrastinator sebenarnya sadar bahwa

dirinya menghadapi tugas-tugas yang penting dan bermanfaat bagi dirinya (sebagai tugas yang primer), akan tetapi dengan sengaja menunda-nunda secara berulang-ulang (komplusif), hingga muncul perasaan tidak nyaman, cemas dan merasa bersalah dalam dirinya.

Suatu penundaan dikatakan sebagai prokrastinasi, apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan tidak nyaman, secara subyektif dirasakan oleh seseorang prokrastinator, sedangkan Millgram (dalam Henri) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu perilaku spesifik, yang meliputi :

1. suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas,
2. menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas,
3. melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya tugas kantor, tugas sekolah, maupun tugas rumah tangga,
4. menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, panik, dan sebagainya (Ferrari, 1984).

Ferrari menyimpulkan bahwa pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, yaitu:

1. prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu bahwa setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan suatu tugas disebut sebagai prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan yang dilakukan,
2. prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu, yang mengarah kepada trait, penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, biasanya disertai oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irrasional,
3. prokrastinasi sebagai suatu trait kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan saja, akan tetapi prokrastinasi merupakan suatu trait yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.

Ellis dan knaus pun mengungkapkan bahwa prokrastinasi adalah sebuah habit atau trait, secara filosofi dari akar pokok penundukan diri. Dari hal tersebut maksudnya adalah bahwa karena adanya pikiran-pikiran yang irrasional dalam diri maka hal tersebut maka membuat seseorang tersebut menjadi tunduk terhadap pikirannya sendiri. Prokrastinasi dapat juga dikatakan penunaan-penundaan sebuah tugas, penundaan tersebut dapat disimpulkan dari tiga manifestasi tingkahlaku 1. kurangnya ketepatan dalam tindakan dan ketekunan 2. ketidaksesuaian dalam tindakan 3. Pilihan aktifitas kegiatan (Yuen, 1988).

2. Faktor yang menjadikan siswa menjadi prokrastinator

Dari beberapa faktor penyebab dan yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi yang diungkapkan para tokoh seperti Birner, Ellis dan Knaus, Ferrari dkk, Solomon dan Rothblum dapat ditarik kesimpulan bahwa ada dua faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu (Hayyinah, 2004):

a. Faktor internal, yaitu yang datang dari dalam diri individu yang ikut membentuk perilaku prokrastinasi. Faktor internal ini terdiri dari lemahnya fisik maupun psikis dan tipe kepribadian individu. Faktor tersebut adalah:

1. Kondisi fisik individu. Faktor dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah berupa keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu misalnya *fatigue*. Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak. Tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi, walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irrasional yang dimiliki seseorang

2. Kondisi psikologis individu. Menurut Millgram, dkk. *Trait* kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam *self regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif, di mana semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah

kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik. Berbagai hasil penelitian juga menemukan aspek- aspek lain pada diri individu yang turut mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi, antara lain; rendahnya kontrol diri.

- b. Faktor eksternal, yaitu faktor yang datang dari luar diri individu seperti tugas yang terlalu banyak, dan menuntut penyelesaian pada waktu yang bersamaan.

Faktor eksternal yang lain adalah faktor lingkungan dan pola asuh orang tua.

1. Gaya pengasuhan orangtua. Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subyek penelitian anak wanita, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak wanita yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak wanita yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula

2. Kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan. Tingkat atau level sekolah, juga apakah sekolah terletak di desa ataupun di kota tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang.

Berdasarkan keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu dan faktor eksternal berupa faktor di luar diri individu. Faktor tersebut

dapat memicu perilaku prokrastinasi sekaligus dapat sebagai reinforcement sehingga perilaku prokrastinasi akademik seseorang semakin meningkat dengan adanya pengaruh faktor tersebut.

3. Bentuk-bentuk prokrastinasi

Berdasarkan fungsinya Ferrari dkk mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik ada dua bentuk:

- a. Prokrastinasi fungsional yaitu penundaan pelaksanaan tugas untuk mencari data yang lebih lengkap sehingga tugas yang dikerjakan sempurna yaitu penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan, bahkan berguna untuk melakukan suatu upaya konstruktif agar suatu tugas dapat diselesaikan dengan baik
- b. Prokrastinasi disfungsional yaitu penundaan penyelesaian tugas tanpa ada arah yang jelas. Prokrastinasi ini merupakan prokrastinasi yang tidak berguna.

Ada dua bentuk prokrastinasi yang disfunctional berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan, yaitu *decisional procrastination* dan *avoidance procrastination*. *Decisional procrastination* adalah suatu penundaan dalam mengambil keputusan. Bentuk prokrastinasi ini merupakan sebuah anteseden kognitif dalam menunda untuk mulai melakukan suatu kerja dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stress.

Prokrastinasi dilakukan sebagai suatu bentuk coping yang digunakan untuk menyesuaikan diri dalam perbuatan keputusan pada situasi-situasi yang

dipersepsikan penuh stress. Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu, sehingga akhirnya seorang menunda untuk memutuskan masalah. *Decisional procrastination* berhubungan dengan kelupaan, kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang (Yuen, 1988).

Pada *avoidance procrastination* atau *Behavioral procrastination* adalah suatu penundaan dalam perilaku tampak. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan yang akan mendatang. *Avoidance procrastination* berhubungan dengan tipe *self presentation*, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang, dan *implusiveness*.

3.a. Prilaku penangguhan

Orang yang sering melakukan penangguhan adalah para ahli khayalan sendiri. Sehingga suatu jawaban yang jujur oleh mereka terhadap pertanyaan tersebut adalah sulit. Prilaku penagguhan dapat juga terjadi di mana saja, kapan saja dan oleh siapa saja serta dalam bidang apa saja. Penagguhan dapat merusak hubungan pribadi, menyebabkan penderitaan emosional yang berat, merusak setiap usaha untuk efektifitas dan dapat juga menjatuhkan karier. Orang yang melakukan penangguhan dipandang tidak ada masalah dan santai. Mereka sebenarnya tidaklah demikian. Mereka merupakan korban tekanan pada beberapa tingkatan, dan semakin besar mereka menagguhkan tindakan, semakin besar

mereka menjadi khawatir. Dan mereka menyebarkan tekanan di antara mereka yang ada di sekitarnya.

Singkat kata, prokrastinasi merupakan tingkah laku yang menunda tugas-tugas. Karena itu, Solomon dan Rothblum mendefinisikan prokrastinasi sebagai tindakan penundaan tugas-tugas sampai pada batas yang telah ditentukan dan membuat para procrastinator merasa tidak nyaman. Definisi tersebut menunjukkan prokrastinasi dan tingkah laku memperlambat (prokrastinasi dalam maksud setepatnya), namun juga dikategorikan sebagai “ketidakperluan” dan dengan “ketidaknyamanan subyektif”. Definisi ketidakperluan melakukan aktifitas kelihatannya sudah memadai, karena tidak semuanya keterlambatan yang dilakukan pada tugas-tugas harus disebut sebagai prokrastinasi.

Namun, apa yang dapat diperhatikan dari siswa yang melakukan prokrastinasi adalah bahwa mereka mulai belajar banyak kemudian akan menjadi lebih optimal. Penundaan ini mungkin disebabkan oleh tingkah laku belajar mereka tidak sesuai dengan apa mereka yang mereka niatkan, namun karena niat mereka untuk belajar juga ditunda. Konsekuensinya, kedua niat tingkah laku yang tidak cocok dan kurangnya ketepatan waktu dengan maksud untuk dilakukan dan melakukan tugas-tugas belajar menarik untuk amati. Sebagai tambahan, para siswa yang melakukan prokrastinasi dengan mudah dikacaukan oleh tingkah laku yang lain daripada belajar (misalnya, kegiatan-kegiatan sosial).

Meskipun istilah prokrastinasi mengacu pada penundaan tugas-tugas, penundaan seperti itu dapat disimpulkan ke dalam tiga manifestasi tingkah laku: (1) kurangnya ketepatan waktu, baik dalam niat ataupun dalam tingkah laku; (2)

ketidaksesuaian niat-tingkah laku; (3) pilihan pada kegiatan-kegiatan yang bersaing.

3.b. Penolakan terhadap tugas yang dianggap sulit

Teori pembelajaran saat ini semakin canggih seperti halnya sebuah analisa tentang penghargaan dan hukuman. Teori tersebut juga menekankan tingkah laku aktif dan pasif penghindaran terhadap tanggungjawan. Yang bertujuan untuk menghindari atau menghilangkan dorongan yang tidak nyaman pada proses pembelajaran di sekolah. Hal tersebut sepertinya menjadi sebuah aspek intuitif yang berkaitan dengan sebuah penjelasan tentang prokrastinasi. Tentu saja, prokrastinasi dianggap oleh beberapa penulis sebagai media untuk menghindari atau kabur dari tanggungjawab. *Escape conditioning* bisa jadi sebuah poin permulaan yang sangat berguna untuk eksplorasi ini. *Escape conditioning* terjadi ketika sebuah respon mengakhiri *stimulus aversive*, setelah stimulus tersebut muncul. Juga perlu di ingat kembali bahwa hilangnya respon kabur yang terjadi dengan cepat ketika pemberian stimulus aversive berhenti, atau terjadi secara lebih pelan dan tidak teratur jika peristiwa operant tersebut diperkuat oleh penarikan kembali *stimulus aversive* yang timbul kembali.

Prokrastinasi mungkin bisa dipahami sebagai tingkah laku pelarian atau penghindaran. Hal ini menggambarkan sikap penghindaran yang terbiasa ketika seseorang mulai mengerjakan tugas dan kemudian menggagalkannya dan tugas tersebut menjadi tidak selesai. Silver mendeskripsikan sebuah fenomena serupa dengan “ mempertahankan sikap prokrastinasi ” dimana seseorang melawan tingkah laku yang ada, yaitu berusaha untuk mengerjakan sesuatu pada

permulaan dari tugasnya dan ternyata tidak menyelesaikan secara komplit dari seluruh tugas yang seharusnya diselesaikan. Prokrastinasi menggambarkan penghindaran yang menjadi kebiasaan ketika sikap keragu-raguan terhadap tugas yang diberikan dan pada akhirnya tidak pernah akan dikerjakan dan sepenuhnya terabaikan. Hal ini secara khusus dapat dibenarkan ketika stimulus eksternal berlaku sebagai stimulus untuk melakukan penghindaran.

Apa pengertian *stimulus diskriminatif* berdasarkan prokrastinasi? Para penulis seperti Burka dan Yuen yang menerbitkan orientasi psikodinamis, dan Solomon dan Rothblum yang sangat konsen dalam ilmu tingkah laku dan tradisi tingkah laku kognitif, berpendapat bahwa isyarat diskriminatif adalah kegelisahan. Para murid yang memiliki kegelisahan yang hebat sepertinya harus melakukan prokrastinasi karena lebih memperkuat untuk menghindari kegelisahan yang terkait dengan pembelajaran daripada harus belajar.

McCown dan Johnson memperluas konsep kegelisahan ini dan pengabaian tugas dengan ukuran yang diulang-ulang yang meliputi penilaian keseharian para murid yang gelisah dan juga menjadi prokrastinator. Para murid dinilai dua kali sehari selama 14 hari. Gambar 2-1 mengilustrasikan pola kegelisahan yang ditunjukkan oleh murid-murid tersebut dan hubungannya dengan jumlah jam yang digunakan untuk belajar.

Kegelisahan memuncak lebih awal pada murid-murid ini dan kemudian menghilang. Pembelajaran mengikuti sebuah pola yang sama. Bagaimanapun juga, ketika periode ujian tiba, maka kegelisahan meningkat. Rupanya, pada sebuah waktu dimana waktu ujian mendekat, kegelisahan meningkat dengan tiba-

tiba sehingga para murid tidak dapat lagi menghindarinya dengan penundaan belajar. Ketika poin ini sampai pada detik-detik mendekati ujian terakhir mereka mengalami kekalutan, hal tersebut merupakan tanda-tanda para prokrastinator akademis yang kronis.

3.c. Perfeksionis

Para dokter klinis mengaku bahwa perfeksionisme merupakan motif primer bagi prokrastinasi. Barangkali, seseorang melakukan prokrastinasi agar mendapatkan waktu tambahan untuk menghasilkan produk yang terbaik. Ketika standar personal meliputi penyelesaian tugas itu secara irrasional tinggi, maka akan dapat di ambil hipotesa bahwa tugas-tugas tidak mungkin akan terselesaikan dengan cara tepat waktu

Penelitian baru-baru ini dalam psikologi memusatkan pada peranan perfeksionisme dalam penyesuaian personal dan sosial. Penelitian dalam laboratorium yang dilakukan oleh beberapa tokoh seperti burka dan yuen menunjukkan bahwa perfeksionisme berhubungan dengan hasil-hasil yang negative prilaku seperti kegelisahan, depresi, bunuh diri, dan masalah perkawinan. Penelitian ini telah meningkatkan pemahaman umum peneliti pada konsepsi dan apresiasi tentang sangkut-paut perfeksionisme pada kehidupan kita sehari-hari terhadap prilaku penagguahan.

Pusat perhatian yang penting dalam kajian perfeksionisme adalah peranan standar-standar perfeksionis pada prokrastinasi. Keyakinan umum tentang kealamiahan kajian prokrastinasi adalah bahwa hal ini mengakar dari standar setting tingkah laku yang tinggi. Beberapa penulis seperti burka, yuen

menemukan bahwa terdapat hubungan antara prokrastinasi dengan perfeksionisme. dan diskripsi-diskripsi masalah kepribadian seperti kepribadian yang obsesif-kompulsif dapat mengakibatkan perfeksionisme dan prokrastinasi. Pada awalnya, para penulis mendiskusikan perfeksionisme dan prokrastinasi dalam penjelasan yang lebih umum. Contohnya, Hamachek mengamati bahwa orang-orang perfeksionis yang menderita gangguan emosi cenderung mengalami procrastinasi karena “ide untuk memulai sesuatu atau berusaha meraih tujuan merupakan sebuah siksaan, karena mereka distimulus dengan kuat oleh kebutuhan mereka pada sikap menuntut kesempurnaan”. Hamachek mengutip Horney sebagai sumber asli hipotesa karyanya yaitu adanya hubungan antara penderita perfeksionisme dan prokrastinasi. Para penderita perfeksionis sangat sensitive pada evaluasi feedback; dalam konteks ini, kurangnya usaha untuk memperoleh tujuan dalam bentuk perilaku penundaan merupakan sebuah cara mencegah kesalahan yang mungkin terjadi.

Beberapa penulis lain telah mengamati bahwa perfeksionisme tidak berakibat pada performa perilaku yang diacukan pada tujuan. Misalnya, Hollender menyatakan bahwa perfeksionisme yang berlebihan bisa menghasilkan hambatan kerja dan kelumpuhan usaha. Demikian pula, mandel dan Marcus menggambarkan perfeksionisme sebagai satu faktor yang memperbesar kemampuan dibawah standar dan kurangnya usaha pencapaiannya.

Berdasarkan sejarah, perfeksionisme dianggap sebagai sebuah konsep kesatuan; hal ini telah diartikan dan dinilai sebab perfeksionisme merupakan ciri kepribadian yang unidimensional yang semata-mata terdiri dari sebuah keyakinan

dalam standar kepribadian yang tinggi. Ukuran-ukuran seperti skala perfeksionismenya Burns menyediakan hanya satu nilai dan nilai ini tidak mencakup luas konsepsi perfeksionisme.

Sebaliknya, penelitian baru-baru ini dalam laboratorium dan di lain tempat telah menetapkan bahwa konsepsi perfeksionisme telah membedakan komponen-komponen personal dan sosial. Aspek-aspek personal dalam perfeksionisme telah diarahkan sebagai perfeksionisme orientasi-diri. karakteristik-karakteristik yang berbeda pada perfeksionisme merupakan orientasi-diri pada motivasi yang kuat untuk menjadi sempurna, pengaturan dan penggapaian standar diri yang tidak realistis, dan terkadang disebabkan oleh pengalaman-pengalaman pada masa lalu. Beberapa karakteristik orang perfeksionis, seperti orientasi diri seringkali digambarkan sebagai kontributor kepribadian yang mudah depresi serta meningkatnya pengalaman-pengalaman tentang kesalahan dan mempengaruhi pemrosesan informasi yang berhubungan dengan ketidakmampuan menggapai standar-standarnya. Perfeksionisme yang berpusat pada orientasi-diri juga terdiri dari beberapa elemen seperti standar personal yang tinggi, keragu-raguan personal tentang beberapa tindakan, dan organisasi

Perfeksionisme yang berorientasi-orang lain merupakan dimensi interpersonal yang penting yang melibatkan keyakinan-keyakinan dan pengharapan-pengharapan pada kemampuan orang lain. Perfeksionisme orientasi pada orang lain memerlukan pembentukan standar yang tidak realistis bagi orang lain, menempatkan kepentingan yang besar pada apakah mereka berada pada standar-standar ini ataukah tidak, dan menghargai mereka hanya jika standar-

standar tersebut terpenuhi. Mengingat perfeksionisme orientasi-diri sendiri memudahkan penggunaan dan pengertian yang diarahkan pada diri sendiri, perfeksionisme orientasi pada orang lain memudahkan penggunaan dan pengertian yang diarahkan secara eksternal yang mencerminkan permusuhan terhadap orang lain, otoriterisme dan perilaku yang mendominasi. perfeksionisme yang berorientasi pada orang lain yang muncul tidak dapat dihubungkan dengan depresi, karena hal ini berhubungan dengan kekacauan kepribadian tertentu.

Akhirnya, perfeksionisme yang ditentukan secara sosial melibatkan beberapa persepsi kemampuan seseorang untuk menemukan standar-standar dan harapan-harapan yang ditentukan oleh standar orang lain yang signifikan. Perfeksionisme yang ditentukan oleh sosial memerlukan keyakinan bahwa orang lain memiliki beberapa standar yang tidak realistis dan motif-motif perfeksionistis untuk standar tingkah laku personal yaitu orang lain hanya akan merasa puas apabila standar-standar ini dipenuhi. Dimensi perfeksionisme ini berhubungan dengan sejumlah variabel interaksi sosial, termasuk perasaan takut pada evaluasi sosial yang negatif, percaya dalam control penguatan eksternal, dan butuh pengakuan dari orang lain. Meskipun standar-standar perfeksionis ini diyakini diperoleh dari luar diri, perlu diperhatikan bahwa tekanan dari luar atau eksternal bisa mengakibatkan gejala-gejala depresi termasuk penguatan atas penyalahan diri sendiri.

