



Analisis Prokrastinasi Akademik Murid SMP Islam Al-Ma'ruf Cibubur dalam Penyelesaian Tugas Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial

An Analysis of Academic Procrastination Among Junior High School Students at SMP Islam Al-Ma'ruf Cibubur in Completing Social Studies Assignments

Nazla Aulia¹, Budiaman², Nova Scorviana H³

Universitas Negeri Jakarta

Email: nazlaulia14@gmail.com¹, budiaman.fisunj@gmail.com², nova.scorviana@gmail.com³

Article Info

Article history:

Received : 22-06-2026

Revised : 24-06-2026

Accepted : 26-06-2026

Published : 28-06-2026

Abstract

This study was motivated by the phenomenon of academic procrastination among eighth-grade students at SMP Islam Al-Ma'ruf Cibubur in completing Social Studies assignments. The objectives of this study were to: (1) identify the factors contributing to academic procrastination in completing Social Studies assignments, and (2) examine the impacts of academic procrastination on the Social Studies learning process among eighth-grade students. This study employed a qualitative research approach. Data were collected through observations, interviews, documentation, and a literature review. The findings revealed that: (1) academic procrastination among eighth-grade students in completing Social Studies assignments was influenced by both internal and external factors; and (2) academic procrastination had significant impacts on students' behavior during the Social Studies learning process.

Keywords: *Academic Procrastination, Eighth-Grade Students, Social Studies Assignments.*

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena prokrastinasi akademik di kalangan murid kelas VIII SMP Islam Al-Ma'ruf Cibubur dalam menyelesaikan tugas mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS). Tujuan penelitian ini adalah untuk: (1) mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan perilaku prokrastinasi akademik dalam penyelesaian tugas IPS, dan (2) mengkaji dampak prokrastinasi akademik terhadap proses pembelajaran IPS pada murid kelas VIII. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan studi pustaka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) prokrastinasi akademik pada murid kelas VIII dalam penyelesaian tugas IPS dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal; dan (2) prokrastinasi akademik memberikan dampak yang signifikan terhadap perilaku murid selama proses pembelajaran IPS.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Murid kelas VIII, Tugas IPS.

PENDAHULUAN

Pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi, pengetahuan, dan keterampilan murid. Dalam proses pembelajaran, guru memberikan tugas sebagai sarana untuk mengukur pemahaman murid serta melatih tanggung jawab dan kedisiplinan. Pemberian tugas kepada murid bertujuan untuk mengukur kemampuan pengetahuan, serta berfungsi sebagai penilaian dalam proses pembelajaran (Jeprianto *et al.*, 2021). Selain itu, pemberian pekerjaan rumah kepada murid bertujuan juga untuk mengetahui kemampuan dan pemahaman murid terhadap materi Pelajaran yang telah disampaikan guru, serta bertujuan untuk memanfaatkan waktu belajar murid di rumah (Widyajayanti & Istiqomah, 2010).



Namun, pada praktiknya tidak semua murid mampu menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Sebagian murid justru menunda pengerjaan tugas meskipun telah mengetahui kewajiban serta konsekuensi yang akan diterima apabila terlambat mengumpulkan tugas. Perilaku tersebut dikenal sebagai prokrastinasi akademik, yaitu kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik secara sengaja dan menggantinya dengan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan (Supriyatno, 2023).

Menurut Brown dan Holzam dalam (Husain *et al.*, 2023), prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan murid dalam menunda menyelesaikan tugas atau pekerjaan. Perilaku menunda tersebut dilakukan secara sadar, meskipun murid mengetahui dampak yang terjadi jika tidak mengumpulkan tugas secara tepat waktu. Serupa dengan Steel & Klingsiesk (2016) yang mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang irasional dalam menunda penyelesaian tugas akademik, meskipun sudah mengetahui penundaan tersebut akan menjadi lebih buruh terhadap nilai atau hasil dari tugas yang diberikan (Rohmatun, 2021).

Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan psikologis, sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan lingkungan belajar, pola asuh orang tua, serta pengaruh sosial di sekitar murid (Suherman, 2023). Selain itu, Svartdal dan Lokke (2022) menjelaskan bahwa perilaku prokrastinasi ditandai dengan kebiasaan menunda penyelesaian tugas hingga mendekati tenggat waktu, ketidakmampuan memenuhi komitmen akademik, rendahnya kemampuan mengelola waktu, serta kecenderungan lebih memilih aktivitas yang memberikan kesenangan. Kondisi tersebut menyebabkan tugas akademik semakin menumpuk sehingga meningkatkan beban belajar murid (Setiawati & Nurjanah, 2024).

