

**HUBUNGAN *SCHOOL WELL-BEING* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA MTS
SYAMSUL ARIFIN**

SKRIPSI



Disusun oleh :

Athiyah Laila

NIM. 220401110163

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG**

2026

**HUBUNGAN *SCHOOL WELL-BEING* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA MTS
SYAMSUL ARIFIN**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi
salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

Athiyah Laila

NIM. 220401110163

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN *SCHOOL WELL-BEING* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA MTS SYAMSUL ARIFIN

Oleh:

Athiyah Laila

NIM. 220401110163

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 Selly Candra Ayu, M.Psi NIP. 199402172023212040		19 / Juni 2026
Dosen Pembimbing 2 Ali Syahidin Mubarak, M.Pd NIP. 199005262023211019		19 / Juni 2026

Malang, 19, Juni , 2026

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Dr. Rina Hidayati, M.A

NIP. 198610092015032002

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN *SCHOOL WELL-BEING* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA MTS SYAMSUL ARIFIN

SKRIPSI

Oleh:

Athiyah Laila

NIM. 220401110163

Telah dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis Sidang Skripsi Pada tanggal 9 Juni 2026.

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Sekretaris Penguji <u>Selly Candra Ayu, M.Si</u> NIP. 199402172023212040		20 Juli 2026
Ketua Penguji <u>Ali Syahidin Mubarak, M.Pd</u> NIP. 199005262023211019		23 Juli 2026
Penguji Utama <u>Dr. Muallifah, MA</u> NIP. 198505142019032008		21 Juli 2026

Disahkan oleh,

Dekan



Prof. Dr. Hj. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 196710291994032001

NOTA DINAS

**Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang**

Assalamu'alaikum wr.wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN *SCHOOL WELL-BEING* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK
PADA SISWA MTS SYAMSUL ARIFIN**

Yang ditulis oleh:

Nama : Athiyah Laila
NIM : 220401110163
Program : SI Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Malang, 9 Juni 2026

Dosen Pembimbing I,



Selly Candra Ayu, M.Si

NIP. 199402172023212040

NOTA DINAS

**Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang**

Assalamu'alaikum wr.wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN *SCHOOL WELL-BEING* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK
PADA SISWA MTS SYAMSUL ARIFIN**

Yang ditulis oleh:

Nama : Athiyah Laila

NIM : 220401110163

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Malang, 9 Juni 2026

Dosen Pembimbing II,



Ali Syahidin Mubarak, M.Si

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Athiyah Laila

NIM : 220401110163

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **HUBUNGAN *SCHOOL WELL-BEING* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA MTS SYAMSUL ARIFIN**, adalah benar-benar hasil karya sendiri, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika di kemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab dosen pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 9 Juni 2026

Penulis,



Athiyah Laila

NIM. 220401110163

MOTTO

يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى : أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي ، وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِي

Allah Ta'ala berfirman: Aku berada sesuai pada persangka hamba-Ku. Aku bersamanya ketika ia mengingat-Ku.” [HR. Bukhari, dan Muslim]

Tidak ada sesuatu yang sulit dari hal yang kita doakan setiap saat

- Raim Laode-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamiin

Saya persembahkan tulisan ini,

Pertama-tama saya ucapkan Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT yang mengizinkan saya menyelesaikan tugas akhir ini, menjadikan saya selalu percaya dan optimis untuk terus percaya dan percaya bahwa saya mampu menyelesaikan tugas akhir saya. Terima kasih ya Allah atas kepercayaan-Mu terhadap saya untuk mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Terima kasih sudah menjadi alasan saya untuk selalu percaya bahwa saya bisa. Dan tak luput dari terima kasih kepada baginda Rasulullah SAW yang telah berjuang menyampaikan pengetahuan dan menjauhkan dari ketidaktahuan.

Teruntuk kedua orang tua dan kakak saya, terima kasih untuk selalu mengusahakan. Terima kasih telah berjuang untuk selalu berusaha memberikan yang terbaik. Terima kasih atas kerja keras, usaha yang selalu diberikan untuk saya. Terima kasih kepada kakak dan ayah saya yang selalu mengantar dan menjemput saya ketika saya sedang menghadapi keperluan di kampus maupun di rumah. Terima kasih kepada ibu saya yang selalu ada, yang selalu memenuhi kebutuhan saya, terlebih kebutuhan untuk kuliah saya. Terima kasih atas perjuangan yang tak kasat mata itu. Terima kasih untuk perhatian, usaha dan dukungan yang selalu diberikan di masa-masa tersulit saat mengerjakan tugas akhir. Terima kasih banyak untuk hal-hal baik yang sudah diberikan untuk saya

Kepada sahabat saya di perkuliahan, Nurur Rohmani, Terima kasih telah menjadi teman seperjuangan dari awal menjadi Mahasiswa baru hingga penghujung perkuliahan, melangkah perlahan namun pasti, diiringi keluhan dan tawa, dan selalu bersama-sama. Terima kasih telah menjadi alasan saya percaya bahwa saya tidak bersama sepi, saling menuntun meski saling tak mengerti arah selanjutnya bagaimana. Terima kasih saya persembahkan untuk Alviona Ninda yang pernah menjadi seperjuangan di pertengahan kuliah, tumbuh dan berjalan bersama di jalan yang 'dijalani' saja. Terima kasih untuk Ruroh dan Viona yang telah menjadi api

di lilin saya, menjadi cat di lukisan saya dan menjadi ramai di kesepian saya, terima kasih karena telah saling menggenggam hingga akhir.

Untuk teman seperjuangan tugas akhir saya, Intan Nala Zulfa dan Salsabila Putri Rizaldie, terima kasih untuk selalu mendukung dan saling percaya bahwa kita bisa berjalan hingga akhir bersama-sama. Terima kasih atas dukungan penuh yang diberikan kepada saya sampai akhir pengerjaan tugas akhir. Terima kasih telah menjadi *support sistem* yang diberikan untuk saya. Terima kasih untuk semua hal positif yang dibagikan secara tulus untuk saya.

Untuk teman kelas saya, Adinda, Maysa, Cheril, Festia dan Asyifa, terima kasih telah berkontribusi dalam kalut dan suntuknya tugas akhir ini. Terima kasih untuk ilmu dan hal-hal baik yang diberikan untuk saya. Terima kasih karena menjadi orang baik di cerita perkuliahan akhir saya. Terima kasih atas kebaikan tulus yang diberikan untuk saya.

Untuk kakak tingkat saya tersayang, kak Linda, terima kasih telah menjadi kakak tingkat yang baik, yang selalu memberi arahan, bantuan, serta perhatian kepada saya yang sedang kebingungan saat menjalani semester akhir ini. Terima kasih telah menjadi kakak sekaligus teman baik yang selalu memberikan hal positif untuk saya. Terima kasih untuk segala ilmu, pengalaman dan nasihat yang dibagikan secara tulus kepada saya.

Dan yang terakhir, saya dedikasikan untuk diri saya sendiri. Terima kasih untuk segala usaha, pengorbanan dan lelah yang di curahkan untuk menulis tugas akhir ini. Tidak ada sesuatu yang sia-sia, tidak ada sesuatu hal yang tidak memiliki makna terbaik. Terima kasih telah bertahan dan selalu percaya bahwa kejutan terbaik menanti di depan mata. Terima kasih untuk selalu berperasangka baik di setiap langkahnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan izin-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia dari masa kebodohan menuju masa yang dipenuhi ilmu pengetahuan dan peradaban. Semoga kita semua memperoleh rahmat serta syafaat beliau di akhirat kelak. Penulis juga menyampaikan ucapan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kontribusi selama proses penyusunan tugas akhir ini, sehingga karya tulis ini dapat terselesaikan dengan baik.

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana M. Si selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Hj. Siti Mahmudah, M.Si selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Fina Hidayati, M.A selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Selly Candra Ayu M,Si selaku dosen pembimbing dan dosen wali. Terima kasih atas bimbingan, arahan, dukungan serta masukan selama penyusunan skripsi.
5. Ali Syahidin Mubarak M,Si selaku dosen pembimbing. Terima kasih atas bimbingan, arahan, dukungan serta masukan selama penyusunan skripsi.
6. Segenap Civitas Akademika Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sudah memberikan bimbingan dan juga bekal ilmu pengetahuan selama masa perkuliahan.
7. Seluruh responden dan seluruh pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penelitian ini

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	II
LEMBAR PERSETUJUAN	III
LEMBAR PENGESAHAN.....	IV
NOTA DINAS.....	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	IVII
SURAT PERNYATAAN	VIII
MOTTO	XVIII
HALAMAN PERSEMBAHAN	IXI
KATA PENGANTAR.....	IX
DAFTAR ISI.....	XIIV
DAFTAR TABEL	XVV
DAFTAR GAMBAR.....	XVII
DAFTAR LAMPIRAN	XVIII
ABSTRAK	XIX
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH	133
C. TUJUAN PENELITIAN	13
D. MANFAAT PENELITIAN.....	13
BAB II KAJIAN TEORI	15
A. PROKRATINASI AKADEMIK	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
1. <i>Definisi Prokrastinasi Akademik</i>	15
2. <i>Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik</i>	17

3. <i>Faktor yang Mempengaruhi</i>	20
4. <i>Prokrastinasi Akademik dalam Perspektif Islam</i>	20
B. SCHOOL WELL BEING.....	2ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
1. <i>Definisi School Well-Being</i>	221
2. <i>Aspek School Well-Being</i>	233
3. <i>Faktor yang Mempengaruhi</i>	20
4. <i>School Well-Being dalam Perspektif Islam</i>	29
B. HUBUNGAN ANTAR VARIABEL	31
1. <i>Kerangka Konseptual</i>	33
2. <i>Hipotesis</i>	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. JENIS PENELITIAN	36
B. VARIABEL PENELITIAN	36
C. DEFINISI OPERASIONAL VARIABEL	36
D. POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN	37
E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA	39
F. INSTRUMEN PENELITIAN	39
G. UJI INSTRUMEN	45
H. TEKNIK ANALISIS DATA	45
H. UJI ASUMSI KLASIK	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	47
A. HASIL PENELITIAN	47
B. PEMBAHASAN	54
BAB 5 PENUTUP.....	60
A. KESIMPULAN.....	60
B. SARAN.....	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Penilaian Skala Likert	39
Tabel 3.2 Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik	40
Tabel 3.3 Blueprint Skala School Well-Being	41
Tabel 4.1 Analisis Deskriptif School Well-Being (X)	47
Tabel 4.2 Kategorisasi Tingkat School Well-Being	48
Tabel 4.3 Skor Rata-rata Tiap Dimensi School Well-Being	48
Tabel 4. 4 Analisis Deskriptif Prokratinasi Akademik(Y)	49
Tabel 4.5 Kategorisasi Tingkat Prokratinasi Akademik	50
Tabel 4.6 Skor Rata-rata Tiap Aspek Prokrastinasi Akademik	50
Tabel 4.7 Uji Validasi School Well-Being(X)	43
Tabel 4.8 Uji Validasi Prokratinasi Akademik (Y)	44
Tabel 4.9 Uji Reliabilitas School Well-Being(X)	45
Tabel 4.10 Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik (Y)	45
Tabel 4.11 Uji Normalitas	51
Tabel 4.12 Uji Linearitas	52
Tabel 4.13 Uji Hipotesis (Pearson Product Moment)	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Diagram Hasil Survei Pra Penelitian.....	4
Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lampiran Surat Izin	68
Lampiran 2 Skala Prokratinasi Akademik	69
Lampiran 3 Skala School Well-Being	72
Lampiran 4 Uji Reliablitas.....	72
Lampiran 5 Uji Validitas.....	77
Lampiran 6 Uji Normalitas	78
Lampiran 7 Uji Linearitas	80
Lampiran 8 Uji Hipotesis	81

ABSTRAK

Athiyah Laila. 2026. Hubungan *School Well-Being* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa MTs Syamsul Arifin.

Dosen Pembimbing: Selly Candra Ayu, M. Si., Ali Syahidin Mubarak, M.Pd

Prokrastinasi Akademik merupakan kegiatan menunda menyelesaikan tugas sekolah meskipun menyadari dampak negatifnya. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi prokrastinasi akademik adalah *school well-being*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik, tingkat *school well-being*, serta hubungan antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa MTs Syamsul Arifin tahun ajaran 2025/2026 yang berjumlah 103 siswa, dengan teknik pengambilan sampel jenuh sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala prokrastinasi akademik yang disusun berdasarkan aspek dari Ferrari (dalam Ghufuron & Risnawita, 2010) dan skala *school well-being* yang diadaptasi dari konsep Konu dan Rimpelä (2002). Data dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif dan uji korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan program SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa MTs Syamsul Arifin sebagian besar berada pada kategori sedang (82,5%), sementara tingkat *school well-being* siswa sebagian besar berada pada kategori tinggi (63,1%). Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik, dengan koefisien korelasi sebesar -0,387 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Artinya, semakin tinggi tingkat *school well-being* yang dirasakan siswa, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dilakukan, dan sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis penelitian (H_a) yang menyatakan adanya hubungan negatif antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik dinyatakan diterima.

Kata Kunci: *School Well-Being*, Prokrastinasi Akademik, Siswa MTs

ABSTRACT

Athiyah Laila. 2026. The Relationship Between School Well-Being and Academic Procrastination Among Students of MTs Syamsul Arifin.

Advisors: Selly Candra Ayu, M.Si., Ali Syahidin Mubarak, M.Pd

Academic Procrastination is the act of delaying the completion of school assignments even though one is aware of the negative consequences. One of the factors suspected to influence academic procrastination is school well-being. This study aims to determine the level of academic procrastination, the level of school well-being, and the relationship between school well-being and academic procrastination among students of MTs Syamsul Arifin.

This study employs a quantitative approach using a correlational research design. The population for this study consisted of all 103 students at MTs Syamsul Arifin for the 2025/2026 academic year, using a saturation sampling technique, whereby the entire population was included in the study sample. Data collection was conducted using an academic procrastination scale developed based on aspects outlined by Ferrari (as cited in Ghufroon & Risnawita, 2010) and a school well-being scale adapted from the concepts of Konu and Rimpelä (2002). The data were analyzed using descriptive analysis techniques and the Pearson Product-Moment correlation test with the assistance of SPSS software.

The results of the study indicate that the level of academic procrastination among students at MTs Syamsul Arifin is mostly in the moderate category (82.5%), while the level of school well-being is mostly in the high category (63.1%). The correlation test results indicate a significant negative relationship between school well-being and academic procrastination, with a correlation coefficient of -0.387 and a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). This means that the higher the level of school well-being perceived by students, the lower the level of academic procrastination, and vice versa. Thus, the research hypothesis (H_a), which states that there is a negative relationship between school well-being and academic procrastination, is accepted.

Keywords: School Well-Being, Academic Procrastination, MTs Students

ملخص

عطية ليلي. ٢٠٢٦. العلاقة بين الرفاه المدرسي والمماثلة الأكاديمية لدى طلاب المدرسة المتوسطة الإسلامية شمس العارفين.

المشرفون: سيلي تشاندرا أيو، ماجستير العلوم، علي شهيددين مبارك، ماجستير التربية

المماثلة الأكاديمية هي نشاط تأجيل إنجاز الواجبات المدرسية على الرغم من إدراك العواقب السلبية المترتبة عليها. ومن العوامل التي يُشتبه في تأثيرها على المماثلة الأكاديمية هو الرفاه المدرسي. تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مستوى المماثلة الأكاديمية، ومستوى الرفاه المدرسي، والعلاقة بين الرفاه المدرسي والمماثلة الأكاديمية لدى طلاب المدرسة المتوسطة الإسلامية شمس العارفين.

استخدم هذا البحث المنهج الكمي بنوع الدراسة الارتباطية. ويتكون مجتمع البحث من جميع طلاب المدرسة المتوسطة الإسلامية شمس العارفين للعام الدراسي ٢٠٢٥/٢٠٢٦ والبالغ عددهم ١٠٣ طلاب، وباستخدام أسلوب العينة الشاملة حيث تم جعل جميع أفراد المجتمع عينة للبحث. وتم جمع البيانات باستخدام مقياس المماثلة الأكاديمية الذي تم تطويره بناءً على أبعاد فيراري (في غفرون وريسناويتا، ٢٠١٠) ومقياس الرفاه المدرسي المقنن من مفهوم كونو وريمبلا (٢٠٠٢). وتم تحليل البيانات باستخدام أسلوب التحليل الوصفي SPSS واختبار ارتباط بيرسون بمساعدة برنامج

وأظهرت النتائج أن مستوى المماثلة الأكاديمية لدى طلاب المدرسة المتوسطة الإسلامية شمس العارفين يقع معظمه في الفئة المتوسطة (٨٢,٥٪)، بينما يقع مستوى الرفاه المدرسي لدى الطلاب معظمه في الفئة العالية (٦٣,١٪). وأظهرت نتائج اختبار الارتباط وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين الرفاه المدرسي وهذا يعني أنه $(p < ٠,٠٥)$ والمماثلة الأكاديمية، بمعامل ارتباط قدره -٠,٣٨٧ وبدلالة إحصائية ٠,٠٠٠ كلما ارتفع مستوى الرفاه المدرسي الذي يشعر به الطلاب، انخفض مستوى المماثلة الأكاديمية التي يقومون التي تنص على وجود علاقة سلبية بين الرفاه (Ha) بها، والعكس صحيح. وبذلك تُقبل فرضية البحث المدرسي والمماثلة الأكاديمية

الكلمات المفتاحية: الرفاه المدرسي، المماثلة الأكاديمية، طلاب المدرسة المتوسطة الإسلامية

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perilaku menunda penyelesaian tugas akademik masih menjadi salah satu persoalan yang cukup sering ditemukan dalam proses pembelajaran di berbagai jenjang pendidikan, termasuk pada tingkat sekolah menengah. Dalam praktiknya, sebagian siswa tidak segera menyelesaikan kewajiban akademik meskipun memiliki waktu yang cukup untuk mengerjakannya. Tugas yang seharusnya dapat diselesaikan secara bertahap sering kali baru dikerjakan ketika batas waktu pengumpulan semakin dekat. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kecenderungan penundaan dalam pengelolaan tanggung jawab akademik yang seharusnya dapat dilakukan secara terencana dan terstruktur oleh peserta didik (Setiawan & Mamahit, 2020). Situasi ini tidak hanya mencerminkan permasalahan dalam pengaturan aktivitas belajar, tetapi juga mengindikasikan adanya dinamika psikologis yang memengaruhi bagaimana siswa merespons tuntutan akademik yang mereka hadapi (Dianis et al 2025).

Fenomena prokrastinasi akademik telah menjadi perhatian dalam berbagai kajian psikologi pendidikan. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa kecenderungan menunda tugas merupakan perilaku yang cukup umum terjadi di kalangan pelajar. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Rahimi & Hall, 2021), sekitar 25% hingga 75% siswa diketahui mengalami prokrastinasi akademik. Temuan tersebut menggambarkan bahwa perilaku menunda penyelesaian tugas akademik masih menjadi kecenderungan yang dialami oleh

sebagian besar siswa. Kemudian pada (Jaenuri et al 2024) penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengakui pernah menunda pengerjaan tugas sekolah meskipun mereka menyadari bahwa perilaku tersebut dapat berdampak negatif terhadap hasil belajar yang mereka peroleh.

Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa kecenderungan prokrastinasi akademik masih menjadi fenomena yang cukup menonjol dalam kehidupan belajar siswa. Penundaan pengerjaan tugas sering kali terjadi karena siswa merasa kurang termotivasi untuk segera menyelesaikan kewajiban akademiknya. Selain itu, sebagian siswa juga menunda tugas karena merasa kesulitan memahami materi pelajaran yang diberikan oleh guru. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik tidak hanya berkaitan dengan kebiasaan belajar yang kurang efektif, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana siswa memaknai tuntutan akademik yang mereka hadapi (Ituga & Alman, 2024). Oleh karena itu, prokrastinasi akademik perlu dipahami sebagai fenomena psikologis yang memiliki keterkaitan dengan berbagai aspek dalam proses belajar siswa (Aminah et al 2026).