Karena itu, kurangnya kontrol yang dirasakan dan ketidakberdayaan yang dipelajari selanjutnya dan symptomatology depresi menjadi konsekuensi-konsekuensi perfeksionisme yang ditentukan secara sosial. Perfeksionisme yang

ditentukan secara sosial telah dinilai sebagai dimensi yang luas yang memperbolehkan tekanan-tekanan umum pada level sosial, dan telah diukur dalam istilah komponen-komponen yang spesifik, seperti kritik orang tua atau pengharapan orang tua yang tinggi.

Kajian perfeksionisme atas sebuah perspektif multi-dimensional mempunyai implikasi-implikasi yang penting untuk memahami prokrastinasi. Seperti yang telah ditulis sebelumnya, banyak penulis telah menyinggung pada hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi. Tentu saja, analisa konseptual dari kedua faktor personality tersebut mengungkapkan bahwa keduanya memiliki banyak ciri-ciri yang umum. Misalnya, baik perfeksionisme dan prokrastinasi dihubungkan pada keyakinan-keyakinan tidak rasional yang meningkat. Para Perfeksionisme dan prokrastinator keduanya mendukung keyakinan-keyakinan yang melibatkan kebutuhan akan level prestasi yang tinggi dan kebutuhan untuk menghindari celaan masyarakat.

Perfeksionisme dan prokrastinasi juga sama dalam hal bahwa mereka dihubungkan dengan beberapa elemen tingkah laku tipe A. Flett dkk telah menunjukkan bahwa aspek-aspek konsepsi perfeksionisme yang berbeda sama dengan aspek-aspek konsepsi tipe A, sementara Effert dan Ferrari menunjukkan bahwa para procrastinator mempertunjukkan karakteristik-karakteristik tipe A, seperti kecepatan dan ketidaksabaran. Mungkin, karakteristik yang paling patut diperhatikan yang umum pada kedua konsepsi tersebut adalah asosiasi dengan perasaan takut salah. Sebuah penelitian baru-baru ini terhadap perfeksionisme dan aktualisasi-diri menyatakan bahwa perfeksionisme dan perasaan takut salah

berhubungan erat. Penelitian lain menunjukkan bahwa perfeksionisme berhubungan dengan bermacam-macam rasa takut yang spesifik dan khawatir yang kronis.

Demikian pula, banyak para penulis dalam literature prokrastinasi telah menjabarkan prokraatinasi dalam konteks *achievement* dan dalam konteks perhatian yang berlebihan pada kesalahan

3.d. Prokrastinasi dan kepercayaan yang Irrasional

Ketika para penulis buku yang meletakkan bahwa prokrastinasi sebagai awal pembuka bukunya maka mereka percaya tentang sebuah falsafah yang tercakup dalam sebuah kata “ Tuntutan kemutlakan untuk mengerjakan sesuatu dengan baik terhadap semua hal ”. Berbicara tentang prokrastinasi akademik dan pikiran-pikiran irasional maka mereka (para prokrastinator) menjalankan sebuah kode dalam pikiran mereka dan asumsi-asumsi yang mereka tanamkan dalam pikiran mereka tersebut seperti: " saya harus mengerjakan sesuatu dengan sempurna, dan setiap apa yang akan saya lakukan akan menjadi mudah meskipun tanpa adanya usaha yang berarti ". Fenomena ini sangat familiar terjadi terhadap seseorang, mereka lebih mengutamakan mengerjakan sesuatu yang tidak berarti meskipun ada sebuah kegiatan pokok yang harus di lakukannya, hal tersebut misalnya seorang pelajar lebih suka melihat tayangan TV pada malam hari daripada belajar untuk mempersiapkan ujian yang akan dilaksanakan minggu depan. Hal tersebut dapat diambil sebuah kesimpulan bahwa para procrastinator lebih mengutamakan melihat tayangan TV daripada belajar hal tersebut dapat dikatakan sebagai hal yang tidak rasional.

Dari fenomena diatas dapat diperoleh sebuah gambaran bahwa seorang prokrastinator mempunyai sebuah tuntutan kesempurnaan terhadap apa yang akan menjadi tujuan, tetapi ironisnya mereka lebih mengedepankan keinginan-keinginan yang lain yang tidak ada hubungannya sama sekali dengan tujuan pokok yang akan dicapainya tersebut sebelumnya. Dalam sebuah penelitian laboratorium memberikan sebuah pernyataan bahwa adanya tendensi secara social menentukan sikap perfeksionisme untuk di asosiasikan dengan prokrastinasi. tentu saja tergantung keterlibatan seorang prokrastinator dalam situasi saat ego mereka tinggi, dimana pada situasi tersebut mereka sangat konsen tentang kemungkinan takut adanya kegagalan dari tugas yang akan di kerjakan. Sikap tersebut di sebabkan karena tuntutan kesempurnaan yang menjadi dasar pijakan mereka.

Ellis dan knaus pertama kali mempopulerkan penjelasan kognitif-behavioral prokrastinasi, sebagian besar berdasarkan pada spekulasi sebelumnya oleh knaus. Mereka mengatakan bahwa pengalaman-pengalaman klinis mereka menghubungkan prokrastinasi dengan rasa takut dan kecemasan diri yang tidak rasional. Para Procrastinator yang mereka perdebatkan, seringkali kurang percaya diri atas kemampuan mereka untuk menyelesaikan sebuah pekerjaan. Oleh karenanya, mereka menunda untuk mulai pekerjaan tersebut dengan keraguan.

perasaan takut yang tidak rasional seperti itu bagi procrastinator merupakan sebuah konsep yang tidak tepat atas sesuatu hal yang terkait dengan tugas yang semestinya harus diselesaikan dengan tepat. Kesalahan memang tidak dapat dihindari, karena standar-standarnya dalam mengerjakan sesuatu benar-benar terlalu tinggi. Untuk menghindari akibat kesalahan itu maka para

prokrastinator menunda memulai sebuah tugas sehingga tugas itu pada akhirnya tidak dapat diselesaikan dengan memuaskan. Hasilnya para procrastinator melakukan tindakan pengabaian, mereka memberikan alasan yang tepat untuk kesalahan yang tidak dapat terelakkan yang disebabkan oleh pengabaian ini. Sebuah tugas terselesaikan dengan kurang maksimal oleh para procrastinator dan berdalih bahwa karena waktu yang terbatas atau bahkan juga adanya kemalasan. Dalam hal ini, para prokrastinator menyebutnya sebagai fungsi *Ego defensive*. Lagipula, kejadian tersebut diabadikan sebab alasan tersebut.

Bukti menunjukkan sebagian dukungan dalam teorinya Ellis dan knaus bahwa prokrastinasi berhubungan dengan proses pikiran yang tidak rasional para procrastinator. Solomon dan rothblum meneliti tingkat prokrastinasi akademis pada 342 mahasiswa. Hasil analisa dari kuisioner yang disusun untuk menemukan alasan-alasan pada prokrastinasi mahasiswa (yang diberinama PASS). Mereka menemukan faktor umum yang kedua yang menghasilkan seperempat dari keseluruhan total varian, yang berhubungan dengan rasa takut akan salah. Mudahnya, para siswa mencoba menghindar dari mengerjakan tugas-tugas yang mereka anggap tidak dapat mengerjakannya dengan sempurna. Sayangnya, mereka tidak ada usaha untuk memastikan tingkat kemampuan yang mereka anggap bisa mengerjakan tugas-tugas tersebut. Dengan mudahnya menjadi kenyataan, para siswa menghindari tugas-tugas tanpa menggunakan kemampuan mereka, dalam sebuah kasus tingkah laku penghindaran menjadi sungguh sangat rasional bagi mereka.

Ferrari, Parker dan Ware berusaha untuk memperluas penelitian tentang prokrastinasi akademis dan keyakinan kognitif dengan menggunakan PASS dan beberapa pengukuran personalitas. Score ketakutan akan berbuat salah secara signifikan berhubungan dengan score efikasi diri yang umum namun tidak dengan *locus of control*. Dalam sebuah penelitian yang berkaitan dengan ini, Ferrari menemukan bahwa ketika diberikan kesempatan untuk menciptakan proyek yang akan mereka kerjakan, para prokrastinator memilih tugas-tugas yang mudah dengan sedikit kemampuan untuk melakukan diagnosa. Orang yang bukan procrastinator melakukan sebuah sikap yang efektif demi mendapatkan informasi tambahan tentang variable-variable diri yang relevan. Para prokrastinator menghindari informasi diagnotis tersebut, dengan harapan terhindar dari rasa takut salah. Ketidakmampuan dalam mendiagnosa informasi tersebut akan menunjukkan ketidakmampuan kita dalam membuat keputusan yang efektif.

Depresi, harga diri yang rendah dan keresahan sering terjadi secara bersamaan. Pada mulanya, sangatlah sulit untuk menggambarkan perbedaan-perbedaan diantara ketiga sindrom ini, memberikan kesan adanya sebuah faktor umum akan bertanggungjawab atas ketiga sindrom tersebut Namun, walaupun seringkali ketiganya terjadi, banyak para investigator memandang gagasan-gagasan ini sebagai sesuatu yang berdiri sendiri satu sama lain dan memerlukan penelitian secara terpisah.

Dokter klinik seringkali melaporkan bahwa orang-orang yang depresi tidak dapat mengerjakan sesuatu pada waktunya. Kadang-kadang memperlihatkan bahwa kesalahan spesifik dalam menyelesaikan tugas-tugas akan menyebabkan

depresi. Secara tidak sengaja, hal tersebut bisa dipertimbangkan. Kebanyakan kita memiliki pengalaman tentang perasaan kesal yang mengiringi ketidakmampuan dalam menyongsong batas waktu. Bagaimanapun juga, data yang disampaikan memperlihatkan bahwa orang yang depresi jumlahnya tidak begitu banyak dalam jumlah prokrastinasi orang dewasa. Data lain yang dikemukakan oleh Johnson adalah bahwa prokrastinasi bisa jadi faktor yang riskan pada depresi yang lebih serius, begitu pula dengan keresahan.

Rendahnya harga diri dikategorikan oleh banyak ahli teori kontemporer sebagai produk sebuah sejarah kesalahan yang luas untuk secara internal menemukan pengharapan yang dihasilkan L'Abate. Secara tidak sengaja, seseorang dengan hargadiri yang rendah akan berharap akan dapat menyelesaikan tugas-tugasnya. Pada sisi yang lain, orang-orang yang tidak menyelesaikan tugas secara tidak langsung akan membangun harga diri yang rendah, khususnya selama masa kehidupan mereka ketika ketepatan waktu sangat ditekankan. Aitken menemukan sebuah korelasi $-.42$ antara nilai "konsep diri yang rendah" (yang diukur oleh skala konsep-diri Tennessee, Fitts, 1965) dan prokrastinasi akademis. Hasil korelasi serupa telah dilaporkan di tempat lain dan nampak lebih konsisten.

Hubungan antara keresahan dan prokrastinasi menjadi lebih kompleks dan kontroversial. Pada permulaan bab ini, kami menjelaskan bagaimana keresahan akan menjadi sebuah stimulus diskriminatif pada penghindaran. Peranan keresahan sebagai isyarat penghindaran tugas telah di diskusikan di atas dan terlihat memiliki beberapa dukungan. Sebuah pertanyaan terpisah apakah para procrastinator lebih atau sedikit resah dari pada selain procrastinator. Aitken

menguji hipotesa bahwa prokrastinasi berhubungan dengan level keresahan yang tinggi. Ia mengkorelasikan nilai prokrastinasi akademis dari temuannya dengan sebuah ukuran keresahan (the Taylor Manifest Anxiety Scale, Taylor). Nilai-nilai prokrastinasi yang berhubungan hanya sedikit lebih tipis dengan ukuran ini ($.21, < .05$). Meskipun signifikan, jumlah korelasinya hanya sekitar 5% dari total variannya

McCown, Ruppert dan Petzel menemukan sebuah hubungan curvilinear yang kuat antara nilai neuroticism (ketika diukur oleh the brief Eysenck personality questionnaire, direvisi) dan prokrastinasi akademis (yang diukur oleh Aitken). Nilai neuroticisme yang tinggi berhubungan dengan kuadran pertama dan keempat dari nilai pada ukuran Aitken. Para murid yang telah terbiasa dan tepat waktu sepertinya menjadi ukuran yang tertinggi dalam skor neurotic. Para murid yang sangat prokrastinasi sepertinya juga menjadi skor tinggi dalam neurocisme. Para author menyarankan bahwa, tergantung pada faktor-faktor yang lain, neurocism atau kegiatan autonomic dapat digunakan sebagai tanda-tanda lain untuk menyelesaikan sesuatu atau merupakan tanda untuk menghindari sesuatu.

Lay, Edwards, Parker, dan Endler melaporkan sebuah hubungan yang lebih linear antara anxiety dan prokrastinasi, dengan anxiety yang bertambah diantara para procrastinator selama periode ujian. Rothblum, Solomon, dan Marakami melaporkan bahwa tes dan sifat anxiety merupakan masalah tertentu bagi para procrastinator wanita dan percaya bahwa penurunan anxiety merupakan kunci untuk mengurangi prokrastinasi terutama pada wanita. Hubungan antara anxiety dan prokrastinasi mungkin menjadi kompleks dan tergantung penuh pada

metodologi pengukuran. Hal ini mungkin disebabkan karena anxiety merupakan campuran yang multidimensi dari kedua variable kognitif dan psikologi.

3.e. Kesulitan dalam membuat keputusan

Setiap hari manusia tidak lepas dari sebuah masalah, dan masalah tersebut terkadang harus diselesaikan dengan segera. Karena mungkin waktu yang diberikan untuk memberikan keputusan tersebut sangat pendek sedangkan masalah tersebut sulit sekali sehingga kita sukar sekali membuat keputusan. Hal tersebut wajar sekali karena masalah yang kita hadapi sangat membutuhkan pemikiran yang mendalam. Tetapi hal tersebut menjadi tidak wajar ketika masalah yang kita hadapi secara obyektif tidak terlalu sulit tetapi kita sangat sulit sekali membuat sebuah keputusan yang tepat. Bagi seorang prokrastinator setiap masalah adalah besar sekali sehingga mereka tidak bisa membuat sebuah keputusan yang tepat karena dalam bayangan mereka masalah tersebut harus di selesaikan secara sempurna. Tetapi ironisnya mereka tidak berusaha menyelesaikan masalah tersebut tetapi malahan menggantinya dengan kegiatan yang tidak ada relevansinya dengan kegiatan yang harus di selesaikan. Atau mereka terlalu dibayang- bayangi dengan pikiran-pikiran yang tidak rasional terhadap masalah atau stimulus tersebut.

Ketika seorang perfeksionis merasa bahwa dirinya mampu melakukan segala sesuatu dilakukan oleh dirinya sendiri maka mereka mulai menentukan sikap untuk mengerjakan sesuatu, tetapi pada akhirnya mereka mulai menderita dalam keterasingan karena adanya sifat kesempurnaan yang melekat pada dirinya. Kemudian ketika beban yang dipikulnya terlalu berat maka salah satu penolong

dari pelarian sikap tersebut adalah melakukan prokrastinasi, karena tidak sanggup melakukan usaha oleh dirinya sendiri, mereka mulai menunda dengan santai atau dengan menggantungkan segala bebannya kepada orang lain. Artinya adalah ketika masalah yang diangganya terlalu berat mereka lebih suka menyuruh orang lain untuk menyelesaikan segala bebanya tetapi ironisnya procrastinator yang perfeksionis tadi tidak ikut menyelesaikan masalah justru hanya santai-santai atau bermalas-malasan.

Seperti penjelasan diatas bahwa prokrastinator adalah seorang yang melakukan delay (menunda) terhadap pekerjaan yang dihadapi, mereka tidak bisa menggugurkan waktu mereka secara efektif dan efisien sehingga ketika pekerjaan yang membutuhkan deadline (batasan waktu tertentu) yang terlalu sempit maka mereka tidak bisa memenuhinya.

3.f. Kecemasan

Fatma laili mengutip pendapat bahwa Freud menekankan pengertian kecemasan pada keterlibatan peran tiga sistem kepribadian yang menurutnya sangat berperan dalam munculnya kecemasan, yakni id, ego dan superego. Menurutnya kecemasan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan yang disebabkan oleh dorongan id seseorang yang tidak terkontrol, atau sebaliknya, ketakutan seseorang terhadap hukuman suara hati yang ditekankan oleh superego. Freud membagi kecemasan pada tiga macam bentuk, yakni neurotic anxiety, moral anxiety dan realistic anxiety. Neurotic anxiety merupakan kecemasan yang keberadaannya lebih disebabkan oleh tekanan pada id. Neurotic anxiety muncul

pada diri individu karena ia merasakan adanya bayangan tentang suatu obyek yang menurutnya membahayakan berdasarkan pengalamannya.

Moral anxiety, lebih disebabkan karena adanya konflik antara ego dan superego. Moral anxiety ini muncul dari individu yang memiliki perasaan bersalah, rasa malu, takut akan hukuman yang diberikan oleh superego, karena gagal bertindak laku sesuai dengan tuntutan moral. Adapun realistic anxiety, atau dikenal dengan kecemasan objektif, merupakan reaksi ego yang terjadi setelah ia mengalami situasi yang membahayakan. Klasifikasi dari bentuk kecemasan tersebut sangat bergantung dari sumber-sumber kecemasan itu sendiri.