Fenomena tersebut rentan terjadi pada murid Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang berada pada masa remaja awal. Pada fase perkembangan ini, murid mengalami perubahan fisik, emosional, dan psikologis yang memengaruhi kemampuan mengendalikan diri, mengatur waktu, dan mengambil keputusan dalam kegiatan belajar (Novritalia & Maimunah, 2014). Akibatnya, murid lebih mudah terdistraksi sehingga cenderung menunda penyelesaian tugas akademik

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik masih menjadi permasalahan yang sering ditemukan di lingkungan sekolah. Laia *et al.*, (2022) menemukan bahwa bentuk prokrastinasi yang paling sering dilakukan murid meliputi keterlambatan memulai tugas, keterlambatan mengumpulkan tugas, dan rendahnya disiplin belajar. Faktor penyebabnya berasal dari kondisi internal, seperti rasa malas, kebosanan, dan rendahnya kemampuan mengatur waktu, serta faktor eksternal berupa pola asuh orang tua, lingkungan sosial, dan kondisi pembelajaran. Sementara itu, Fitriana *et al.*, (2024) menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berpengaruh terhadap hasil belajar murid SMP sehingga diperlukan perhatian dari sekolah maupun orang tua dalam meminimalkan faktor-faktor penyebabnya.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada tingkat prokrastinasi akademik dan hubungannya dengan hasil belajar. Penelitian yang mengkaji secara mendalam faktor-faktor penyebab prokrastinasi pada sekolah dengan karakteristik sosial ekonomi tertentu masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan di SMP Islam Al-Ma'ruf Cibubur yang memiliki karakteristik berbeda, yaitu mayoritas murid berasal dari keluarga dengan latar belakang ekonomi menengah ke atas serta didukung fasilitas belajar yang relatif memadai.



Kondisi tersebut menarik untuk dikaji karena ketersediaan fasilitas belajar belum tentu mampu mencegah munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Hasil wawancara awal dengan kepala kurikulum dan wali kelas VIII menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik masih ditemukan pada murid, meskipun sekolah telah menerapkan berbagai bentuk teguran dan konsekuensi terhadap keterlambatan penyelesaian tugas. Temuan ini menunjukkan bahwa masih terdapat faktor-faktor lain yang memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi sehingga perlu dikaji lebih mendalam.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis prokrastinasi akademik murid kelas VIII dalam penyelesaian tugas mata pelajaran IPS di SMP Islam Al-Ma'ruf Cibubur, dengan menitikberatkan pada faktor-faktor yang memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris dalam pengembangan kajian pendidikan IPS, khususnya mengenai perilaku belajar murid, serta menjadi dasar bagi sekolah dalam merancang strategi untuk meminimalkan prokrastinasi akademik.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Terdapat dua sumber data yang diambil dalam penelitian ini, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Selanjutnya, data sekunder didapatkan melalui jurnal, artikel atau website internet yang berkaitan dengan subjek penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Islam Al-Ma'ruf Cibubur beralamat di Jalan Lapangan Tembak No.6, RT 05 RW 01, Cibubur, Kecamatan Ciracas, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta. Pada Penelitian ini mendapatkan 1 informan kunci yaitu Guru IPS kelas VIII, 6 informan inti yaitu murid kelas VIII, dan 1 informan pendukung yaitu Guru BK kelas VIII. Penelitian dilaksanakan pada bulan April – Mei 2026. Teknik pengumpulan data yaitu observasi, wawancara, dokumentasi, dan studi kepustakaan. Dalam penelitian ini, pertanyaan yang diajukan kepada informan bersifat semi-terstruktur, dimana pertanyaan yang diberikan kepada informan dapat dikembangkan sesuai dengan instrumen pertanyaan. Teknik analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, lalu penarikan kesimpulan.

