
Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa

Thessia Permata Bunda^{1*)}, Afrizal Sano¹

¹Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: thessiapermata@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini didasarkan oleh adanya siswa yang lalai akan tugas-tugas sekolah, jenuh akan tugas, tidak dapat memprioritaskan yang harus diselesaikan terlebih dahulu. Hal ini dapat dipicu oleh kelemahan siswa dalam manajemen waktu. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mendeskripsikan manajemen waktu siswa, (2) mendeskripsikan prokrastinasi akademik siswa, dan (3) menguji tingkat signifikansi hubungan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif korelasional, populasi penelitian adalah siswa kelas XI dan XII SMA Pertiwi 1 Padang dengan sampel 223 orang siswa, instrumen yang digunakan yaitu angket. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa (1) kemampuan manajemen waktu siswa berada pada kategori tinggi, (2) tingkat prokrastinasi siswa berada pada kategori rendah, dan (3) terdapat hubungan negatif dan signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa dengan nilai korelasi -0,510 pada tingkat hubungan yang sedang. Berdasarkan hasil data penelitian yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik, dimana semakin baik manajemen waktu maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa.

Kata Kunci: Manajemen Waktu; Prokrastinasi Akademik.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2023 by author

Pendahuluan

Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan yang mempunyai tanggung jawab dalam pencapaian tujuan dari pendidikan formal serta beberapa program untuk memberikan pembelajaran yang berkualitas bagi siswa (Pramudiasuti & Firman, 2016). Agar mutu pendidikan di Indonesia dapat selalu mengalami perkembangan maka akan selalu ada perubahan sistem pendidikan dari tahun ke tahun (Syahrin et al., 2019). Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 mengungkapkan bahwa pendidikan merupakan suatu usaha sadar dan terencana dalam mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran sehingga siswa secara aktif dapat mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Ketika mengikuti kegiatan belajar di sekolah, seorang siswa tidak akan lepas dari aturan serta tata tertib yang berlaku di sekolah (Fahmi & Sukma, 2021).

Dalam kegiatan pembelajaran siswa tidak hanya mendengarkan guru ketika menjelaskan di kelas, tetapi siswa juga dituntut untuk mengerjakan tugas-tugas bahkan tes/ulangan yang diberikan oleh setiap guru mata pelajaran (Nariza et al., 2017). Menurut Saputra et al (2020) tugas akademik yang dimaksud merupakan tugas yang berupa pekerjaan rumah (PR), langsung dikerjakan di kelas, ujian, praktek dan sebagainya. Banyak serta beratnya tuntutan dan tugas dari sekolah dan luar sekolah membuat siswa menjadi bosan, malas, tidak percaya diri, jenuh serta menunda-nunda tugas sehingga kualitas belajar siswa menjadi menurun, maka dari itu siswa membutuhkan strategi dalam menjalankan proses pembelajaran agar tidak berasa bosan, jenuh bahkan menunda-nunda tugas yang ia miliki, kebiasaan siswa yang beraneka ragam dapat mempengaruhi tingkat keberhasilan yang akan diperoleh (Saputri et al., 2020).

Agar dapat mencapai hasil yang optimal di sekolah, siswa diharapkan memiliki kebiasaan dan sikap belajar yang baik (Gusniwilda, Syukur & Nurfarhanah, 2014). Strategi yang dimiliki oleh masing-masing siswa dalam menyelesaikan dan mengerjakan tugas berbeda-beda, ada siswa yang mengerjakan tugas secara

langsung di waktu guru memberikan tugas dan ada siswa memilih untuk mengulur waktu dalam mulai mengerjakan tugas maupun aktivitas akademik yang lain hingga batas waktu yang telah ditentukan, perilaku menunda tugas disebut dengan prokrastinasi akademik.