Sue menjelaskan bahwa gangguan kecemasan umum (generalized anxiety disorder) dan gangguan panik (panic disorder) bersumber dari adanya kecemasan yang dirasakan individu apabila ia menghadapi masalah-masalah besar yang mengganggu kehidupannya. Adapun kecemasan dalam bentuk phobia muncul sebagai bentuk manifestasi dari perasaan individu yang berupa penolakan berdasarkan ketakutan terhadap benda atau situasi yang dihadapi individu tersebut yang sebetulnya tidak berbahaya dan penderita mengakui bahwa ketakutan tersebut tidak ada dasarnya. Sumber dari ketakutan dapat berupa binatang, ketinggian, tempat tertutup, darah dan sebagainya. Sekalipun tiap individu pernah mengalami kecemasan, akan tetapi taraf masing-masing kecemasan tersebut berbeda antara satu individu dengan individu lainnya. Ada kecemasan yang sifatnya normal, dan ada juga yang bersifat *neurotic*. Jersild mengatakan bahwa kecemasan normal terjadi apabila individu tersebut menyadari adanya konflik dalam dirinya yang menyebabkan dirinya merasa cemas. Adapun kecemasan

neurotic terjadi apabila individu tidak menyadari adanya konflik dalam dirinya dan juga dia tidak menyadari bahwa dia sedang mengalami kecemasan serta tidak ia sadari pula mengapa ia bisa cemas seperti itu dan kemudian ia menggunakan mekanisme pertahanan diri dengan tidak disadari pula. Dalam kondisi normal, kecemasan membawa dampak positif dimana akan membantu dalam proses adaptasi manusia melalui kewaspadaannya, sensitifitas serta konsentrasi terhadap alam sekitar, sehingga manusia tersebut lebih baik dalam memutuskan tindakannya.

Kecemasan juga memudahkan individu dalam proses belajarnya, artinya segala tindakan yang memungkinkan munculnya kecemasan dapat dengan mudah ia pelajari dan dimanfaatkan sehingga berkembang menjadi mekanisme pertahanan diri seperti dalam bentuk rasionalisasi, sublimasi dan mekanisme pertahanan diri. Dari penjelasan diatas, peneliti menyimpulkan bahwa kecemasan dalam hal ini perasaan yang tidak menyenangkan yang muncul disebabkan oleh dorongan yang tidak terkontrol atau rasa takut yang dialami individu terhadap hukuman suara hati yang bersumber dari superego. Adapun bentuk kecemasan dalam hal ini adalah *generalized anxiety disorder* (kecemasan umum) dengan bertolak pada prokrastinasi itu sendiri sebagai masalah besar dalam kehidupan yang dialami individu dan berperan sebagai stimulus yang memicu kecemasan tersebut. Pada kecemasan umum (*generalized anxiety disorder*) individu akan merasakan reaksi psikis yang berupa munculnya firasat-firasat yang selalu bersifat buruk akan suatu keadaan yang akan datang, khawatir yang berlebihan, gelisah, gugup, takut setiap waktu, sulit berkonsentrasi, mudah marah dan sulit sekali

untuk tidur. Pada individu dengan kecemasan ini, seringkali tidak ada keseimbangan antara pikiran, perasaan dan reaksi tubuhnya dengan kenyataan yang dilihatnya dalam kehidupan sehari-hari.

Dari keempat macam bentuk gangguan kecemasan yang ada, fenomena gangguan kecemasan umum adalah yang paling sering dialami individu dalam kehidupan sehari-hari. Dari penelitian yang dilakukan oleh Halgin dan Whithbourne seseorang dengan gangguan kecemasan umum selalu menunjukkan ketidaknyamanan dalam kehidupan sehari-hari mereka setidaknya telah ia rasakan selama 6 bulan. Perasaannya selalu diliputi kekhawatiran, ia mudah sekali diserang stres sekalipun hanya dengan stresor yang kecil dalam kehidupan sehari-harinya. Disisi lain, individu dengan kecemasan umum menunjukkan ketidakmampuan yang sangat besar dalam menyelesaikan tugas sehari-hari mereka, setidaknya dibandingkan saat-saat sebelumnya sehingga sering sekali ia melakukan kesalahan dalam menyelesaikan pekerjaannya.

Manifestasi kecemasan yang ditunjukkan individu dalam penelitian ini adalah munculnya kekhawatiran dan kegelisahan secara berlebihan, gugup, takut, kurang percaya diri dan sulit untuk tidur. Hari-hari yang dilalui individu dalam penelitian ini dirasakan tidak nyaman setidaknya sejak menjelang persidangan berlangsung hingga dua bulan sejak perceraian dijatuhkan. Mereka lebih banyak menunjukkan sikap yang tidak tenang, sedih, marah dan stress dibandingkan Dalam kondisi gangguan cemas, Freud menjelaskan bahwa individu selalu memunculkan beberapa reaksi sebagai bentuk *defense mekanisme* (pertahanan diri). Mekanisme pertahanan diri sering sekali digunakan individu sebagai reaksi

kecemasan mereka, bahkan cenderung dipandang sebagai hal yang wajar, walau disisi lain *defense mekanisme* yang muncul secara berlebihan pada diri individu sebagai reaksi kecemasan akan mengarah pada indikasi kecemasan *neurotic*. Untuk membedakan bentuk kecemasan berdasarkan reaksi yang dimunculkan individu dari kecemasan yang sedang dideritanya, maka Lazarus membedakan sebagai berikut:

a. Kecemasan sebagai suatu respon

Kecemasan sebagai suatu respon merupakan reaksi yang dimunculkan individu sebagai reaksinya terhadap pengalaman tertentu, dimana keadaan ini dapat diketahui dari apa yang ia katakan, dari bagaimana ia bertindak, atau dari perubahan fisiologis yang dihubungkan dengan reaksi terhadap pengalaman tersebut. Kegelisahan, kekhawatiran, kebingungan dan ketakutan yang muncul pada dirinya sangat berhubungan dengan aspek-aspek subyektif dan emosi, dan hal ini hanya dirasakan oleh yang bersangkutan. Dalam hal ini Lazarus membagi menjadi dua aspek, yaitu:

1. *State anxiety*, yakni kecemasan yang timbul bila individu sedang dihadapkan pada situasi tertentu dan gejala kecemasan tersebut selalu menetap selama situasi sebagai stimulus yang memicu kecemasan tersebut tetap ada.
2. *Trait Anxiety*, merupakan kecemasan yang muncul pada diri individu sebagai sesuatu yang menetap pada diri individu. Kecemasan ini sangat berhubungan dengan kepribadian individu yang mengalaminya. Kecemasan ini memiliki pengertian disposisi untuk menjadi cemas dalam

berbagai situasi dan sering mengarah pada kesulitan individu dalam beradaptasi.

b. Kecemasan sebagai *intervening variabel*.

Kecemasan ini merupakan suatu keadaan yang diperkirakan terjadi karena kondisi tertentu tetapi juga memiliki konsekwensi tertentu. Kecemasan tersebut merupakan suatu serangkaian stimulus dan respon. Kecemasan tersebut hanya dapat diketahui dengan melihat keadaan yang mendahuluinya, bukan hanya melalui observasi. Hal yang dapat diketahui melalui observasi hanyalah kondisi stimulus dan perilaku yang mendahuluinya serta manifestasinya sebagai akibat dari keadaan tersebut yang dapat dilihat melalui kondisi fisiologis dari situasi yang mencemaskan tersebut. Individu yang terlibat di dalamnya akan berusaha membentuk penyesuaian diri untuk menghilangkan kecemasan yang ia alami. Kecemasan sebagai *intervening variabel* merupakan pendekatan yang dipilih untuk mengkaji kecemasan dalam penelitian ini. Sebagaimana yang telah disebutkan diatas bahwa kecemasan sebagai *intervening variabel* merupakan kecemasan yang muncul sebagai suatu rangkaian stimulus dan respon Situasi perceraian dalam hal ini merupakan stimulus yang mengundang kecemasan itu sendiri walaupun dengan sendirinya kecemasan itu akan berkurang bila stimulus yang direspon negatif tersebut ternyata mampu diatasi.

3.g. Prokrastinasi dan perasaan takut gagal

Secara umum kekawatiran–kekawatiran dapat menghasilkan sebuah kegagalan, seperti ketakutan dalam hubungannya dengan kemampuan, atau takut gagal dalam menjalankan sebuah usaha atau kegiatan. Dalam bidang pendidikan

sikap menghindar mungkin di contohkan dengan prokrastinasi akademik. Seperti misalnya keterlambatan dalam memilih waktu (momen) yang tepat dalam belajar yang mungkin harus di kerjakan. Tetapi mungkin ini juga sebuah reflek dari rasa takut gagal terhadap resiko dari ujian yang akan dihadapinya. Rothblum. mengemukakan sebuah model penghindaran dari prokrastinasi akademik. Menurutnya para pelajar dengan tingginya rasa takut akan kegagalan akan mempunyai pengalaman rasa takut dan kecemasan terhadap deadline untuk tugas-tugasnya yang akan datang seperti misalnya tugas-tugas ujian. Kecemasan ini direduksikan oleh penghindaran terhadap stimulus, menghasilkan pembebasan dari kecemasan dan sebagai akibat dari penguatan terhadap tingkah laku menghindar.

Lingkungan adalah suatu hal yang sangat besar sekali pengaruhnya baik bagi perkembangan fisik maupun perkembangan nonfisik seperti emosi, kognitif, kepribadian bahkan juga spiritual. Oleh karena itu jika seseorang dalam melakukan interaksi tidak memiliki self-filter yang tinggi maka bukan suatu hal yang tidak mungkin akan terbawa oleh pengaruh lingkungan. Terkait dengan masalah prokrastinasi ada sebuah fenomena kecenderungan para mahasiswa untuk menunda menyelesaikan kegiatan akademiknya. Hal ini adalah suatu hal yang ironis sekali karena terkadang fenomena ini tidak dilakukan secara pribadi tetapi, secara kolektif dalam arti bahwa kegiatan menunda ini dilakukan secara ramai-ramai. Hal tersebut memang awalnya bisa dilakukan oleh pribadi- pribadi tetapi karena butuh adanya teman untuk santai maka ia mengajak seseorang yang lain untuk melakukan kegiatan yang kurang manfaat tersebut. Sebagai contoh

misalnya seseorang yang katakanlah mahasiswa senior sedang kesulitan mengerjakan sebuah tugas akademiknya sehingga ia merasa perlu santai atau dalam arti menunda untuk menyelesaikan tugas tersebut. Ironisnya karena dia merasa sendiri maka ia membutuhkan seorang teman untuk menemaninya sambil ngobrol tentang sesuatu hal yang tidak ada kaitannya dengan tugas yang ia dapat.

Dalam istilah mahasiswa ada sebuah ungkapan yang tak asing kita dengar “santai dulu ah ngopi-ngopi disik, tugas gampang sing penting ngopi, tugaskan nanti bisa di kopi” dari ilustrasi tersebut ada dua pelajaran pokok yang dapat kita ambil yang pertama bahwa seorang procrastinator bisa mempengaruhi lingkungan dan kedua adalah seorang menjadi procrastinator karena lingkungan. Seseorang juga bisa menjadi seorang procrastinator karena pengaruh lingkungan keluarga yang kurang bisa memanaje waktu keluarga tersebut dengan efektif dan efisien. Atau juga kurangnya control diri yang baik dari individu tersebut. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan yang berada disekitarnya, para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari stressor-stressor lingkungan Calhoun dan Acocella mendefinisikan kontrol diri (self-control) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.

Dari pemaparan diatas pengertian **prokrastinasi dalam penelitian ini dibatasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan**

dalam pengerjaan tugas, dengan jenis *Disfungsional Procrastination*, yaitu penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting, penundaan tersebut tidak bertujuan, dan bisa menimbulkan akibat yang negatif baik yang kategori *decisional procrastination* atau *avoidance procrastination*.

B. Prestasi Belajar

1. Pengertian Belajar

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik (Slameto, 2003). Belajar itu sendiri menurut Knowles (dalam Gie, 1992) adalah suatu perubahan dalam perilaku, keterangan, pengetahuan, pemahaman, sikap, keterampilan atau kemampuan yang dapat dipertahankan dan tidak dapat dianggap berasal dari pertumbuhan jasmaniah atau pengembangan pola-pola perilaku yang terwariskan.

Suryabrata (1995) berpendapat bahwa belajar merupakan proses terjadinya perubahan pada individu baik lahir maupun batin dan bersifat positif, yaitu perubahan yang menuju kearah perbaikan. Namun tidak semua perubahan yang terjadi disebabkan oleh proses belajar misalnya pada bayi yang semula tidak bisa memegang benda kemudian dapat memegang, hal ini terjadi karena proses kematangan (*maturity*). Cronbach (1984) mengatakan bahwa manusia dalam interaksi dengan lingkungannya sering mendapatkan pengalaman-pengalaman

baru yang dapat mempengaruhi atau merubah tingkah lakunya. Perubahan tingkah laku yang terjadi karena hasil pengalaman tersebut disebut belajar (Hasymaini, 2003.)

Pendapat-pendapat di atas juga sejalan dengan yang dikemukakan oleh Syah (2002), bahwa belajar adalah sebagai tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif. Sehubungan dengan pengertian itu perlu diutarakan sekali lagi bahwa perubahan tingkah laku yang timbul akibat proses kematangan, keadaan gila, mabuk, lelah, dan jenuh tidak dapat dipandang sebagai proses belajar.

Belajar menurut Slameto (2003) adalah merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Sardiman (2001) mengatakan bahwa seseorang itu belajar karena berinteraksi dengan lingkungannya dalam rangka mengubah tingkah laku. Belajar dapat dikatakan sebagai upaya perubahan tingkah laku dengan serangkaian kegiatan, seperti membaca, mendengar, mengamati, meniru, dan lain sebagainya. Atau dengan kata lain belajar sebagai kegiatan psikofisik untuk menuju ke perkembangan pribadi seutuhnya.

Oleh karena dalam belajar perlu ada proses internalisasi, sehingga akan menyangkut ranah kognitif, afektif dan psikomotorik. Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan proses dasar daripada perkembangan hidup manusia. Dengan belajar, manusia melakukan

perubahan-perubahan perilaku yang baik secara aktual maupun potensial. Perubahan tingkah laku yang dihasilkan tersebut harus bersifat positif yaitu menuju ke arah yang lebih baik dan berlaku dalam jangka waktu yang relatif lama. Perubahan perilaku tersebut terjadi karena adanya usaha yang disengaja dan juga adanya proses pelatihan dan pengalaman (Hasymaini, 2003).

2. Pengertian Prestasi Belajar

Keberhasilan belajar seseorang dalam bidang pendidikan adalah prestasi belajar. Prestasi belajar adalah tingkat kemampuan aktual yang dapat diukur berupa penguasaan ilmu pengetahuan, sikap dan ketrampilan yang dicapai siswa sebagai hasil dari apa yang dipelajarinya di sekolah. Keberhasilan siswa yang digambarkan melalui pencapaian hasil belajar yang obyektif merupakan kristalisasi dari berbagai komponen yang saling terkait dan saling berpengaruh.

Menurut Echols dan Shadily (1996) prestasi adalah terjemahan dari kata *achievement*. *Achievement* merupakan suatu tingkat khusus perolehan atau hasil keahlian dan karya akademis siswa yang dinilai oleh guru lewat tes-tes yang dibakukan atau lewat kombinasi kedua hal tersebut (Chaplin, 1999). Pengertian-pengertian tersebut memberikan arti bahwa prestasi adalah segala hasil usaha yang dilakukan dengan mengandalkan segala daya dan upaya. Depdikbud (1991) merumuskan pengertian prestasi belajar sebagai hasil yang dicapai, dilakukan atau dikerjakan oleh seorang siswa (Huda, 2006).

Prestasi belajar adalah penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, yang lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes

atau angka yang diberikan oleh guru. Prestasi belajar adalah hasil penilaian pendidik terhadap proses belajar dan hasil belajar siswa. Penilaian yang dimaksud adalah penilaian yang dilakukan untuk menentukan seberapa jauh proses belajar dan hasil belajar siswa telah sesuai dengan tujuan instruksional yang sudah ditetapkan, baik menurut aspek isi, maupun aspek perilaku (Winkel, 1991).

Prestasi belajar yang dicapai siswa tidak diperoleh dengan sendirinya, tetapi merupakan usaha belajar yang dilakukan oleh siswa itu sendiri. Menurut pandangan Azwar (2000), pengertian prestasi atau keberhasilan belajar ini dapat dioperasionalkan dalam bentuk indikator-indikator berupa nilai rapor, indeks prestasi studi, angka kelulusan, dan sebagainya.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar adalah hasil penilaian yang dilakukan oleh pendidik terhadap proses belajar dan hasil belajar siswa, untuk menjadi ukuran sejauh mana siswa telah menguasai bahan pelajaran yang telah dipelajarinya. Pada penelitian ini prestasi belajar dapat dilihat dari indeks prestasi atau nilai rata-rata rapor semester akhir.

3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Prestasi belajar yang dicapai seseorang individu merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor yang mempengaruhinya baik dari dalam maupun dari luar diri individu. Menurut Suryabrata (1984) secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar dapat diklasifikasikan menjadi dua yaitu:

1. faktor internal, adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu, yang meliputi faktor fisiologis dan faktor psikologis, dan

2. faktor eksternal, adalah faktor yang berasal dari luar diri individu, yang meliputi faktor sosial dan faktor non sosial.

Faktor fisiologis berasal dari keadaan jasmani diri individu itu sendiri, biasanya berhubungan erat dengan fungsi- fungsi fisik misalnya kesehatan, panca indra, dan lain- lain. Faktor psikologis berhubungan erat dengan hal- hal yang bersifat psikis misalnya motivasi, minat, bakat, dan kemampuan kognitif. Faktor sosial yang dimaksud disini adalah faktor manusia (sesama manusia), baik manusia itu ada (hadir) maupun kehadirannya itu dapat disimpulkan, jadi tidak langsung hadir. Faktor non-sosial antara lain keadaan cuaca, udara, lokasi tempat belajar, dan alat-alat yang dipergunakan untuk belajar.

Menurut Winkel (1991) berhasil baik atau tidaknya belajar, tergantung kepada bermacam- macam faktor yaitu:

a) Karakteristik siswa.