KAJIAN TEORETIS

Teori Perilaku Terencana (*Theory of Planned Behavior*)

Dalam penelitian ini menggunakan teori perilaku terencana yang diusulkan oleh Ajzen (1991) dalam (Mahyarni, 2013) menjelaskan faktor yang dapat memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada murid. Pada teori ini menjelaskan bahwa tindakan seseorang tidak terjadi secara spontan, tetapi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku (Mahyarni, 2013). Dalam teori ini, prokrastinasi akademik dapat digambarkan sebagai perilaku yang muncul karena lemahnya niat dalam menyelesaikan tugas dan perilaku ini digambarkan sebagai konsep pengendalian diri terhadap aspek kedisiplinan dan tanggung jawab murid.

Teori Keterlibatan Siswa (*Student Engagement Theory*)

Teori keterlibatan siswa (*Student Engagement Theory*) oleh Fredricks *et al.*, (2004) keterlibatan murid dalam belajar merupakan sebuah konsep besar yang dimiliki beberapa dimensi



saling berkaitan saat proses pembelajaran. Dalam teori ini terdapat 3 dimensi keterlibatan murid yang saling berkaitan, yaitu; keterlibatan perilaku, keterlibatan emosional, dan keterlibatan pengetahuan. Teori keterlibatan murid ini menjadi salah satu teori dasar dalam penelitian ini karena dimensi yang dimiliki pada teori keterlibatan murid ini berkaitan dengan proses pembelajaran. Perilaku prokrastinasi akademik ini dapat berdampak terhadap proses pembelajaran dan dampak tersebut dapat dilihat dari ketiga dimensi pada teori keterlibatan murid.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Faktor Penyebab Perilaku Prokrastinasi Dalam Penyelesaian Tugas Mata Pelajaran IPS

Menurut Ghufro dan Risnawita (2011) Faktor prokrastinasi dibagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Setiawati & Nurjanah, 2024).

1. Faktor Internal

a. Kondisi Fisik

Berdasarkan hasil penelitian, kondisi fisik murid memengaruhi dalam munculnya perilaku prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas IPS. Murid menunjukkan bahwa sering menunda akibat kelelahan dan mengantuk karena padatnya jadwal sekolah dan kegiatan ekstrakurikuler yang diikutinya. Namun, pada hasil temuan lainnya yang diungkapkan oleh guru IPS bahwa kelelahan dan mengantuk memang diakibatkan oleh padatnya jadwal kegiatan sekolah, akan tetapi juga dipengaruhi oleh penggunaan *Handphone* yang berlebihan ketika pulang sekolah sehingga murid tidak memiliki waktu luang untuk beristirahat dan mengerjakan tugas dengan fokus. Informan pendukung yaitu guru BK juga menambahkan bahwa sekolah memiliki peraturan untuk guru tidak memberikan pekerjaan rumah (PR) untuk meringankan murid terhadap beban tugas di rumah, akan tetapi murid tetap melakukan perilaku prokrastinasi dalam menunda menyelesaikan tugas, dikarenakan murid lebih mudah terdistraksi dengan temannya dibandingkan fokus mengerjakan, sehingga waktu yang diberikan habis dan murid menjadikan tugas tersebut sebagai PR. Berikut hasil wawancara dengan Informan guru BK:

“Paling faktor yang ngebuat mereka nunda tugas itu ya karena bercanda pas ngerjainnya di kelas.”

Berdasarkan wawancara, dapat disimpulkan bahwa kondisi fisik menjadi salah satu faktor internal yang memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Kelelahan dan mengantuk yang dialami murid dipengaruhi oleh padatnya aktivitas sekolah, penggunaan *handphone* yang berlebihan setelah pulang sekolah, serta kurangnya kemampuan mengelola waktu. Meskipun sekolah telah mengurangi beban tugas dengan tidak memberikan PR, murid tetap menunda penyelesaian tugas karena mudah terdistraksi oleh teman saat pembelajaran, sehingga tugas yang seharusnya selesai di sekolah justru menjadi pekerjaan rumah.

b. Kondisi Psikologis

Kondisi psikologis juga memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas IPS. Kondisi psikologis berkaitan dengan keadaan mental dan emosional murid sehingga memengaruhi cara berpikir, mengambil keputusan, dan tindakan murid. Dalam kondisi psikologis sendiri terdapat beberapa aspek, sebagai berikut:



- 1) **Regulasi diri**, merupakan kemampuan murid dalam mengelola diri saat proses pembelajaran. Pada teori Barry J. Zimmerman (Ghani & Surawan, 2025) menjelaskan bahwa regulasi memiliki tiga tahapan, yaitu; tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap refleksi diri. Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa murid belum memiliki regulasi yang baik, karena pada ketiga tahapan tersebut murid belum memiliki tahapan yang baik. Temuan ini menunjukkan bahwa murid belum mampu menerapkan regulasi diri yang dapat mengelola, mengendalikan, dan menyesuaikan diri pada saat proses pembelajaran secara aktif. Pada salah satu hasil penelitian dalam tahapan pelaksanaan informan inti menunjukkan bahwa murid cenderung menunggu jawaban dari temannya dan menyelesaikan tugas karena adanya sanksi yang diberikan ketika tugas tidak diselesaikan dengan tepat waktu. Berikut hasil wawancara dengan informan inti:

“Tetap nyelesain, kalau ga nyelesaian lagi nanti sorenya dapat pembiasaan sore kak. Jadi kaya kita nulis Al Baqarah 4-5 ayat, iya walaupun itu tugas IPS tapi hukumannya tetap sama kaya gitu.”

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri menjadi salah satu faktor internal yang memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik murid. Murid belum mampu mengelola diri secara optimal pada tahap perencanaan, pelaksanaan, maupun refleksi diri, sehingga cenderung menunda penyelesaian tugas. Selain itu, penyelesaian tugas lebih didorong oleh adanya sanksi daripada kesadaran dan tanggung jawab pribadi, yang menunjukkan rendahnya kemampuan regulasi diri dalam proses pembelajaran.

- 2) **Motivasi intrinsik**, merupakan kertertarikan dan kenyamanan individu dalam melaksanakan suatu pekerjaan itu sendiri (Ghufron & Risnawati, 2010). Motivasi intrinsik merupakan dorongan dari dalam diri murid yang melakukannya karena keinginan sendiri tanpa adanya campur tangan orang lain. Dengan adanya motivasi intrinsik murid mempunyai dorongan dalam diri sendiri untuk menyelesaikan atau tidak menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru. Namun, berdasarkan hasil wawancara kondisi yang ditemukan justru berlawanan, murid belum menunjukkan motivasi intrinsik dalam menyelesaikan tugas mata pelajaran IPS, murid cenderung menunjukkan motivasi ekstrinsik. Pernyataan ini dikemukakan oleh semua informan, bahwa informan menyelesaikan tugas karena adanya dorongan dari luar diri. Berikut hasil wawancara dengan infoman inti:

“Inisiatif sih, itu juga biar besoknya ga kena omelan juga.”

Berdasarkan hasil temuan, murid tidak memiliki motivasi instrinsik, murid cenderung memiliki motivasi ekstrinsik. Yang mendorong murid tetap menyelesaikan tugas secara tepat waktu yaitu adanya perintah dari guru, teguran, dan hukuman bila tidak mengerjakan tugas. Namun, dengan adanya motivasi ekstrinsik pada murid tidak menjamin atau mendorong untuk tidak melakukan tindakan prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas IPS.

- 3) **Kepercayaan diri**, didefinisikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri seperti yang disampaikan oleh Kumara (1988) dalam (Ghufron & Risnawati, 2010).



Pada hasil temuan penelitian, murid menunjukkan rasa ragu dan takut dalam terhadap jawaban dari tugas yang murid selesaikan, murid cenderung membandingkan jawabannya dengan temannya atau murid mencari jawaban melalui Google. Perilaku tersebut dapat menimbulkan prokrastinasi akademik, karena murid membutuhkan waktu yang lama dalam menyelesaikan dan mengumpulkan tugas akibat adanya rasa ragu terhadap hasil yang telah murid kerjakan sendiri. Berikut hasil wawancara dengan informan kunci:

“Mereka udah selesai, tapi ngeliat temennya jawabannya banyak mereka ngerasa salah otomatis mereka mencontek, padahal yang dicontek belum tentu benar...”

Berdasarkan hasil temuan peneliti di atas, menunjukkan bahwa informan memiliki kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas IPS masih tergolong rendah. Informan cenderung membandingkan jawabannya terlebih dahulu dengan temannya dan mencari jawaban dari Google, hal ini dapat dikatakan bahwa informan belum mampu menyelesaikan tugas secara mandiri.