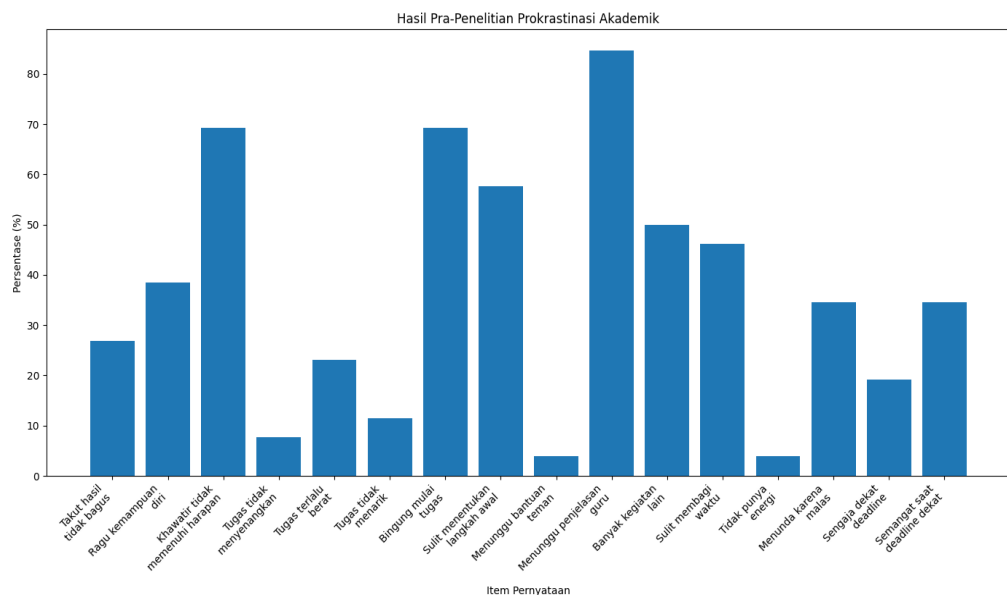
Prokrastinasi akademik tidak hanya dipahami sebagai kebiasaan menunda tugas, tetapi juga sebagai bentuk kegagalan individu dalam mengelola dan mengendalikan perilakunya. Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) menjelaskan bahwa prokrastinasi merupakan kecenderungan menunda memulai maupun menyelesaikan tugas yang seharusnya dapat dikerjakan meskipun individu mengetahui konsekuensi negatif yang mungkin timbul akibat penundaan tersebut. Dalam konteks akademik, perilaku tersebut ditunjukkan

melalui keterlambatan mengerjakan tugas, ketidaksesuaian antara rencana dan pelaksanaan tugas, serta kecenderungan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dibandingkan menyelesaikan kewajiban akademik. Ferrari juga menjelaskan bahwa prokrastinasi bukan sekedar masalah pengelolaan waktu, melainkan berkaitan dengan aspek psikologis seperti pengendalian diri, pengambilan keputusan, dan tanggung jawab individu terhadap tugas yang dimiliki. Oleh karena itu, prokrastinasi akademik dapat dipahami sebagai perilaku penundaan yang melibatkan faktor kognitif, afektif dan perilaku dalam diri siswa (Ferrari et al 1995).

Kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap proses belajar siswa. Penundaan dalam menyelesaikan tugas menyebabkan siswa memiliki waktu yang lebih terbatas untuk memahami materi secara optimal sehingga kualitas pengerjaan tugas menjadi kurang maksimal (Aminah et al 2026). Selain itu, siswa yang terbiasa menunda tugas sering kali harus menyelesaikan beberapa kewajiban akademik secara bersamaan ketika batas waktu pengumpulan semakin dekat (Dianis et al 2025). Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan tekanan akademik yang lebih tinggi karena siswa harus menyelesaikan tugas dalam waktu yang relatif singkat. Akibatnya, proses belajar yang seharusnya berlangsung secara bertahap dan terencana menjadi kurang efektif.

Dampak lain dari prokrastinasi akademik juga dapat terlihat pada menurunnya kualitas keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar. Siswa yang sering menunda tugas cenderung memiliki tingkat tanggung jawab akademik

yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang mampu mengelola kewajiban belajarnya secara teratur (Rara et al 2025). Penundaan tugas juga dapat menyebabkan sebagian siswa mengerjakan tugas secara terburu-buru atau bahkan menyelesaikannya ketika kegiatan pembelajaran sedang berlangsung di kelas. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik tidak hanya berdampak pada hasil belajar, tetapi juga memengaruhi sikap dan kedisiplinan siswa dalam menjalankan tanggung jawab akademiknya.



Gambar 1.1 Diagram Hasil Survei Pra Penelitian

Berdasarkan data pra-penelitian yang dilakukan pada siswa MTs Syamsul Arifin terhadap 26 siswa, ditemukan beberapa fenomena yang menunjukkan adanya kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik siswa di lingkungan sekolah. Salah satu temuan yang paling dominan menunjukkan bahwa sebanyak 84,62% siswa menunda mengerjakan tugas karena menunggu penjelasan lebih lanjut dari guru. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor eksternal berupa

kondisi lingkungan pembelajaran turut memengaruhi munculnya prokrastinasi akademik. Ketika instruksi yang diberikan guru dianggap belum jelas, siswa cenderung memilih menunda pengerjaan tugas hingga memperoleh arahan yang lebih rinci. Perilaku tersebut juga mencerminkan salah satu karakteristik prokrastinasi akademik menurut Ferrari, yaitu penundaan dalam memulai pengerjaan tugas meskipun tugas telah diberikan.

Di sisi lain, sebanyak 69,23% siswa mengaku khawatir tidak dapat memenuhi harapan dalam mengerjakan tugas. Temuan ini menunjukkan adanya faktor internal berupa kecemasan akademik dan tekanan psikologis terhadap hasil yang akan dicapai. Kekhawatiran tersebut dapat membuat siswa menghindari tugas sebagai mekanisme untuk mengurangi rasa cemas. Kondisi ini menunjukkan bahwa penundaan tidak selalu disebabkan oleh kemalasan, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi emosional individu. Selain itu, perilaku tersebut berkaitan dengan ciri prokrastinasi berupa adanya kesenjangan antara keinginan untuk menyelesaikan tugas dengan perilaku nyata yang dilakukan, karena siswa sebenarnya ingin mengerjakan tugas tetapi memilih menundanya akibat rasa khawatir yang berlebihan.

Temuan lain menunjukkan bahwa 38,46% siswa merasa ragu terhadap kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas. Keraguan terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*) merupakan salah satu faktor internal yang dapat meningkatkan kecenderungan prokrastinasi akademik. Individu yang kurang yakin terhadap kemampuannya akan lebih sulit mengambil keputusan untuk memulai pekerjaan dan cenderung menunda hingga merasa lebih siap. Kondisi

tersebut kembali mencerminkan karakteristik prokrastinasi berupa penundaan dalam memulai pengerjaan tugas.

Hasil pra-penelitian juga menunjukkan bahwa sebanyak 69,23% siswa menunda tugas karena bingung harus memulai dari mana dan 57,69% siswa mengalami kesulitan menentukan langkah awal dalam mengerjakan tugas. Temuan ini menunjukkan adanya faktor internal yang berkaitan dengan kemampuan regulasi diri (*self-regulation*), khususnya pada aspek perencanaan dan pengorganisasian tugas. Kesulitan dalam menentukan langkah awal menyebabkan siswa membutuhkan waktu lebih lama untuk memulai pekerjaan sehingga penyelesaian tugas menjadi tertunda. Kondisi tersebut sesuai dengan karakteristik prokrastinasi akademik yang dikemukakan Ferrari, yaitu keterlambatan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas akibat ketidaksiapan individu dalam mengatur pekerjaannya.

Selain itu, sebanyak 50% siswa menyatakan bahwa mereka menunda tugas karena memiliki banyak kegiatan lain, sedangkan 46,15% mengaku kesulitan membagi waktu antara tugas akademik dan aktivitas lainnya. Temuan ini menunjukkan bahwa prokrastinasi juga dipengaruhi oleh faktor eksternal berupa tuntutan aktivitas yang beragam, serta faktor internal berupa kemampuan manajemen waktu yang belum optimal. Kondisi tersebut menggambarkan adanya kesenjangan antara rencana penyelesaian tugas dengan pelaksanaannya karena siswa lebih memprioritaskan aktivitas lain dibandingkan tugas akademik.

Pada aspek motivasi, sebanyak 34,62% siswa mengaku menunda tugas karena merasa malas, 11,54% menganggap tugas tidak menarik, dan 7,69% merasa tugas yang diberikan tidak menyenangkan. Temuan ini menunjukkan adanya faktor internal berupa rendahnya motivasi intrinsik dalam mengerjakan tugas. Green (dalam Ghufroon & Risnawita, 2010) menyatakan bahwa motivasi intrinsik memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik. Semakin rendah motivasi intrinsik seseorang, semakin tinggi kecenderungannya melakukan prokrastinasi. Kondisi tersebut juga menunjukkan karakteristik prokrastinasi berupa kecenderungan menghindari tugas dan memilih aktivitas yang dianggap lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan tugas akademik.

Temuan lainnya menunjukkan bahwa 26,92% siswa menunda tugas karena takut hasil pekerjaannya tidak memuaskan. Hal ini menunjukkan adanya faktor internal berupa ketakutan terhadap kegagalan (*fear of failure*), yaitu kondisi ketika individu menghindari tugas karena khawatir memperoleh hasil yang tidak sesuai harapan. Perilaku tersebut memperlihatkan bahwa penundaan dilakukan sebagai bentuk strategi penghindaran terhadap kemungkinan mengalami kegagalan, sehingga tugas baru dikerjakan ketika batas waktu semakin dekat.

Secara keseluruhan, hasil pra-penelitian menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik pada siswa tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kecemasan akademik, keraguan terhadap kemampuan diri, rendahnya motivasi intrinsik, kesulitan mengatur diri, dan ketakutan terhadap kegagalan, tetapi juga oleh faktor eksternal, seperti ketidakjelasan instruksi guru serta

banyaknya tuntutan aktivitas. Temuan tersebut sekaligus memperlihatkan adanya karakteristik prokrastinasi akademik menurut Ferrari, yaitu penundaan dalam memulai tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, adanya kesenjangan antara rencana dan pelaksanaan, serta kecenderungan menghindari tugas dengan mendahulukan aktivitas lain. Dengan demikian, hasil pra-penelitian ini memberikan gambaran bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang bersifat multidimensional karena dipengaruhi oleh interaksi antara kondisi psikologis individu dan lingkungan belajar yang dihadapinya.

Berdasarkan berbagai temuan pra-penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa sebagian siswa masih mengalami permasalahan dalam beberapa aspek *school well-being*, seperti hubungan sosial di lingkungan sekolah, keyakinan terhadap kemampuan diri, kemampuan menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik, serta kondisi psikologis selama mengikuti proses pembelajaran. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kemungkinan keterkaitan antara *school well-being* dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin. Siswa yang merasa kurang nyaman, kurang percaya diri, serta mengalami kesulitan dalam menghadapi tuntutan akademik cenderung lebih mudah menunda penyelesaian tugas sekolah..

Fenomena prokrastinasi akademik yang ditemukan pada siswa MTs Syamsul Arifin menunjukkan bahwa perilaku menunda pengerjaan tugas tidak hanya berkaitan dengan kedisiplinan belajar semata, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai kondisi yang dialami siswa selama berada di lingkungan sekolah. Hal tersebut sejalan dengan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh

(Munawaroh et al 2024). Kesulitan dalam memahami tugas, rendahnya keyakinan terhadap kemampuan diri, kurangnya dukungan sosial, hingga kondisi psikologis siswa selama mengikuti proses pembelajaran dapat menjadi faktor yang memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Siswa yang merasa kurang nyaman atau mengalami tekanan dalam lingkungan sekolah cenderung lebih mudah kehilangan semangat belajar dan memilih menunda penyelesaian tugas akademik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang bersifat kompleks karena melibatkan berbagai aspek kesejahteraan siswa di sekolah (Konu & Rimpelä, 2002). Oleh karena itu, pemahaman mengenai prokrastinasi akademik perlu dilihat tidak hanya dari sisi perilaku disiplin belajar, tetapi juga dari bagaimana siswa merasakan kondisi lingkungan sekolahnya.

Penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) dibandingkan dengan penelitian sebelumnya karena secara khusus mengkaji hubungan *school well-being* dengan prokrastinasi akademik pada siswa madrasah tsanawiyah yang berada di lingkungan pendidikan pedesaan. Sebagian besar penelitian terdahulu lebih banyak membahas prokrastinasi akademik pada siswa sekolah umum atau mahasiswa dengan fokus pada faktor internal individu seperti motivasi belajar (Hasanah & Sutopo, 2020b), regulasi diri (Mahesenara & Nastiti, 2024), dan kesejahteraan sekolah secara umum (Fahmawati et al 2022). Sementara itu, penelitian ini lebih menekankan pada bagaimana kondisi kesejahteraan siswa selama berada di lingkungan sekolah dapat memengaruhi kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, penelitian ini perlu dilakukan

agar menambal kesenjangan diantara penelitian sebelumnya. Selain itu, penelitian ini dilakukan pada sekolah yang memiliki karakteristik lingkungan belajar dan dukungan akademik yang berbeda dibandingkan sekolah pada umumnya, sehingga diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai hubungan *school well-being* dengan prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin.

Dalam perspektif Islam, perilaku menunda penyelesaian suatu pekerjaan, termasuk dalam konteks akademik, merupakan tindakan yang tidak dianjurkan. (Harmalis, 2020) menjelaskan bahwa larangan tersebut didasarkan pada kesadaran bahwa manusia tidak memiliki kepastian untuk tetap hidup hingga hari berikutnya. Selain itu, seseorang juga tidak dapat menjamin bahwa pada masa yang akan datang masih akan diberikan nikmat kesehatan, kesempatan, maupun waktu luang yang sama untuk menyelesaikan pekerjaannya. Kebiasaan menunda pekerjaan yang seharusnya dapat segera diselesaikan juga berpotensi membentuk pola perilaku negatif yang dilakukan secara berulang. Apabila perilaku tersebut terus dipertahankan, penundaan akan berkembang menjadi kebiasaan yang mengakar dan semakin sulit untuk dihilangkan. Oleh karena itu, Islam mendorong umatnya untuk memanfaatkan waktu secara optimal dan menyelesaikan setiap pekerjaan dengan segera tanpa menunda-nundanya.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang berkaitan dengan kondisi internal maupun eksternal siswa. Faktor internal seperti kemampuan regulasi diri, motivasi belajar, serta kemampuan mengelola emosi diketahui memiliki peran

dalam menentukan bagaimana siswa merespons tuntutan akademik yang mereka hadapi (Turmudi & Suryadi, 2021). Selain itu, faktor eksternal seperti kondisi lingkungan sekolah, hubungan sosial dengan guru dan teman sebaya, serta suasana pembelajaran juga dapat memengaruhi kecenderungan siswa dalam melakukan prokrastinasi akademik (Prayoga et al 2026). Lingkungan sekolah yang kurang nyaman dan kurang mendukung dapat membuat siswa kehilangan semangat belajar sehingga lebih mudah menunda penyelesaian tugas akademik.

Salah satu faktor yang diduga memiliki keterkaitan dengan kecenderungan prokrastinasi akademik adalah *school well-being*. Menurut Konu dan Rimpela, *school well-being* merupakan kondisi terpenuhinya kebutuhan dasar siswa selama berada di lingkungan sekolah yang meliputi aspek *having*, *loving*, *being*, dan *health*. School well-being mencerminkan bagaimana siswa merasakan kenyamanan lingkungan sekolah, hubungan sosial yang positif, kesempatan untuk mengembangkan diri, serta kondisi kesehatan fisik dan psikologis selama mengikuti proses pembelajaran (Konu & Rimpelä, 2002). Siswa yang memiliki *school well-being* yang baik cenderung merasa nyaman dan lebih mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik di sekolah. Kondisi tersebut dapat membantu siswa lebih fokus dalam belajar dan lebih bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas akademik tanpa kecenderungan untuk menunda pengerjaannya (Alwi & Fakhri, 2022).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya keterkaitan antara *school well-being* dengan perilaku akademik siswa. Siswa yang memiliki

kondisi *school well-being* yang rendah cenderung merasa kurang nyaman di lingkungan sekolah, kurang memperoleh dukungan sosial, serta lebih mudah mengalami tekanan selama proses pembelajaran. Kondisi tersebut dapat menyebabkan siswa kehilangan motivasi belajar dan lebih mudah melakukan penundaan terhadap tugas akademik yang dimiliki. Sebaliknya, siswa yang memiliki *school well-being* yang baik umumnya lebih mampu mengikuti proses pembelajaran secara optimal, memiliki keterlibatan akademik yang lebih baik, serta lebih bertanggung jawab terhadap kewajiban akademiknya. Dengan demikian, *school well-being* dipandang memiliki peran penting dalam membantu siswa menghadapi tuntutan akademik dan mengurangi kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik (Rasyid, 2021).

Meskipun hubungan antara *school well-being* dan prokrastinasi akademik telah mulai dibahas dalam beberapa penelitian, kajian yang ada masih menunjukkan keterbatasan dalam beberapa konteks penelitian. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan pada siswa di wilayah perkotaan atau pada jenjang pendidikan menengah atas dan perguruan tinggi seperti yang dilakukan oleh (Ferdianto & Muhid, 2020), (Faizah et al 2024) dan (Yolanda et al 2008). Penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara *school well-being* dengan prokrastinasi akademik pada siswa madrasah tsanawiyah di wilayah pedesaan masih relatif terbatas. Padahal, karakteristik lingkungan pendidikan madrasah yang memadukan aspek akademik, sosial, serta nilai-nilai religius memungkinkan munculnya dinamika kesejahteraan sekolah yang berbeda dalam menghadapi tuntutan akademik siswa (Rahayu et al 2026).

Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya ruang penelitian yang masih perlu dikaji lebih lanjut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin
2. Bagaimana tingkat school well being pada siswa MTs Syamsul Arifin?
3. Apakah terdapat hubungan antara school well being dengan prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin
2. Mengetahui tingkat school well being pada siswa MTs Syamsul Arifin.
3. Mengetahui hubungan antara school well being dengan prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baik secara teoritis maupun praktis dalam memahami hubungan antara kesejahteraan sekolah dengan prokrastinasi akademik pada siswa.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan yang berkaitan dengan kesejahteraan sekolah serta perilaku prokrastinasi akademik pada siswa. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya kajian ilmiah mengenai faktor psikologis yang berkaitan dengan perilaku akademik dalam konteks pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada siswa mengenai pentingnya kesejahteraan sekolah dalam mendukung kemampuan mengelola tanggung jawab akademik sehingga dapat meminimalkan kecenderungan prokrastinasi dalam kegiatan belajar.

b. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam merancang program pembinaan maupun layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan sekolah siswa serta mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai kesejahteraan sekolah, prokrastinasi akademik, maupun faktor-faktor psikologis lain yang berkaitan dengan perilaku belajar siswa.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Prokrastinasi Akademik

1. Definisi Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari, Johnson, dan McCown (1995), prokrastinasi merupakan perilaku menunda secara sengaja suatu tugas yang seharusnya dapat diselesaikan, meskipun individu mengetahui bahwa penundaan tersebut dapat menimbulkan konsekuensi negatif. Dalam konteks akademik, prokrastinasi akademik mengacu pada kecenderungan siswa untuk menunda memulai maupun menyelesaikan tugas-tugas akademik, seperti mengerjakan pekerjaan rumah, belajar untuk ujian, membaca bahan pelajaran, maupun menyelesaikan tugas sekolah lainnya. Prokrastinasi akademik bukan sekadar perilaku malas, melainkan bentuk kegagalan dalam mengatur diri (*self-regulation failure*) yang menyebabkan individu menunda penyelesaian tugas meskipun menyadari pentingnya tugas tersebut. Perilaku ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kecemasan, ketakutan dan kegagalan, rendahnya kontrol diri, kurangnya motivasi, serta kesulitan dalam mengatur waktu dan menetapkan prioritas (Ferrari et al 1995a).

Menurut Solomon dan Rothblum (1984), prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan menunda tugas-tugas akademik yang perlu diselesaikan. Penundaan tersebut sering terjadi pada berbagai aktivitas akademik, seperti menulis tugas, belajar untuk ujian, membaca bahan pelajaran dan menyelesaikan tugas administratif. Perilaku ini dapat menimbulkan ketidaknyamanan, kecemasan dan perasaan bersalah pada individu. Selain itu, prokrastinasi akademik juga dapat mengurangi efektivitas proses belajar siswa. Dengan demikian, prokrastinasi akademik menjadi salah satu permasalahan yang sering ditemukan dalam dunia pendidikan (Solomon & Rothblum, 1984).