Karakteristik siswa yang mencakup karakteristik psikis dan fisik. Karakteristik psikis terdiri dari kemampuan intelektual baik inteligensi maupun kemampuan non inteligensi. Kemampuan non inteligensi tersebut meliputi motivasi belajar, sikap, kebiasaan belajar, minat, perhatian, bakat, dan kondisi psikis seperti pengamatan, fantasi. Sedangkan persepsi karakteristik fisik termasuk keadaan indera dan kondisi fisik pada umumnya seperti kesehatan, gizi dan kelelahan.

b) Pengajar

Faktor pengajar meliputi pengetahuan tentang materi pelajaran, ketrampilan mengajar, minat, motivasi, sikap, perhatian, kesehatan dan kondisi fisik pada umumnya.

c) Bahan atau materi yang akan dipelajari

Bahan atau materi yang dipelajari adalah jenis materi, jenis tingkat kesukaran dan kompleksitas.

d) Media pengajaran

Media pengajaran terdiri dari media yang dipergunakan, kualitas media yang dipakai, dan pemakaian media pengajaran.

e) Karakteristik fisik sekolah seperti gedung dan fasilitas belajar.

f) Faktor lingkungan dan situasi meliputi lingkungan alami seperti suhu, kelembaban udara, keadaan musim dan iklim.

Slameto (2003) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar dapat digolongkan menjadi dua, yaitu: faktor intern dan faktor ekstern. Berikut ini uraian penjelasan secara garis besar dari masing-masing faktor tersebut.

a. Faktor intern

Faktor intern adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar. Faktor intern ini dapat dibagi lagi menjadi tiga faktor yakni: faktor jasmaniah, faktor psikologis, dan faktor kelelahan.

1. Faktor jasmani

Faktor jasmaniah terbagi menjadi dua, yakni: faktor kesehatan dan cacat tubuh. Proses belajar seseorang akan terganggu jika kesehatan seseorang

terganggu. Sedangkan cacat tubuh adalah sesuatu yang menyebabkan kurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh, misalnya : buta, tuli, dan lain- lain.

2. Faktor psikologis

Sekurang-kurangnya ada tujuh faktor yang tergolong kedalam faktor psikologis yang mempengaruhi prestasi belajar, faktor-faktor tersebut adalah:

a) Inteligensi

Inteligensi adalah kecakapan yang terdiri dari tiga jenis yaitu kecakapan untuk menghadapi dan menyesuaikan kedalam situasi yang baru dengan cepat dan efektif, mengetahui atau menggunakan konsep-konsep yang abstrak, secara efektif, mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat.

b) Perhatian

Seorang siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbullah kebosanan, sehingga ia tidak lagi suka belajar. Maka dari itu usahakanlah bahan pelajaran selalu menarik perhatian dengan cara mengusakan pelajaran itu sesuai dengan hobi atau bakat siswa.

c) Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus- menerus yang disertai dengan rasa senang (dalam waktu lama). Berbeda dengan perhatian, minat selalu diikuti dengan perasaan senang dan dari situ diperoleh kepuasan.

d) Bakat

Bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru akan terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih. Orang yang berbakat mengetik, misalnya akan lebih cepat dapat mengetik dengan lancar dibandingkan dengan orang lain yang kurang atau tidak berbakat dibidang itu.

e) Motif

Motif erat sekali hubungannya dengan tujuan yang akan dicapai. Dalam proses belajar haruslah diperhatikan apa yang dapat mendorong siswa agar dapat belajar dengan baik atau padanya mempunyai motif untuk berpikir dan memusatkan perhatian, merencanakan, dan melaksanakan kegiatan yang berhubungan atau menunjang belajar. Motif yang kuat sangatlah perlu didalam belajar, didalam membentuk motif yang kuat itu dapat dilaksanakan dengan adanya latihan- latihan atau kebiasaan-kebiasaan dan pengaruh lingkungan yang memperkuat.

f) Kematangan

Kematangan adalah suatu tingkat atau fase dalam pertumbuhan seseorang, dimana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru. Misalnya anak dengan kakinya sudah siap untuk berjalan, tangan dengan jari-jarinya sudah siap untuk menulis, dengan otaknya sudah siap untuk berpikir abstrak, dan lain-lain. Kematangan belum berarti anak dapat melaksanakan kegiatan secara terus menerus, untuk itu diperlukan latihan- latihan dan pelajaran. Dengan kata lain anak yang sudah siap (matang) belum dapat melaksanakan kecakapannya sebelum belajar. Belajar akan lebih berhasil jika anak sudah siap (matang).

g) Kesiapan

Kesiapan adalah kesedian untuk memberi respon atau bereaksi. Kesiapan itu timbul dari dalam diri seseorang dan juga berhubungan dengan kematangan, karena kematangan berarti kesiapan untuk melaksanakan kecakapan. Kesiapan ini perlu diperhatikan dalam proses belajar, karena jika siswa belajar dan padanya sudah ada kesiapan, maka hasil belajarnya akan lebih baik.

3. Faktor kelelahan

Kelelahan dibedakan menjadi dua macam yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani (bersifat psikis). Kelelahan jasmani dapat disebabkan oleh aktivitas siswa yang terlalu banyak, sehingga menyebabkan siswa jatuh sakit. Sedangkan kelelahan rohani, dapat terjadi pada siswa, karena siswa mengalami berbagai masalah sehingga menjadi beban pikirannya.

b. Faktor-faktor ekstern

Faktor ekstern adalah faktor yang ada diluar diri individu yang sedang belajar. Faktor ekstern yang berpengaruh terhadap prestasi belajar dapat dikelompokkan menjadi tiga faktor, yaitu: faktor keluarga, faktor sekolah, dan faktor masyarakat.

1. Faktor keluarga

Siswa yang belajar akan menerima pengaruh dari keluarga berupa: cara orangtua mendidik, relasi antara anggota keluarga, suasana rumah tangga, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orangtua dan latar belakang budaya. Cara orangtua mendidik anak besar pengaruhnya terhadap belajar anak. Pola asuh orangtua yang terbaik dalam mengasuh anak adalah dengan penuh bijaksana.

Orangtua yang bijaksana adalah orangtua yang tahu mempergunakan situasi dan kondisi untuk mendidik anak. Orangtua yang demikian adalah orangtua yang mampu bersikap dominan atau membebaskan anak sesuai dengan situasi dan kondisi anak tersebut.

Orangtua harus mampu menciptakan hubungan yang harmonis yang memberikan keamanan dan kebebasan psikologis bagi anak untuk berprestasi. Didalam menumbuhkan motivasi belajar anak sehingga dapat menunjang prestasi belajar di sekolah, orangtua harus mampu menanamkan kepercayaan diri kepada anak bahwa mampu berprestasi, dan selanjutnya orangtua harus mampu menghargai apapun prestasi yang dicapai anak. Untuk itu orangtua harus mengenali dahulu sifat, perilaku, kebutuhan dan kebiasaan anak.

Suasana rumah juga merupakan faktor yang penting dalam belajar. Suasana rumah dimaksudkan sebagai situasi atau kejadian-kejadian yang sering terjadi didalam keluarga dimana anak berada dan belajar. Agar anak dapat belajar dengan baik perlulah diciptakan suasana rumah yang tenang dan tenteram. Di dalam suasana rumah yang tenang dan tenteram selain anak kerasan atau betah tinggal di rumah, anak juga dapat belajar dengan baik.

2. Faktor sekolah

Faktor sekolah yang mempengaruhi belajar ini mencakup metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah, alat pengajaran, waktu sekolah, standar pelajaran diatas ukuran, keadaan gedung, metode belajar dan tugas rumah. Metode mengajar adalah suatu cara atau

jalan yang harus dilalui didalam mengajar. Metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar siswa yang tidak baik pula.

Metode mengajar yang kurang baik itu dapat terjadi misalnya karena guru kurang persiapan dan kurang menguasai bahan pelajaran, sehingga guru tersebut menyajikannya tidak jelas. Selain itu juga sikap guru terhadap siswa dan terhadap mata pelajaran itu sendiri tidak baik, sehingga siswa kurang senang terhadap pelajaran ataupun gurunya dan akibatnya siswa malas untuk belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, maka metode mengajar harus diusahakan yang setepat, efisien dan efektif mungkin.

3. Faktor masyarakat

Masyarakat merupakan faktor ekstern yang juga berpengaruh terhadap belajar siswa. Pengaruh itu terjadi karena keberadaannya siswa dalam masyarakat, mass media, teman bergaul dan bentuk kehidupan masyarakat. Kegiatan siswa dalam masyarakat dapat menguntungkan terhadap perkembangan pribadinya. Tetapi jika siswa ambil bagian dalam kegiatan masyarakat yang terlalu banyak, misalnya berorganisasi, belajarnya akan terganggu, lebih-lebih jika tidak bijaksana dalam mengatur waktunya.

C. Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Belajar

Seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu, sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, adalah dikatakan sebagai seorang yang melakukan prokrastinasi, sehingga prokrastinasi dapat

dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu, dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu kerja ketika menghadapi suatu tugas.

Prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai segi, karena prokrastinasi ini melibatkan berbagai unsur masalah yang kompleks, yang saling terkait satu dengan lainnya. Prokrastinasi bisa dikatakan sebagai hanya suatu penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu kerja. Namun prokrastinasi juga bisa dikatakan penghindaran tugas, yang diakibatkan perasaan yang tidak senang terhadap tugas dan ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas.

Prokrastinasi juga bisa sebagai suatu trait atau kebiasaan seseorang terhadap respon dalam mengerjakan tugas. Pada akhirnya prokrastinasi yang kronis biasanya dilabelkan pada seseorang sebagai sifat malas, lamban, tidak berambisi, dari beberapa sifat yang dilabelkan tersebut menunjukkan rendahnya orientasi kemampuan sosial (Huda, 2006).

Penelitian dari Bruno mengungkapkan bahwa ada 70 % para pelajar memasukkan sikap menunda sebagai kebiasaan dalam hidup mereka. Penelitian lain dari Harra Marano juga memberikan kesimpulan bahwa 20 % individu di luar negeri mengaku bahwa dirinya adalah seorang prokrastinator, bahkan bagi individu prokrastinasi telah menjadi semacam gaya hidup.

Solomon dan Rothblum menyimpulkan bahwa prokrastinasi akademis mungkin tergantung pada sebuah tugas: diantara para mahasiswa pada kuliah psikologi pengenalan, 16 % dari mahasiswa dilaporkan mengalami prokrastinasi ketika menulis makalah, 30% ketika tugas membaca mingguan, 28% ketika

belajar untuk menghadapi ujian, 23% pada kewajiban kehadiran dan 11% pada tugas-tugas administratif. Sebagai tambahan, mereka meneliti penyebab-penyebab prokrastinasi akademis yang mungkin terjadi yang dialami oleh para mahasiswa. Hasilnya menunjukkan bahwa rasa takut salah dan ketidaksukaan pada tugas menjadi motif primer yang dilaporkan

Dalam kaitannya dengan prestasi belajar, keberhasilan sangat ditentukan dengan ketepatan siswa dalam mengerjakan tugas akademik yang dibebankan kepadanya dan pengikatan dirinya dengan tugas akademik tersebut. Berdasarkan keterangan diatas sejenak bisa ditarik suatu benang merah antara prokrastinasi dengan prestasi akademik siswa, karena siswa yang jika diberikan tugas akademik mempunyai kecenderungan menghindar atau menunda penyelesaiannya maka hal tersebut bisa mempengaruhi terhadap hasil atau prestasi belajar siswa.

Prestasi belajar sebagaimana yang disebutkan dalam pendapat-pendapat diatas dipengaruhi oleh banyak faktor yang kalau diringkas menjadi dua faktor sentral yaitu faktor intern yang terdiri dari faktor fisik, psikis dengan segala derivatnya, serta kelelahan, sedang faktor ekstern terdiri dari faktor keluarga, sekolah dan faktor masyarakat. Prokrastinasi merupakan salah satu dari dua faktor sentral tersebut yangt juga sangat berpengaruh terhadap hasil prestasi belajar siswa

Suatu kenyataan bahwa tugas-tugas akademik semakin hari semakin bertambah, maka jika tidak segera diselesaikan akan menumpuk dan bisa semakin menambah beban bagi siswa sendiri. Ketidakmampuan siswa dalam menyelesaikan tugas akademik bisa disebabkan karena ketidakmampuan siswa

dalam mengatur waktu yang dimilikinya untuk mengerjakan tugas yang dia miliki. Sehingga siswa akan merasa tertekan disaat dia menyadari bahwa tugasnya semakin banyak dan belum terselesaikan karena penundaan-penundaan yang dia lakukan sebelumnya. Kondisi ini sangat mempengaruhi konsentrasi dan kenyamanan siswa dalam belajar, sehingga dalam kondisi akut akan mempengaruhi kualitas dan hasil belajar yang dia lakukan (Hasymaini, 2003).

Berdasarkan pendapat diatas, maksud atau arah penelitian ini mencoba menarik korelasi antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar, dimana penelitian ini menghubungkan prokrastinasi akademik yang bersifat negatif dengan prestasi belajar yang bersifat positif. Prokrastinasi yang sarat didalamnya hal-hal negatif seperti: penundaan, penolakan, penghindaran tugas, perfeksionis, kecemasan, malas, anggapan-anggapan irasional dan sifat-sifat negatif lainnya disatu sisi dipertemukan dengan prestasi belajar yang bersifat positif berupa ekspektasi dan pencapaian posisi belajar yang baik. Siswa yang sering terlambat dalam pengerjaan tugas akaedmik, malas, tidak mampu mengatur waktu yang dimilikinya dengan efektif ataupun melakukan suatu aktifitas yang masuk dalam kategori prokrastinasi maka hal semua itu akan berdampak buruk pada keberhasilan akademiknya, karena tuntutan tugas mengharuskan dia tepat waktu sementara dia gagal memenuhinya maka implikasinya rendahnya nilai belajar siswa tersebut.

Seseorang dikatakan mempunyai kualitas sumber daya manusia yang tinggi jika dia dapat menunjukkan perilaku yang mencerminkan adanya kedisiplinan, kreativitas maupun etos kerja yang tinggi dalam mengerjakan tugas-

tugasnya. Sikap disiplin merupakan sikap yang harus ditingkatkan, karena memberi manfaat dan sumbangan yang besar, demikian juga dengan para siswa yang menempuh tugas akademik. Kesemua sifat tersebut hanya bisa dicapai jika setiap siswa mampu menempa diri untuk menjauhi sifat-sifat yang termasuk dalam kategori prokrastinasi, sebab kesuksesan atau keberhasilan belajar tidak akan terwujud kalau siswa tidak disiplin dalam segala hal.

D. Hipotesis

Berdasarkan tinjauan pustaka diatas maka dapat ditarik sebuah hipotesis yaitu ada korelasi antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar. Jadi semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik siswa semakin rendah prestasi belajarnya dan sebaliknya semakin rendah prokrastinasi akademik siswa maka semakin tinggi tingkat prestasi belajarnya. Jadi menunjukkan adanya korelasi negatif antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian korelasi bertujuan untuk menentukan ada tidaknya hubungan dan seberapa jauh suatu hubungan ada antara dua variabel (yang dapat diukur). Tujuan penelitian korelasi adalah untuk menetapkan suatu hubungan atau menggunakan hubungan-hubungan dalam membuat prediksi (Sumanto, 1990: 6)

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian yang bersifat kuantitatif korelatif yaitu mencari serta menetapkan adanya korelasi antara variabel-variabel penelitian. Dalam hal ini variabel penelitian yang dimaksud adalah prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik. Hubungan antara dua variabel digambarkan dengan indeks statistik yang disebut koefisien korelasi, dimana peneliti menggunakan koefisien korelasi *product moment Pearson*. Koefisien ini menunjukkan sejauhmana perubahan dalam satu variabel terdapat kaitan dengan perubahan variabel yang lain. Sehingga peneliti dapat mengetahui bagaimana korelasi antara prokrastinasi akademik prestasi dengan akademik siswa kelas 3 MTs Suruabuana Malang.

B. Identifikasi Variabel

Variabel adalah gejala yang bervariasi, yang menjadi obyek penelitian (Arikunto, 1998). Dalam penelitian yang mempelajari hubungan, terdapat variabel bebas (variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain) yang biasa ditandai dengan simbol (X) dan variabel terikat (variabel penelitian yang diukur untuk

mempengaruhi besarnya efek atau pengaruh variabel lainnya) biasa ditandai dengan simbol (Y) (Azwar, 2003). Adapun variabel-variabel yang hendak diteliti adalah :

1. Variabel bebas : Prokrastinasi Akademik
2. Variabel terikat : Prestasi Belajar

C. Definisi Operasional

1. prokrastinasi dalam penelitian ini dibatasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas, dengan jenis *Disfungsional Procrastination*, yaitu penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting, penundaan tersebut tidak bertujuan, dan bisa menimbulkan akibat yang negatif baik yang kategori *decisional procrastination* atau *avoidance procrastination*.
2. prestasi belajar adalah hasil penilaian yang dilakukan oleh pendidik terhadap proses belajar dan hasil belajar siswa, untuk menjadi ukuran sejauh mana siswa telah menguasai bahan pelajaran yang telah dipelajarinya. Pada penelitian ini prestasi belajar dapat dilihat dari indeks prestasi atau nilai rata-rata rapor semester akhir.

D. Populasi dan sampel

1 Populasi

Populasi menurut Arikunto adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi yang akan diambil oleh peneliti adalah seluruh siswa kelas 3 pada MTs Suryabuana Malang yang berjumlah 43 siswa, 19 siswa kelas 3A dan 24 siswa kelas 3B.

2. Sampel

Sampel menurut Arikunto adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Apabila subyek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semua, tetapi jika subyeknya besar atau lebih dari 100 maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih. Secara umum semakin besar sampel maka semakin representatif. Jadi jenis penelitian ini merupakan penelitian populasi karena jumlah subyek penelitian kurang dari 100 orang. Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas 3 MTs Suryabuana Malang berjumlah 43 siswa.

E. Lokasi subyek penelitian

Penelitian dilakukan di MTs Suryabuana Malang Jl. Gajayana IV/631 Malang Telp. (0341) 574185, 562212, kelurahan Dinoyo, kecamatan Lowokwaru, kota Malang.

F. Metode Pengumpulan Data

Data-data penelitian ini akan diperoleh dari subyek penelitian dengan menggunakan tehnik metode angket, interview, dokumentasi.

Interview

Metode wawancara adalah metode pengumpulan data dengan jalan tanya jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis, dan berlandaskan kepada tujuan penyelidikan. Teknik ini digunakan untuk mendiskripsikan sejarah MTs Suryabuana, selain itu untuk mensinkronkan antara jawaban siswa dengan kondisi siswa.