- 4) **Harga diri**, berkaitan dengan cara murid menerima, menghargai, dan mengevaluasi terhadap hasil kemampuan yang dicapainya. Dalam hasil temuan penelitian, terdapat beberapa murid yang menunjukkan evaluasi diri baik secara positif dan negatif. Murid yang mengevaluasi dirinya secara positif yaitu ketika murid menyelesaikan tugas dengan tepat waktu, murid akan merasa kepuasan dan bangga pada dirinya karena lebih cepat menyelesaikan tugas dibandingkan teman lainnya. Sedangkan, evaluasi secara negatif dapat dilihat ketika murid melakukan penundaan mereka akan merasa malu, panik, dan sedih. Akan tetapi, perasaan tersebut tidak mendorong sepenuhnya murid untuk tidak melakukan perilaku prokrastinasi akademik, serta murid cenderung menunda untuk melindungi harga dirinya karena takut nilai yang didapatkan rendah dibanding temannya. Berikut pernyataan dari informan inti:

“Malu sih, sedih juga tapi yaudah.”

Dengan demikian, harga diri memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik melalui cara murid mengevaluasi dirinya. Meskipun murid menyadari dampak negatif dari penundaan, perasaan tersebut belum cukup untuk mengubah perilaku, bahkan penundaan dilakukan sebagai bentuk perlindungan terhadap harga diri.

Berdasarkan temuan penelitian, faktor internal yang memengaruhi prokrastinasi akademik murid dalam penyelesaian tugas IPS meliputi regulasi diri, motivasi intrinsik, kepercayaan diri, dan harga diri. Murid menunjukkan regulasi diri yang rendah pada tahap perencanaan, pelaksanaan, maupun refleksi diri sehingga belum mampu mengelola proses belajar secara optimal. Selain itu, murid cenderung lebih didorong oleh motivasi ekstrinsik, seperti perintah, teguran, dan hukuman dari guru, dibandingkan dorongan dari dalam diri sendiri. Rendahnya kepercayaan diri juga terlihat dari keraguan murid terhadap kemampuan yang dimilikinya sehingga sering membandingkan jawaban dengan teman atau mencari jawaban melalui sumber lain. Sementara itu, harga diri memengaruhi cara murid menilai kemampuan dirinya, di mana perasaan bangga saat berhasil menyelesaikan tugas tepat waktu maupun perasaan malu dan panik saat menunda tugas tidak selalu mampu mencegah munculnya perilaku prokrastinasi. Dengan demikian, rendahnya



regulasi diri, kurangnya motivasi intrinsik, rendahnya kepercayaan diri, dan cara murid mempertahankan harga dirinya menjadi faktor internal yang berkontribusi terhadap terjadinya prokrastinasi akademik dalam penyelesaian tugas IPS.

2. Faktor Eskternal

a. Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh merupakan upaya orang tua secara konsisten dan persisten untuk menjaga dan membimbing anak sejak dilahirkan, pola asuh ini dilakukan dalam kehidupan setiap hari dengan menerapkan tentang kebebasan berpikir, bertanggung jawab, berani bertindak, dan melindungi (Saputra & Yani, 2020). Dalam hasil penelitian, pola asuh yang diperoleh murid sangat beragam yaitu pola asuh otoriter, demokratik, permisif, dan pola asuh dengan hadiah. Dengan berbagai tipe pola asuh di atas, hal tersebut sejalan dengan pernyataan dari Rifa Hidayah dalam (Wijono *et al.*, 2021) yang menjelaskan bahwa pola asuh berkaitan dengan proses perawatan, pendidikan, dan pembelajaran yang diberikan oleh orang tua, serta dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pendidikan, pekerjaan, kondisi sosial ekonomi, dan lingkungan keluarga. dalam penelitian ini, pola asuh yang menunjukkan sering muncul perilaku prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas IPS yaitu pola asuh permisif, karena pola asuh ini kurangnya pengawasan dan perhatian dari orang tuas terkait kegiatan murid. Berikut hasil wawancara dengan informan inti:

“Orang tua aku rada ga peduli sama nilai, jadi ga pernah nuntut soal nilai, nilai aku hampir di bawah KKM semua. Kalau ekskul aku ikut panahan, ga jago juga sih, tapi orang tua dukung.”