Menurut Steel (2007) prokrastinasi merupakan perilaku menunda secara sukarela terhadap suatu tugas atau aktivitas yang telah direncanakan

sebelumnya, meskipun individu menyadari bahwa penundaan tersebut dapat menimbulkan konsekuensi yang merugikan di masa mendatang. Prokrastinasi tidak hanya berkaitan dengan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, tetapi juga mencerminkan kegagalan individu dalam mengatur dan mengendalikan dirinya sendiri (*self-regulation failure*). Steel menjelaskan bahwa individu yang melakukan prokrastinasi cenderung lebih memilih kenyamanan atau kesenangan yang diperoleh dalam jangka pendek dibandingkan manfaat yang akan diperoleh apabila tugas segera diselesaikan. Akibatnya, tugas yang seharusnya dapat dikerjakan lebih awal sering kali ditunda hingga mendekati batas waktu penyelesaian atau bahkan tidak terselesaikan tepat waktu. Kondisi tersebut dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti meningkatnya stres, menurunnya kualitas hasil pekerjaan, serta berkurangnya efektivitas individu dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Steel, 2007).

Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastinare* yang berarti menunda atau mengulur waktu dalam menyelesaikan suatu tugas, dan dalam konteks akademik dimaknai sebagai penundaan yang disengaja serta tidak perlu terhadap tugas-tugas belajar. Perilaku ini berbeda dari kemalasan karena individu tetap melakukan aktivitas lain sebagai pengganti tugas utama, serta dapat dipahami sebagai sifat kepribadian maupun sebagai kondisi situasional seperti prokrastinasi akademik. Berbagai pendekatan teoretis menjelaskan prokrastinasi sebagai bentuk penghindaran terhadap kecemasan dan ancaman ego (psikoanalitik dan psikodinamik), kebiasaan yang dipelajari melalui penguatan (*behavioris*), maupun akibat pola pikir irasional seperti takut gagal (*kognitif*). Dalam lingkungan pendidikan, prokrastinasi akademik merupakan fenomena umum yang berkaitan dengan motivasi, perfeksionisme, kecemasan, depresi, serta berdampak pada kesejahteraan subjektif baik secara afektif maupun kognitif (Setiyowati, Rachmawati, & Prihatiningsih, 2021)

Berdasarkan penjelasan-penjelasan diatas, prokrastinasi akademik adalah tindakan menunda-nunda penyelesaian tugas akademik yang penting meskipun menyadari konsekuensi negatif dari penundaan tersebut. Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas-tugas akademik meskipun menyadari konsekuensi negatifnya. Prokrastinasi akademik disebabkan oleh berbagai faktor psikologis seperti kecemasan, ketakutan akan kegagalan, rendahnya kontrol diri, dan kurangnya motivasi. Penundaan ini dapat berdampak negatif pada prestasi akademik dan kesejahteraan emosional siswa (Efandi, Putri, & Indrayeni, 2025).

2. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dalam buku (Ghufron & Risnawita, 2010) menyatakan bahwa suatu bentuk perilaku penundaan, yaitu prokrastinasi akademik dapat dijelaskan menggunakan parameter tertentu yang dapat diamati dan dinilai melalui ciri-ciri tertentu. Berikut adalah penjelasannya:

a. Penundaan yang terjadi dalam proses mengerjakan dan menyelesaikan tugas

Para siswa yang mengalami perilaku prokrastinasi akademik seharusnya menyadari bahwa tugas yang diberikan perlu segera dikerjakan demi kepentingan diri sendiri, tetapi sering kali para siswa menunda saat memulai tugas serta juga saat menyelesaikan tugas tersebut.

b. Terlambat dalam menyelesaikan tugas

Siswa yang terjebak dalam prokrastinasi akademik memerlukan waktu yang cukup lama untuk menyelesaikan pekerjaan sekolah mereka. Siswa yang cenderung prokrastinasi menghabiskan banyak waktu yang seharusnya digunakan untuk menyelesaikan tugas sampai melewati *deadline*. Selain itu mereka juga mengalami keterlambatan dan kesulitan dalam memahami saat menyelesaikan tugas, sehingga teralihkan oleh aktivitas-aktivitas lain yang kurang penting saat mengerjakan

kewajibannya. Hal ini menyebabkan individu tidak mampu menyelesaikan tugasnya dengan efisien dan maksimal.

c. Perbedaan waktu antara rencana dan hasil nyata

Siswa yang mengalami perilaku prokrastinasi sering menghadapi kendala atau situasi sulit ketika menjalankan suatu tugas dalam rentang waktu yang telah ditentukan. Mereka cenderung mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan oleh tenaga pendidik.

d. Melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan

Siswa yang suka menunda-nunda cenderung lambat dalam menyelesaikan pekerjaannya, tetapi menghabiskan waktu luang untuk melakukan aktivitas yang lebih menarik seperti membaca, menonton film, bermain dengan teman, berbincang-bincang, berjalan-jalan, mendengarkan musik dan lain sebagainya. Oleh karena itu, seharusnya waktu yang ada dipakai untuk menyelesaikan tugas, namun malah semakin banyak waktu yang terpakai untuk hal-hal yang kurang bermanfaat.

4. Faktor yang Mempengaruhi

Dalam (Harmalis, 2020) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi yakni faktor internal dan eksternal.

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan berbagai faktor yang berasal dari dalam diri individu dan berperan dalam memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Faktor internal meliputi:

- Faktor fisik

Faktor fisik merupakan aspek yang berhubungan dengan kondisi kesehatan dan keadaan fisik individu. Salah satu bentuk faktor fisik yang berpengaruh terhadap prokrastinasi adalah fatigue atau kelelahan. Individu yang mengalami fatigue cenderung memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih

tinggi karena kondisi tersebut dapat mengurangi energi, konsentrasi, serta kemampuan untuk menyelesaikan tugas secara optimal.

- Faktor Psikologis

Faktor psikologis merupakan salah satu faktor internal yang berperan dalam memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi, salah satunya motivasi intrinsik. Motivasi intrinsik yaitu dorongan yang berasal dari dalam diri individu untuk melakukan suatu aktivitas guna mencapai tujuan tertentu. Individu yang memiliki motivasi intrinsik yang tinggi cenderung lebih terdorong untuk memulai dan menyelesaikan tugas tepat waktu, sehingga kecenderungan melakukan prokrastinasi menjadi lebih rendah. Sebaliknya, rendahnya motivasi intrinsik dapat mengurangi dorongan individu untuk menyelesaikan tugas, sehingga meningkatkan kecenderungan untuk menunda pekerjaan akademik.

- b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal mengacu pada berbagai kondisi atau pengaruh yang berasal dari lingkungan di luar individu, yang dapat memberikan kontribusi terhadap munculnya kecenderungan melakukan prokrastinasi. Salah satu faktor eksternal yang berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi adalah dukungan sosial, baik yang berasal dari orang tua maupun teman sebaya. Dukungan sosial tersebut memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi, yang berarti semakin tinggi dukungan yang diterima individu dari lingkungan sekitarnya, semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas.

5. Prokrastinasi Akademik dalam Perspektif Islam

Islam mendorong para umatnya untuk menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya dan menghindari sifat menunda-nunda tugas yang dapat menghalangi pencapaian tujuan yang positif. Dalam kehidupan sehari-hari, setiap orang diharapkan menjalankan amanah dan tanggung jawab dengan sepenuh hati, termasuk dalam lingkungan pendidikan. Kebiasaan prokrastinasi akademik yang ditandai dengan penundaan dalam menyelesaikan tugas, belajar, atau memenuhi kewajiban akademis lainnya, bertentangan dengan prinsip-prinsip yang diajarkan Islam. Sikap menunda pelaksanaan pengerjaan tugas dapat menyebabkan hilangnya peluang untuk mencapai hasil maksimal dan menimbulkan konsekuensi yang merugikan. Oleh karena itu, Islam mendorong setiap muslim untuk memiliki rasa disiplin, tanggung jawab dan kesungguhan dalam melaksanakan kewajiban mereka.

اَعْتَمِمْ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ: شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَصِحَّتَكَ قَبْلَ

سَقَمِكَ، وَغِنَاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ، وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَحَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ

Artinya” “Maka apabila engkau telah selesai dari suatu urusan, tetaplah bekerja keras untuk urusan yang lain. Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.” (QS. Al-Insyirah; 7-8)

Ayat tersebut menunjukkan bahwa seorang muslim dianjurkan untuk segera melanjutkan aktivitas atau pekerjaan yang bermanfaat setelah menyelesaikan suatu urusan. Nilai yang terkandung dalam ayat ini mengajarkan betapa pentingnya produktivitas, kerja keras, serta penggunaan waktu dengan bijak. Dalam konteks pendidikan, siswa diharapkan mampu segera menyelesaikan tugas-tugas sekolah dan tidak menunda tugas yang menjadi tanggung jawab mereka. Dengan kata lain, perilaku prokrastinasi akademik dapat dilihat sebagai tindakan yang kurang sesuai dengan ajaran

islam karena bertentangan dengan prinsip kesungguhan dan pemanfaatan waktu secara efektif.

Dari Ibnu ‘Abbas, Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda:

إِغْتَنِمَ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ: شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ وَصِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ وَغِنَاكَ

قَبْلَ فَقْرِكَ وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ وَحَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ (H.R. Al Hakim)

Artinya: “Manfaatkanlah lima perkara sebelum lima perkara: waktu mudamu sebelum datang waktu tuamu, waktu sehatmu sebelum datang waktu sakitmu, masa kayamu sebelum datang masa kefakiranmu, masa luangmu sebelum datang masa sibukmu, dan masa hidupmu sebelum masa matimu.” (H.R. Al Hakim)

Hadits tersebut menekankan pentingnya memanfaatkan waktu dan kesempatan yang dimiliki sebelum datang situasi yang dapat menghalangi seseorang dalam beramal dan bekerja. Dalam konteks pendidikan, waktu belajar dan kesempatan untuk berkembang adalah amanah yang harus dimanfaatkan sebaik-baiknya oleh para siswa. Oleh sebab itu, kebiasaan menunda tugas akademik dapat mengurangi efektivitas penggunaan waktu dan berpotensi menyebabkan penyesalan di kemudian hari. Dari sudut pandang islam, prokrastinasi akademik adalah perilaku yang sebaiknya dihindari karena bertentangan dengan nilai-nilai tanggung jawab, disiplin, dan penghargaan terhadap waktu yang diajarkan dalam ajaran islam.

B. School Well-Being

1. Definisi School Well-Being

Menurut Konu dan Rimpela, *school well-being* merupakan kondisi terpenuhinya kebutuhan dasar siswa selama berada di lingkungan sekolah. Konsep ini menjelaskan bahwa kesejahteraan siswa di sekolah tidak hanya dilihat dari keberhasilan akademik saja, tetapi juga dari bagaimana siswa merasakan kenyamanan, keamanan, serta pengalaman positif selama

mengikuti proses pembelajaran. *School well-being* menggambarkan keadaan ketika siswa mampu merasakan lingkungan sekolah yang mendukung, memiliki hubungan sosial yang baik, memperoleh kesempatan untuk mengembangkan diri, serta berada dalam kondisi kesehatan yang baik selama berada di sekolah (Konu & Rimpelä, 2002).

Konsep *school well-being* yang dikembangkan oleh Konu dan Rimpela berasal dari teori *well-being* yang dikemukakan oleh Erik Allardt. Dalam teorinya, Allardt menjelaskan bahwa kesejahteraan individu terdiri atas tiga aspek utama, yaitu *having*, *loving*, dan *being* (Buczak & Lukasik, 2021). Aspek *having* berkaitan dengan kondisi material dan lingkungan yang mendukung kebutuhan individu. Dalam konteks sekolah, aspek ini dapat berupa fasilitas sekolah, suasana belajar, serta kondisi lingkungan sekolah yang nyaman dan aman bagi siswa. Aspek *loving* berkaitan dengan hubungan sosial yang dimiliki individu, seperti hubungan dengan keluarga, teman, maupun lingkungan sosial di sekitarnya. Dalam lingkungan sekolah, aspek ini mencakup hubungan siswa dengan guru, hubungan antar siswa, serta dukungan sosial yang diperoleh siswa selama berada di sekolah. Adapun aspek *being* berkaitan dengan kesempatan individu untuk mengembangkan diri, menunjukkan kemampuan, serta memperoleh penghargaan terhadap dirinya (Rasyid, 2021).

Kemudian, Konu dan Rimpela mengembangkan teori tersebut agar lebih sesuai dengan konteks pendidikan dan lingkungan sekolah. Dalam pengembangannya, Konu dan Rimpela menambahkan satu aspek baru, yaitu *health* (Alwi & Fakhri, 2022). Penambahan aspek *health* dilakukan karena kondisi kesehatan fisik maupun psikologis siswa dianggap memiliki pengaruh penting terhadap kesejahteraan siswa di sekolah. Siswa yang memiliki kondisi kesehatan yang baik cenderung lebih mampu mengikuti kegiatan pembelajaran, berpartisipasi dalam aktivitas sekolah, serta menjalin hubungan sosial yang positif dengan lingkungan sekitarnya. Sebaliknya,

kondisi kesehatan yang kurang baik dapat memengaruhi kenyamanan dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran di sekolah.

Dengan ditambahkan aspek *health*, maka konsep *school well-being* menurut (Konu & Rimpelä, 2002) terdiri dari empat aspek, yaitu *having*, *loving*, *being*, dan *health*. Keempat aspek tersebut saling berkaitan dalam membentuk kesejahteraan siswa di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, *school well-being* dapat dipahami sebagai kondisi kesejahteraan siswa yang ditandai dengan terpenuhinya kebutuhan dasar (*having*), adanya hubungan sosial yang positif (*loving*), kesempatan untuk mengembangkan diri (*being*), serta kondisi kesehatan fisik dan psikologis yang baik selama berada di lingkungan sekolah (*health*).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *school well-being* merupakan kondisi kesejahteraan siswa yang ditandai dengan terpenuhinya kebutuhan dasar selama berada di lingkungan sekolah. *School well-being* mencakup kondisi lingkungan sekolah yang mendukung, hubungan sosial yang positif, kesempatan untuk mengembangkan diri, serta kesehatan fisik dan psikologis siswa. Dalam penelitian ini, *school well-being* dipandang sebagai salah satu faktor yang dapat memengaruhi perilaku akademik siswa, khususnya prokrastinasi akademik. Siswa yang memiliki *school well-being* yang baik cenderung merasa nyaman, aman, dan lebih terlibat dalam kegiatan pembelajaran sehingga kecenderungan untuk menunda tugas akademik menjadi lebih rendah. Sebaliknya, rendahnya *school well-being* dapat menyebabkan siswa kurang termotivasi dan lebih mudah melakukan prokrastinasi akademik.

2. Aspek School Well-Being

Konu & Rimpela (2002) menyebutkan terdapat beberapa aspek *School Well-Being*, yakni:

a. Kondisi sekolah (*having*)

Aspek *having* dalam *school well-being* berkaitan dengan kondisi dan lingkungan sekolah yang mendukung kebutuhan siswa selama

mengikuti proses pembelajaran. Aspek ini mencakup fasilitas sekolah, kondisi ruang kelas, suasana belajar, aturan sekolah, serta pelayanan yang diberikan kepada siswa. Lingkungan sekolah yang nyaman dan kondusif dapat membantu siswa merasa aman, nyaman, dan lebih fokus dalam mengikuti kegiatan belajar di sekolah. Aspek *having* menjadi salah satu faktor penting dalam membentuk kesejahteraan siswa di sekolah. Kondisi sekolah yang baik dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam kegiatan akademik serta membantu siswa menjalankan tugas-tugas sekolah dengan lebih optimal. Sebaliknya, lingkungan sekolah yang kurang nyaman dapat menyebabkan siswa merasa tidak betah, kurang termotivasi dalam belajar, dan cenderung menghindari kegiatan akademik.

b. Hubungan sosial (*loving*)

Aspek *loving* mengacu pada hubungan sosial yang dimiliki siswa selama berada di lingkungan sekolah. Aspek ini berkaitan dengan hubungan siswa dengan guru, hubungan antar teman, serta dukungan sosial yang didapatkan siswa di sekolah. Hubungan sosial yang baik dapat membuat siswa merasa diterima, dihargai, dan nyaman berada di lingkungan sekolah, khususnya dalam kegiatan pembelajaran. Dalam penelitian ini, aspek *loving* berkaitan dengan prorastinasi akademik, karena siswa yang memiliki hubungan sosial yang baik dan mendapatkan dukungan dari lingkungan sekolah cenderung lebih mampu menyelesaikan tugas akademik tepat waktu dibanding dengan siswa yang memiliki hubungan sosial yang kurang baik.

c. Pengembangan diri (*being*)

Aspek ini berkaitan dengan kesempatan siswa untuk mengembangkan potensi diri dan memperoleh pengalaman belajar yang lebih bermakna di sekolah. Aspek ini menekankan bahwa setiap siswa perlu dipandang sebagai bagian penting dalam lingkungan sekolah, diberikan kesempatan untuk berpartisipasi, menyampaikan pendapat dan mengembangkan kemampuan sesuai potensi dan minatnya. Pengalaman

belajar yang positif dan adanya dukungan dalam proses pengembangan diri dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam kegiatan akademik. Dalam penelitian ini, aspek *being* berkaitan erat dengan prokrastinasi akademik, karena siswa yang merasa dihargai oleh lingkungan sekolah dan mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan minat dan potensinya lebih termotivasi dalam belajar serta bertanggung jawab menyelesaikan tugas akademik, sehingga dapat mengurangi terjadinya prokrastinasi akademik.

d. Status kesehatan (*health*)

Aspek *health* didefinisikan dengan kondisi kesehatan fisik maupun psikologis siswa selama berada di lingkungan sekolah. Aspek ini mencakup kondisi tubuh seperti kesehatan mental, kelelahan, tingkat stres, serta kemampuan siswa dalam mengikuti aktivitas sekolah dengan baik. Siswa yang memiliki kesehatan fisik dan psikologis yang baik cenderung lebih mampu berkonsentrasi, mengikuti proses pembelajaran dan terlibat dalam kegiatan akademik di sekolah. Kondisi kesehatan fisik dan psikologis yang baik juga dapat membantu siswa mengelola tekanan akademik dengan lebih optimal. Dari penjelasan diatas, dapat diketahui bahwa aspek *health* memiliki kaitan dengan prokrastinasi akademik, karena siswa yang mengalami stres, kelelahan atau kondisi psikologis yang kurang baik dapat mengakibatkan motivasi siswa menurun dan lebih mudah menunda untuk menyelesaikan tugas akademik.