Metode Dokumenter

Metode dokumenter yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen rapat, agenda dan lainnya. Teknik ini digunakan untuk mengambil data catatan kesiswaan siswa

Metode Angket

Metode angket adalah suatu penyelidikan mengenai suatu masalah yang pada umumnya menyangkut kepentingan umum (orang banyak) dilakukan dengan jalan mengedarkan suatu daftar pertanyaan berupa formulir diajukan secara tertulis kepada sejumlah subyek untuk mendapatkan jawaban atau tanggapan (respon) tertulis sepenuhnya (Kartono, 1986).

Adapun jenis angket ada dua macam, yaitu angket jenis terbuka dan angket jenis tertutup. Dalam hal ini Sanapiah Faisal yang di kutip oleh Huda, 2002 menyatakan : Untuk angket jenis tertutup bentuk kontruksi item pertanyaan bisa dibagi : Bentuknya tidak berbentuk pilihan ganda, bentuk skala penulisan dan bentuk daftar cek. Sedangkan angket jenis terbuka berbentuk kontruksi item bisa dibagi menjadi pengisian jawaban tersediaan.

Dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data digunakan angket jenis tertutup sebab semua item pertanyaan tinggal dipilih mana jawaban yang sesuai dengan responden dengan cara memberi tanda cek.

Menurut Suharsimi Arikunto terdapat beberapa kelebihan dan keuntungan angket yaitu :

Kelebihan angket :

- Tidak memerlukan hadirnya peneliti
- Dapat dibagikan secara serentak kepada banyak responden
- Dapat dijawab oleh responden menurut kecepatannya masing-masing
- Dapat dibuat anonim sehingga responden bebas jujur dan tidak malu-malu menjawab
- Dapat dibuat terstandar sehingga bagi semua responden dapat diberi pertanyaan yang benar-benar sama

Kelemahan angket :

- Responden sering tidak teliti dalam menjawab sehingga ada pertanyaan yang terlewat tidak terjawab, padahal sukar diulangi diberikan kembali kepadanya
- Seringkali sukar dicari validitasnya
- Walaupun dibuat anonim, kadang-kadang responden dengan sengaja memberikan jawaban yang tidak betul atau tidak jujur
- Seringkali tidak kembali, terutama jika dikirim lewat pos
- Waktu pengembaliannya tidak bersama-sama, bahkan kadang-kadang ada yang terlalu lama sehingga lambat (Suharsimi, 1988:141)

Angket ada dua macam yaitu *favourable* dan *unfavourable*. *Favourable* artinya pernyataan sikap yang berisi atau mengatakan hal-hal yang positif mengenai objek sikap, yaitu kalimatnya bersifat mendukung atau memihak pada objek sikap. *Unfavourable* artinya pernyataan sikap mungkin pula berisi hal-hal yang negatif mengenai objek sikap, yaitu yang bersifat tidak mendukung ataupun kontra terhadap objek sikap yang hendak diungkap (Azwar, 2003).

Untuk mengukur Prokrastinasi akademik dan prestasi akademik, maka peneliti menyusun skala sikap model Likert (metode skala rating yang dijumlahkan) yang telah dimodifikasi. Bentuk angket dalam penelitian ini adalah pilihan dengan menggunakan 4 alternatif jawaban, yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Jawaban ragu-ragu ditiadakan untuk mendapatkan kepastian jawaban dari responden antara setuju atau tidak setuju sehingga diharapkan ada penguatan dan tidak ada jawaban yang setengah-setengah. Adapun penilaiannya berdasarkan pernyataan *favourable* dan *unfavourable* sebagai berikut :

1. Untuk pernyataan *favourable*, Skor 4 untuk jawaban SS, Skor 3 untuk jawaban S, Skor 2 untuk jawaban TS, Skor 1 untuk jawaban STS
2. Untuk pernyataan *unfavourable*, Skor 1 untuk jawaban SS, Skor 2 untuk jawaban S, Skor 3 untuk jawaban TS, Skor 4 untuk jawaban STS

Metode pengumpulan data adalah cara yang digunakan peneliti untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam penelitian

Tabel I**Blueprint prokrastinasi akademik**

Variabel	Aspek	Indikator	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Prokrastinasi akademik	Prilaku penangguhan	Penolakan terhadap tugas yang dianggap sulit	1, 3, 5	2, 4, 6
		Kemalasan	7, 9, 11	8, 10, 12
	Prilaku dibawah standar	Tidak percaya diri	13, 15, 17	14, 16, 18
		Manajemen waktu yang rendah	19, 21, 23	20, 22, 24
	Tugas yang dianggap penting	Perfeksionis (sikap menuntut kesempurnaan)	25, 27, 29	26, 28, 30
		Ketergantungan pada orang lain	31, 33, 35	32, 34, 36
	Kerisauan emosional/kepercayaan yang tidak rasional	Kesulitan dalam membuat keputusan	37, 39, 41	38, 40, 42
		Kecemasan	43, 45, 47	44, 46, 48

H. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Uji Validitas alat ukur bertujuan untuk mengetahui sejauhmana skala yang digunakan mampu menghasilkan data yang akurat sesuai tujuan ukurnya (Azwar,2000).

Suatu tes dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakannya tes tersebut. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauhmana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji coba terpakai yaitu penelitian langsung dijadikan sebagai dasar analisa.

Rumus uji coba validitas yang digunakan adalah rumus korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson rumusnya adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N(\sum x^2) - (\sum x)^2\} \{N(\sum y^2) - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien Korelasi Product Moment

N = Jumlah Subyek

$\sum x$ = Jumlah Nilai Tiap Butir

$\sum y$ = Jumlah Nilai Total Butir

$\sum xy$ = Jumlah Perkalian Antara Skor Butir Dengan Skor Total

$\sum x^2$ = Jumlah Kuadrat Skor Butir

$\sum y^2$ = Jumlah Kuadrat Skor Total

Apabila hasil dari korelasi item dengan total item satu faktor didapatkan probabilitas (P) $< 0,050$, maka dikatakan signifikan dan butir – butir tersebut dianggap sah atau valid untuk taraf signifikansi 5%, sebaliknya jika didapatkan probabilitas (P) $> 0,050$, maka disebut tidak signifikan dan butir-butir dalam angket tersebut dinyatakan tidak sah atau tidak valid.

Jika teknik analisis data ini tidak sesuai dengan data penelitian maka Pengolahan data dan penghitungan validitas akan menggunakan bantuan komputer program SPSS 11.0 for Windows

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan konsistensi atau keterpercayaan hasil pengukuran suatu alat ukur. Hal ini ditunjukkan konsistensi skor yang diperoleh subjek yang diukur dengan alat yang sama (Suryabrata, 2000). Reliabilitas dinyatakan dalam koefisien, dengan angka antara 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien mendekati angka 1,00 berarti reliabilitas alat ukur semakin tinggi. Sebaliknya reliabilitas alat ukur yang rendah ditandai oleh koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0 (Azwar, 1999). Dalam penelitian ini uji reliabilitas menggunakan rumus uji reliabilitas dalam penelitian ini adalah menggunakan Analisa Alpha Cronbach

Rumusnya :

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum S^2 j}{S^2 x} \right]$$

keterangan :

α = Koefisien Reliabilitas Alpha

k = Banyaknya Belahan

$S^2 j$ = Varians Skor Belahan

$S^2 x$ = Varians Skor Total

Untuk mendapatkan nilai varian rumusnya adalah :

$$S^2 = \frac{\sum x^2 - (\sum x)^2 / N}{N}$$

Jika teknik analisis data ini tidak sesuai dengan data penelitian maka Pengolahan data dan penghitungan reliabilitas akan menggunakan bantuan komputer program SPSS 11.0 for Windows

I. Teknik Analisa Data

Analisis data dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik, maka dalam perhitungannya menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :
 - a. Mencari Mean, rata-rata dari nilai keseluruhan. Mean adalah jumlah seluruh angka dibagi banyaknya angka yang dijumlahkan.

$$M = \frac{\sum fx}{N}$$

- b. Mencari variabilitas dengan Deviasi rata-rata, Varians dan deviasi Standar

1. Deviasi rata-rata : $\frac{\sum f(X - M)}{N}$

2. Varians : $S^2 = \frac{\sum f(X - M)^2}{N - 1}$

3. Deviasi Standar : $S = \sqrt{\frac{\sum f(X - M)^2}{N - 1}}$

2. Untuk mengetahui korelasi antara dua variable, maka digunakan rumus korelasi product moment. Penggunaan rumus ini karena penelitian ini mengandung dua variable dan fungsinya untuk mencari hubungan diantara keduanya. Adapun rumusnya sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan :

N = jumlah responden

x = variable yang diperoleh tentang Prokrastinasi akademik

y = variable yang berisi tentang Prestasi Belajar

r_{xy} = korelasi product moment

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

1. Sejarah Singkat MTs Surya Buana

Obyek dalam penelitian ini adalah Mardasah Tsanawiyah Surya Buana Malang, yang bernaung di bawah Yayasan Bahana Cita Persada yang bertempat di Jl. Gajayana IV/631 Malang Telp. (0341) 574185, 562212, kelurahan Dinoyo, kecamatan Lowokwaru, kota Malang.

Madrasah Tsanawiyah Surya Buana, merupakan lembaga pendidikan formal. Didirikan pada hari selasa, tanggal 5 Maret 1996. Oleh Eko Handoko Wijaya, SH. Notaris di Malang. Dengan dihadiri oleh para saksi, diantaranya:

1. Dra. Sri Istuti Mamik, bertempat tinggal di Jl Gajayana Gang IV no 631 Malang.
2. Drs. H. Abdul Djalil, Kepala Madrasah Tsanawiyah Negeri Malang I, bertempat tinggal di Jl. Terusan Sigura-gura blok C no 84 Malang
3. Drs Med. Elvin Fajrul Jaya Saputra. Bertempat tinggal di Jl. Gajayana Gang I no 631 Malang.

(Sumber: Dokumentasi, Akta Peresmian MTs Surya Buana Malang, No 57)

Pada hari itulah akhirnya didirikan sebuah badan hukum yang berbentuk yayasan, bernama "YAYASAN BAHANA CITA PERSADA" berkedudukan di Malang dan dibangun pada lahan seluas $\pm 500 \text{ m}^2$ dengan luas bangunan 200 m^2 sedangkan luas halaman dan taman sekolah 300 m^2 . Maksud pendirian yayasan

ini telah dipisahkan dan disendirikan untuk menjadi pokok kepunyaan dan pangkal kekayaan dari yayasan, uang tunai sebesar Rp. 1.000.000.

Madrasah Tsanawiyah Surya Buana didirikan terhitung sejak Tahun 1996 untuk jangka waktu yang tidak ditentukan lamanya dan berkedudukan di Malang, dengan alamat kantor yang pertama di Jl. Gajayana Gang IV No 631 Malang. Dengan cabang-cabang atau perwakilan-perwakilan di tempat-tempat lain sebagaimana akan ditetapkan oleh dewan pengurus.

2. Metode Pembelajaran MTs Surya Buana

a. Prinsip dasar pendidikan pada umumnya adalah:

1. Suasana belajar yang menyenangkan dan sekolah adalah rumah bagi anak
2. Siswa sebagai subyek dalam proses belajar mengajar
3. kebahagiaan anak adalah landasan seluruh program
4. Variasi metode pengajaran
5. Penghargaan terhadap kemajemukan kemampuan siswa

b. Sasaran pendidikan

1. Agama
2. Daya pikir (kecerdasan)
3. Daya cipta (kreativitas)
4. Sosialisasi dan emosi
5. Perkembangan moral dan akhlaq
6. Disiplin
7. Kemandirian
8. Komunikasi

c. Prinsip dasar pengajaran di MTs Surya Buana

Dalam rangka mengembangkan sistem pengajaran yang dapat mengembangkan pemikiran dan menyenangkan siswa, maka prinsip dasar yang diterapkan adalah sebagai berikut.

- ☛ Mengemas materi sedemikian rupa sehingga mudah dipahami, menyenangkan, dan dapat mengaktifkan siswa dalam proses belajar mengajar
- ☛ Memanfaatkan lingkungan sebagai sumber belajar, sehingga siswa dapat belajar secara kongret, mengenai pada pemikiran, dan bermanfaat bagi kepentingan siswa
- ☛ Membuat alat peraga yang dapat membuat pelajaran lebih bermakna bagi siswa
- ☛ Memanfaatkan keberagaman kemampuan siswa untuk saling berkomunikasi, saling belajar, dan mengajari sehingga dapat membentuk situasi yang membuat siswa merasa dihargai baik yang upper maupun yang lower
- ☛ Memanfaatkan isi materi untuk membentuk pengalaman praktis siswa

d. Metode Pengajaran yang dikembangkan

1. Pengajaran pendekatan alam (*back to natural learning*)
2. Pengajaran personal model
3. Diskusi kelas (*class discuss*)
4. Peta konsep (*concept map*)
5. Problem Solving
6. Pengajaran dengan bentuk komik ilmiah
7. Pengajaran dengan pendekatan praktek

8. Pengajaran dengan pendekatan bermain peran

e. Sistem sekolah

Untuk mewujudkan keberhasilan dalam proses belajar mengajar dan meningkatkan prestasi siswa secara maksimal, maka MTs Surya Buana menggunakan sistem kelas kecil. Dalam hal ini, dalam satu kelas dibatasi sebanyak 24-30 orang siswa. Sedangkan waktu belajar, MTs Surya Buana menerapkan Full Day School (pukul 06.45-15.00 WIB) dengan mengintegrasikan bimbingan belajar pengajaran komputer pada siswa.

B. Peran dan fungsi lembaga

Madrasah Tsanawiyah Surya Buana Malang mempunyai tujuan untuk membina kader umat yang berbudi luhur bebadan sehat, berpengetahuan luas dan berfikir bebas serta bertanggung jawab atas terwujudnya masyarakat adil dan makmur yang diridhoi Allah SWT.

Untuk mencapai tujuan tersebut lembaga ini membentuk kehidupan yang sesuai dengan fitrah kemanusiaan dengan paduan yang harmonis antara aspek dunia dan akhirat, individual dan sosial serta iman, ilmu dan karya kemanusiaan dalam menuju tercapainya kebahagiaan hidup di dunuia maupun akhirat.

Menyadari akan hak dan kewajiban serta peran sebagai seorang muslim dan sekaligus sebagai warga negara Indonesia, maka lembaga ini bertekad untuk mewujudkan nilai-nilai ke- Tuhanan Yang Maha Esa, kemanusiaan yang adil dan beradab, persatuan Indonesia, kerakyatan yang dipimpin oleh hikmah dalam permusyawaratan perwakilan, serta mewujudkan keadilan sosial bagi seluruh rakyat Indonesia dalam rangka mengabdikan kepada Allah SWT.

Arah manajemen MTs Surya Buana adalah usaha mewujudkan visi dan misi madrasah. Adapun visi, misi dan tujuan MTs Surya Buana Malang adalah sebagai berikut:

Visi MTS Surya Buana adalah unggul dalam prestasi, terdepan dalam inovasi, dan maju dalam kreasi.

Misi MTs Surya Buana adalah sebagai berikut:

1. Membentuk perilaku berprestasi pada siswa
2. Membentuk pola pikir yang kritis dan kreatif
3. Mengembangkan pola pengajaran yang inovatif
4. Mengembangkan kerativitas siswa
5. Menumbuhkan penghayatan agama untuk membentuk siswa yang berakhlakul karimah
6. mengembangkan tradisi berfikir yang ilmiah didasari oleh kemantapan penghayatan dan pengalaman nilai-nilai agama Islam
7. Menumbuhkembangkan sikap disiplin dan bertanggung jawab dalam masyarakat

Tujuan MTs Surya Buana adalah:

1. Memperoleh prestasi yang baik
2. Membentuk siswa menjadi cendekiawan muslim yag menguasai ilmu pengetahuan, teknologi, seni, berakhlakul karimah
3. membentuk pola pengajaran yang dapat mengaktifkan dan melibatkan siswa secara maksimal
4. membentuk kegiatan yang dapat membangun kreativitas individu siswa
5. membentuk lingkungan islami yang kondusif bagi siswa

6. membangun kompetisi berilmu, beramal, dan berfikir ilmiah
7. membentuk lingkungan islami berwawasan ilmiah

Untuk mengarah pada visi, misi dan tujuan yang telah ditetapkan maka di susun:

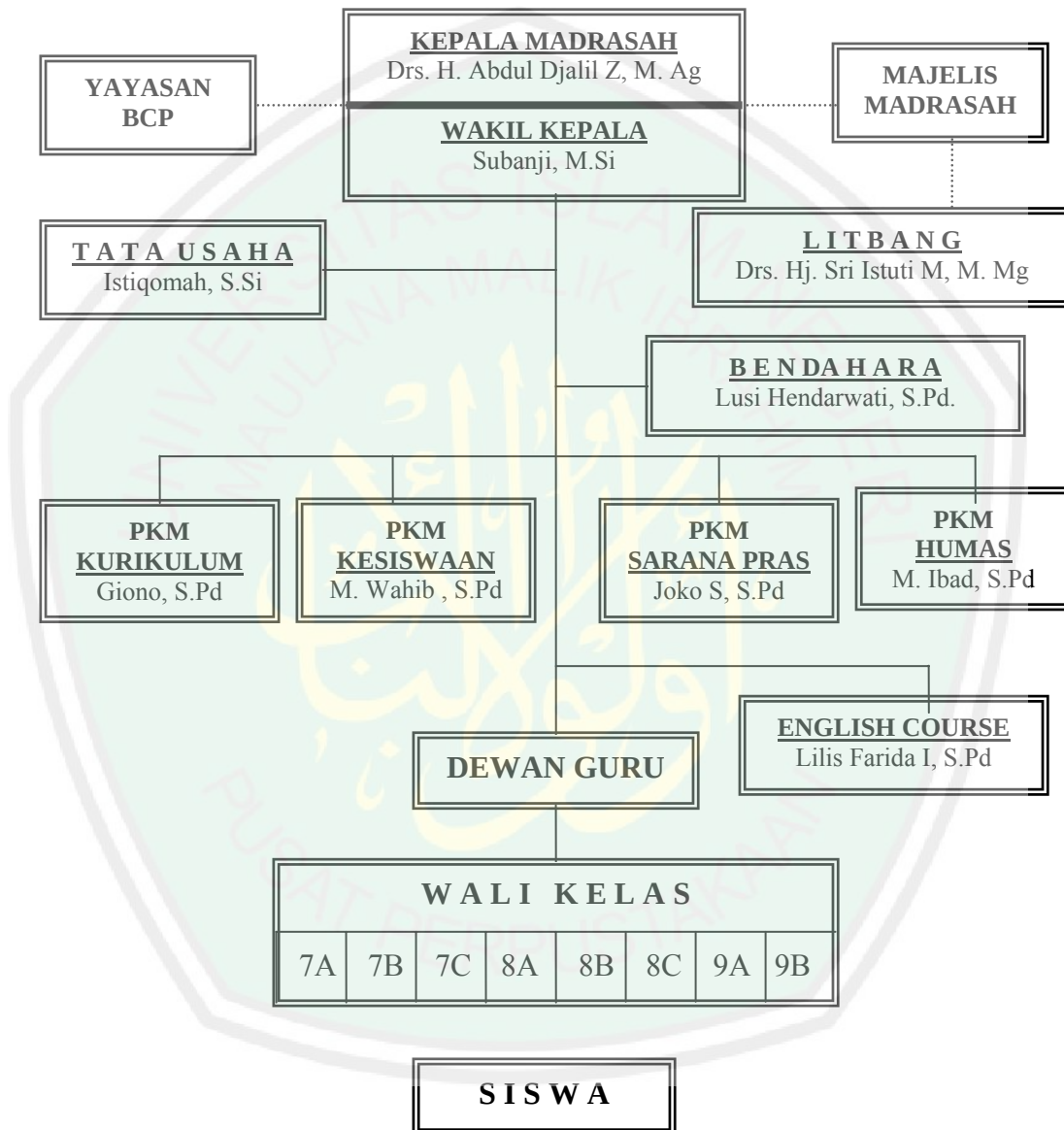
- ☛ Perencanaan
- ☛ Pengorganisasian
- ☛ Pelaksanaan kegiatan
- ☛ Monitoring dan evaluasi
- ☛ Mengadakan pengawasan terhadap kegiatan yang kesemuanya itu merupakan serangkaian kegiatan manajemen yang sangat sederhana

C. Stuktur organisasi

Struktur Organisasi Madrasah

Kepala sekolah	:Drs. H. Abdul Djalil Zuhri, M. Ag (Mantan Kepala MIN Malang I, Mantan Kepala MTsN Malang I, Mantan Kepala MAN Malang 3)
Wakil Kepala	:Subanji, S. Pd. , M. Si (Dosen Universitas Negeri Malang)
Tim Pengembang	: Dra. Hj. Sri Astutik Mamik, M.Ag (Kepala MTs Negeri Malang I)
PKM Kurikulum	: Giono, S.Pd.

**STRUKTUR ORGANISASI
MADRASAH TSANAWIYAH SURYA BUANA
TAHUN PELAJARAN 2005/2006**



D. Personalia dan ketenagaan

NO	NAMA	INSTANSI / FUNGSI	JABATAN DALAM MAJELIS
1	Dra. Hj. Sri Istuti Mamik, M.Ag.	Kepala MtsN Malang I	Penasehat
2	Drs. H. Abdul Djalil Z, M.Ag	Kepala MTs Surya Buana	Penasehat
3	Ellys Supranoto, SH.	Wali Murid	Ketua
4	Subanji, M.Si	MTs Surya Buana	Sekretaris
5	Lusi Hendarwati, S.Pd.	MTs Surya Buana	Bendahara
6	Ir. Imam Suryo, M.S	UNIBRAW/Wali Murid	Ketua Komisi I
7	Giono, S. Pd	MTs Surya Buana	Anggota
8	Dr. Jaluddin	Wali Murid	Ketua Komisi II
9	M. Maburur, S.Ag	MTs Surya Buana	Anggota
10	Ir. Ermanu Ahzizul Hakim, MT	UMM/Wali Murid	Ketua Komisi III
11	Joko Suwarno, S. Pd	MTs Surya Buana	Anggota
12	Drs. M. Arifin	Tokoh masyarakat	Ketua Komisi IV
13	Istiqomah, S.Si	MTs Surya Buana	Anggota

NO	NAMA	Tgl, Bln, Thn Masuk	PENDIDIKAN	JABATAN	MATA PELAJARAN
1	Drs. H. Abdul Djalil, M. Ag	01/01/1999	S2 Magister Agama UMM	Kepsek	-
2	Subanji M. Si	01/01/1999	S1 Matematika ITB	Wa Kepsek	Matematika
3	Joko Suwarno. S. Pd	20/09/2004	S1 Matematika UM	PKM Sar Pras	Matematika
4	Giono S. Pd	01/01/1999	S1 Kimia IKIP	PKM Kurikulum	Fisika
5	Misbahul Ibad. Spd	20/09/2004	S1 Matematika UM	PKM Humas	Matematika
6	Rudiyanto. S. Pd	03/07/1999	S1 Biologi IKIP	Guru	Biologi
7	M. Wahib Dariadi S. Pd	17/07/2005	S1 Bahasa Arab	PKM Kesiswaan	Bahasa Arab, SKI
8	Yuli Athitroh. S. Pd	03/07/1999	S1 Bahasa Inggris IKIP	Guru	Bahasa Inggris
9	Lilis Faridah S. Pd`	19/07/2005	S1 Bahasa Inggris UM	Guru	Bahasa Inggris
10	Lusi Hendarwati`	17/03/2000	S1 Ekonomi	Bendahara	Ekonomi
11	Muttaqin. S. Pd	19/07/2005	S1 Tarbiah STAIN	Guru	Qur'an Hadist
12	Siti Zubaidah. S. Pd	17/07/2001	S1 Geografi IKIP	Guru	Geografi
13	Endang Supriadin S.Si	15/12/2000	S1 bahasa inggris stain	Guru	Kertakes
14	Dewi Faizah. S.Pd	17/07/2001	S1 Biologi IKIP	Guru	Biologi
15	Yayuk Eka W. S. Pd	14/11/2005	S1 Bahasa Inggris UM	Guru	Bahasa Inggris
16	Diyah agustin S.Pd	17/07/2001	S1 Bahasa Indonesia IKIP	Guru	Bahasa Indonesia
17	Uswatun Khasanah. S. Psi	17/06/2002	S1 Psikologi STAIN	Guru	BK
18	Mabrur S.Ag	20/11/2001	S1 Tarbiah IAIN	Guru	Aqidah Akhlaq
19	M. Kharisudin. S.Si	17/06/2002	S1 Ekonomi UMM	Perpustakaan	-
20	Hamim Mas'ud	05/01/2002	S1 Penjaskes	Guru	Penjaskes
21	Istiqomah S. Si	05/01/2002	S1 Biologi	Guru	Biologi

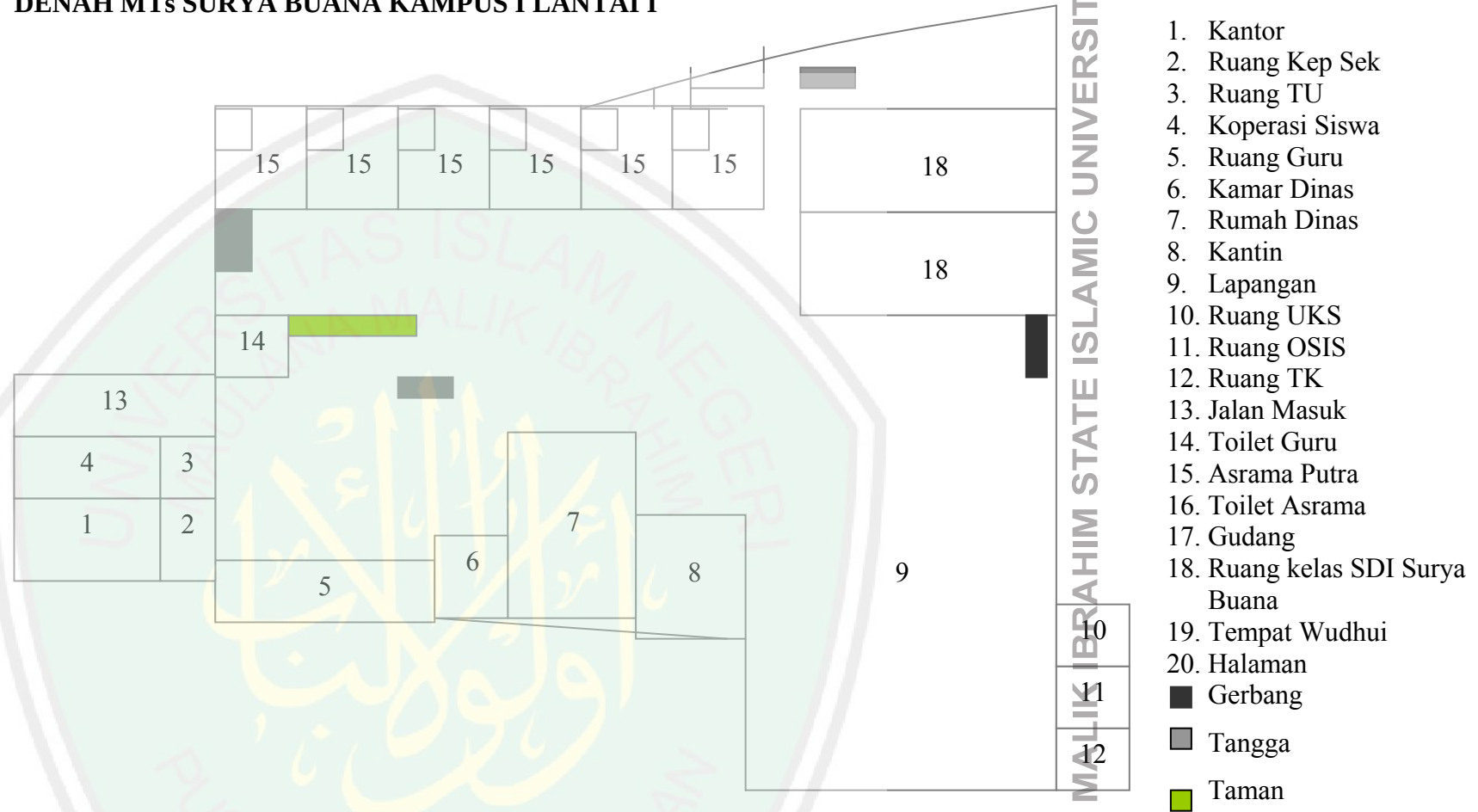
E. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana merupakan media penunjang untuk kegiatan belajar mengajar. Di Mts Surya Buana sarana dan prasarana yang dimiliki antara lain:

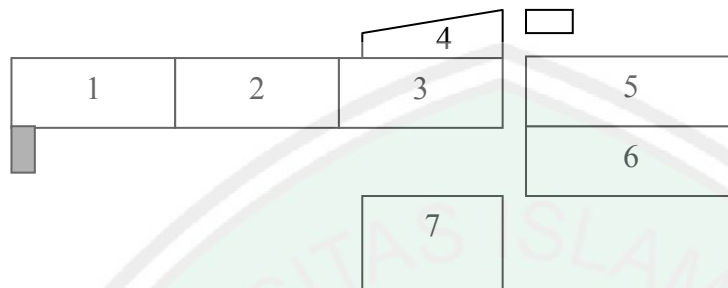
NO	KETERANGAN	JUMLAH
1	Kelas sebagai tempat belajar	13 Ruang
2.	Ruang Kepala Sekolah	1 Ruang
3.	Ruang Tata Usaha	1 Ruang
4.	Ruang Tamu	1 Ruang
5	Ruang Guru	1 Ruang
6	Ruang UKS	1 Ruang
7	Ruang Koperasi	1 Ruang
8	Ruang Perpustakaan	1 Ruang
9	Musholla	1 Ruang
10	Kantin	1 Ruang
11	Dapur	2 Ruang
12	MCK Siswa	2 Lokasi
13	MCK Guru	1 Ruang
14	Tempat parkir	1 Ruang
15	Lapangan	1 Ruang
16	Tempat Out Bont	1 Ruang
17	Rumah dinas	1 buah

Denah Lokasi

DENAH MTs SURYA BUANA KAMPUS I LANTAI I



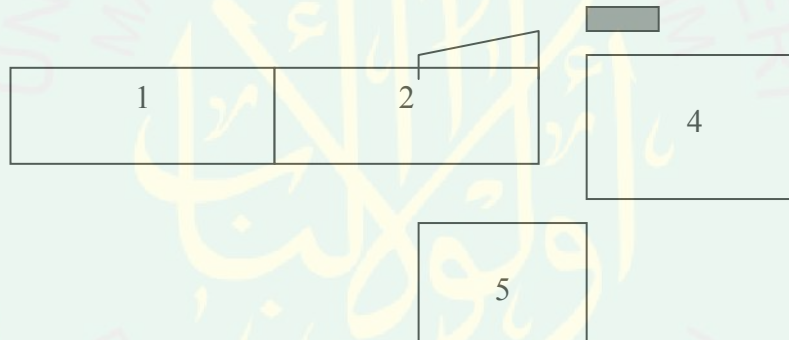
DENAH MTs SURYA BUANA KAMPUS I LANTAI II



KETERANGAN :

1. Asrama Putra
2. Ruang Perpustakaan
3. Ruang Lap. MIPA
4. Toilet Putri
5. Ruang Kelas VII C
6. Ruang Kelas VII A
7. Kamar Dinas
-  Tangga

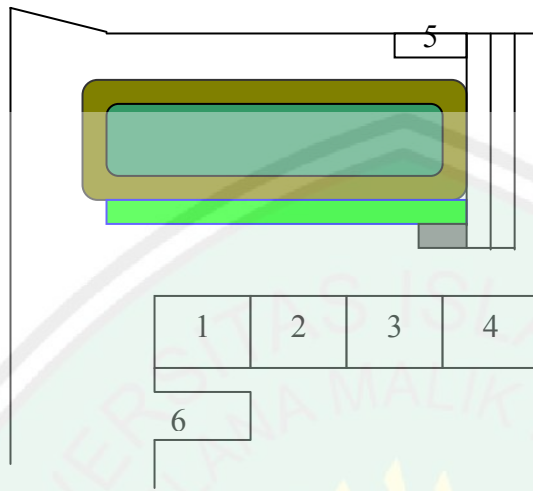
DENAH MTs SURYA BUANA KAMPUS I LANTAI 3



KETERANGAN:

1. Ruang Kelas III
2. Ruang Kelas VIII B
3. Toilet Putra/Tempat Wudhu
4. Musholla
-  Taman
-  Tangga

DENAH MTs SURYA BUANA KAMPUS 2



KETERANGAN:

1. Ruang kelas SDI Surya Buana
 2. Ruang kelas SDI Surya Buana
 3. Ruang kelas SDI Surya Buana
 4. Ruang kelas SDI Surya Buana
 5. Toilet 2 Lokal
 6. Parkir
-  Jembatan
 Tangga
 Taman
 Sungai
 Lapangan

B. PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA

1. Validitas Item Prokrastinasi

Setelah dilakukan uji validitas untuk prokrastinasi dengan komputasi SPSS 11.0 dari 48 item, terdapat 34 item yang dinyatakan valid dan 14 item dinyatakan tidak valid/gugur (6,7,12,15,16,18,25,26,32,35,36,38,43,45). Item yang valid mempunyai nilai r hitung lebih besar daripada nilai r tabel yaitu (0,3).

2. Reliabilitas Item Prokrastinasi

Dari hasil penghitungan reliabilitas skala prokrastinasi akademik diperoleh dengan skor Alpha sebesar (0,8326). Butir-butir angket dikatakan reliabel apabila nilai Alpha dari setiap item lebih besar dari r tabel (0,3). Oleh karena itu dari skor yang didapat dari keduanya dapat dikatakan sudah memenuhi standar reliabilitas/ keduanya dianggap Reliable dengan taraf signifikansi yang diambil 0,05.

Pengukuran reliabilitas juga dengan menggunakan bantuan komputasi SPSS 11.0 for Windows. Program uji keandalan dengan menggunakan teknik Alfa Cronbach.

Tabel II

Uji Reliabilitas Variabel Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Belajar

NO	VARIABEL	ALPHA	R TABEL	KETERANGAN	KRITERIA
	Prokrastinasi	0,8326	0,3	Sig<0,05	Reliabel

Dari data diatas diketahui bahwa semua variable pernyataan adalah statistik karena mempunyai nilai alpha lebih besar dari r tabel (0,3).

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan metode analisis statistik *Product Moment Karl Pearson* dengan rumus :

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N(\sum x^2) - (\sum x)^2\}\{N(\sum y^2) - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien Korelasi *Product Moment*

N = Jumlah Responden

$\sum x$ = Jumlah Nilai Tiap Butir

$\sum y$ = Jumlah Nilai Total Butir

$\sum xy$ = Jumlah Perkalian Antara Skor Butir Dengan Skor Total

x^2 = Jumlah Kuadrat Skor Butir

y^2 = Jumlah Kuadrat Skor Total

4. Hubungan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar

Tabel III

Hasil Korelasi *Pearson* prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar

Correlations

		X	Y
X	Pearson Correlation	1.000	-.701**
	Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	43	43
Y	Pearson Correlation	-.701**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	43	43

** . Correlation is significant at the 0.01 level

Hipotesis

H_o = Tidak ada hubungan (korelasi) antara dua variabel

H_a = Ada hubungan (korelasi) antara dua variabel

Dasar pengambilan keputusan berdasarkan probabilitas

Jika probabilitas $> 0,05$ (0,01), maka H_0 diterima

Jika probabilitas $< 0,05$ (0,01), maka H_0 ditolak

Keputusan :

Ada korelasi negatif yang signifikan ($r -0.701$; dengan $\text{sig} < 0,05$) antara variabel variabel prokrastinasi akademik dengan variable prestasi belajar yaitu 0,000 dan nilai signifikansinya sig (2-tailed) adalah dibawah/lebih kecil dari 0,05/0,01 (nilai adalah 0,000).