Namun, pola asuh lainnya tidak menjamin bahwa informan tidak akan melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik tidak hanya dipengaruhi oleh pola asuh orang tua saja, akan tetapi dipengaruhi oleh faktor lainnya yang berasal dari dalam diri murid dan lingkungannya.

b. Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan pada hasil penelitian ini menjadi salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik pada murid dalam menyelesaikan tugas IPS. Temuan ini sejalan dengan pendapat Puspita Sari (2019) yang menjelaskan bahwa kondisi lingkungan memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi, terutama lingkungan tersebut memiliki tingkat pengawasan yang rendah (Rahman *et al.*, 2022). Berdasarkan hasil temuan, bahwa kondisi lingkungan sangat memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik, seperti murid mudah terdistraksi oleh temannya ketika sedang mengerjakan tugas atau pada saat pembelajaran IPS di kelas, sehingga tugas yang diberikan menjadi tertunda dan tidak diselesaikan dengan tepat waktu. Kondisi lingkungan selanjutnya yaitu adanya pertemanan yang *toxic*, dimana murid cenderung mengikuti temannya untuk tidak mengerjakan tugas, sehingga membentuk perilaku buruk kepada murid tersebut. Berikut hasil wawancara dari informan inti:

“...aku ikutan ngobrol atau ga bercanda sama temen.”



Selanjutnya, penggunaan *Handphone* dan *games* yang berlebihan karena kurangnya pengawasan dari orang tua, kondisi keluarga mendorong murid melakukan prokrastinasi akademik, karena ketika kondisi keluarga kurang kondusif dapat memicu semangat murid dalam menyelesaikan tugas IPS dan pada saat proses pembelajaran IPS di sekolah. Berikut hasil wawancara dari informan kunci:

“...yang membuat nunda tuh HP, rata-rata yang menunda cowo.”

Berdasarkan hasil penelitian, faktor eksternal yang memengaruhi prokrastinasi akademik murid dalam penyelesaian tugas IPS meliputi pola asuh orang tua dan kondisi lingkungan. Pola asuh yang diterapkan orang tua beragam, yaitu otoriter, demokratis, permisif, dan pola asuh dengan hadiah. Namun, pola asuh permisif cenderung lebih sering berkaitan dengan munculnya perilaku prokrastinasi akademik karena kurangnya pengawasan dan perhatian orang tua terhadap kegiatan belajar murid. Meskipun demikian, pola asuh bukan satu-satunya faktor yang menentukan munculnya prokrastinasi akademik. Selain itu, kondisi lingkungan juga berperan dalam mendorong perilaku prokrastinasi, seperti adanya distraksi dari teman saat pembelajaran maupun ketika mengerjakan tugas, pengaruh pertemanan yang negatif, penggunaan *handphone* dan *game* secara berlebihan, serta kondisi keluarga yang kurang kondusif. Berbagai kondisi tersebut dapat mengurangi fokus, motivasi, dan kedisiplinan murid dalam menyelesaikan tugas IPS. Dengan demikian, pola asuh orang tua dan kondisi lingkungan menjadi faktor eksternal yang berkontribusi terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik dalam penyelesaian tugas IPS.

Dampak Pada Proses Pembelajaran Akibat Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Murid

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Novita & Kristiono (2023) dampak perilaku prokrastinasi akademik murid dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Dampak Internal

a. Perasaan Bersalah

Pada hasil penelitian, menunjukkan bahwa murid merasa bersalah ketika telah melakukan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas IPS, perasaan bersalah ini ditunjukkan dengan permintaan maaf kepada guru dan menerima konsekuensi atas perilaku yang sudah dilakukannya. Akan tetapi, perasaan bersalah ini tidak diikuti dengan adanya perubahan perilaku pada murid untuk tidak mengulangi perilaku prokrastinasi akademik dalam penyelesaian tugas IPS. Berikut hasil wawancara informan inti:

“Kalau rasa bersalah biasanya, anak sekarang merasa bersalah hari ini mereka tinggi tuh semangat belajarnya, tapi 2 hari, tiga hari lagi mereka lupa, kembali ke asalnya.”