3. Faktor yang Mempengaruhi

Dalam jurnal faktor-faktor yang memengaruhi school well-being mengacu pada faktor-faktor yang memengaruhi well-being sebagaimana dikemukakan oleh Keyes dan Waterman (2008), yang kemudian disesuaikan dengan konteks kehidupan siswa di lingkungan sekolah.

a. Hubungan Sosial

Hubungan sosial merupakan salah satu faktor yang berperan dalam membentuk kesejahteraan individu. Pada dasarnya,

setiap individu memiliki kebutuhan untuk menjalin interaksi dan menjadi bagian dari suatu kelompok sosial. Kehadiran hubungan sosial yang positif memberikan berbagai manfaat, termasuk meningkatkan kesehatan psikologis dan kebahagiaan. Hal tersebut didukung oleh penelitian Hardjo dan Novita (2015) yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada remaja. Oleh karena itu, hubungan yang erat dengan keluarga, teman sebaya, maupun significant other menjadi sumber dukungan yang penting dalam meningkatkan kebahagiaan serta memberikan makna dalam kehidupan individu.

b. Kontrol dan Optimisme

Kontrol pribadi (*personal control*) dan *self-efficacy* merupakan faktor yang berkontribusi terhadap kesejahteraan individu. Kontrol pribadi mengacu pada keyakinan individu bahwa tindakan yang dilakukannya mampu menghasilkan luaran atau hasil yang diharapkan. Sementara itu, optimisme mencerminkan keyakinan bahwa berbagai peristiwa yang akan dihadapi cenderung menghasilkan hal-hal yang positif. Individu yang memiliki tingkat optimisme yang tinggi umumnya menunjukkan kesejahteraan emosional yang lebih baik, terutama ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan, dibandingkan individu dengan tingkat optimisme yang rendah. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Alwi dan Arifin (2017) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara optimisme dan school well-being. Dalam konteks pendidikan, optimisme berperan dalam membentuk cara individu berpikir, bersikap, merasakan, dan berperilaku ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik. Oleh karena itu, mahasiswa yang memiliki tingkat optimisme yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat school well-being yang lebih baik.

c. Teman dan Luang Waktu

Myers (dalam Keyes & Waterman, 2008) menyatakan bahwa individu yang memperoleh dukungan dari teman cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. Pada masa remaja, dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran penting karena berkaitan dengan kebutuhan individu untuk diterima dalam kelompok sosialnya. Santrock (2007b) menjelaskan bahwa remaja akan merasakan kepuasan dan kebahagiaan ketika memperoleh penerimaan dari teman sebayanya. Teman sebaya (peer group) merupakan kelompok individu yang memiliki tingkat usia atau kematangan yang relatif sama serta menjadi salah satu sumber utama interaksi sosial di luar lingkungan keluarga. Melalui kelompok teman sebaya, remaja memperoleh berbagai informasi, pengalaman, serta umpan balik mengenai kemampuan dan perilakunya, yang berperan dalam proses pembentukan konsep diri dan penyesuaian sosial. Selain itu, keterlibatan dalam berbagai aktivitas bersama teman sebaya, seperti kegiatan olahraga atau aktivitas rekreasi lainnya, juga memberikan manfaat terhadap kesejahteraan psikologis. Scanlan dkk. (dalam Mahoney, Larson, & Eccles, 2005) mengemukakan bahwa partisipasi siswa dalam aktivitas waktu luang, seperti olahraga, dapat meningkatkan suasana hati (mood), mengurangi tingkat stres, serta menumbuhkan perasaan bahagia.

d. *Volunteering*

Keyes dan Ryff (dalam Keyes & Waterman, 2008) menyatakan bahwa keterlibatan individu dalam kegiatan sukarela dapat mendorong terbentuknya hubungan yang positif dengan orang lain serta meningkatkan integrasi sosial. Dalam konteks pendidikan, sekolah menyediakan berbagai program pengabdian atau layanan masyarakat yang memberikan kesempatan kepada remaja untuk

berpartisipasi dalam aktivitas yang bermanfaat (Santrock, 2007b). Keterlibatan dalam berbagai kegiatan yang bermakna tersebut tidak hanya memperluas interaksi sosial, tetapi juga berkontribusi terhadap peningkatan kepuasan hidup pada remaja.

e. Peran Sosial

Erikson dalam (Hurlock, 1980) menjelaskan bahwa pada masa remaja individu memiliki kebutuhan untuk memahami identitas dirinya serta menentukan peran yang akan dijalankan dalam kehidupan bermasyarakat. Dalam konteks pendidikan, sekolah menjadi salah satu lingkungan yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan dan menjalankan berbagai peran sosial melalui partisipasi dalam kegiatan akademik maupun nonakademik. Sejalan dengan hal tersebut, Keyes (dalam Keyes & Waterman, 2008) menyatakan bahwa keterlibatan individu dalam menjalankan peran sosial di lingkungannya dapat memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan well-being. Dengan demikian, kesempatan yang diberikan sekolah bagi siswa untuk berpartisipasi dalam berbagai aktivitas sosial dapat mendukung terbentuknya kesejahteraan siswa di lingkungan sekolah.

f. Karakteristik Kepribadian

Karakteristik kepribadian merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kesejahteraan individu. Menurut Keyes dan Waterman (2008), dimensi kepribadian seperti ekstrasversi berkaitan erat dengan munculnya emosi positif dan kebahagiaan. Individu yang memiliki karakteristik ekstrovert cenderung lebih aktif berpartisipasi dalam berbagai aktivitas sosial, sehingga lebih mudah memperoleh pengalaman positif yang mendukung kesejahteraan. Selain itu, Huebner dalam (Konu et al., 2003) menjelaskan bahwa karakteristik kepribadian, seperti harga diri (*self-esteem*), internal

locus of control, dan kecenderungan ekstrasversi, merupakan faktor yang memengaruhi *well-being* siswa di lingkungan sekolah. Dengan demikian, karakteristik kepribadian yang positif dapat mendukung terbentuknya *school well-being* yang lebih baik.

g. Tujuan dan Aspirasi

Tujuan dan aspirasi merupakan faktor yang turut memengaruhi tingkat kesejahteraan individu. Menurut Diener dkk dalam (Keyes & Waterman, 2008), komitmen individu dalam menetapkan dan mengupayakan pencapaian tujuan hidup dapat membantu individu menemukan makna hidup sekaligus meningkatkan kemampuannya dalam menghadapi berbagai permasalahan. Keberhasilan dalam mencapai tujuan dan aspirasi tersebut berkontribusi terhadap peningkatan *well-being*. Dalam konteks pendidikan, Konu dan Rimpelä (2002) menyatakan bahwa pencapaian akademik serta penghargaan atas prestasi yang diperoleh siswa dapat meningkatkan kepuasan mereka terhadap kehidupan di sekolah. Oleh karena itu, semakin tinggi keberhasilan siswa dalam mencapai tujuan akademik maupun nonakademik, semakin besar pula peluang terbentuknya *school well-being* yang positif.

4. *School Well-Being* dalam Perspektif Islam

Konsep *School Well-Being* berkaitan dengan kondisi kenyamanan, keamanan, kesehatan, hubungan sosial dan kesempatan berkembang yang dirasakan siswa selama berada di lingkungan sekolah. Dalam perspektif islam, kesejahteraan diartikan lebih dari sekadar pemenuhan kebutuhan fisik, hal ini juga meliputi ketentraman mental, hubungan sosial yang harmonis, dan lingkungan yang mendukung perkembangan individu. Lingkungan yang positif akan memungkinkan seseorang untuk melakukan kegiatan dengan optimal dan mencapai tujuan yang diinginkannya. Oleh sebab itu, sekolah sebagai lembaga pendidikan harus menciptakan lingkungan yang

mendukung kesejahteraan siswa. Keadaan ini sejalan dengan ajaran islam yang mendorong terwujudnya kehidupan damai, kebersamaan, dan kemaslahatan.

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ اُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً
وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ اَجْرَهُمْ بِاَحْسَنِ مَا كَانُوْا يَعْمَلُوْنَ (سورة النحل: 97)

Artinya: “Siapa yang mengerjakan kebajikan, baik laki-laki maupun perempuan, sedangkan dia seorang mukmin, sungguh, Kami pasti akan berikan kepadanya kehidupan yang baik dan akan Kami beri balasan dengan pahala yang lebih baik daripada apa yang selalu mereka kerjakan” (QS. An-Nahl: 97)

Ayat tersebut menyatakan bahwa Allah menjanjikan kehidupan yang baik (*hayyatan thayyibah*) bagi orang-orang yang beriman dan beramal sholeh. Kehidupan yang baik tidak hanya berkaitan dengan kesejahteraan materi, tetapi juga mencakup ketenangan batin, rasa aman, kebahagiaan dalam menjalani kehidupan. Dalam ranah pendidikan, kondisi ini dapat terlihat dari adanya lingkungan sekolah yang nyaman, interaksi sosial yang positif, serta peluang bagi siswa untuk mengembangkan potensi diri mereka dengan baik. Maka konsep *School Well-Being* sejajar dengan nilai-nilai islam yang menekankan betapa pentingnya menciptakan kehidupan yang baik dan seimbang.

عَنْ أَبِي هَمَزَةَ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ خَادِمِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ:

لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّىٰ يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ (رواه البخاري ومسلم)

Artinya: Dari Abu Hamzah Anas bin Malik Radhiyallahu ‘Anhu, pelayan Rasulullah Shallallahu ‘alaihi Wasallam dari Nabi Shallallahu ‘alaihi Wasallam, beliau bersabda: “Tidak beriman

salah seorang di antara kalian hingga ia mencintai untuk saudaranya apa yang ia cintai untuk dirinya sendiri.” (H.R. Bukhari dan Muslim)

Hadist tersebut mengandung nilai penting mengenai hubungan sosial yang positif, saling menghargai dan mendukung antara individu. Dalam konteks sekolah, hubungan yang baik antara siswa, teman sebaya, dan para guru merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan *School Well-Being* selama proses belajar. Dukungan sosial yang positif akan membuat siswa merasa diterima, dihargai, dan aman dalam lingkungan sekolah. Oleh karena itu, konsep *School Well-Being* dari sudut pandang islam tidak hanya berkenaan dengan kenyamanan fisik, tetapi juga meliputi terbentuknya hubungan sosial yang harmonis dan lingkungan yang mendukung perkembangan siswa secara menyeluruh.

C. Hubungan Antar Variabel

School well being adalah kondisi kesejahteraan siswa saat berada di lingkungan sekolah, yang meliputi kenyamanan belajar, hubungan sosial, kesempatan untuk pengembangan diri, serta kesehatan fisik dan psikologis. Menurut Konu dan Rimpela (2002), kondisi ini dapat memengaruhi bagaimana siswa terlibat dalam kegiatan akademik di sekolah. Pernyataan tersebut dikuatkan oleh (Hidayat, 2024), yang mengatakan bahwa siswa dengan kesejahteraan sekolah yang baik cenderung merasa nyaman, aman, dan lebih mampu beradaptasi dengan tuntutan akademik, sehingga memungkinkan mereka untuk menyelesaikan pekerjaan sekolah secara lebih optimal. Sebaliknya, siswa dengan kesejahteraan sekolah yang rendah cenderung merasa tidak nyaman selama proses belajar, menerima dukungan sosial yang lebih sedikit, dan lebih rentan terhadap stres akademik. Kondisi ini dapat menyebabkan siswa kehilangan antusiasme untuk belajar, menghindari pekerjaan sekolah, dan menunda penyelesaian tugas akademik, sehingga meningkatkan kecenderungan untuk menunda-nunda pekerjaan akademik.

Prokrastinasi akademik adalah perilaku sengaja menunda menyelesaikan tugas akademik meskipun siswa menyadari akan konsekuensi negatif dari penundaan tersebut. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi hal tersebut adalah kesejahteraan sekolah siswa. Siswa yang merasa tidak nyaman di lingkungan sekolah, yang ditandai dengan kurangnya mendapat dukungan sosial, tidak dianggap di lingkungan sekolah, mengalami stres selama proses belajar, atau memiliki kesehatan fisik dan psikologis yang buruk lebih cenderung kehilangan antusiasme dan motivasi untuk belajar. Kondisi ini dapat menyebabkan siswa menghindari tugas akademik, merasa enggan untuk memulai pekerjaan, dan lebih memilih untuk menunda penyelesaian tugas sekolah. Oleh karena itu, kesejahteraan sekolah yang rendah dapat menjadi faktor penyebab penundaan akademik pada siswa (Ramadhani et al 2020).

Hubungan antara *school well-being* dan prokrastinasi akademik juga didukung oleh beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh (Ferdianto & Muhid, 2020) menunjukkan bahwa *school well-being* memiliki pengaruh terhadap kondisi akademik siswa, khususnya stres akademik. Kondisi stres akademik yang tinggi dapat menyebabkan siswa merasa tertekan dan cenderung menghindari tugas-tugas akademik yang dimiliki. Selain itu, penelitian (Hasanah & Sutopo, 2020b) juga menunjukkan bahwa *school well-being* berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa. Motivasi belajar yang rendah dapat menyebabkan siswa kurang bertanggung jawab terhadap tugas akademiknya dan lebih mudah melakukan prokrastinasi akademik. Serta penelitian (Jatmiko & Setyawan, 2021b) juga menunjukkan bahwa aspek-aspek dalam *school well-being*, seperti hubungan sosial, kenyamanan lingkungan sekolah, dan keterlibatan siswa dalam kegiatan sekolah memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik siswa. Ketika siswa merasa kurang nyaman di lingkungan sekolah atau kurang memperoleh dukungan sosial, siswa cenderung lebih mudah menghindari tugas dan menunda penyelesaian pekerjaan akademik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa *school well-being* memiliki peran penting

dalam membantu siswa mengurangi kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *school well being* memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik siswa. Siswa yang memiliki *school well being* yang baik cenderung merasa aman, nyaman dan mampu mengikuti kegiatan belajar dengan optimal sehingga potensi untuk menunda tugas akademik menjadi lebih rendah. Sebaliknya, rendahnya *school well being* dapat menyebabkan siswa kurang nyaman di lingkungan sekolah, malas mengikuti proses pembelajaran dan kehilangan semangat belajar. Dimana dampak-dampak tersebut dapat menyebabkan siswa mudah melakukan prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, *school well being* dipandang sebagai salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya prokrastinasi akademik siswa.

i. Kerangka Konseptual

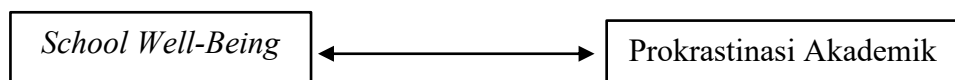
School Well-Being merupakan kondisi kesejahteraan yang dirasakan siswa selama berada di lingkungan sekolah. Kesejahteraan tersebut mencakup kondisi lingkungan belajar yang mendukung (*having*), hubungan sosial yang baik dengan guru dan teman (*loving*), kesempatan untuk mengembangkan diri (*being*), serta kondisi kesehatan fisik dan psikologis siswa (*health*). Siswa yang memiliki tingkat *School Well-Being* yang tinggi cenderung merasa nyaman, aman, diterima, dan memperoleh dukungan yang memadai selama mengikuti proses pembelajaran. Kondisi tersebut mendorong meningkatnya motivasi belajar, keterlibatan akademik, serta kemampuan siswa dalam menghadapi berbagai tuntutan di lingkungan sekolah (Maspupah et al 2021).

Di sisi lain, prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda penyelesaian tugas akademik secara sengaja meskipun individu menyadari bahwa penundaan tersebut dapat menimbulkan konsekuensi negatif. Perilaku ini dapat ditunjukkan melalui keterlambatan dalam memulai

maupun menyelesaikan tugas, menunda pengerjaan tugas hingga mendekati batas waktu, serta lebih memilih melakukan aktivitas lain dibandingkan menyelesaikan kewajiban akademik (Ramadhani et al 2020).

Siswa yang merasakan kesejahteraan yang baik di lingkungan sekolah umumnya memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi, mampu beradaptasi dengan tuntutan akademik, serta memperoleh dukungan sosial yang memadai dari lingkungan sekitarnya. Kondisi tersebut dapat membantu siswa untuk lebih bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik sehingga kecenderungan melakukan prokrastinasi menjadi lebih rendah. Sebaliknya, siswa dengan tingkat *School Well-Being* yang rendah cenderung merasa kurang nyaman di lingkungan sekolah, kurang mendapatkan dukungan sosial, serta mengalami kesulitan dalam menghadapi tuntutan akademik, sehingga lebih berisiko melakukan prokrastinasi akademik (Nardani et al 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diasumsikan bahwa terdapat hubungan negatif antara *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi tingkat *School Well-Being* yang dimiliki siswa, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dilakukan. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *School Well-Being*, maka semakin tinggi kecenderungan siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik.



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

ii. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian dirumuskan berdasarkan kajian teoritis dan hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa tingkat *School Well-Being* yang dimiliki siswa berkaitan dengan kecenderungan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi tingkat *School Well-Being* yang dimiliki siswa, maka semakin rendah kecenderungan siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik. Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. H_a : Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *School Well-Being* dengan prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin.
- b. H_0 : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *School Well-Being* dengan prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Metode ini digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan proses pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian yang terstruktur. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan teknik statistik atau kuantitatif untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Jenis korelasional digunakan untuk mengkaji hubungan antara dua variabel yang diukur secara bersamaan, yaitu kesejahteraan sekolah sebagai variabel independen dan prokrastinasi akademik sebagai variabel dependen pada siswa MTs Syamsul Arifin. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat atau kekuatan hubungan antara sepasang variabel dalam suatu penelitian (Selviana et al 2024; Sugiyono, 2019).

B. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2019) Variabel penelitian merupakan atribut, karakteristik, atau nilai yang dimiliki oleh individu, objek, maupun suatu kegiatan yang memiliki variasi tertentu. Variabel tersebut ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga dapat dianalisis dan pada akhirnya ditarik suatu kesimpulan. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu:

1. Variabel dependen (Y): Prokrastinasi akademik
2. Variabel independen (X): *School Well-Being*

C. Definisi Operasional Variabel

1. Prokrastinasi Akademik (Y)

Solomon dan Rothblum menjelaskan bahwa prokrastinasi merupakan kecenderungan individu untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan suatu tugas secara keseluruhan, serta lebih memilih melakukan aktivitas lain yang kurang bermanfaat. Variabel ini diukur menggunakan Skala Prokrastinasi Akademik yang disusun berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari, Johnson, dan McCown

(1995), yaitu penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana dan pelaksanaan tugas, serta kecenderungan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan tugas akademik. Skala ini menggunakan model Likert dengan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Setelah seluruh item diberi skor sesuai ketentuan, skor dijumlahkan untuk memperoleh skor total prokrastinasi akademik. Semakin tinggi skor total menunjukkan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik, sedangkan semakin rendah skor total menunjukkan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik.

2. School Well-Being (X)

School Well-Being merupakan kondisi ketika kebutuhan dasar siswa dapat terpenuhi selama berada di lingkungan sekolah (Konu & Rimpelä, 2002). Variabel ini diukur menggunakan Skala *School Well-Being* yang disusun berdasarkan konsep Konu dan Rimpelä (2002), yang terdiri atas empat aspek, yaitu kondisi sekolah (*having*), hubungan sosial (*loving*), pemenuhan diri (*being*), dan kesehatan (*health*).

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa MTs Syamsul Arifin yang masih aktif pada tahun ajaran 2025/2026. Berdasarkan data yang diberikan pihak sekolah, jumlah keseluruhan siswa MTs Syamsul Arifin yakni 103 siswa. Populasi dipilih karena siswa MTs berada pada rentang usia remaja awal, yaitu sekitar 12–15 tahun. Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan yang menjadi perhatian para ahli dan tokoh agama karena pada tahap ini individu mengalami berbagai perubahan penting, baik secara hormonal, fisik, psikologis, maupun sosial, yang berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan emosional dan

psikologis (Sulhan et al 2024). Pada tahap ini individu mulai mengembangkan kemampuan berpikir yang lebih kompleks serta menghadapi berbagai tuntutan akademik yang semakin meningkat.

Dalam konteks pendidikan, siswa remaja sering menghadapi berbagai tugas akademik seperti pekerjaan rumah, tugas kelompok, maupun persiapan ujian. Tuntutan akademik tersebut terkadang memunculkan perilaku penundaan dalam menyelesaikan tugas yang dikenal sebagai prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, siswa MTs dipandang sebagai populasi yang relevan untuk mengkaji hubungan antara kesejahteraan sekolah dan prokrastinasi akademik. Dengan demikian, populasi penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai bagaimana kondisi kesejahteraan siswa di lingkungan sekolah berkaitan dengan kecenderungan mereka dalam menunda pengerjaan tugas akademik.

2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2019) Sampel dalam penelitian kuantitatif merupakan sebagian dari jumlah serta karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan populasi dalam penelitian. Dalam penelitian ini, sampel yang digunakan adalah seluruh siswa MTs Syamsul Arifin yang masih aktif pada tahun ajaran 2025/2026, yakni sebanyak 103 siswa. Dengan demikian, jumlah sampel dalam penelitian ini sama dengan jumlah populasi yang ada.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampling jenuh, yaitu teknik penentuan sampel dengan menjadikan seluruh anggota populasi sebagai sampel penelitian (Suriani et al 2023). Menurut Sugiyono (2019), sampling jenuh digunakan apabila jumlah populasi relatif kecil sehingga seluruh anggota populasi dapat dijadikan sebagai responden penelitian.