5. Norma dan Standar Deviasi

Penghitungan norma dilakukan untuk melihat tingkat prokrastinasi akademik dan prestasi belajar sehingga dapat diketahui tingkatannya apakah tinggi, sedang, atau rendah. Rumus penghitungan norma dapat dicari dengan menghitung terlebih dahulu nilai mean dan standart deviasi dari masing-masing data.

Rumusnya adalah

$$M = \frac{\sum fx}{N}$$

$$SD = \sqrt{\frac{\sum f(X - M)^2}{N - 1}}$$

M = Mean

X = Nilai responden

f = Frekwensi

N = Jumlah responden

a. Norma Prokrastinasi Akademik

Setelah data diolah dengan komputer program SPSS 11.00 for windows.

Maka dapat diketahui Standar Deviasi X seperti tabel dibawah ini.

Tabel IV

Nilai Rata-rata dan Standar Deviasi Variabel prkorastinasi dan prestasi belajar

Statistics		X	Y
N	Valid	43	43
	Missing	0	0
Mean		114.14	71.56
Std. Deviation		11.57	7.75

Sumber data: SPSS setelah diolah

$$M = 114.14$$

$$SD = 11.57$$

$$\text{Tinggi} = (M + 1 \text{ SD}) < X$$

$$\text{Sedang} = (M - 1 \text{ SD}) < X < (M + 1 \text{ SD})$$

$$\text{Rendah} = X < (M - 1 \text{ SD})$$

$$\text{Tinggi} = 125.71 < X = 9 = 20.93\%$$

$$\text{Sedang} = 102.57 < X < 125.71 = 31 = 72.09\%$$

$$\text{Rendah} = X < 102.57 = 3 = 6.98\%$$

Tabel V
Proporsi Tingkat Prokrastinasi Akademik

	frekuensi	%
>125.71	9	20.93%
125.71>x>102.57	31	72.09%
<102.57	3	6.98%
	43	100%

Sumber data: SPSS setelah diolah

Dari tabel di atas dapat diketahui dari 43 responden yang berpartisipasi terdapat 9 siswa atau 20,93 % mempunyai tingkat prokrastinasi yang tinggi, 31 siswa atau 72.09 % mempunyai tingkat prokrastinasi sedang dan 3 siswa atau 6.98% mempunyai tingkat prokrastinasi yang rendah. Sehingga dari hasil diatas dapat diketahui tingkat prokrastinasi yang tertinggi ada pada kategori sedang maka siswa kelas 3 di MTs Suryabuana Malang rata-rata mempunyai tingkat prokrastinasi sedang. Hal ini ditunjukkan dengan skor 72.09 % terbesar, dimana skor ini memiliki nilai yang lebih besar dibandingkan dengan dua kategori lainnya yang mendapat 6.98 % untuk kategori rendah dan 20.93 % untuk kategori tinggi.

b. Norma Prestasi Belajar

Setelah data diolah dengan komputer program SPSS 11.00 for windows.

Maka dapat diketahui Standar Deviasi Y seperti tabel dibawah ini.

Tabel VI
Nilai Rata-rata dan Standar Deviasi Variabel Prestasi Belajar

Statistics		X	Y
N	Valid	43	43
	Missing	0	0
Mean		114.14	71.56
Std. Deviation		11.57	7.75

Sumber data : SPSS setelah diolah

$$M = 71.56$$

$$SD = 7.75$$

$$\text{Tinggi} = (M + 1 \text{ SD}) < X$$

$$\text{Sedang} = (M - 1 \text{ SD}) < X < (M + 1 \text{ SD})$$

$$\text{Rendah} = X < (M - 1 \text{ SD})$$

Tinggi	= 79.31	< X	= 6	= 13.95%
Sedang	= 63.8	< X < 79.31	= 33	= 76.74%
Rendah	=	X < 79.31	= 4	= 9.31%

Tabel VII
Proporsi Tingkat Prestasi Belajar

Nilai	frekuensi	%
>79.31	6	13.95%
79.31 > x > 63.8	33	76.74%
<63.8	4	9.31%
	43	100%

Sumber data: SPSS setelah diolah

Dari tabel di atas dapat dilihat dari 43 responden yang berpartisipasi terdapat 6 siswa atau 13.95 % kategori prestasi belajarnya tinggi, 33 siswa atau

76.74% kategori prestasi belajarnya sedang dan 4 siswa atau 9.31% kategori prestasi belajarnya rendah. Sehingga dari hasil diatas dapat diketahui tingkat prestasi belajar yang tertinggi ada pada kategori sedang maka siswa kelas 3 di MTs Suryabuana Malang rata-rata mempunyai tingkat prestasi belajar sedang. Hal ini ditunjukkan dengan skor 76.74% terbesar, dimana skor ini memiliki nilai yang lebih besar dibandingkan dengan dua kategori lainnya yang mendapat 9.31 % untuk kategori rendah dan 13.95% untuk kategori tinggi.

B. PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian diatas menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar siswa. Dari 43 responden rata-rata menunjukkan prokrastinasi akademik yang sedang yaitu 72.09% dan 6.98% rendah, gambaran tersebut terlihat timpang dan ironi karena para siswa semangat belajarnya hanya beberapa persen saja yang tinggi. Seharusnya dengan semakin ketatnya persaingan baik dalam pendidikan maupun perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin cepat berubah maka mereka harus selalu meningkatkan kualitas belajarnya agar mereka tidak tertinggal dan bisa dengan mudah mengikuti perkembangannya sehingga nilai belajar atau prestasinya bisa meningkat.

Semangat belajar yang tinggi memang tidak dimiliki oleh setiap siswa tetapi hal tersebut mutlak diperlukan dan diupayakan apalagi dengan standarisasi kelulusan yang di pakai oleh pemerintah sangat tinggi sekali dan tiap tahun hal tersebut dimungkinkan selalu berubah lebih tinggi, kalau pada tahun ajaran 2005/2006 seorang siswa dikatakan lulus jika tiap bidang studi yang di UAN-kan harus 4,51 dan rata keseluruhan harus 4,51. Untuk tahun 2006/2007 standarisasi kelulusan berubah hal tersebut berdasarkan surat edaran dari Kanwil Provinsi Jawa Timur no Kw.13.4/5/PP.00/3477/2006 dan Peraturan menteri pendidikan nasional no. 45/2006 tanggal 13 November 2006 tentang ujian nasional tahun pelajaran 2006/2007 dengan standarisasi kelulusan nilai rata-rata 5,00 dengan tidak ada nilai dibawah 4,25. Hal tersebut perlu perhatian secara cermat oleh peserta didik dan guru sebagai pendidik yang secara langsung bersentuhan dengan siswa juga penyelenggara pendidikan kususny di MTs Suryabuana Malang.

Ketidakberhasilan dalam pendidikan disebabkan oleh banyak faktor diantaranya adalah adanya prokrastinasi para peserta didik yang dapat dikatakan menunjukkan pada level yang mencemaskan yaitu 20.9% tinggi dan 72.09% sedang, dan 6.98% rendah, dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa rata-rata para siswa melakukan prokrastinasi akademik. Hal tersebut bisa disebabkan misalnya oleh penundaan terhadap pengumpulan tugas-tugas akademik, penolakan terhadap materi tugas yang sulit ataupun dikarenakan oleh ketidakmampuan dalam mengelola waktu sehingga prestasi yang diharapkan tidak tercapai atau rendah, hal tersebut sebagaimana yang diungkapkan oleh Watson.(Ferrari, 1984)

Untuk mencapai hasil atau prestasi belajar sebagaimana yang diharapkan maka semua pihak baik siswa, guru, orang tua, lingkungan masyarakat juga pemerintah harus berperan aktif dalam usaha mensukseskan tujuan pendidikan Nasional secara umum dan pendidikan secara khusus di MTs.Suryabuana Malang. Semua komponen tersebut hendaknya saling mengisi dan mendorong sehingga tujuan tersebut bisa diicapai. Sekolah hendaknya melayani dan memotivasi siswa untuk meningkatkan belajarnya dan membimbing siswa dalam semua kesulitan akademik yang dialami oleh siswa. Kondisi yang dirasa kurang menyenangkan bagi siswa bisa menjadi pemicu dilakukannya tindakan prokrastinasi siswa. Penataan dan pengemasan lingkungan dan situasi belajar yang menyenangkan mutlak untuk diupayakan karena keberhasilan dalam satuan pendidikan dan belajar sangat tergantung dengan hal tersebut.

Pola hubungan antara guru dan murid hendaknya tidak dibuat kaku dan terkesan ada jarak yang lebar, sehingga murid akan mudah dan nyaman dalam

menerima materi yang diberikan dan akan mudah terbuka dengan masalah yang dimilikinya untuk dibagi oleh gurunya. Guru seyogyanya bisa menjadi seorang motivator ulung bagi muridnya, yang memacu semangat belajar siswa disaat siswa tersebut mengalami kemalasan. Dalam memberikan motivasi terhadap siswa tidaklah mudah dan tidak semua guru bisa melakukannya, perlu adanya pendidikan dan pengetahuan yang luas tentang metode pemberian motivasi dan perlu juga adanya kekonsistenan dan pembiasaan.

Tetapi ada yang lebih penting dari hal tersebut dimana guru harus bisa menanamkan dalam diri individu dari siswa untuk bisa memotivasi dirinya sendiri dalam hal belajar dan usaha dalam meraih keberhasilan atau prestasi, karena motivasi intrinsik yang ditanamkan dalam individu dan dilatih secara baik dan ditunjang oleh hal-hal yang dapat menumbuhkan motivasi eksternal akan lebih bersifat permanen. Pemberian motivasi bisa dilakukan tidak hanya dengan memberikan hadiah yang berupa fisik saja tetapi support dan juga pujian yang juga tidak kalah pentingnya akan membekas dalam diri siswa sampai kapanpun.

Untuk menunjang pendidikan tidak hanya dengan memberikan motivasi belajar saja tetapi juga perlu adanya bantuan dan pengawasan dari guru dan orangtua di rumah untuk selalu mempersempit ruang gerak siswa terhadap perilaku menunda sebuah tugas atau pekerjaan baik disekolah atau dirumah. Hal tersebut dapat menjadi sebuah kebiasaan yang kurang baik dan pada akhirnya mereka bisa dikatakan menjadi seorang pemalas, lamban atau tidak bersemangat.

Hasil korelasi prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar menunjukkan angka sebesar -0.701 dengan $p = 0,000$ hal ini berarti bahwa hubungan antara keduanya adalah negatif tetapi signifikan karena $p < 0,050$ dikatakan negatif karena

hubungan antara kedua variable tidak linier yaitu jika variable X-nya tinggi maka variable Y-nya rendah dalam hal ini jika diketahui nilai prokrastinasinya tinggi maka nilai prestasi belajar akan rendah, dan dari hasil tersebut juga di ketahui koefisien determinannya sebesar $r^2 = -0,701^2 = 0,4914$ yang artinya ada sumbangan efektif 49,14% variabel prokrastinasi akademik terhadap prestasi belajar, jadi hasil capaian prestasi belajar siswa tersebut dipengaruhi paling tidak sebesar 49.14% sedang sisanya ditentukan oleh factor-faktor lain.

Berdasarkan uraian diatas menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik memiliki pengaruh terhadap prestasi belajar. Jadi keduanya mempunyai korelasi yang meyakinkan, yang artinya jika prokratinasi tinggi maka prestasi belajar rendah dan jika prestasi belajar tinggi maka prokrastinasi rendah.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

B. Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dicapai oleh peneliti diatas bisa disimpulkan dalam tiga hal sebagaimana yang terdapat dalam rumusan masalah pada bab pertama sebagai berikut :

- a. Tingkat prokrastinasi siswa kelas 3 MTs Suryabuana dari 43 responden yang berpartisipasi terdapat 9 siswa atau 20,93 % mempunyai tingkat prokrastinasi yang tinggi, 31 siswa atau 72.09 % mempunyai tingkat prokrastinasi sedang dan 3 siswa atau 6.98% mempunyai tingkat prokrastinasi yang rendah. Sehingga dari hasil diatas dapat diketahui tingkat prokrastinasi yang tertinggi ada pada kategori sedang maka siswa kelas 3 di MTs Suryabuana Malang rata-rata mempunyai tingkat prokrastinasi sedang. Hal ini ditunjukkan dengan skor 72.09 % terbesar, dimana skor ini memiliki nilai yang lebih besar dibandingkan dengan dua kategori lainnya yang mendapat 6.98 % untuk kategori rendah dan 20.93 % untuk kategori tinggi.
- b. Tingkat prestasi belajar siswa kelas 3 MTs Suryabuana diketahui dari 43 responden yang berpartisipasi terdapat 6 siswa atau 13.95 % kategori prestasi belajarnya tinggi, 33 siswa atau 76.74% kategori prestasi belajarnya sedang dan 4 siswa atau 9.31% kategori prestasi belajarnya rendah. Sehingga dari hasil diatas dapat diketahui tingkat prestasi belajar yang tertinggi ada pada kategori sedang maka siswa kelas 3 di MTs

Suryabuana Malang rata-rata mempunyai tingkat prestasi belajar sedang. Hal ini ditunjukkan dengan skor 76.74% terbesar, dimana skor ini memiliki nilai yang lebih besar dibandingkan dengan dua kategori lainnya yang mendapat 9.31 % untuk kategori rendah dan 13.95% untuk kategori tinggi.

- c. Dari analisis data tentang prokrastinasi akademik dan prestasi belajar dengan menggunakan analisis korelasi product moment dari karl person di dapat $r_{xy} < r_{\text{tabel}}$ yang berarti hipotesa yang berbunyi " adanya hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada siswa kelas 3 MTs. Suryabuana Malang " diterima. Hal ini berarti jika semakin tinggi prokrastinasi akademik maka semakin rendah tingkat prestasi belajarnya atau semakin rendah prokrastinasi akademik maka semakin tinggi tingkat prestasi belajar siswa.

C. Saran

Agar tujuan pendidikan nasional secara umum dan pendidikan di lingkungan MTs. Suryabuana dapat tercapai dan prestasi membanggakan bisa diraih maka perlu adanya masukan yang membangun bagi semua pihak yaitu:

1. Bagi sekolah, seharusnya bisa menjadi tempat yang tepat dalam usaha mengembangkan semangat akademis siswa dalam belajar juga sebagai tempat melatih motivasi diri untuk lebih meningkatkan belajar serta berlatih mentaati tatatertib yang berkaitan dengan tugas-tugas sekolah dengan cara menciptakan

suasana yang menyenangkan dalam proses belajar mengajar serta melakukan banyak kreasi dan inovasi pembelajaran sehingga siswa tidak merasa bosan.

2. Guru diharapkan mampu menjadi teladan yang baik bagi siswa dalam proses belajar mengajar disekolah dan juga guru sebagai mitra belajar siswa sekaligus motivator dan konselor siswa dalam segala masalah dan kebutuhan siswa sehingga siswa merasa nyaman belajar dengan gurunya juga guru harus bisa memahami dan mengarahkan siswa disaat siswa dalam masalah. Guru juga diharapkan kreatif dan inovatif dalam menciptakan metode pengajaran yang disukai siswa.
3. Orang tua diharapkan mendukung dengan penuh semua semua aktifitas siswa yang berhubungan dengan peningkatan kemampuan akaemisnya dengan memfasilitasi semua yang dibutuhkan siswa dalam mencapai tujuannya. Dukungan orangtua sangat bermanfaat untuk meningkatkan kepercayaan siswa terhadap kemampuannya karena siswa merasa ada yang menyertai sehingga ia menjadi nyaman dan tidak tersibukkan dengan fikiran-fikiran yang melemahkan semangatnya dalam belajar.
4. Individu atau siswa sangat diharapkan mampu memotivasi dirinya sendiri dan juga berusaha meningkatkan kesadaran akan pentingnya mentaati tata tertib khususnya yang berkaitan dengan tugas-tugas akademik sehingga tujuan utama dalam belajar dan cita-cita mudah tercapai. Diharapkan juga siswa berlatih untuk mengatur waktunya dengan setepat mungkin, karena manajemen waktu yang bagus bisa menjadi penawar dari kebiasaan prokrastinasi yang biasa dia lakukan.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian*, PT Rineka Cipta, Jakarta. 1998

Prosedur penelitian dan pendekatan praktek, Edisi Revisi, Rineka cipta, Jakarta, 1998

Azwar, Saifuddin, 1986. *Reliabilitas dan Validitas*, Liberty, Yogyakarta

, 2002. *Tes Prestasi*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta,

, 2002. *Pengukuran skala Sikap*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta.

, 2003. *Sikap Manusia Teori Dan Pengukurannya*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta.

Bahri, Syaiful Djamarah, 1994. *Prestasi Belajar dan Kompetensi Guru*. Usaha Nasional, Jakarta.

Burka, Jane B, 1983. *Procrastination (why you do it, what to do about it)*, Harper-Collins Publisher, New York.

DR Sue., Sue, S. 1986. *Understanding Abnormal Behavior*. 2nd ed. Boston: Houghton Raiffin Company.

Ferrari J, R dkk, 1995. *Procrastination and task avoidance*, Plenum Press, New York and London.