Perasaan bersalah ini memengaruhi keterlibatan murid dalam proses pembelajaran, yaitu berdampak pada keterlibatan perilaku, emosional, dan pengetahuan. Hal ini diperkuat dengan temuan observasi bahwa terdapat beberapa murid tidak menunjukkan keterlibatan yang aktif pada saat pembelajaran IPS di kelas. Murid tetap tidak acuh pada materi yang sedang dijelaskan dan tugas yang telah diberikan oleh guru. Namun, perasaan bersalah pada murid tidak sepenuhnya mencegah terjadinya perubahan perilaku agar tidak mengulangi prokrastinasi akademik.



b. Perasaan Menyesal

Perasaan menyesal timbul karena murid mendapatkan hasil yang kurang optimal serta mendapatkan hukuman dari guru. Pada hasil temuan dalam penelitian ini, beberapa murid menunjukkan perasaan menyesal ketika melakukan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian tugas, sehingga hasil yang didapatkannya rendah atau kurang optimal, bahkan mendapatkan hukuman, akan tetapi hanya sebagian kecil murid mengakami perubahan yang lebih baik ketika memiliki perasaan menyesal tersebut. Hal ini, menunjukkan perasaan menyesal murid hanya bersifat sementara dan belum cukup kuat mencegah terjadinya perilaku prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas IPS. Berikut hasil wawancara dengan informan pendukung:

“Ada sih kak tetap acuh walaupun udah diberi hukuman pembiasaan sore dan ketika kita liat tract record kita panggil orang tua, dirumah kebiasanya, anak ini udah dikasih konsekuensi tetapi tidak berubah kita balikin lagi ke orang tuanya...”

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dilihat dari hasil temuan di atas bahwa perasaan menyesal tidak memengaruhi perilaku sebagian besar informan dalam perilaku prokrastinasi akademik, walaupun informan tersebut sudah menerima konsekuensi yang diberi guru.

2. Dampak Eskternal

a. Rendahnya Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan penilaian yang didapatkan oleh murid karena telah menyelesaikan tugas dengan baik dan tepat waktu. rendahnya hasil belajar juga dapat terjadi karena adanya keterlambatan dalam mengumpulkan tugas sehingga memengaruhi penilaian yang diberikan oleh guru. Dalam hasil temuan, murid yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik terindikasi memiliki akumulasi nilai yang rendah, sehingga sekolah memberikan sanksi dan hukuman yaitu wajib dikerjakan dan dikumpulkan saat liburan sekolah. keterlambatan dalam mengerjakan tugas berdampak pada turunnya nilai yang diperoleh murid. Perilaku prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas IPS dapat mengurangi nilai sebagai konsekuensi karena telah melakukan perilaku tersebut. Berikut pernyataan informan inti:

“Sangat memengaruhi, biasanya ada rapot bayangan itu nilai asli, rapot akhir semester itu nilai akumulasi ada tugas, pts, nilai akhir, dan karakter anak.”

Hasil yang didapatkan memengaruhi akumulasi nilai akhir, sehingga murid perlu bertanggung jawab atas konsekuensi yang telah diberikan oleh guru. Namun, dengan adanya hasil belajar yang turun atau rendah tidak membuat murid berhenti melakukan perilaku prokrastinasi tersebut, sebagian besar murid acuh dan tetap tidak peduli karena telah melakukan penundaan tersebut.

b. Tugas Tidak terselesaikan Dengan Baik

Prokrastinasi akademik dapat mengakibatkan tugas IPS yang dikerjakan oleh murid tidak optimal, karena dikerjakan secara terburu-buru mendekati batas waktu pengumpulan atau bahkan dikerjakan setelah batas waktu pengumpulan habis, sehingga murid tidak memiliki urgensi dalam menyelesaikan tugas yang diberikan. Berdasarkan hasil temuan,



murid yang melakukan tindakan prokrastinasi akademik cenderung asal-asalan sehingga membuat murid kehilangan kreativitasnya dalam menyelesaikan tugas IPS. Berikut hasil wawancara dengan informan pendukung:

“Ga baik, tulisannya jelek, hasilnya asal-asalan, terus kreativitas mereka ga ada, pokoknya ketika buru-buru itu tentunya juga memengaruhi sih kualitas dari tugas mereka.”