Ariyanto et al (2019) menyatakan bahwa perilaku penundaan dalam mengerjakan serta menyelesaikan sesuatu disebut dengan prokrastinasi. Gejala prokrastinasi yang sering terjadi di dunia pendidikan disebut dengan prokrastinasi akademik. Perilaku prokrastinasi akademik yang secara terus-menerus akan menimbulkan ketidakdisiplinan dalam diri siswa (Antoni et al., 2019). Prokrastinasi adalah salah satu cara yang digunakan oleh siswa dalam melindungi dirinya untuk menghindari kegagalan (Mandasari & Nirwana, 2019). Menurut Nitami, Daharnis & Yusri (2015) Seseorang yang sering melakukan penundaan atau prokrastinasi akan amat dekat dengan kegagalan, karena prokrastinasi dapat menghambat siswa dalam mencapai hasil yang optimal. Sejalan dengan pendapat di atas, Khairunisa, Yusuf, & Firman (2022) menyebutkan bahwa perilaku prokrastinasi ini akan mengakibatkan dampak negatif bagi siswa seperti kualitas keilmuan menurun serta pencapaian prestasi akademik siswa menjadi menurun.

Salah satu faktor yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi atau penundaan yaitu manajemen waktu, dimana ketika siswa tidak dapat mengatur waktunya dengan baik dan tidak dapat memprioritaskan yang seharusnya diprioritaskan maka akan sering melakukan penundaan dalam mengerjakan maupun menyelesaikan tugas yang ia miliki. Atkinson (1990) menyatakan bahwa manajemen waktu merupakan jenis keterampilan yang berkaitan dengan segala upaya dan tindakan seseorang yang dilakukan secara terencana agar seseorang dapat memanfaatkan waktunya dengan sebaik-baiknya.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti selama menajalankan praktik lapangan di SMA Pertiwi 1 Padang, terdapat beberapa siswa yang lalai akan tugas-tugas sekolah yang telah diberikan oleh guru mata pelajaran, masih ada siswa yang memilih untuk bermain game atau berkumpul bersama temannya daripada menyelesaikan tugas-tugas sekolahnya, bahkan ada siswa yang keluar kelas ketika ada tugas dari guru yang tidak dapat masuk kelas. Serta berdasarkan hasil wawancara dengan siswa dan guru BK pada bulan Oktober tahun 2021 bahwa terdapat siswa yang lalai akan tugas sekolah yang diberikan oleh guru, bermain game daripada mengerjakan tugas, keluar kelas saat jam pelajaran dan guru tidak masuk, jenuh akan tugas, pergi nongkrong dan bersenang-senang dengan teman daripada mengerjakan tugas, serta tidak dapat memprioritaskan hal yang harus diselesaikan terlebih dahulu.

Siswa yang tidak dapat mengelola waktu atau mengatur waktu dengan baik cenderung menunda pekerjaan dan menganggap remeh pekerjaan tersebut, sebaliknya jika siswa dapat memanajemen waktu dengan baik maka siswa tersebut akan dapat mengerjakan tugas dengan cepat dan tepat waktu. Untuk mengatasi salah satu penyebab prokrastinasi tersebut, sangat diperlukan kesadaran siswa untuk memanfaatkan serta mengatur waktu dengan baik dalam menyelesaikan tugas agar mendapatkan hasil yang baik dan sesuai harapan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan manajemen waktu, mendeskripsikan prokrastinasi akademik siswa dan menguji apakah terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif dengan jenis deskriptif korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XI dan XII di SMA Pertiwi 1 Padang yang berjumlah 507 orang siswa dengan jumlah sampel yaitu sebanyak 223 orang siswa yang dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan kuesioner atau angket manajemen waktu dan prokrastinasi akademik dengan skala *likert*. Data yang telah dikumpulkan dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan teknik *pearson product moment* dengan program SPSS for windows 26.00.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil dari pengolahan data yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Manajemen Waktu

Hasil temuan penelitian terkait manajemen waktu di SMA Pertiwi 1 Padang, dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 1. Manajemen Waktu siswa (n = 223)