Penggunaan teknik sampling jenuh dalam penelitian ini dilakukan agar data yang diperoleh dapat menggambarkan kondisi populasi secara lebih

menyeluruh, khususnya terkait dengan hubungan antara kesejahteraan sekolah dan prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner atau angket dengan model skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu terhadap suatu fenomena sosial (Wibowo et al 2025). Responden diminta untuk memberikan jawaban terhadap setiap pernyataan yang tersedia dengan pilihan jawaban:

Tabel 3.1 Skor Penilaian Skala Likert

Skor	Kategori Jawaban
4	Sangat Setuju (SS)
3	Setuju (S)
2	Tidak Setuju (TS)
1	Sangat Tidak Setuju (STS)

Skor	Kategori Jawaban
1	Sangat Setuju (SS)
2	Setuju (S)
3	Tidak Setuju (TS)
4	Sangat Tidak Setuju (STS)

Selain itu, wawancara juga dilakukan pada tahap pra-penelitian untuk memperoleh gambaran awal mengenai perilaku prokrastinasi akademik pada siswa.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala psikologi yang terdiri dari dua skala yaitu skala prokrastinasi akademik dan skala kesejahteraan sekolah.

1. Skala Variabel Dependen (Prokrastinasi Akademik)

Skala prokrastinasi akademik dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrari (dalam buku Ghufro dan Risnawita, 2010). Aspek-aspek tersebut meliputi penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas,

keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana dan pelaksanaan tugas, serta kecenderungan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dibandingkan menyelesaikan tugas akademik (Ghufron & Risnawita, 2010).

Tabel 3.2 Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik

No	Ciri-Ciri	Indikator	F/ UF	Item
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Menunda memulai atau menyelesaikan tugas yang diberikan guru	F	1, 18
		Mendahulukan tugas akademik sebelum aktivitas lain	UF	3
		Menyelesaikan tugas segera setelah diberikan	UF	14
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	Terlambat mengerjakan atau mengumpulkan tugas	F	4, 8, 15
		Mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan	F	5, 11, 17
3.	Kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual	Memiliki perencanaan belajar atau jadwal belajar	UF	9
		Fokus pada tugas dan pelajaran sekolah	UF	7, 10
		Mendahulukan tugas akademik sebelum kegiatan lain	UF	12
		Memiliki kemampuan mengatur waktu belajar	UF	16
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Lebih memilih aktivitas sosial daripada tugas akademik	F	2, 6
		Lebih memilih aktivitas yang disenangi dibanding mengerjakan tugas	F	13

*)F: Favorable, UF: Unfavorable

Berdasarkan tabel di atas, instrumen prokrastinasi akademik terdiri atas 18 item pernyataan yang disusun berdasarkan empat aspek. Setiap item pernyataan dikelompokkan ke dalam pernyataan *favorable* (F) dan *unfavorable* (UF). Pernyataan *favorable* menunjukkan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik, sehingga semakin tinggi tingkat persetujuan responden maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi

akademik yang dimiliki. Sebaliknya, pernyataan *unfavorable* menunjukkan perilaku yang berlawanan dengan prokrastinasi akademik, sehingga skor pada item tersebut perlu dibalik (*reverse coding*) pada saat pengolahan data agar arah penilaian seluruh item menjadi konsisten. Dengan demikian, skor total yang diperoleh dapat menggambarkan tingkat prokrastinasi akademik responden secara lebih akurat.

2. Skala Variabel Independen (*School Well-Being*)

Skala *school well-being* dalam penelitian ini mengadaptasi dari penelitian (Konu & Rimpelä, 2002). Skala penelitian ini mengukur *school well-being* melalui empat aspek antara lain, keadaan sekolah (*having*), hubungan sosial (*loving*), pemenuhan diri (*being*), dan status kesehatan (*health*). Skala tersebut disusun dengan menyesuaikan karakteristik responden yaitu siswa MTs.

Tabel 3.3 Blueprint Skala *School Well-Being*

No	Aspek	Indikator	F	UF
1.	Kondisi Sekolah (<i>having</i>)	Lingkungan di dalam sekolah, lingkungan belajar dan pelayanan siswa	1, 4, 5, 6, 7, 8	2, 3
2.	Hubungan Sosial (<i>loving</i>)	Lingkungan pembelajaran sosial, hubungan antara guru dan murid, hubungan dengan teman sekelas serta kerjasama antara sekolah dan rumah	9, 10, 12, 13, 14	11, 15
3.	Pemenuhan Diri (<i>being</i>)	Sekolah memberikan kesempatan siswa untuk mendapatkan pemenuhan diri	17, 18, 19, 21, 22	16, 20
4.	Status Kesehatan (<i>health</i>)	Tidak adanya sumber penyakit dan siswa yang sakit	23, 24, 25, 26	27, 28, 29

*) F: Favorable, UF: Unfavorable

Berdasarkan tabel di atas, instrumen *School Well-Being* terdiri atas 29 pernyataan yang mencakup empat dimensi utama. Pernyataan dalam instrumen dibedakan menjadi dua jenis, yaitu *favorable* (F) dan *unfavorable* (UF). Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang menunjukkan

kondisi *School Well-Being* yang positif, sehingga semakin tinggi tingkat persetujuan responden maka semakin tinggi pula tingkat *School Well-Being* yang dimiliki. Sebaliknya, pernyataan *unfavorable* menggambarkan kondisi *School Well-Being* yang negatif, sehingga skor pada pernyataan tersebut perlu dibalik (*reverse coding*) pada saat pengolahan data agar arah penilaian seluruh item menjadi konsisten. Dengan demikian, skor total yang diperoleh dapat menggambarkan tingkat *School Well-Being* responden secara lebih akurat.

G. Uji Instrumen

1. Uji Validitas

uji validitas dilakukan untuk menentukan sejauh mana item pernyataan dalam penelitian mampu mengukur variabel yang akan dianalisis. Uji validitas dinilai dengan membandingkan nilai *r* hitung dengan *r* tabel. Dalam penelitian ini, jumlah responden yang di uji coba adalah 30, sehingga diperoleh derajat kebebasan $(df)=n-2=30-2=28$. Dengan menggunakan taraf signifikansi 5% (0,05), diperoleh nilai *r* tabel sebesar 0,361. Sebuah item pernyataan dianggap valid jika nilai *r* hitung lebih besar daripada *r* tabel (*r* hitung > *r* tabel), sedangkan item dinyatakan tidak valid jika nilai *r* hitung lebih kecil daripada *r* tabel (*r* hitung < *r* tabel). Uji validitas kedua variabel disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Uji Validasi School Well-Being(X)

Soal	R Hitung	R Tabel	Keterangan
X1	0,409	0,361	Valid
X2	0,413	0,361	Valid
X3	0,397	0,361	Valid
X4	0,448	0,361	Valid
X5	0,569	0,361	Valid
X6	0,503	0,361	Valid
X7	0,465	0,361	Valid
X8	0,448	0,361	Valid
X9	0,482	0,361	Valid
X10	0,392	0,361	Valid
X11	0,400	0,361	Valid
X12	0,486	0,361	Valid
X13	0,392	0,361	Valid
X14	0,641	0,361	Valid
X15	0,449	0,361	Valid
X16	0,475	0,361	Valid
X17	0,387	0,361	Valid
X18	0,621	0,361	Valid
X19	0,543	0,361	Valid
X20	0,388	0,361	Valid
X21	0,410	0,361	Valid
X22	0,418	0,361	Valid
X23	0,409	0,361	Valid
X24	0,591	0,361	Valid
X25	0,504	0,361	Valid
X26	0,466	0,361	Valid
X27	0,444	0,361	Valid
X28	0,386	0,361	Valid
X29	0,382	0,361	Valid

Merujuk pada tabel 4.3 dapat dilihat bahwa seluruh item pernyataan pada variabel *School Well-Being* memiliki nilai r hitung yang lebih tinggi daripada r tabel (0,361). Nilai r hitung bervariasi antara 0,382 hingga 0,641. Oleh karena itu, keseluruhan 29 item pernyataan dalam variabel *School Well-Being* dinyatakan valid dan dapat digunakan sebagai instrumen penelitian.

Tabel 4.2 Uji Validasi Prokratinasi Akademik (Y)

Soal	R Hitung	R Tabel	Keterangan
Y1	0,425	0,361	Valid
Y2	0,615	0,361	Valid
Y3	0,530	0,361	Valid
Y4	0,388	0,361	Valid
Y5	0,653	0,361	Valid
Y6	0,490	0,361	Valid
Y7	0,514	0,361	Valid
Y8	0,482	0,361	Valid
Y9	0,437	0,361	Valid
Y10	0,598	0,361	Valid
Y11	0,435	0,361	Valid
Y12	0,393	0,361	Valid
Y13	0,483	0,361	Valid
Y14	0,426	0,361	Valid
Y15	0,456	0,361	Valid
Y16	0,390	0,361	Valid
Y17	0,436	0,361	Valid
Y18	0,548	0,361	Valid

Merujuk pada tabel 4.4 terlihat bahwa seluruh item pernyataan pada variabel prokratinasi akademik menunjukkan nilai r hitung yang lebih tinggi dibandingkan dengan r tabel (0,361). Rentang nilai r hitung berkisar antara 0,388 hingga 0,653. Dengan demikian, seluruh 18 item pernyataan dalam variabel prokratinasi akademik dinyatakan valid dan dapat digunakan sebagai instrumen penelitian.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengukur sejauh mana konsistensi dari alat ukur penelitian. Proses pengujian reliabilitas dilakukan dengan memanfaatkan koefisien *Cronbach's Alpha*. Alat ukur penelitian dianggap dapat diandalkan jika mendapatkan nilai *Cronbach's Alpha* yang lebih dari 0,70. Semakin tinggi angka *Cronbach's Alpha*, maka semakin baik konsistensi instrumen penelitian dalam menilai kedua variabel yang diteliti.

Tabel 4.3 Uji Reliabilitas *School Well-Being*(X)

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.859	29

Berdasarkan tabel 4.5, variabel *School Well-Being* menyatakan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,859 dengan total 29 item pernyataan. Dengan nilai *cronbach's alpha* yang lebih dari 0,70 ($0,859 > 0,70$), maka instrumen penelitian *School Well-Being* dinyatakan layak digunakan. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen penelitian ini memiliki konsistensi yang sangat baik dalam menilai *School Well-Being*.

Tabel 4.4 Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik (Y)

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.802	18

Berdasarkan tabel 4.6 variabel prokrastinasi akademik memiliki nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,802 dengan total 18 item pernyataan. Karena nilai *cronbach's alpha* lebih dari 0,70 ($0,802 > 0,60$), maka instrumen prokrastinasi akademik dinyatakan layak digunakan. Nilai ini menunjukkan bahwa instrumen ini memiliki konsistensi yang baik dan dapat digunakan dalam penelitian.

3. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik dengan bantuan program SPSS. Analisis data yang digunakan meliputi analisis deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data penelitian serta analisis korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui hubungan antara kesejahteraan sekolah dan prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin.

4. Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan metode Kolmogorov–Smirnov yang bertujuan untuk mengetahui apakah data

yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Data dikatakan berdistribusi normal apabila pola penyebarannya mengikuti bentuk distribusi normal. Adapun hipotesis dalam uji normalitas adalah sebagai berikut:

- a. H_0 diterima apabila nilai signifikansi lebih besar dari nilai yang ditentukan, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.
- b. H_a diterima apabila nilai signifikansi lebih kecil dari nilai yang ditentukan, sehingga dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal (Nugraha, 2022).

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan nilai *Deviation from Linearity*. Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen bersifat linear. Asumsi linearitas penting untuk menentukan bentuk persamaan estimasi yang digunakan dalam analisis, seperti persamaan linear, logaritmik, kuadratik, kubik, maupun invers. Adapun hipotesis dalam uji linearitas adalah sebagai berikut:

1. H_0 diterima apabila nilai *Deviation from Linearity* lebih besar dari taraf signifikansi yang ditetapkan, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antar variabel bersifat linear
2. H_a diterima apabila nilai *Deviation from Linearity* lebih kecil dari taraf signifikansi, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antar variabel tidak bersifat linear (Nugraha, 2022).

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Statistik Data Penelitian

3. Analisis Deskriptif *School Well-Being*

Deskripsi mengenai data *School Well-Being* dilakukan untuk memberikan gambaran menyeluruh tentang tingkat *School Well-Being* yang dimiliki oleh responden dalam penelitian ini. Metode analisis deskriptif diterapkan untuk mengetahui nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata (*mean*), dan deviasi standar dari data *School Well-Being* yang diperoleh 103 responden. Berikut tabel analisis deskriptif variabel *School Well-Being*:

Tabel 4.5 Analisis Deskriptif *School Well-Being* (X)

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
School Well-Being	103	68	106	89.04	6.987
Valid N (listwise)	103				

Dari tabel 4.1 terlihat bahwa jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 103 siswa. Variabel *School Well-Being* menunjukkan nilai terendah sebesar 68 dan nilai tertinggi sebesar 106. Nilai rata-rata (*mean*) yang dicapai adalah 89,04 dengan deviasi standar sebesar 6,987. Temuan ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan responden memiliki tingkat *School Well-Being* yang cukup positif. Selain itu, nilai deviasi standar yang lebih kecil dibandingkan rata-rata menunjukkan bahwa distribusi data *School Well-Being* tidak terlalu bervariasi, sehingga sebagian besar responden memiliki tingkat *School Well-Being* yang hampir sama dengan nilai rata-ratanya.

Tabel 4.6 Kategorisasi Tingkat School Well-Being

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 58$	0	0%
Sedang	$58 < X < 87$	38	36,9%
Tinggi	$X > 87$	65	63,1%
Total	-	103	100%

Menurut (Azwar, 2012) kategorisasi tingkat *School Well-Being* disusun menggunakan norma kategorisasi berdasarkan mean teoritis dan deviasi standar teoretis. Skala *School Well-Being* yang terdiri atas 29 item dengan rentang skor 1-4 memiliki skor teoretis minimum sebesar 29 dan skor teoretis maksimum sebesar 116 sehingga diperoleh mean teoretis sebesar 72,5 dan deviasi standar teoretis sebesar 14,5. Berdasarkan kategori tersebut responden dikategorikan menjadi tiga kelompok sesuai dengan tabel di atas. Hasil kategorisasi pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa tidak terdapat responden pada kategori rendah (0%), sebanyak 38 responden (36,9%) berada pada kategori sedang dan sebanyak 65 responden (63,1%) berada pada kategori tinggi.

Tabel 4.7 Skor Rata-rata Tiap Dimensi School Well-Being

Dimensi	Jumlah Item	Skor Maksimal	Mean	Persentase dari Skor Maksimal
<i>Having</i> (Kondisi Sekolah)	8	32	24,81	77,5%
<i>Loving</i> (Hubungan Sosial)	7	28	20,75	74,1%
<i>Being</i> (Pemenuhan Diri)	7	28	22,25	79,5%
<i>Health</i> (Status Kesehatan)	7	28	21,23	75,8%

Tabel 4.3 menyajikan skor rata-rata responden pada masing-masing dimensi *School Well-Being*. Untuk memudahkan perbandingan antardimensi yang memiliki jumlah item berbeda, skor rata-rata tiap dimensi dikonversi ke dalam bentuk persentase skor maksimal yang dapat diperoleh pada dimensi tersebut.

Berdasarkan tabel tersebut dimensi *being* (pemenuhan diri) memperoleh presentase tertinggi sebesar 79,5% diikuti oleh dimensi *having* (kondisi sekolah) sebesar 77,5%, dimensi *health* (status kesehatan) sebesar 75,8% dan dimensi *loving* (hubungan sosial) sebesar 74,1% sebagai persentase terendah.

4. Analisis Deskriptif Prokrastinasi Akademik

Analisis deskriptif tentang prokrastinasi akademik disusun untuk memberikan gambaran mengenai sejauh mana prokrastinasi akademik yang dialami oleh peserta penelitian. Analisis ini mencakup nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata (*mean*), serta deviasi standar yang dikumpulkan dari respon siswa terhadap alat ukur penelitian prokrastinasi akademik.

Tabel 4. 8 Analisis Deskriptif Prokratinasi Akademik(Y)

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Prokrastinasi Akademik	103	26	52	40.49	5.341
Valid N (listwise)	103				

Menurut tabel 4.2 jumlah responden dalam penelitian ini mencapai 103 siswa. Variabel prokrastinasi akademik menunjukkan nilai terendah 26 dan nilai tertinggi 52. Rata-rata yang dihitung adalah 40,49 dengan deviasi standar 5,341. Temuan ini menandakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik diantara siswa bervariasi secara signifikan. Namun, karena nilai deviasi standar lebih kecil dibandingkan rata-rata, maka dapat disimpulkan bahwa data prokrastinasi akademik memiliki distribusi yang cenderung homogen dan tidak memperlihatkan perbedaan yang terlalu jauh antara siswa.

Tabel 4.9 Kategorisasi Tingkat Prokratinasi Akademik

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 36$	18	17,5%
Sedang	$36 < X < 54$	85	82,5%
Tinggi	$X > 54$	0	0%
Total	-	103	100%

Sebagaimana pada variabel sebelumnya kategorisasi tingkat prokrastinasi akademik disusun menggunakan norma yang sama. Skala prokrastinasi akademik yang terdiri atas 18 item dengan rentang skor 1-4 memiliki skor teoretis minimum sebesar 18 dan skor teoretis maksimum sebesar 72 sehingga diperoleh mean teoretis sebesar 45 dan deviasi standar teoretis sebesar 9. Berdasarkan hasil tersebut maka responden dikategorikan menjadi tiga kategori pada tabel di atas. Hasil kategorisasi pada tabel 4.5 menunjukkan bahwa sebanyak 18 responden (17,5%) berada pada kategori rendah, sebanyak 85 responden (82,5%) berada pada kategori sedang dan tidak terdapat responden pada kategori tinggi.

Tabel 4.10 Skor Rata-rata Tiap Aspek Prokrastinasi Akademik

Dimensi	Jumlah Item	Skor Maksimal	Mean	Persentase dari Skor Maksimal
Penundaan memulai/ menyelesaikan tugas	4	16	8,33	52,1%
Keterlambatan mengerjakan tugas	6	24	15,17	63,2%
Kesenjangan rencana dengan kinerja	5	20	9,64	48,2%
Aktivitas lain yang lebih menyenangkan	3	12	7,34	61,2%

Tabel 4.6 menyatakan skor rata-rata responden pada masing-masing aspek prokrastinasi akademik berdasarkan teori Ferrari dalam buku (Ghufron & Risnawita, 2010). Skor rata-rata

tiap aspek juga dikonversi ke dalam bentuk persentase dari skor maksimal untuk memudahkan perbandingan antar aspek. Berdasarkan tabel tersebut aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas memperoleh persentase tertinggi sebesar 63,2% lalu diikuti oleh aspek melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan sebesar 61,2% selanjutnya aspek penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas sebesar 52,1% dan aspek kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual sebagai persentase terendah sebesar 48,2%.

2. Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menentukan apakah data yang digunakan dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak. Hasil dari uji ini menjadi acuan dalam memilih teknik analisis yang akan diterapkan pada tahap berikutnya (uji hipotesis). Dalam penelitian ini, uji normalitas diuji dengan metode *Kolmogorov-Smirnov* karena responden lebih dari 50 siswa yaitu sejumlah 103 siswa. Data dianggap berdistribusi normal jika nilai signifikansi *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih besar dari 0,05.

Tabel 4.11 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		School Well Being	Prokrastinasi Akademik
N		103	103
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	89.04	40.49
	Std. Deviation	6.987	5.341
Most Extreme Differences	Absolute	.054	.078
	Positive	.054	.056
	Negative	-.051	-.078
Test Statistic		.054	.078
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.135 ^c

a. Test distribution is Normal.

- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel 4.7 variabel *School Well-Being* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,200, sedangkan variabel prokrastinasi akademik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,135. Kedua nilai ini lebih besar dari 0,05, yang berarti dapat diambil kesimpulan bahwa data *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik berdistribusi normal. Oleh karena itu, data penelitian ini memenuhi asumsi mengenai normalitas dan dapat dilanjutkan ke tahap pengujian berikutnya menggunakan analisis parametrik (*pearson product moment*).

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk menilai apabila terdapat pola hubungan yang linear antara variabel *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik. Proses ini sangat penting karena analisis korelasi *pearson product moment* memerlukan adanya hubungan linear di antara kedua variabel. Sebuah hubungan dianggap linear jika nilai signifikansi dalam baris *Deviation from Linearity* lebih besar dari 0,05.