Dengan demikian, perilaku prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas IPS ini dapat berdampak pada kualitas tugas yang dikerjakan oleh murid yang terdata melakukan perilaku prokrastinasi tersebut, sehingga kualitas tugas tersebut dapat memengaruhi dari hasil tugas yang didapatkan murid tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian, prokrastinasi akademik dalam penyelesaian tugas IPS menimbulkan dampak internal dan eksternal bagi murid. Dampak internal berupa munculnya perasaan bersalah dan menyesal setelah menunda tugas, namun perasaan tersebut belum mampu mendorong perubahan perilaku secara konsisten. Sementara itu, dampak eksternal terlihat dari rendahnya hasil belajar serta kualitas tugas yang kurang optimal. Kondisi ini menunjukkan rendahnya keterlibatan perilaku, emosional, dan kognitif murid dalam proses pembelajaran, sehingga perilaku prokrastinasi akademik cenderung terus berulang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, prokrastinasi akademik murid kelas VIII dalam penyelesaian tugas mata pelajaran IPS di SMP Islam Al-Ma'ruf Cibubur dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik, regulasi diri yang rendah, kurangnya motivasi intrinsik, rendahnya kepercayaan diri, dan harga diri. Sementara itu, faktor eksternal meliputi pola asuh orang tua dan kondisi lingkungan yang kurang mendukung proses belajar. Perilaku prokrastinasi akademik tersebut memberikan dampak internal berupa munculnya perasaan bersalah dan menyesal, serta dampak eksternal berupa rendahnya hasil belajar dan tugas yang tidak terselesaikan secara optimal. Dengan demikian, prokrastinasi akademik tidak hanya dipengaruhi oleh berbagai faktor dari dalam dan luar diri murid, tetapi juga berdampak pada rendahnya keterlibatan murid dalam proses pembelajaran IPS.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitriana, W., Yulianti, & Sutja, A. (2024). Pengaruh Prokrastinasi Akademik Terhadap Hasil Belajar Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (Smp). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1406–1412.
- Ghani, H. N., & Surawan. (2025). Upaya Regulasi Diri Dalam Mengurangi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa : Studi Kasus Dalam Penyelesaian Tugas. *Jkpi: Jurnal Konseling Dan Psikologi Indonesia*, 1(3), 201–216.
- Husain, A. R., Wantu, T., & Pautina, M. R. (2023). Perilaku Prokrastinasi Akademik Dan Faktor Penyebabnya Pada Mahasiswa. *Student Journal Of Guidance And Counseling*, 2(April), 145–157.
- Jeprianto, Ubabuddin, & Herwani. (2021). *Penilaian Pengetahuan Penugasan Dalam Pembelajaran Sekolah*. 2, 16–20.



- Laia, B., Florina, S., Zagoto, L., Venty, Y. T., Duha, A., Telaumbanua, K., Sari, I. P., Ziraluo, M., Duha, M. M., Laia, B., Luahambowo, B., Fau, S., Hulu, F., Telaumbanua, T., & Harefa, D. (2022). Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Negeri Di Kabupaten Nias Selatan. *Jurnal Ilmia Aquinas*, 5(1), 162–168.
- Mahyarni, M. (2013). Theori Tra Behavior(Sebmahyarni, M. (2013). Theori Tra Behavior(Sebuah Kajian Historis Tentang Perilaku). *Jurnal El- Rizasah*, 4(1), 13–23.
- Novritalia, K., & Maimunah, S. (2014). Perilaku Prokastinasi Akademik Siswa Akselerasi Dengan Reguler Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 02(01), 89–102.
- Rahman, A., Munandar, S. A., Fitiriani, A., Karlina, Y., & Yumriani. (2022). *Pengertian Pendidikan, Ilmu Pendidikan Dan Unsur-Unsur Pendidikan*. 2(1), 1–8.
- Rohmatun. (2021). Prokrastinasi Akademik Dan Faktor Yang Mempengaruhinya. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 3(November), 94–109.
- Saputra, F. W., & Yani, M. T. (2020). Pola Asuh Orang Tua Dalam Pembentukan Karakter Anak. *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan, Vol 8, No*, 1037–1051.
- Setiawati, R., & Nurjanah, A. (2024). Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa. *Coution : Journal Of Counseling And Education Identifikasi*, 5, 35–46.
- Suherman, S. S. (2023). Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa.
- Supriyatno, Y. (2023). Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa (Sebuah Studi Kasus Pada Siswa Di Mts Al-Bukhori Brebes) Academic Prosthetic Behavior Of A Student (A Case Study On Students At Mts Al-Bukhori Brebes). *Pustaka: Jurnal Bahasa Dan Pendidikan*, 3(1), 126–136.
- Widyajayanti, & Istiqomah. (2010). *Analisis Intensitas Pemberian Pekerjaan Rumah (Pr) Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Matematika*. 132–133.
- Wijono, H. A., Nafiah, U., & Lailiyah, N. (2021). Konsep Pola Asuh Orang Tua Perspektif Pendidikan Islam. *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan*, 1(2), 155–174.