Variabel/Sub Variabel	Kategori/Persentase					Keterangan
	S T	T	S	R	S R	
Manajemen Waktu	10,31	48,43	38,12	2,69	0,45	Tinggi
1. Menentukan Tujuan	14,35	40,81	34,08	9,42	1,35	Tinggi
2. Menyusun Prioritas	35,43	32,29	21,97	6,73	3,59	Sangat Tinggi
3. Menyusun Jadwal	13,00	36,77	25,56	17,04	7,62	Tinggi
4. Bersikap Asertif	30,49	37,67	21,08	7,62	3,14	Tinggi
5. Bersikap Tegas	3,59	14,80	42,15	30,04	9,42	Sedang
6. Menghindari Penundaan	14,80	27,35	39,01	17,04	1,79	Sedang
7. Meminimalkan waktu yang terbuang	16,14	38,57	31,39	11,21	2,69	Tinggi

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa 10,31%, gambaran kemampuan manajemen waktu siswa berada pada kategori sangat tinggi, 48,43% tinggi, 38,12% sedang, 2,69% rendah dan 0,45% sangat rendah. Hasil ini mengungkapkan bahwa kemampuan manajemen waktu siswa di SMA Pertiwi 1 Padang berada pada kategori tinggi.

Tingkat manajemen waktu yang tinggi ini masih bisa ditingkatkan pada kategori yang lebih tinggi, sehingga siswa mampu mengatur dan memanfaatkan waktu dengan baik. Manajemen waktu memiliki peranan yang cukup besar dalam keberhasilan belajar siswa, siswa yang tidak mempunyai pemahaman mengenai manajemen waktu ditandai dengan perencanaan yang tidak tertata, tidak jelas dan tidak konsisten, tidak memiliki tujuan yang jelas dan kurang baik dalam menggunakan waktu. Upaya yang dapat dilakukan siswa agar dapat memajemen waktu dengan baik harus dimulai dengan dirinya sendiri yaitu dengan menghindari kebiasaan menghabiskan waktu dengan sia-sia, memprioritaskan tugas penting, mengembangkan rencana, perhatikan penyimpangan serta gangguan dalam pekerjaan yang sudah sesuai jadwal, serta mengembangkan efisiensi dan mengurangi tekanan.

Berdasarkan dari hasil analisis data di atas, diketahui bahwa kemampuan manajemen waktu siswa SMA Pertiwi 1 Padang pada aspek menentukan tujuan berada pada kategori tinggi, menyusun prioritas sangat tinggi, menyusun jadwal tinggi, bersikap asertif tinggi, bersikap tegas sedang, menghindari penundaan sedang, serta meminimalkan waktu yang terbuang pada kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa masih ada siswa yang tidak dapat memajemen waktu dengan baik.

Prokrastinasi Akademik

Hasil temuan penelitian terkait prokrastinasi akademik di SMA Pertiwi 1 Padang, dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 2. Prokrastinasi Akademik Siswa (n = 223)

Variabel/Sub Variabel	Kategori/Persentase					Keterangan
	S T	T	S	R	S R	
Prokrastinasi Akademik	0,45	7,62	32,29	44,84	14,80	Rendah
Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	0,45	0,90	13,00	47,53	38,12	Rendah
Keterlambatan dalam mengerjakan Tugas	0,90	13,00	40,81	33,18	12,11	Sedang
Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	3,59	16,14	35,43	30,49	14,35	Sedang
Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan	8,52	1,79	25,11	64,57	0	Rendah

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa 0,45% tingkat prokrastinasi akademik siswa berada pada kategori sangat tinggi, 7,62% tinggi, 32,29% sedang, 44,84% rendah, 14,80% sangat rendah. Temuan ini mengungkapkan bahwa secara umum siswa SMA Pertiwi 1 Padang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah.