Tabel 4.12 Uji Linearitas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik * School Well Being	Between Groups	(Combined)	1307.165	29	45.075	2.053	.007
		Linearity	436.259	1	436.259	19.873	.000
		Deviation from Linearity	870.906	28	31.104	1.417	.120
	Within Groups		1602.563	73	21.953		
	Total		2909.728	102			

Dari tabel 4.8 diketahui bahwa nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity* memiliki nilai sebesar 0,120. Nilai ini lebih tinggi dari 0,05 ($0,120 > 0,05$), yang berarti dapat disimpulkan

bahwa terdapat hubungan linear antara *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik. Selain itu, nilai signifikansi pada baris *Linearity* yang menunjukkan angka 0,000 menandakan bahwa ada kecenderungan hubungan linear yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Oleh karena itu, asumsi linearitas telah terpenuhi sehingga analisis korelasi *Pearson Product Moment* dapat diterapkan.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengidentifikasi adanya hubungan antara *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik pada siswa di MTs Syamsul Arifin. Mengingat data penelitian telah memenuhi syarat normalitas dan linearitas, pengujian hipotesis menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment*.

Tabel 4.13 Uji Hipotesis (*Pearson Product Moment*)

Correlations			
		School Well Being	Prokrastinasi Akademik
School Well Being	Pearson Correlation	1	-.387**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	103	103
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	-.387**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	103	103

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 4.9 diperoleh *Pearson Correlation* sebesar -0,387 dengan nilai signifikansi (*Sig. (2-tailed)*) sebesar 0,000. Angka signifikan ini lebih kecil dibandingkan 0,05 ($0,000 < 0,05$) yang dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik (H_a) diterima, sedangkan hipotesis yang menyatakan tidak adanya

hubungan antara *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik (H_0) ditolak.

Nilai koefisien korelasi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut berlawanan. Yang berarti semakin tinggi tingkat *School Well-Being* yang dirasakan siswa MTs Syamsul Arifin, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang mereka lakukan. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat *School Well-Being*, maka semakin besar kecenderungan siswa untuk berprokrastinasi dalam akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa siswa yang mengalami kenyamanan dan keamanan, serta mendapatkan pengalaman positif di sekolah, cenderung memiliki pengurangan dalam menunda pengerjaan dan penyelesaian tugas akademik.

B. Pembahasan

1. Tingkat Prokrastinasi Akademik Pada Siswa MTs Syamsul Arifin

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa tidak ada siswa MTs Syamsul Arifin yang berada pada kategori prokrastinasi akademik tinggi. Sebagian besar siswa yaitu 85 dari 103 siswa (82,5%) berada pada kategori sedang sementara 18 siswa (17,5%) berada pada kategori rendah. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Putri et al 2024) pada siswa SMK Negeri 7 Semarang yang juga menemukan prokrastinasi akademik dominan berada pada kategori sedang dengan hampir tidak ada siswa yang mencapai kategori tinggi. Demikian pula penelitian (Zaki et al 2023) pada siswa SMP Negeri 7 Palembang serta (Rahmania et al 2021) pada siswa SMP di daerah pesisir Surabaya yang keduanya menemukan kategori sedang sebagai yang paling dominan pada populasi siswa setingkat SMP/MTs. Konsistensi temuan pada beberapa penelitian dengan latar populasi berbeda ini memperkuat indikasi bahwa prokrastinasi

akademik pada taraf sedang memang merupakan fenomena yang umum dijumpai pada siswa usia remaja awal.

Menurut (Steel, 2007) mengungkapkan bahwa kondisi ini dapat dipahami melalui konsep (*self-regulation failure*) yang dimana siswa pada kategori sedang cenderung masih mampu menjalankan sebagian fungsi regulasi diri namun belum konsisten dalam mengelola waktu dan menyelesaikan tugas sesuai rencana. Secara psikologis kondisi ini sering ditandai dengan kecemasan ringan menjelang tenggat waktu, keraguan dalam memulai tugas yang dirasa sulit atau membosankan serta kecenderungan mengalihkan perhatian pada aktivitas yang lebih menyenangkan ketika menghadapi tekanan akademik. Sementara itu siswa pada kategori rendah menunjukkan kemampuan regulasi diri yang relatif lebih baik yang ditandai dengan kedisiplinan dalam mengatur waktu belajar.

Dilihat dari aspeknya kontribusi terbesar terhadap prokrastinasi akademik siswa berasal dari aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas (63,2% dari skor maksimal) diikuti oleh kecenderungan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan (61,2%). Sebaliknya aspek kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual menunjukkan kontribusi paling rendah (48,2%). Temuan ini mengindikasikan bahwa masalah utama yang dihadapi siswa bukan terletak pada ketidakmampuan membuat rencana belajar melainkan pada eksekusi atau pelaksanaan rencana tersebut secara tepat waktu.

Dengan hasil tersebut terdapat perbedaan menarik pada aspek yang paling dominan dibanding penelitian yang dilakukan oleh (Zaki et al 2023) dan (Rahmania et al 2021) menemukan bahwa aspek penundaan untuk memulai tugas serta kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual yang paling banyak muncul, sementara pada penelitian ini aspek yang paling dominan adalah

keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Perbedaan ini mengindikasikan bahwa siswa MTs Syamsul Arifin secara umum tidak mengalami kesulitan besar dalam memulai atau merencanakan tugas tetapi lebih banyak terkendala pada proses penyelesaian dan ketepatan waktu pengumpulan, sehingga kegagalan regulasi diri pada siswa ini lebih terletak pada fase eksekusi dibanding fase perencanaan awal.

2. Tingkat *School Well-Being* Pada Siswa MTs Syamsul Arifin

Hasil kategorisasi menunjukkan tidak ada siswa yang berada pada kategori *School Well-Being* rendah. Sebanyak 65 siswa (63,1%) berada pada kategori tinggi dan 38 siswa (36,9%) berada pada kategori sedang. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Nurchayningsari & Maryati, 2018) pada siswa MTs Negeri 1 Sidoarjo yang juga menyatakan bahwa mayoritas siswa berada pada kategori *School Well-Being* tinggi hingga sangat tinggi. Konsistensi ini memperkuat indikasi bahwa siswa pada jenjang MTs secara umum memiliki pengalaman sekolah yang relatif positif dan sejalan dengan karakteristik lingkungan madrasah yang umumnya menekankan kedekatan personal antara guru dan siswa.

Mengacu pada konsep milik (Konu & Rimpelä, 2002) yang menyatakan siswa dengan *School Well-Being* tinggi pada umumnya menunjukkan keterikatan yang kuat dengan sekolah, motivasi belajar yang lebih stabil serta perasaan diterima dalam lingkungan sekolahnya. Siswa pada kategori sedang masih merasakan kondisi sekolah yang cukup mendukung tetapi belum mencapai tingkat keterlibatan dan kepuasan yang optimal pada seluruh dimensi. Dilihat pada dimensinya kontribusi tertinggi dari dimensi *being* (pemuhan diri) (79,5% dari skor maksimal) yang berarti siswa merasa sekolah memberikan kesempatan untuk mengembangkan potensi diri mereka. Dimensi *loving* (hubungan sosial)

menunjukkan kontribusi paling rendah (74,1%) dibandingkan tiga dimensi lainnya meskipun nilainya tetap tergolong cukup baik.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lathifah et al 2019) yang dimana penelitian tersebut menggunakan pendekatan kualitatif dan populasi yang berbeda. Konsistensi pola ini walau pada konteks penelitian yang berbeda menunjukkan bahwa dimensi *loving* (hubungan sosial) cenderung menjadi dimensi yang relatif kurang optimal dibanding dimensi *being* (pemenuhan diri) sehingga dapat menjadi perhatian khusus bagi pihak sekolah untuk meningkatkan kualitas interaksi sosial siswa.

3. Hubungan Antara *School Well-Being* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa MTs Syamsul Arifin

Berdasarkan analisis menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*, didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar -0.387 dan signifikansi sebesar 0,000. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik pada para siswa di MTs Syamsul Arifin. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang mengemukakan adanya hubungan antara *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik dapat diterima. Hubungan negatif ini menunjukkan bahwa peningkatan *School Well-Being* akan diikuti dengan penurunan dalam tingkat prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa siswa dengan tingkat *School Well-Being* yang baik cenderung lebih mampu mengatur tanggung jawab akademis mereka. Mereka yang merasa nyaman di lingkungan sekolah, memiliki hubungan sosial yang baik, mendapatkan kesempatan untuk berkembang, serta merasa kebutuhan kesehatan mereka terpenuhi, akan lebih termotivasi untuk terlibat dalam pembelajaran. Keadaan ini membuat siswa lebih fokus pada tugas akademik yang harus mereka selesaikan.

Akibatnya, kecenderungan untuk menunda atau mengabaikan penyelesaian tugas akan lebih rendah.

Temuan dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Jatmiko & Setyawan, 2021) yang menemukan adanya hubungan negatif antara *School Well-Being* dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa yang memiliki tingkat *School Well-Being* yang tinggi cenderung mengalami prokrastinasi akademik yang lebih rendah. Di sisi lain, siswa yang merasa tidak nyaman dan tidak mendapatkan pengalaman positif di sekolah menunjukkan kecenderungan yang lebih tinggi untuk menunda tugas akademik. Temuan ini mendukung hasil penelitian ini bahwa *School Well-Being* berhubungan dengan perilaku prokrastinasi akademik para siswa.

Penelitian ini juga diperkuat oleh temua dari (Ferdianto & Muhid, 2020) yang menunjukkan bahwa suasana sekolah yang positif dapat mengurangi berbagai masalah akademik yang dialami siswa. Lingkungan sekolah yang mendukung dapat meningkatkan kenyamanan belajar dan keterlibatan siswa dalam proses pendidikan. Ketika siswa merasa diterima dan mendapatkan dukungan dari lingkungan sekolah, mereka cenderung memiliki motivasi yang lebih besar untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik. Hal ini secara tidak langsung dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hasanah & Sutopo, 2020) yang menunjukkan bahwa *School Well-Being* berkaitan dengan peningkatan motivasi belajar siswa. Motivasi belajar yang tinggi membuat siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran serta lebih bertanggung jawab terhadap tugas dari guru. Sebaliknya, motivasi belajar yang rendah

sering kali dihubungkan dengan peningkatan kecenderungan untuk menunda pekerjaan akademik. Oleh karena itu, *School Well-Being* di sekolah dapat dilihat sebagai salah satu faktor yang mendukung munculnya perilaku akademik yang positif.

Meskipun temuan ini sejalan dengan penelitian-penelitian terdahulu tetapi penelitian ini memiliki beberapa unsur pembaruan. Pertama yaitu subjek penelitian ini yaitu siswa MTs yang berada pada usia remaja awal (12-15 tahun) yang berbeda dengan penelitian (Jatmiko & Setyawan, 2021) yang dilakukan pada siswa SMA. Yang kedua yaitu penelitian ini tidak berhenti pada pelaporan koefisien korelasi secara umum tetapi juga mengidentifikasi secara spesifik bahwa kontribusi terbesar pada prokrastinasi akademik siswa berasal dari aspek keterlambatan menyelesaikan tugas bukan dari ketidakmampuan merencanakan. Sementara pada *School Well-Being* kontribusi berasal dari dimensi *being* (pemenuhan diri).

Bab V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Tingkat prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin sebagian besar berada pada kategori sedang (82,5%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa masih memiliki kecenderungan melakukan penundaan dalam pengerjaan tugas akademik, namun perilaku tersebut belum mencapai tingkat yang serius. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa masih mampu melaksanakan tanggung jawab akademiknya, meskipun terkadang mengalami hambatan dalam pengelolaan waktu dan penyelesaian tugas secara tepat waktu.
2. Tingkat school well-being pada siswa MTs Syamsul Arifin sebagian besar berada pada kategori tinggi (63,1%). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengalaman sekolah yang bersifat positif, yang tercermin dari adanya rasa nyaman dalam menjalani aktivitas di lingkungan sekolah serta terpenuhinya dukungan yang memadai dalam proses pembelajaran maupun perkembangan diri. Selain itu, hasil ini juga menunjukkan bahwa lingkungan sekolah telah mampu mengakomodasi kebutuhan siswa secara komprehensif, baik dari aspek akademik, sosial, maupun pengembangan diri.
3. Berdasarkan hasil analisis korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan negatif antara School Well-Being dan prokrastinasi akademik pada siswa MTs Syamsul Arifin. Arah hubungan negatif tersebut mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat School Well-Being yang dimiliki siswa, maka semakin rendah kecenderungan prokrastinasi akademik, dan sebaliknya. Secara substantif, temuan ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki tingkat *School Well-Being* yang lebih baik cenderung mampu mengelola tanggung jawab akademik secara lebih efektif. Kondisi tersebut tercermin dari rasa nyaman

di lingkungan sekolah, hubungan sosial yang positif, serta terpenuhinya kebutuhan pengembangan diri yang mendorong peningkatan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Situasi ini pada akhirnya berkontribusi terhadap penurunan kecenderungan perilaku menunda-nunda tugas akademik.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian, khususnya hasil pemetaan pada masing-masing aspek dan dimensi variabel, berikut disampaikan saran yang sifatnya aplikatif dan disesuaikan dengan kondisi lapangan di MTs Syamsul Arifin:

1. Bagi Siswa

Berdasarkan hasil penelitian, siswa disarankan untuk meningkatkan kemampuan dalam mengelola waktu dan menyelesaikan tugas secara tepat waktu, mengingat aspek keterlambatan dalam mengerjakan tugas merupakan aspek yang memberikan kontribusi terbesar terhadap prokrastinasi akademik. Selain itu, siswa diharapkan mampu mengurangi kecenderungan menunda pekerjaan akademik dengan meningkatkan disiplin belajar dan mengendalikan berbagai bentuk distraksi selama proses penyelesaian tugas.

2. Bagi Pihak Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian, pihak sekolah disarankan untuk mempertahankan kondisi School Well-Being yang telah berada pada kategori tinggi serta meningkatkan dimensi loving (hubungan sosial), karena dimensi tersebut memperoleh kontribusi paling rendah dibandingkan dimensi lainnya. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui penguatan hubungan antara guru dan siswa, peningkatan interaksi positif antarsiswa, serta pemberian dukungan sosial yang lebih optimal dalam lingkungan sekolah. Selain itu, sekolah diharapkan memberikan pendampingan kepada siswa

dalam meningkatkan kedisiplinan penyelesaian tugas akademik mengingat aspek keterlambatan mengerjakan tugas merupakan penyumbang terbesar terhadap prokrastinasi akademik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian mengenai School Well-Being dan prokrastinasi akademik dengan mengkaji hubungan setiap dimensi School Well-Being terhadap prokrastinasi akademik secara lebih spesifik. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat melibatkan variabel lain yang diduga berhubungan dengan prokrastinasi akademik sehingga mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, C Dewi, R & Junita, N. (2025). Gambaran Kesejahteraan sekolahpada Wanita Penderita Kanker Payudara *Overview of Psychological Well-Being in Women with Breast Cancer*. 3(4), 713–725.
- Alwi, M. A & Fakhri, N. (2022). *School Well-Being* di Indonesia : Telaah Literatur. *Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(3).
- Aminah, Wardah, A & Auliah, N. (2026). Korelasi Antara Motivasi Belajar dan Efikasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa di SMK Muhammadiyah Banjarmasin. 4(3), 21388–21398.
- Aulia, S & Panjaitan, R. (2019). Psychological Well-Being and Level of Stress Among The Last Year College Students. 7(2), 127–134.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (II). Pustaka Pelajar.
- Buczak, A. & Lukasik, I. M. (2021). Student ' s Well-Being in the E-School Environment: Selected Research Results. *International Journal of Research in E-Learning*, 7(2), 1–20.
- Dami, Z. (2018). Efikasi akademik dan prokrastinasi akademik sebagai prediktor prestasi akademik. 5(1), 74–85.
- DeVellis, R. (2017). *Scale Development: Theory and Applications*. <https://Us.Sagepub.Com/En-Us/Nam/Scale-Development>
- Dianis, N, Atrup, & Ratnawati, V. (2025). Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMK di Kediri: Penyebab, Dampak, dan Solusi. 8, 314–320.
- Fahmawati, Z. N. Laili, N, & Paryontri, R. A. (2022). Psychological Well-Being of High School Students During the Pandemic. *Sosial Sciences and Humanities*, 0672(c), 1527–1532.
- Faizah, F. Brawijaya, U. & Brawijaya, U. (2024). *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling School Well-Being Siswa Sekolah Dasar dan Siswa Sekolah Menengah Pertama Pengguna Sistem Full-Day School di Indonesia School Well-Being Siswa Sekolah Dasar dan Siswa Sekolah Menengah Pertama Pengguna Sistem Full-Day School di*. 5(1). <https://doi.org/10.17977/um001v5i12020p034>
- Faujiah, R. Rahman, I. & Yono. (2018). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Religiusitas Siswa di SMA Negeri 10 Bogor. 7(2), 509–519.

- Ferdiyanto, F. & Muhid, A. (2020). Stres Akademik pada Siswa: Menguji Peranan Iklim Kelas dan School Well-Being. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 140–156.
- Ferrari, J. R. Johnson, J. I. & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*.
- Ferrari, J. R. Johnson, J. L. & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*.
- Field, A. (2024). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*.
- Ghufron, M. N. & Risnawita, R. (2010). Teori-Teori Psikologi. *Ar-Ruzz Media*.
- Hasanah, M. & Sutopo. (2020). Pengaruh *School Well-Being* Terhadap Motivasi Belajar Siswa di Madrasah Aliyah Ma'arif 7 Sunan Drajat Lamongan. *Ummul Qura: Jurnal Institut Pesantren Sunan Drajat (INSUD) Lamongan*, 15(02), 114–123.
- Hidayat, R. (2024). Hubungan *Psychological Well-Being* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Lampung. Universitas Lampung.
- Indriani, D Anggraeni, W & Mogi, A. (2025). Pengaruh Komunikasi Digital dan Prokrastinasi Akademik terhadap Kesejahteraan sekolah Siswa SMAN 78 Jakarta. 8(01), 50–61.
- Ituga, A & Alman. (2024). Prokrastinasi Akademik Siswa pada Pembelajaran Matematika Kelas VI SD. 6(1), 67–77.
- Jaenuri, M Budiono, A & Karamoy, Y. (2024). Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman. 10(2), 239–248. doi:10.31602/jbkr.v10i2.16353
- Jatmiko, R. A & Setyawan, I. (2021a). Hubungan Antara *School Well-Being* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Mardasiswa Semarang. *Jurnal Empati*, 10(01), 47–55.
- Jatmiko, R. A & Setyawan, I. (2021b). Hubungan antara *School Well-Being* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Madrisiswa Semarang. 10(Nomor 01).
- Konu, A & Rimpelä, M. (2002). Well-Being in Schools : A Conceptual Model. *Health Promotion International*, 17(1), 79–87.
- Lathifah, I Hidayah, N & Mujidin. (2019). School Well-Being Assessment at Inclusion School. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 316–326.

- Mahesenara, A. A & Nastiti, D. (2024). The Correlation Between School Well-Being and Self-Regulated Learning in Taman State Junior High School 2 Students. *Jurnal PSikologi*, 11. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v11i1.1812>
- Maspupah, R Violina, S. S Diva, V. V & Rahman, S. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Motivasi dan School Well Being pada Pelajar di Indonesia. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 2(2), 18–25.
- Munawaroh, M. L Alhadi, S Nanda, W & Saputra, E. (2024). Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. 2(1)
- Nardani, N. E Khusumadewi, A & Winingsih, E. (2025). Psychological Well-Being para Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 9(2), 115–122. <https://doi.org/10.20961/jpk.v9i2.111922>
- Nugraha, B. (2022). *Pengembangan uji statistik: Implementasi metode regresi linier berganda dengan pertimbangan uji asumsi klasik*. Pradina Pustaka.
- Nurchayaningsari, D & Maryati, L. I. (2018). School Well Being pada Siswa SMP. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*, 2009, 152–160.
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan sekolah dalam hidup membiara. *10*(1), 65–78.
- Prayoga, P Handayani, A & Rakhmawati, D. (2026). Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik dengan Self Regulated Learning pada Siswa SMP. *9*(1), 91–105. doi:10.22460/fokus.v9i1.
- Putri, I Rakhmawati, D & Gunawan, S. (2024). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMK Negeri 7 Semarang. *Guidance: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 21(1), 43–51.
- Putri, N & Edwina, T. (2020). Task aversiveness sebagai prediktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *3*(1), 124–140.
- Rahayu, E Alfauzan, R & Muchtar, S. (2026). Exploring The Characteristics of Psychological Development of Madrasah Aliyah Students from The Perspective of Islamic Education *62*, 333–347.
- Rahmania, A. M Budi, W & Utami, D. N. (2021). Gambaran Prokrastinasi Akademik Siswa SMP di Daerah Pesisir Surabaya. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 19(1), 1–7.
- Ramadhani, E Sayidah, H Putri, R. D & Pohan, R. A. (2020). Analisis Prokrastinasi Akademik Siswa di Sekolah. *7*(1), 45–51.