Furqon, Arif. *Pergeseran Sifat Konfensionalitas Pendidikan Nasional Indonesia*. Jurnal Ulul Albab, vol.5 nomor 1 Thn, Malang, 2004

Gufron, *Hubungan antara persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua dengan prokrastinasi akademik*, tesis (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologi UGM, Yogyakarta 2003

Haryu. *Hubungan antara pengasuhan islami dengan self regulated learning, Motivasi berpretasi dan prestasi belajar*. UGM (Tesis tidak diterbitkan). Yogyakarta, 2004

Hasymaini, Babby, *Prestasi Belajar Ditinjau Dari Kebiasaan Belajar Dan Pengisian Waktu Luang Pada Siswa Sekolah Dasar Karangwuni 1 Yogyakarta*. UGM (Tesis tidak diterbitkan)

Hayyinah. *Religiusitas dan prokrastinasi akademik mahasiswa*, Jurnal Psikologika. no 17 tahun IX Januari. Yogyakarta, 2004

Huda, M Nurul. *Korelasi Antara Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi pada Siswa MTs. Miftahul Ulum*, UIN (Skripsi tidak diterbitkan)

- Kartono, K, Dali Gulo, 2000. *Kamus Psikologi*, CV Pioner Jaya, Bandung,
- Kartono, K. 1996. *Pengantar Metodologi Riset Sosial*, CV Mandar Maju, Bandung,
- Koentjoro, *Pengaruh Achievement Motivation Training dan Jenis Kegiatan Mahasiswa terhadap Peningkatan Indeks Prestasi Mahasiswa. Laporan Penelitian*. Tidak Dipublikasikan. Fakultas Psikologi UGM Yogyakarta: 1990
- Maimun, Agus. *Nilai dan Pendidikan Nilai di Sekolah*. *Jurnal Ulul Albab*, vol 5 nomor 1 Thn, Malang, 2004
- Mulyadi, 1990. *Pengantar Psikologi Belajar*, Biro ilmiah Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Ampel, Malang, 1990
- Munadir, *Ensiklopedia Pendidikan*, UM Press, Malang. 2001
- Nana Sudjana, *Dasar-Dasar Belajar Mengajar*, Sinar Baru, Bandung, 1989
- Santoso, Singgih, *Buku Latihan SPSS Statistik Parametrik*, Elekmedia Media Komputindo, Jakarta, 2000
- Santoso, Singgih, Fandy Tjiptono, *Riset Pemasaran Konsep dan Aplikasi dengan SPSS*, PT Elekmedia Komputindo, Jakarta, 2001
- Sardiman A.M, *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta. , 2005
- Slameto, *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*, Rineka Cipta, Jakarta. , 2003
- Suryabrata, Sumadi, *Metodologi Penelitian*, Rajawali, Jakarta, 1998
- Suryabrata, sumadi. 2002. *Psikologi Pendidikan*, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Syah Muhibbin, 2003. *Psikologi Belajar*, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Widjaja Amin Tunggal, 1994. *Kunci sukses untuk mencapai keberhasilan*, PT Rineka cipta, Jakarta
- Winarno Surakhmad, *Metodologi pengajaran ilmiah*, Bandung. Cet III. Tarsito. 1986
- Wingkel, W. S. 1991. *Psikologi Pengajaran*. Jakarta. PT Gra,edia

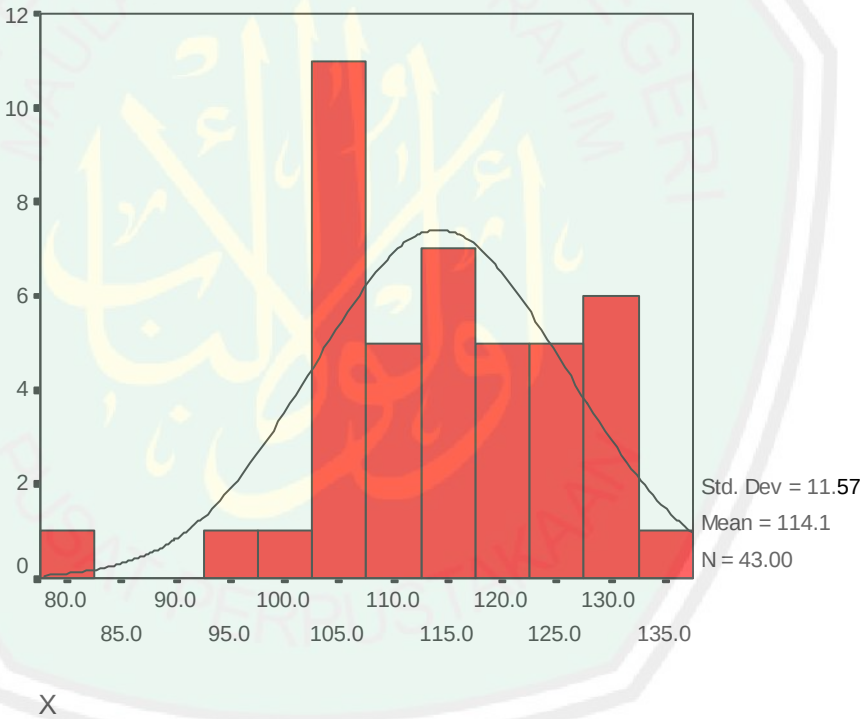
KORELASI PROKRASTINASI DENGAN PRESTASI BELAJAR

Correlations

		X	Y
X	Pearson Correlation	1.000	-.701**
	Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	43	43
Y	Pearson Correlation	-.701**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	43	43

** . Correlation is significant at the 0.01 level

Prokrastinasi



Statistics

		X	Y
N	Valid	43	43
	Missing	0	0
Mean		114.14	71.56
Std. Deviation		11.57	7.75

TABEL FREKUENSI PROKRASTINASI

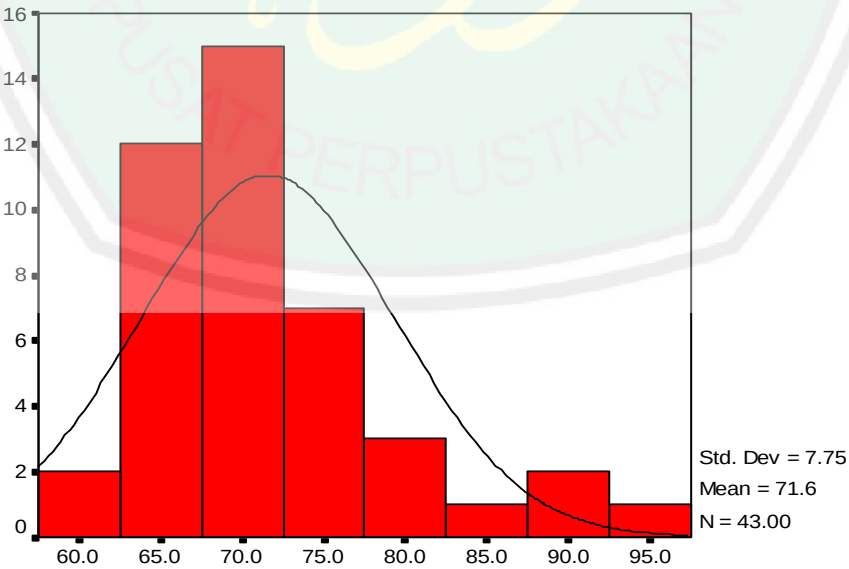
X

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	78	1	2.3	2.3	2.3
	93	1	2.3	2.3	4.7
	101	1	2.3	2.3	7.0
	103	3	7.0	7.0	14.0
	104	2	4.7	4.7	18.6
	105	3	7.0	7.0	25.6
	106	1	2.3	2.3	27.9
	107	2	4.7	4.7	32.6
	108	1	2.3	2.3	34.9
	109	3	7.0	7.0	41.9
	110	1	2.3	2.3	44.2
	113	1	2.3	2.3	46.5
	114	3	7.0	7.0	53.5
	116	1	2.3	2.3	55.8
	117	2	4.7	4.7	60.5
	119	2	4.7	4.7	65.1
	120	2	4.7	4.7	69.8
	122	1	2.3	2.3	72.1
	124	2	4.7	4.7	76.7
	125	2	4.7	4.7	81.4
	126	1	2.3	2.3	83.7
	128	1	2.3	2.3	86.0
	129	4	9.3	9.3	95.3
	131	1	2.3	2.3	97.7
	135	1	2.3	2.3	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

TABEL FREKUENSI PRESTASI

Y

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	60	1	2.3	2.3	2.3
	61	1	2.3	2.3	4.7
	63	3	7.0	7.0	11.6
	64	1	2.3	2.3	14.0
	65	4	9.3	9.3	23.3
	66	2	4.7	4.7	27.9
	67	2	4.7	4.7	32.6
	68	1	2.3	2.3	34.9
	69	1	2.3	2.3	37.2
	70	9	20.9	20.9	58.1
	71	2	4.7	4.7	62.8
	72	2	4.7	4.7	67.4
	73	1	2.3	2.3	69.8
	75	5	11.6	11.6	81.4
	77	1	2.3	2.3	83.7
	79	1	2.3	2.3	86.0
	80	1	2.3	2.3	88.4
	81	1	2.3	2.3	90.7
	85	1	2.3	2.3	93.0
	89	1	2.3	2.3	95.3
	90	1	2.3	2.3	97.7
	95	1	2.3	2.3	100.0
	Total	43	100.0	100.0	



Y

Angket Prokrastinasi

Nama : _____ **Usia** : _____
Jenis kelamin : _____ **Kelas** : _____
Pekerjaan Ortu : _____ **Pendidikan Ortu** : _____
Anak ke : _____

Petunjuk :

1. Jawablah pertanyaan dalam angket ini dengan jawaban yang tetap dan jujur sesuai dengan pertanyaan karena tidak berpengaruh pada nilai anda
 2. Berilah tanda silang pada jawaban yang anda anggap benar
- SS** = jika adik **Sangat Setuju** pernyataan tersebut
S = jika adik **Setuju** dengan pernyataan tersebut
TS = jika adik **Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut
STS = jika adik **Sangat Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya lebih suka bermain daripada belajar				
2.	Belajar lebih menyenangkan daripada yang lain				
3.	Saya biasa menunda nanti atau besok jika mengerjakan PR yang diberikan oleh guru				
4.	Saya segera mengerjakan tugas yang diberikan guru				
5.	Jika mengembalikan buku perpustakaan saya sering terlambat				
6.	Saya tidak punya tanggungan pengembalian buku di perpustakaan				
7.	Mendengarkan musik lebih saya sukai daripada mengulangi pelajaran yang baru diberikan				
8.	Menghabiskan waktu untuk belajar lebih baik daripada nonton TV				
9.	Saya sering terlambat mengumpulkan tugas				
10.	PR pasti saya kumpulkan tepatwaktu				
11.	Saya tenang saja meski ujian sudah dekat				
12.	Setiap kali ujian dekat saya merasa bingung				
13.	Saya merasa minder jika harus mengerjakan tugas di papan tulis				
14.	Saya merasa bangga jika harus mengerjakan tugas didepan kelas				
15.	Saya kadang merasa tidak mampu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru				
16.	Tugas apapun dari guru bisa saya kerjakan				
17.	Saya ragu bisa menjadi juara kelas dibanding teman-teman				
18.	Menjadi juara kelas tidaklah sulit menurut saya				
19.	Saya bangun tidur suka terlambat				
20.	Saya berangkat sekolah tepat waktu				
21.	Saya suka lupa mempersiapkan keperluan sekolah untuk besok				
22.	Saya tidak pernah ketinggalan membawa kebutuhan sekolah saya				
23.	Saya kesulitan membuat jadwal aktifitas dengan baik				
24.	Saya terbiasa menyusun jadwal kegiatan dengan baik				
25.	Saya harus mengerjakan setiap tugas apapun yang diberikan oleh guru				
26.	Saya memilih mengerjakan tugas hanya yang saya tahu				
27.	Saya harus mencari jawaban dari tugas yang saya rasa sulit bagaimanapun caranya				
28.	Tidak masalah bagi saya tidak bisa mengerjakan tugas yang sangat sulit yang saya tidak bisa				

29.	Bagaimanapun saya harus jadi juara kelas				
30.	Juara kelas atau tidak tidak menjadi masalah				
31.	Saya selalu butuh bantuan teman dalam mengerjakan tugas saya				
32.	Saya bekerja dengan ide dan kemampuan saya sendiri				
33	Saya suka menuruti ajakan teman untuk jalan-jalan dari pada pusing mengerjakan PR				
34	Meskipun diajak main saya tetap akan menyelesaikan tugas saya dulu				
35	Jika ada pacar saya tambah semangat belajar				
36	Saya suka belajar sendiri				
37	Saya suka meninggalkan PR yang rumit untuk diselesaikan				
38	Saya merasa tertantang mengerjakan soal yang sulit				
39	Saya sukar menolak ajakan teman untuk main meskipun saya sedang punya tugas				
40	Jika saya belajar saya tidak bisa diganggu				
41	Saya bingung membuat prioritas antara belajar dan hobi				
42	Saya bisa mengatur waktu saya dengan tepat				
43	Saya merasa gemetar setiap kali berbicara didepan kelas				
44	Saya senang menyampaikan pendapat di depan teman-teman				
45	Saya risau jika nilai saya dibawah teman saya				
46	Saya termasuk orang yang tidak mempermasalahkan nilai				
47	Saya takut dimarahi guru jika tidak mengumpulkan tugas				
48	Saya sering dipuji guru karena tepat waktu menyelesaikan PR				

2 2 3 1 2 3 2 2 2 2 1 2 2 3 2 2 3 3 2 2 2 2 2 2
3 3 2 2 3 3 2 2 2 3 2 2 3 3 2 3 3 3 2 2 2 3 3 3
2 2 2 2 2 3 2 1 2 3 1 4 2 3 2 3 3 2 3 2 3 2 1 3
3 3 3 3 2 3 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 4 1 2 2 2 3 4 4
1 2 1 1 4 1 4 2 1 1 1 3 2 1 3 3 2 3 2 1 1 3 2 1
3 3 3 2 3 2 3 2 3 3 2 2 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3 3 3
3 3 3 3 3 2 2 3 2 3 1 2 2 3 3 3 3 4 2 3 3 3 3 3
3 3 3 2 1 3 2 2 2 3 2 2 2 3 3 3 3 2 3 4 2 3 4 4
3 2 1 1 2 2 3 1 2 2 1 2 3 3 2 2 3 3 3 2 2 3 3 3
2 3 2 2 3 3 4 3 2 2 2 2 2 3 3 2 2 2 2 2 3 3 3 3
3 2 3 3 3 2 4 2 2 2 2 2 2 2 4 3 2 3 1 2 2 3 3 2
2 3 2 1 3 3 2 2 2 2 1 3 2 3 3 3 2 2 2 2 3 3 2 3
3 3 2 2 4 1 4 2 2 2 2 2 3 3 3 2 3 3 2 2 2 3 3 3
3 3 3 3 3 3 4 3 2 2 2 3 2 2 3 2 2 2 3 3 2 3 3 2
3 2 3 2 3 2 4 1 2 2 1 1 2 3 1 3 3 1 3 3 2 3 2 2
3 2 3 3 1 1 2 3 2 2 2 3 3 3 2 3 3 3 2 2 2 3 2 3
2 3 2 3 3 3 3 3 1 1 1 3 2 2 3 3 2 3 2 1 1 1 3 2
3 3 2 2 3 3 2 2 2 2 3 2 3 3 1 3 3 2 3 3 3 3 3 3
3 3 3 2 2 2 3 2 2 2 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3
1 2 2 1 1 4 3 1 2 1 1 2 2 2 3 3 2 3 1 1 2 2 2 2
3 2 1 1 2 1 3 3 1 2 1 2 2 2 3 3 1 3 3 2 1 2 4 3
2 2 2 2 3 3 3 2 2 3 2 3 2 2 2 3 1 1 2 1 1 3 3 3
1 1 1 2 1 3 4 1 2 1 1 4 1 3 2 2 1 1 1 2 1 2 2 2
3 3 3 3 2 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 4 4 4 3 3
2 2 2 2 2 2 3 4 1 1 1 4 3 3 2 2 3 3 1 4 2 2 3 3
2 2 3 2 2 2 4 2 2 3 3 2 3 3 2 3 2 2 3 2 2 3 3 2
2 3 3 3 2 3 2 3 3 3 2 2 2 3 3 3 2 3 2 3 3 2 3 3
1 2 2 2 2 3 3 3 2 2 1 2 3 2 2 2 3 2 1 3 2 3 4 3

2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	1	1	2	2	3	2	3	3	4	3	3	2	4	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2
3	2	3	3	2	1	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3
3	3	3	3	1	1	4	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3
2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	2	2
3	2	1	2	2	1	3	1	1	1	1	2	1	1	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2
2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	3	2	2	4	2	2	3	3	1	1	1	2	2	1
2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3
1	2	2	2	1	1	4	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	4	3
2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3
3	3	2	3	3	1	1	2	3	3	1	2	2	4	1	3	3	3	4	3	3	3	3	2
2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3
2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3
3	2	2	3	1	4	4	2	2	3	2	2	1	1	2	3	1	2	1	1	2	1	2	2
3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	103
3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	120
3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	3	2	2	108
3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	4	1	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	126
4	2	1	2	1	1	4	3	2	1	3	4	3	2	3	2	2	1	3	3	4	1	2	101
2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	129
3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	3	131
4	1	3	3	3	2	1	1	1	1	3	1	1	3	2	1	4	1	3	2	3	3	3	116
3	3	3	2	1	1	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	114
4	3	2	3	2	2	3	1	2	1	3	2	2	1	2	1	3	2	3	1	4	2	3	114
4	1	3	2	3	3	3	2	4	3	3	1	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	124
3	2	2	3	2	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	114
3	2	3	3	2	2	4	2	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	125
2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	4	1	2	3	3	2	4	3	3	1	4	3	3	128
4	3	3	2	3	2	3	3	1	1	1	1	3	2	2	1	3	2	3	1	4	3	2	110
2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	120
3	1	2	3	2	3	3	1	2	1	2	3	3	2	1	2	3	1	2	3	4	2	3	107
2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	122
3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	129
2	3	1	2	2	1	1	1	2	1	4	2	2	3	2	2	2	1	3	2	3	1	2	93
4	3	3	2	1	1	2	3	1	2	1	3	1	2	3	1	4	3	1	2	4	3	2	104
4	4	2	2	2	2	3	4	1	2	1	1	2	1	3	1	4	1	2	1	4	2	2	106
4	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	4	1	1	78
2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	135
4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	4	4	3	2	1	2	3	2	3	2	4	2	2	117
3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	119
3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	125
3	2	1	2	2	2	2	3	1	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	1	2	109
3	3	2	2	1	2	2	3	2	4	2	3	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	113
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	103
3	1	3	2	3	3	2	2	3	3	2	1	3	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	119
3	3	3	3	3	3	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	117
2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	129
3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	109

2	3	3	2	1	2	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	109
4	4	2	2	2	3	2	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	104
3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	129
4	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	3	3	3	3	1	3	3	2	2	4	1	107
3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	105
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	2	3	4	3	126
2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	124
3	3	2	1	2	2	2	1	3	1	3	3	1	2	3	3	3	3	2	2	2	1	103
4	2	3	2	2	3	1	1	4	3	4	2	2	2	3	1	2	2	1	1	4	3	105