Hal ini mengungkapkan bahwa siswa SMA Pertiwi 1 Padang dapat memulai serta menyelesaikan tugas-tugas mereka sesuai jadwal atau tepat pada waktunya. Disamping itu fakta yang ditemukan dilapangan menunjukkan bahwa tidak semua siswa SMA Pertiwi 1 Padang memiliki prokrastinasi akademik yang rendah, sehingga masih terdapat siswa yang mengabaikan tugas-tugas akademik yang ia miliki. Tingkat prokrastinasi yang rendah ini dapat dipertahankan atau ditingkatkan ke sangat rendah sehingga tidak ada lagi siswa yang melakukan prokrastinasi akademik, hal ini tergantung bagaimana siswa memulai dengan dirinya sendiri dengan cara melakukan hal-hal yang memang harus segera diselesaikan dan tidak menunda-nunda dalam mengerjakan serta menyelesaikannya.

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa SMA Pertiwi 1 Padang pada setiap sub variabel yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas berada pada kategori rendah, keterlambatan dalam mengerjakan tugas sedang, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual sedang dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang melakukan prokrastinasi akademik.

Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa

Berdasarkan hasil dari analisis data menggunakan SPSS 26.00, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara manajemen waktu (X) dengan prokrastinasi akademik (Y) pada siswa SMA Pertiwi 1 Padang yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. Korelasi Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Pertiwi 1 Padang

Correlations			
		Manajemen Waktu	Prokrastinasi Akademik
Manajemen Waktu	Pearson Correlation	1	-.510**
	Sig. (2-tailed)		0.000
	N	223	223
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	-.510**	1
	Sig. (2-tailed)	0.000	
	N	223	223

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

Hasil dari pengujian hipotesis didapatkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa. Hal ini terbukti dengan didapatkan hasil koefisiensi korelasi antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa sebesar -0,510 dan taraf signifikansi yaitu 0,000 dengan jumlah responden sebanyak 223. Artinya terdapat hubungan yang negatif signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa dengan tingkat hubungan yang sedang. Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi manajemen waktu siswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa, begitupun sebaliknya semakin rendah manajemen waktu siswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik siswa. Manajemen waktu yang tinggi secara tidak langsung dapat mendorong siswa untuk tidak melakukan prokrastinasi akademik. Ketika siswa memiliki manajemen waktu yang baik maka akan mampu merencanakan strategi belajar, mengatur, menentukan hal yang prioritas agar dapat menyelesaikan tugas ataupun pekerjaan sesuai dengan batas waktu.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan jika dihubungkan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nafeesa (2018) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, dimana sudah terbukti dengan hasil penelitian ini bahwasanya hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa dikategorikan dalam hubungan negatif yang sedang karena memperoleh nilai koefisien sebesar -0,510. Artinya, manajemen waktu yang dimiliki oleh siswa tidak menjadi salah satu faktor yang paling kuat terjadinya prokrastinasi akademik, tetapi keadaan fisik individu, karakteristik tugas, sikap dan keyakinan, keadaan psikologis individu, anxiety, dukungan sosial, gaya pengasuhan orang tua, hostility with other, dan kondisi lingkungan juga dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Oleh karena itu, dibutuhkan pelayanan BK yang dapat diberikan oleh guru BK dalam meningkatkan manajemen waktu dan menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa. Adapun layanan yang dapat diberikan oleh guru BK yaitu layanan informasi seperti yang telah dilakukan oleh Pramudiastuti & Firman (2016), layanan penguasaan konten seperti yang telah dilakukan oleh Syahrin et al (2019) dan layanan bimbingan kelompok yang telah dilakukan oleh Aklima et al (2018).