- Rara, S Yana, D Be'na', F Rattetiku, A & Puspitasari. (2025). Upaya Mengatasi Prokrastinasi Akademik Siswa Smp Melalui Layanan Bimbingan Konseling. *7*(1), 2063–2078.
- Rasyid, A. (2021). Konsep dan Urgensi Penerapan School Well-Being pada Dunia Pendidikan. *BASICEDU*, *5*(1), 376–382.
- Rengganis, Y & Muis, D. (2017). Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya. *7*(2).
- Selviana, L Afgani, M & Siroj, R. (2024). Correlational Research. *4*(1), 5118–5128.
- Setiawan, A & Mamahit, H. (2020). Hubungan antara kemampuan mengelola waktu dan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Kristoforus 1 Jelambar tahun ajaran 2018/2019. *18*(2), 121–136.
- Solomon, L. J & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *American Psychological Association, Inc*, *31*(4), 503–509.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination : A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *American Psychological Association*, *133*(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif, dan R&D*. Alfabata.
- Sulhan, N Ardaniah, N Nasrullah, & Rahmadi, M. (2024). Periodisasi perkembangan anak pada masa remaja: Tinjauan psikologi. *1*(1), 9–36.
- Suriani, N Risnita, & Jailani, M. (2023). Konsep populasi dan sampling serta pemilihan partisipan ditinjau dari penelitian ilmiah pendidikan. *2*(1), 24–36.
- Tulenan, E Lumapow, H & Naharia, M. (2025). Analisa Psychological Well-Being Pada Wanita Dewasa Awal Yang Menikah di Usia Dini di Kabupaten Minahasa. *3*(4), 1577–1584.
- Turmudi, I & Suryadi. (2021). Manajemen Perilaku Prokrastinasi Akademik. *10*(1), 39–58.
- Wibowo, A Qodri, A & Ridha, A. (2025). Jenis-Jenis Skala Sikap: Pengukuran Opini dan Persepi. *3*(3), 61–65.
- Yolanda, C Via, W Iriani, F & Dewi, R. (2008). School Well-Being Siswa yang Tinggal di Asrama Sekolah. *2*(1), 47–51.

Zaki, N. M Amelia, T Kamilah, S. N & Larasaty, R. (2023). Deskripsi Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas 9 SMP Negeri 27 Palembang. Proceeding Conference On Psychology And Behavioral Sciences, 2(1), 1–11.

LAMPIRAN

A. Surat izin

Surat Mahasiswa

<https://apps-psikologi.uin-malang.ac.id/psychoApps/cetakSipsUser.php...>



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsi.uin-malang.ac.id

Nomor : 1220/FPsi.1/PP.009/5/2026
Hal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

25 Mei 2026

Kepada Yth.
Kepala MTs Syamsul Arifin
Jl. Karya Bhakti Krajan I Desa Pukul I, Kecamatan Kraton,
Kabupaten Pasuruan, Jawa Timur, Indonesia, Kode Pos
67151
di Tempat

Assalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

Dengan hormat,

Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM : ATHIYAH LAILA/220401110163
Tempat Penelitian : MTs Syamsul Arifin
Judul Skripsi : Hubungan School Will-Being terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa MTs Syamsul Arifin
Dosen Pembimbing : 1. Selly Candra Ayu, M.Si
2. Ali Syahidin Mubarak, M.Si.
Tanggal Penelitian : 01-06-2026 s.d 05-06-2026
Model Kegiatan : Offline

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

a.n. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik,
Muallifah

Tembusan:
1. Wakil Dekan II dan III;

1 of 2

03/06/2026, 23:53

Surat Mahasiswa

<https://apps-psikologi.uin-malang.ac.id/psychoApps/cetakSipsUser.php...>

2. Ketua Prodi S1;
3. Kabag TU.



Lampiran 1 Lampiran Surat Izin

B. Skala prokrastinasi akademik

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya mengerjakan tugas ketika mendekati deadline				
2	Saya merasa berbicara dengan teman di kelas lebih menyenangkan daripada mencatat soal				
3	Saya mengutamakan menyelesaikan tugas dahulu lalu memperdalam hobi				
4	Saya mengerjakan tugas di sekolahan				
5	Saya dapat dengan mudah menyelesaikan soal-soal				
6	Saya merasa bermain dengan teman lebih menyenangkan daripada belajar				
7	Saya hanya fokus pada pelajaran dan tugas sekolah				
8	Saya mengumpulkan tugas melewati batas pengumpulan				
9	Saya memiliki daftar jadwal untuk mengerjakan tugas sekolah				
10	Saya dengan senang hati mengerjakan soal-soal yang diberikan oleh guru				
11	Saya merasa jika soal-soal yang diberikan oleh guru sulit untuk dikerjakan				
12	Saya merasa harus mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum bermain dengan teman				
13	Saya merasa mendalami hobi lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas				
14	Saya langsung menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru				
15	Saya mengumpulkan tugas disaat-saat terakhir batas waktu				
16	Saya dapat membagi waktu untuk belajar dengan baik				
17	Saya merasa belum maksimal dalam mengerjakan soal ujian				
18	Saya merasa tugas yang diberikan oleh guru merepotkan				

Lampiran 2 Skala Prokratinasi Akademik

C. Lampiran skala school well being

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Sarana dan prasarana di dalam kelas dan lab sudah lengkap dan berfungsi dengan				

	baik sehingga sangat membantu dalam proses belajar saya.				
2	Jumlah siswa dalam satu kelas terlalu banyak, sehingga kurang efektif dalam kegiatan belajar.				
3	Penerangan di dalam kelas kurang terang sehingga belajar saya terganggu				
4	Ventilasi udara di ruang sudah cukup baik sehingga saya nyaman belajar di kelas.				
5	Seluruh siswa ikut serta membuat kebijakan-kebijakan yang ada di sekolah				
6	Cahaya yang masuk ke ruang kelas sudah cukup baik, sehingga saya nyaman belajar di kelas.				
7	Saya senang belajar di sekolah karena kondisi sekolah saya bersih dan sejuk.				
8	Lingkungan sekolah membuat saya lebih fokus saat belajar.				
9	Saat saya kesulitan dalam mempelajari sesuatu maka saya akan bertanya pada teman ataupun guru agar lebih paham.				
10	Saya akrab dengan pegawai sekolah termasuk dengan satpam dan petugas kebersihan.				
11	Saya pernah menjadi korban bullying di sekolah.				
12	Saya sering bercerita pada orang tua tentang kegiatan saya di sekolah.				
13	Saya membantu teman saya yang sedang kesulitan				
14	Sekolah melibatkan orang tua dalam pengambilan keputusan yang berkaitan dengan siswa.				

15	Saya ceangung untuk bercanda gurau dengan guru				
16	Tidak ada ekstrakurikuler (ekskul) yang sesuai dengan minat saya				
17	Sekolah memberikan wadah bagi siswa untuk menyampaikan kritik dan saran.				
18	Orang tua saya memberi saya semangat untuk belajar lebih giat ketika nilai ulangan saya kurang baik.				
19	Sekolah menyediakan fasilitas yang memadai untuk menunjang kegiatan organisasi siswa dan ekstrakurikuler.				
20	Saya sering merasa cemas ketika berada di sekolah.				
21	Pujian dari orang tua dan guru atas usaha yang saya lakukan membuat saya lebih bersemangat untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan				
22	Guru saya memberikan nilai tambah ketika saya berani menyampaikan hasil pekerjaan saya di depan kelas.				
23	Sekolah bekerjasama dengan Lembaga kesehatan untuk melaksanakan pengecekan rutin pada siswa terkait penggunaan narkoba, rokok, dan alkohol.				
24	Sekolah mengajak siswa untuk membentuk lingkungan yang sehat dengan menjaga kebersihan dan melaksanakan penghijauan				
25	Saya pergi ke UKS ketika sakit karena tersedia obat dan peralatan yang memadai untuk pertolongan pertama.				

26	Sekolah sering mengadakan penyuluhan kesehatan serta memberikan pengetahuan tentang suatu penyakit dan cara pencegahannya				
27	Selama beberapa minggu terakhir saya tidak merasakan gejala-gejala penyakit tertentu.				
28	Sekolah tidak pernah mengadakan penyuluhan tentang kesehatan				
29	Kurang tersedianya obat atau peralatan khusus kesehatan di sekolah				

Lampiran 3 Skala School Well-Being

D. Uji reliabilitas

Reliability Statistics prokrastinasi akademik

Cronbach's Alpha	N of Items
.802	18

Reliability Statistics *school well-being*

Cronbach's Alpha	N of Items
.859	29

Lampiran 4 Uji Reliabilitas

E. Uji Validitas

			Correlations																													
		X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	L	
X1	Pearson Correlation		1	0,133	.506 ⁺	.420 ⁺	.462 ⁺	0,035	.371 ⁺	0,305	0,152	0,086	0,048	0,148	.373 ⁺	0,171	0,105	0,054	0,112	0,056	0,240	0,134	0,181	0,281	-0,056	0,221	0,217	0,094	0,031	0,252	-0,091	.409 ⁺
	Sig. (2-tailed)			0,482	0,004	0,021	0,010	0,856	0,044	0,101	0,421	0,851	0,803	0,434	0,042	0,366	0,579	0,777	0,556	0,770	0,202	0,481	0,339	0,132	0,767	0,241	0,250	0,619	0,869	0,179	0,631	0,025
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2	Pearson Correlation	0,133		1	0,206	0,219	0,297	0,143	-0,045	-0,036	0,066	0,176	.435 ⁺	0,156	0,007	0,356	.387 ⁺	0,164	0,298	0,253	0,094	.469 ⁺	.558 ⁺	0,178	-0,058	0,199	-0,231	-0,186	0,211	0,202	-0,104	.413 ⁺
	Sig. (2-tailed)	0,482			0,274	0,245	0,111	0,449	0,813	0,852	0,728	0,354	0,016	0,409	0,970	0,054	0,035	0,388	0,109	0,178	0,820	0,009	0,001	0,345	0,759	0,292	0,219	0,325	0,262	0,284	0,585	0,023
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X3	Pearson Correlation	.506 ⁺	0,206	1	.364 ⁺	0,210	0,181	0,341	0,008	.394 ⁺	0,078	0,134	0,167	0,278	0,315	0,112	0,135	0,060	-0,083	-0,159	.428 ⁺	0,265	-0,161	0,084	0,165	0,012	-0,179	0,124	0,332	0,071	.397 ⁺	
	Sig. (2-tailed)	0,004	0,274		0,048	0,265	0,338	0,065	0,966	0,031	0,682	0,479	0,376	0,136	0,090	0,554	0,477	0,754	0,862	0,403	0,018	0,157	0,395	0,658	0,384	0,952	0,344	0,515	0,073	0,710	0,030	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X4	Pearson Correlation	.420	0,219	.364 ⁺	1	0,286	-0,018	0,071	0,140	0,220	0,260	0,312	-0,008	.392 ⁺	.411 ⁺	0,194	-0,092	0,000	-0,161	0,271	0,123	0,012	0,018	-0,126	0,087	0,227	0,136	.403 ⁺	.663 ⁺	0,084	.448 ⁺	
	Sig. (2-tailed)	0,021	0,245	0,048		0,125	0,924	0,710	0,460	0,242	0,165	0,093	0,967	0,032	0,024	0,305	0,629	1,000	0,395	0,148	0,517	0,950	0,923	0,507	0,648	0,227	0,472	0,027	0,000	0,659	0,013	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X5	Pearson Correlation	.462	0,297	0,210	0,286 ⁺	1	.431 ⁺	0,226	.621 ⁺	0,013	0,268	0,052	0,289	-0,009	0,230	0,088	0,099	.375 ⁺	.454 ⁺	.576 ⁺	0,112	0,152	0,307	0,038	.723 ⁺	0,109	0,293	0,247	0,169	-0,100	.569 ⁺	
	Sig. (2-tailed)	0,010	0,111	0,265	0,125		0,018	0,229	0,000	0,946	0,153	0,785	0,122	0,963	0,222	0,642	0,601	0,041	0,012	0,001	0,555	0,424	0,099	0,843	0,000	0,566	0,116	0,188	0,371	0,600	0,001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X6	Pearson Correlation	0,035	0,143	0,181	-0,018	.431 ⁺	1	0,304	.391 ⁺	0,100	0,353	0,036	0,354	-0,126	0,278	0,073	0,332	0,310	0,286	0,203	0,232	0,157	0,141	.414 ⁺	.505 ⁺	0,180	0,239	-0,048	-0,245	.454 ⁺	.503 ⁺	
	Sig. (2-tailed)	0,856	0,449	0,338	0,924	0,018		0,103	0,033	0,597	0,056	0,849	0,055	0,508	0,137	0,701	0,073	0,095	0,126	0,282	0,217	0,409	0,456	0,023	0,004	0,341	0,203	0,802	0,192	0,012	0,005	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X7	Pearson Correlation	.371 ⁺	-0,045	0,341	0,071	0,226	0,304 ⁺	1	0,206	0,026	0,145	-0,208	.480 ⁺	0,252	0,115	0,213	0,145	0,075	.376 ⁺	0,065	-0,090	.487 ⁺	0,119	.381 ⁺	0,298	.584 ⁺	.396 ⁺	0,021	0,227	0,123	.465 ⁺	
	Sig. (2-tailed)	0,044	0,813	0,065	0,710	0,229	0,103		0,276	0,893	0,444	0,269	0,011	0,180	0,544	0,258	0,444	0,692	0,041	0,734	0,635	0,006	0,533	0,050	0,110	0,001	0,029	0,912	0,228	0,516	0,010	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X8	Pearson Correlation	0,305	-0,036	0,008	0,140	.621 ⁺	.391 ⁺	0,206 ⁺	1	0,099	0,243	-0,225	0,127	-0,008	0,041	0,161	0,152	0,085	0,221	.578 ⁺	0,000	0,034	.520 ⁺	-0,095	.573 ⁺	0,264	.375 ⁺	0,225	0,218	0,171	.448 ⁺	
	Sig. (2-tailed)	0,101	0,852	0,966	0,460	0,000	0,033	0,276		0,603	0,195	0,232	0,505	0,966	0,830	0,386	0,423	0,654	0,241	0,001	1,000	0,857	0,003	0,619	0,001	0,158	0,041	0,233	0,247	0,367	0,013	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X9	Pearson Correlation	0,152	0,066	.394 ⁺	0,220	0,013	0,100	0,026	0,099 ⁺	1	-0,085	0,247	0,172	.520 ⁺	0,227	.482 ⁺	.501 ⁺	-0,170	0,263	0,157	.459 ⁺	0,069	0,011	0,249	0,152	0,017	0,014	0,105	.410 ⁺	0,310	.462 ⁺	
	Sig. (2-tailed)	0,421	0,728	0,031	0,242	0,946	0,597	0,893	0,603		0,653	0,189	0,364	0,003	0,227	0,007	0,005	0,368	0,160	0,406	0,011	0,718	0,955	0,184	0,424	0,931	0,940	0,580	0,024	0,095	0,007	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X10	Pearson Correlation	0,086	0,176	0,078	0,260	0,268	0,353	0,145	0,243	-0,085 ⁺	1	0,361	-0,049	-0,147	.652 ⁺	-0,045	0,067	.386 ⁺	0,178	0,126	0,144	-0,019	0,224	-0,143	0,029	0,205	0,179	0,213	0,102	0,252	.392 ⁺	
	Sig. (2-tailed)	0,651	0,354	0,682	0,165	0,153	0,056	0,444	0,195	0,653		0,050	0,799	0,438	0,002	0,812	0,724	0,035	0,347	0,506	0,447	0,919	0,233	0,450	0,881	0,276	0,343	0,257	0,593	0,178	0,032	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

X1	Pearson Correlation	0.048	.435 ⁺	0.134	0.312	0.052	0.036	-0.208	-0.225	0.247	0.361 ⁺		1	0.062	0.284	.661 ⁺	0.050	0.187	.372 ⁺	0.233	0.005	0.286	0.215	0.094	0.086	-0.147	0.041	-0.110	0.158	0.104	0.165	.400 ⁺		
	Sig. (2-tailed)	0.803	0.016	0.479	0.093	0.785	0.849	0.269	0.232	0.189	0.050			0.745	0.128	0.000	0.792	0.322	0.043	0.215	0.981	0.125	0.254	0.622	0.652	0.438	0.829	0.562	0.404	0.584	0.383	0.028		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
X12	Pearson Correlation	0.148	0.156	0.167	-0.008	0.289	0.354	.460 ⁺	0.127	0.172	-0.049	0.062 ⁺		1	0.354	0.041	.406 ⁺	0.018	.464 ⁺	.489 ⁺	0.155	-0.020	.469 ⁺	-0.071	.383 ⁺	.504 ⁺	0.308	0.241	0.169	0.030	0.084	.486 ⁺		
	Sig. (2-tailed)	0.434	0.409	0.376	0.967	0.122	0.055	0.011	0.505	0.364	0.799	0.745			0.055	0.831	0.026	0.927	0.010	0.006	0.413	0.917	0.009	0.710	0.037	0.005	0.098	0.200	0.372	0.875	0.659	0.006		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
X13	Pearson Correlation	.373 ⁺	0.007	0.278	.392 ⁺	-0.009	-0.126	0.252	-0.008	.520 ⁺	-0.147	0.284	0.354 ⁺		1	0.271	0.337	0.080	0.000	0.083	0.235	-0.071	0.241	-0.120	0.096	-0.047	.392 ⁺	0.292	0.127	.430 ⁺	-0.034	.392 ⁺		
	Sig. (2-tailed)	0.042	0.970	0.136	0.032	0.963	0.508	0.180	0.966	0.003	0.438	0.128	0.065			0.147	0.069	0.673	1.000	0.662	0.211	0.708	0.200	0.528	0.613	0.805	0.032	0.117	0.504	0.018	0.858	0.032		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
X14	Pearson Correlation	0.171	0.356	0.315	.411 ⁺	0.230	0.278	0.115	.0041	.227	.552 ⁺	.861 ⁺	0.041	0.271		1	0.155	0.345	0.328	0.194	.0221	.458 ⁺	0.177	0.244	0.177	0.022	0.244	0.189	0.187	0.255	0.239	.641 ⁺		
	Sig. (2-tailed)	0.366	0.054	0.090	0.024	0.222	0.137	0.544	0.830	0.227	0.002	0.000	0.831	0.147			0.414	0.062	0.077	0.306	0.241	0.011	0.350	0.193	0.351	0.091	0.195	0.316	0.322	0.174	0.203	0.000		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
X15	Pearson Correlation	0.105	.381 ⁺	0.112	0.194	0.088	0.073	0.213	0.161	.482 ⁺	-.045	0.050	.406 ⁺	0.337	0.155		1	0.142	0.079	0.294	0.128	.447 ⁺	0.238	0.074	0.149	0.194	0.000	0.050	0.165	0.355	0.145	.449 ⁺		
	Sig. (2-tailed)	0.579	0.035	0.554	0.305	0.642	0.701	0.258	0.396	0.007	0.812	0.782	0.026	0.069	0.414			0.454	0.680	0.115	0.506	0.013	0.205	0.697	0.433	0.304	1.000	0.794	0.383	0.054	0.446	0.013		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
X16	Pearson Correlation	0.054	0.164	0.135	-.092	0.091	0.332	0.145	0.152	.501 ⁺	0.067	0.187	0.080	0.345	0.142		1	-0.120	.426 ⁺	0.079	0.379	0.134	0.254	0.029	0.256	0.245	0.112	-.069	0.109	.564 ⁺	.475 ⁺			
	Sig. (2-tailed)	0.777	0.388	0.447	0.629	0.801	0.073	0.444	0.423	0.005	0.724	0.322	0.927	0.673	0.662			0.526	0.019	0.079	0.339	0.481	0.176	0.223	0.172	0.192	0.556	0.167	0.567	0.001	0.008			
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
X17	Pearson Correlation	0.112	0.298	0.060	0.000	.375 ⁺	0.310	0.075	0.085	-.0170	.386 ⁺	.372 ⁺	.464 ⁺	0.000	0.328	-.070	-.0120		1	0.312	0.161	0.050	0.303	0.315	0.189	0.247	0.161	0.106	0.140	-.063	0.000	.387 ⁺		
	Sig. (2-tailed)	0.556	0.109	0.754	1.000	.0041	0.095	0.692	0.654	0.368	0.035	0.043	0.010	1.000	0.077	0.680	0.526			0.094	0.396	0.794	0.104	0.090	0.317	0.188	0.394	0.578	0.460	0.742	1.000	0.035		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
X18	Pearson Correlation	0.056	0.253	-.083	-.0161	.454 ⁺	0.286	.376 ⁺	0.221	0.263	0.178	0.233	.486 ⁺	0.083	0.194	0.294	.426 ⁺	0.312		1	.422 ⁺	0.149	.403 ⁺	.322	.449 ⁺	.542 ⁺	0.314	.432 ⁺	0.321	-.075	0.163	.621 ⁺		
	Sig. (2-tailed)	0.770	0.178	0.662	0.395	0.012	0.126	.0041	0.241	0.160	0.347	0.215	0.096	0.662	0.306	0.115	0.019	0.094			0.020	0.431	0.027	0.083	0.013	0.002	0.091	0.017	0.083	0.694	0.389	0.000		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
X19	Pearson Correlation	0.240	0.094	-.0159	0.271	.576 ⁺	0.203	0.065	.578 ⁺	0.157	0.126	0.005	0.155	0.235	0.221		1	0.126	0.079	0.161	.422 ⁺		1	-.0144	-.0054	.381 ⁺	0.202	.567 ⁺	.405 ⁺	.750 ⁺	.513 ⁺	0.145	-.0009	.543 ⁺
	Sig. (2-tailed)	0.202	0.620	0.403	0.148	0.001	0.282	0.734	0.001	0.406	0.506	0.981	0.413	0.211	0.241	0.506	0.679	0.396	0.020			0.446	0.776	0.038	0.286	0.001	0.026	0.000	0.004	0.444	0.963	0.002		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
X20	Pearson Correlation	0.134	.469 ⁺	.426 ⁺	0.123	0.112	0.232	-.0090	0.000	.459 ⁺	0.144	0.286	-.0020	-0.071	.458 ⁺	.447 ⁺	.379 ⁺	0.050	0.149	0.144		1	0.151	0.330	0.094	0.025	-.0338	-.411 ⁺	0.063	0.113	0.214	.386 ⁺		
	Sig. (2-tailed)	0.481	0.009	0.018	0.517	0.555	0.217	0.635	1.000	0.011	0.447	0.125	0.917	0.708	0.011	0.013	0.039	0.794	0.431	0.446			0.425	0.075	0.620	0.897	0.068	0.024	0.741	0.554	0.256	0.034		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
X21	Pearson Correlation	0.181	.558 ⁺	.265	0.012	0.152	0.157	.487 ⁺	0.034	0.069	-0.019	0.215	.469 ⁺	0.241	0.177	0.238	0.134	0.303	.407	-.0054	0.151		1	0.127	0.160	0.098	0.043	0.014	0.228	0.103	.410 ⁺			
	Sig. (2-tailed)	0.339	0.001	0.157	0.950	0.424	0.409	0.006	0.857	0.718	0.919	0.254	.068	0.009	0.200	0.350	0.205	0.041	0.104	0.027	0.776	0.425		0.502	0.382	0.430	0.607	0.823	.941	0.226	0.587	0.000		
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		