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa maka dapat disimpulkan : (1) kemampuan manajemen waktu yang dimiliki oleh siswa berada pada kategori tinggi, (2) tingkat prokrastinasi akademik siswa berada pada kategori rendah dan (3) terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa dengan nilai korelasi sebesar -0,510 pada tingkat hubungan yang sedang. Saran yang dapat peneliti berikan kepada pihak- pihak terkait, yaitu: (1) bagi pihak sekolah, diharapkan dapat memberikan dukungan kepada guru BK agar dapat menyelenggarakan pelayanan BK untuk mencapai tugas perkembangan siswa secara pribadi, belajar dan sosial. (2) bagi guru BK/Konselor, pelayanan BK di sekolah diharapkan dapat diprioritaskan pada siswa yang memiliki manajemen waktu yang sedang dan rendah serta kepada siswa yang memiliki prokrastinasi akademik yang sedang dan tinggi agar siswa dapat memperoleh hasil yang optimal. (3) bagi peneliti selanjutnya, semoga penelitian ini bisa menjadi acuan untuk meneliti lebih rinci dan mendalam mengenai aspek lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik selain manajemen waktu.

Referensi

- Aklima, Y., Supriyanto, A., & Antara, U. (2018) *Upaya Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok (Pada Masa Pandemi Covid-19 di SMA Negeri 1 Muara Batu)*. 6, 919-927.
- Antoni, F., Taufik, Yendi, F. M., & Yuca, V. (2019). Peningkatan Locus of Control dalam Mereduksi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Schoulid: Indonesian Journal of School Counseling*, 4, 39-47. <https://doi.org/10.23916/08399011>
- Ariyanto, R., Netrawati, N., & Yusri, Y. (2019). Relationship between *self-control* and academic procrastination in completing thesis. *Jurnal Neo Konseling*, 1(2), 1-7. <https://doi.org/10.24036/00119kons2019>
- Atkinson, P. E. (1990). *Manajemen Waktu yang Efektif* (A. Maulana MSM (ed.). Jakarta: Banarupa Aksara.
- Fahmi, S., & Sukma, D. (2021). The Relationship of Peer Conformity with Student Disipline in School. *Jurnal Neo Konseling. Volume 1 Number 2*.
- Gusniwilda, A., Syukur, Y., & Nurfarhanah. (2014). Sikap dan Kebiasaan Belajar Mahasiswa. *Konselor. Volume 3, Number 2*.
- Khairunisa., Yusuf, A. M., & Firman. (2022). Implementasi Teknik *Self Management* untuk Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*. Volume 8 Nomor 2.
- Mandasari, D., & Nirwana, H. (2019). *Relationship Of Self-Control With Student Academic Procrastination*. 1(2), 1-7. <https://doi.org/10.24036/00103kons2019>
- Nafeesa. (2018). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*, 4(1), 53-67.
- Nariza, S., Sano, A., & Zulkifli. (2017). Hubungan Kemampuan Menyelesaikan Tugas Pelajaran dengan Hasil Belajar Peserta Didik. *Prosiding | Semarang 50 Tahun Jurusan BK FIP UNP, April*.
- Nitami, M., Daharnis., & Yusri. (2015). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik. *Konselor. Volume 4, Number 1*.
- Pramudiastuti, N. K., & Firman, F. (2016). Efektivitas Layanan Informasi Menggunakan Pendekatan Contextual Teaching and Learning (CTL) dengan Prinsip Konstruktivisme untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa. *Ilmiah Konseling*, 2, 1-10.
- Saputra, H. R., Alizamar, & Afdal. (2020). *Relationship of Confidence with Academic Procrastination of Middle School Students and Its Implications in Guidance and Counseling*. 2(1), 1-10. <https://doi.org/10.24036/00249kons2020>

-
- Saputri, D., Ilyas, A., & Ardi, Z. (2020). *The Relationship of Self Regulation with Academic Procrastination of Students*. 2(2), 1–7. <https://doi.org/10.24036/00271kons2020>
- Syahrin, M. A., Taufik, Yendi, F. M., & Yuca, V. (2019). Penerapan Layanan Penguasaan Konten Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa. *Schoulid: Indonesian Journal of School Counseling*, 4, 69–75.