X22	Pearson Correlation	0.281	0.178	-0.161	0.018	0.307	0.141	0.119	.520 ^{**}	0.011	0.224	0.064	-0.071	-0.120	0.244	0.074	0.254	0.315	0.322	.381 [*]	0.330	0.127	1	0.151	0.218	0.244	0.146	0.141	0.083	0.109	.418 [*]
	Sig. (2-tailed)	0.132	0.345	0.395	0.923	0.099	0.456	0.533	0.003	0.955	0.233	0.622	0.710	0.528	0.193	0.697	0.176	0.090	0.083	0.038	0.075	0.503		0.426	0.248	0.194	0.441	0.457	0.863	0.565	0.021
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X23	Pearson Correlation	-0.056	-0.058	0.084	-0.126	0.038	.414 [*]	.361 [*]	-0.095	0.249	-0.143	0.086	.383 [*]	0.096	0.177	0.149	0.229	0.189	.449 [*]	0.202	0.094	0.166	0.151	1	.417 [*]	0.354	.402 [*]	0.019	-0.256	0.222	.409 [*]
	Sig. (2-tailed)	0.767	0.759	0.658	0.507	0.843	0.023	0.050	0.619	0.184	0.450	0.652	0.037	0.613	0.351	0.433	0.223	0.317	0.013	0.286	0.620	0.382	0.426		0.022	0.055	0.028	0.919	0.172	0.239	0.025
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X24	Pearson Correlation	0.221	0.199	0.165	0.067	.723 ^{**}	.505 ^{**}	.298	.573 ^{**}	.152	0.029	-0.147	.504 ^{**}	-0.047	0.022	0.194	0.256	0.247	.542 ^{**}	.567 ^{**}	0.025	0.150	0.218	.417 [*]	1	0.255	.449 [*]	.367 [*]	0.025	0.131	.591 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	0.241	0.292	0.384	0.648	0.000	0.004	0.110	0.001	0.424	0.881	0.438	0.005	0.805	0.910	0.304	0.172	0.188	0.002	0.001	0.897	0.430	0.248	0.022		0.174	0.013	0.046	0.897	0.489	0.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X25	Pearson Correlation	0.217	-0.231	0.012	0.227	0.109	0.180	.584 ^{**}	0.264	0.017	0.205	0.041	0.308	.392 [*]	0.244	0.000	0.245	0.161	0.314	.405 [*]	-0.338	0.098	0.244	0.354	0.255	1	.685 ^{**}	0.217	0.158	.416 [*]	.504 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	0.250	0.219	0.952	0.227	0.566	0.341	0.001	0.158	0.931	0.276	0.829	0.098	0.032	0.195	1.000	0.192	0.394	0.091	0.026	0.068	0.607	0.194	0.055	0.174		0.000	0.249	0.405	0.022	0.004
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X26	Pearson Correlation	0.094	-0.186	-0.179	0.136	0.293	0.239	.398 [*]	.375 [*]	0.014	0.179	-0.110	0.241	0.292	0.189	0.050	0.112	0.106	.432 [*]	.750 ^{**}	-.411 [*]	0.043	0.146	.402 [*]	.449 [*]	.685 ^{**}	1	.367 [*]	0.072	0.082	.466 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	0.619	0.325	0.344	0.472	0.116	0.203	0.029	0.041	0.940	0.343	0.562	0.200	0.117	0.316	0.794	0.556	0.578	0.017	0.000	0.024	0.823	0.441	0.028	0.013	0.000		0.046	0.707	0.666	0.010
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X27	Pearson Correlation	0.031	0.211	0.124	.403 [*]	.247 [*]	-0.048	0.021	0.225	0.105	0.213	0.158	0.169	0.127	0.187	0.165	-0.069	0.140	0.321	.513 ^{**}	0.063	0.014	0.141	0.019	.367 [*]	0.217	.367 [*]	1	0.285	0.040	.444 [*]
	Sig. (2-tailed)	0.869	0.262	0.515	0.027	0.188	0.802	0.912	0.233	0.580	0.257	0.404	0.372	0.504	0.322	0.383	0.716	0.460	0.083	0.004	0.741	0.941	0.457	0.919	0.046	0.249	0.046		0.127	0.833	0.014
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X28	Pearson Correlation	0.252	0.202	0.332	.663 ^{**}	0.169	-0.245	0.227	0.218	.410 [*]	0.102	0.104	0.030	.430 [*]	0.255	0.355	0.109	-0.063	-0.075	0.145	0.113	0.228	0.083	-0.256	0.025	0.158	0.072	0.285	1	-0.046	.386 [*]
	Sig. (2-tailed)	0.179	0.284	0.073	0.000	0.371	0.192	0.228	.247 [*]	0.024	0.593	0.584	0.875	0.018	0.174	0.054	0.567	0.742	0.694	0.444	0.554	0.226	0.663	0.172	0.897	0.405	0.707	0.127		0.809	0.035
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X29	Pearson Correlation	-0.091	-0.104	0.071	0.084	-0.100	.454 [*]	0.123	0.171	0.310	0.252	0.165	0.084	-0.034	0.239	0.145	.564 ^{**}	0.000	0.163	-0.009	0.214	-0.103	0.109	0.222	0.131	.416 [*]	0.082	0.040	-0.046	1	.382 [*]
	Sig. (2-tailed)	0.631	0.585	0.710	0.659	0.600	0.012	0.516	0.367	0.095	0.178	0.383	0.659	0.858	0.203	0.446	0.001	1.000	0.389	0.963	0.256	0.587	0.565	0.239	0.489	0.022	0.666	0.833	0.809		0.037
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	.409 [*]	.413 [*]	.397 [*]	.448 [*]	.569 ^{**}	.503 ^{**}	.465 ^{**}	.448 [*]	.482 ^{**}	.392 [*]	.400 [*]	.486 ^{**}	.392 [*]	.641 ^{**}	.449 [*]	.475 ^{**}	.387 [*]	.621 ^{**}	.543 ^{**}	.388 [*]	.410 [*]	.418 [*]	.409 [*]	.591 ^{**}	.504 ^{**}	.466 ^{**}	.444 [*]	.386 [*]	.382 [*]	1
L	Sig. (2-tailed)	0.025	0.023	0.030	0.013	0.001	0.005	0.010	0.013	0.007	0.032	0.028	0.006	0.032	0.000	0.013	0.008	0.035	0.000	0.002	0.034	0.024	0.021	0.025	0.001	0.004	0.010	0.014	0.035	0.037	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.859	29

		Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	TOTAL
Y1	Pearson Correlation	1	.467*	0.149	.395*	0.061	0.336	0.011	0.118	.479*	0.112	-0.059	0.023	0.316	0.297	0.143	-0.134	0.020	0.020	.425*
	Sig. (2-tailed)		0.009	0.432	0.031	0.672	0.069	0.953	0.535	0.009	0.555	0.755	0.905	0.089	0.111	0.450	0.479	0.917	0.915	0.019
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y2	Pearson Correlation	.467*	1	0.103	0.098	.411*	.682**	0.052	0.114	.462*	0.075	.382*	-0.106	0.263	0.027	0.325	-0.026	.388*	.494*	.615*
	Sig. (2-tailed)	0.009		0.590	0.607	0.024	0.000	0.784	0.550	0.010	0.695	0.037	0.578	0.160	0.885	0.080	0.893	0.034	0.006	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y3	Pearson Correlation	0.149	0.103	1	0.096	0.310	-0.245	0.195	0.157	0.288	.558*	0.074	0.254	0.232	.584**	.400*	.510*	0.123	0.044	.530*
	Sig. (2-tailed)	0.432	0.590		0.615	0.095	0.191	0.302	0.408	0.152	0.001	0.698	0.176	0.218	0.001	0.029	0.004	0.516	0.818	0.003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y4	Pearson Correlation	.395*	0.098	0.096	1	0.075	0.165	0.090	.437*	0.023	.470*	-0.011	0.081	0.062	0.234	-0.024	-0.003	0.088	0.056	.388*
	Sig. (2-tailed)	0.031	0.607	0.615		0.694	0.384	0.638	0.016	0.906	0.009	0.952	0.672	0.667	0.213	0.899	0.986	0.643	0.768	0.034
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y5	Pearson Correlation	0.061	.411*	0.310	0.075	1	0.347	.833**	0.224	-0.095	.404*	0.147	0.339	0.148	0.084	.496*	0.281	0.352	.495*	.603*
	Sig. (2-tailed)	0.672	0.024	0.095	0.694		0.061	0.002	0.234	0.618	0.007	0.438	0.067	0.434	0.658	0.001	0.164	0.057	0.025	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y6	Pearson Correlation	0.336	.682**	-0.245	0.165	0.347	1	0.198	0.338	0.255	0.000	.446*	-0.045	0.086	-0.267	0.229	-0.011	0.117	.450*	.490*
	Sig. (2-tailed)	0.069	0.000	0.191	0.384	0.061		0.293	0.070	0.174	1.000	0.014	0.815	0.650	0.154	0.224	0.955	0.538	0.013	0.006
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y7	Pearson Correlation	0.011	0.052	0.195	0.090	.533*	0.198	1	0.255	0.072	0.350	0.156	.589*	0.107	0.213	0.287	.398*	-0.056	0.042	.514*
	Sig. (2-tailed)	0.953	0.784	0.302	0.638	0.002	0.293		0.174	0.704	0.058	0.411	0.001	0.572	0.259	0.124	0.029	0.767	0.824	0.004
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y8	Pearson Correlation	0.118	0.114	0.157	.437*	0.224	0.336	0.255	1	0.026	0.232	-0.073	0.125	0.329	0.309	.416*	-0.106	0.041	0.273	.482*
	Sig. (2-tailed)	0.535	0.550	0.408	0.016	0.234	0.070	0.174		0.891	0.218	0.701	0.510	0.076	0.097	0.022	0.575	0.830	0.145	0.007
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y9	Pearson Correlation	.479*	.482*	0.268	0.023	-0.095	0.255	0.072	0.026	1	0.000	0.197	0.049	0.230	.368*	-0.025	0.226	0.179	0.228	.437*
	Sig. (2-tailed)	0.009	0.010	0.152	0.906	0.618	0.174	0.704	0.891		1.000	0.296	0.798	0.222	0.045	0.896	0.230	0.343	0.226	0.016
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y10	Pearson Correlation	0.112	0.075	.558*	.470*	.404*	0.000	0.350	0.232	0.000	1	.380*	.555*	0.136	.368*	0.032	0.315	0.162	0.197	.598*
	Sig. (2-tailed)	0.555	0.695	0.001	0.009	0.027	1.000	0.058	0.218	1.000		0.039	0.001	0.472	0.045	0.889	0.060	0.394	0.297	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y11	Pearson Correlation	-0.059	.382*	0.074	0.011	0.147	.446*	0.156	-0.073	0.197	.380*	1	0.006	0.115	-0.230	-0.177	.445*	0.259	.593*	.435*
	Sig. (2-tailed)	0.755	0.037	0.698	0.952	0.438	0.014	0.411	0.701	0.296	0.039		0.974	0.546	0.222	0.348	0.027	0.166	0.001	0.016
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y12	Pearson Correlation	0.023	-0.106	0.254	0.081	0.339	-0.045	.589*	0.125	0.049	.555*	0.006	1	0.058	.431*	-0.015	0.276	0.229	-0.165	.393*
	Sig. (2-tailed)	0.905	0.578	0.176	0.672	0.067	0.815	0.001	0.510	0.798	0.001	0.974		0.767	0.017	0.638	0.140	0.224	0.385	0.032
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y13	Pearson Correlation	0.316	0.263	0.232	0.062	0.148	0.086	0.107	0.329	0.230	0.136	0.115	0.056	1	.374*	0.342	-0.209	0.295	0.334	.483*
	Sig. (2-tailed)	0.089	0.160	0.218	0.667	0.434	0.650	0.572	0.076	0.222	0.472	0.546	0.767		0.041	0.064	0.267	0.113	0.071	0.007
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

Y14	Pearson Correlation	0.297	0.027	.584*	0.234	0.084	-0.267	0.213	0.309	.368*	.368*	-0.230	.431*	.374*	1	0.089	0.134	0.099	-0.132	.426*
	Sig. (2-tailed)	0.111	0.885	0.001	0.213	0.658	0.154	0.259	0.097	0.045	0.045	0.222	0.017	0.041		0.640	0.479	0.602	0.487	0.019
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y15	Pearson Correlation	0.143	0.325	.400*	-0.024	.568*	0.229	0.287	.416*	-0.025	0.032	-0.177	-0.015	0.342	0.089	1	0.058	0.020	0.267	.456*
	Sig. (2-tailed)	0.450	0.080	0.029	0.899	0.001	0.224	0.124	0.022	0.896	0.869	0.348	0.938	0.064	0.640		0.761	0.918	0.153	0.011
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y16	Pearson Correlation	-0.134	-0.026	.510*	-0.003	0.261	-0.011	.398*	-0.106	0.226	0.315	.405*	0.276	-0.209	0.134	0.058	1	0.130	0.144	.390*
	Sig. (2-tailed)	0.479	0.893	0.004	0.986	0.164	0.955	0.029	0.575	0.230	0.090	0.027	0.140	0.267	0.479	0.761		0.494	0.447	0.033
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y17	Pearson Correlation	0.020	.388*	0.123	0.088	0.352	0.117	-0.056	0.041	0.179	0.162	0.259	0.229	0.295	0.099	0.020	0.130	1	0.300	.436*
	Sig. (2-tailed)	0.917	0.034	0.516	0.643	0.057	0.538	0.767	0.830	0.343	0.394	0.166	0.224	0.113	0.602	0.918	0.494		0.107	0.016
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Y18	Pearson Correlation	0.020	.494*	0.044	0.056	.409*	.450*	0.042	0.273	0.228	0.197	.573*	-0.165	0.334	-0.132	0.267	0.144	0.300	1	.548*
	Sig. (2-tailed)	0.915	0.006	0.818	0.768	0.025	0.013	0.824	0.145	0.226	0.297	0.001	0.385	0.071	0.487	0.153	0.447	0.107		0.002
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	.425*	.615*	.530*	.388*	.653*	.490*	.514*	.482*	.437*	.598*	.435*	.393*	.483*	.426*	.456*	.390*	.436*	.548*	1
	Sig. (2-tailed)	0.019	0.000	0.003	0.034	0.000	0.006	0.004	0.007	0.016	0.000	0.016	0.032	0.007	0.019	0.011	0.033	0.016	0.002	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.802	18

Lampiran 5 Uji Validitas

F. Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		School Well Being	Prokrastinasi Akademik
N		103	103
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	89.04	40.49
	Std. Deviation	6.987	5.341
Most Extreme Differences	Absolute	.054	.078
	Positive	.054	.056
	Negative	-.051	-.078
Test Statistic		.054	.078
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.135 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 6 Uji Normalitas

G. Uji linearitas

Case Processing Summary

	Included		Cases Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Prokrastinasi Akademik * School Well Being	103	100.0%	0	0.0%	103	100.0%

Report

Prokrastinasi Akademik

School Well

Being	Mean	N	Std. Deviation
68	43.00	1	.
74	47.00	1	.
77	36.00	3	3.464
78	46.50	2	2.121
79	43.50	2	4.950
80	44.50	2	2.121
81	44.00	1	.
82	43.33	3	1.155
83	42.50	4	3.317
84	45.88	8	4.224
85	41.00	5	3.808
86	42.33	6	4.457
87	41.83	6	5.672
88	37.57	7	5.682
89	38.67	3	3.055
90	40.29	7	5.187
91	41.71	7	5.407
92	39.40	5	3.847
93	35.25	4	2.363
94	43.00	5	4.743
95	37.50	4	4.123

96	40.00	2	5.657
97	30.50	2	.707
98	39.50	2	3.536
99	37.50	2	9.192
100	38.33	3	4.509
101	39.00	2	5.657
103	39.00	2	9.899
104	34.00	1	.
106	26.00	1	.
Total	40.49	103	5.341

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik * School Well Being	Between Groups	(Combined)	1307,165	29	45,075	2,053	0,007
		Linearity	436,259	1	436,259	19,873	0,000
		Deviation from Linearity	870,906	28	31,104	1,417	0,120
	Within Groups		1602,563	73	21,953		
	Total		2909,728	102			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Prokrastinasi Akademik * School Well Being	-.387	.150	.670	.449

Lampiran 7 Uji Linearitas

H. Uji hipotesis

Correlations		School Well Being	Prokrastinasi Akademik
School Well Being	Pearson Correlation	1	-.387**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	103	103
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	-.387**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	103	103

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 8 Uji Hipotesis