

**HUBUNGAN ANTARA EFEKTIVITAS KOMUNIKASI
INTERPERSONAL SISWA DAN GURU DENGAN
PROKRASINASI AKADEMIK PADA SISWA
SMA NEGERI “X”**

Karina Aria Putri
15010113140126

Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro

ABSTRAK

Prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang banyak dilakukan oleh siswa di sekolah. Komunikasi yang kurang efektif antara siswa dengan guru dapat menjadi salah satu penyebab meningkatnya prokrastinasi akademik pada siswa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efektivitas komunikasi interpersonal siswa dan guru dengan prokrastinasi akademik. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI dan XII SMA Negeri “X” sebanyak 678 siswa. Sampel penelitian sebanyak 233 siswa diperoleh dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Data diambil menggunakan Skala Efektivitas Komunikasi Interpersonal dengan jumlah item 35 ($\alpha = 0,916$) dan Skala Prokrastinasi Akademik dengan jumlah item 41 ($\alpha = 0,908$). Analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara efektivitas komunikasi interpersonal dan prokrastinasi akademik $r_{xy} = -0,490$ ($p < 0,001$). Artinya, semakin tinggi efektivitas komunikasi interpersonal antara siswa dengan guru, semakin rendah prokrastinasi akademik. Efektivitas komunikasi interpersonal memiliki sumbangan efektif sebesar 24% terhadap prokrastinasi akademik dan 76% lainnya ditentukan oleh variabel-variabel lain yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini.

Kata kunci: prokrastinasi akademik, efektivitas komunikasi interpersonal, siswa,
guru

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Prokrastinasi diperkenalkan oleh William James sekitar 120 tahun lalu. Dewitte dan Schouwenburg, Fritzsche, Young dan Hickson, serta Tice dan Baumeister (dalam Klassen, Krawchuk, & Rajani, 2008) menjelaskan bahwa prokrastinasi menjadi hal yang biasa dilakukan individu baik orang dewasa maupun remaja. Schouwenburg (dalam Grunschel, Patrzek, & Fries, 2013) mengatakan bahwa fenomena prokrastinasi yang dilakukan oleh individu dalam ranah akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Menurut Ellis & Knaus (dalam Fernie dkk., 2017) dan Steel (dalam Klassen, Krawchuk, & Rajani, 2008), sebanyak 70% hingga 95% siswa melakukan prokrastinasi akademik.

Solomon dan Rothblom (1984) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai penundaan yang dilakukan individu terhadap tugasnya dengan sengaja. Schouwenburg (dalam Rabin, Fogel, & Nutter-Upham, 2011) menerangkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang sengaja dilakukan individu untuk menunda tugas pentingnya dalam kegiatan akademik. Milgram menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik dilakukan siswa karena waktu belajar dilaksanakan ketika siswa enggan untuk belajar (dalam Ferrari, Johnson, & McCown, 1995).

Burka dan Yuen (dalam Solomon & Rothblum, 1984) menguraikan bahwa prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh seseorang ditandai dengan beberapa hal, seperti timbulnya kecemasan, kesulitan dalam membuat keputusan, pemberontakan,

ketidaktegasan, ketakutan menjalani konsekuensi dari kesuksesan, ketidaksukaan terhadap tugas, dan perfeksionis dalam mengerjakan tugas. Pelaku prokrastinasi dalam jangka panjang juga akan mudah stres hingga mudah terserang penyakit. Ferrari dkk (1995) menerangkan dampak negatif yang timbul dari prokrastinasi akademik secara berkelanjutan, yaitu: pelaku akan mudah stres, depresi, rendah diri, mudah cemas, mudah marah, dan sulit berkonsentrasi. Dampak negatif ini menjadi alasan perlunya meneliti prokrastinasi akademik pada siswa.

Prokrastinasi akademik dapat diamati melalui perilaku keterlambatan penyelesaian tugas yang seharusnya menjadi prioritas, namun pengaruh faktor lingkungan dapat menyebabkan siswa mengabaikan prioritasnya dan mengutamakan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan. Penelitian oleh Wijaya dan Widodo (2013) pada siswa SMAN 1 Kayen dan MA Miftahul Ulum menjelaskan adanya perbedaan prokrastinasi akademik berdasarkan faktor lingkungan yang menaunginya. Menurut Santrock (2014), jumlah guru yang lebih sedikit dibandingkan siswa, menyebabkan tingginya prokrastinasi karena kurangnya kontrol sosial untuk mengawasi siswa secara menyeluruh.

Friedel dkk (2010) dan Wentzel (2009;2010) menerangkan bahwa peran guru di sekolah sangat penting dalam mendukung pencapaian prestasi dan perkembangan belajar para siswanya. Stipek (dalam Santrock, 2014) menjelaskan bahwa sikap buruk pada mayoritas siswa di sekolah disebabkan oleh buruknya komunikasi antar siswa dan guru. Santrock (2014) menjelaskan bahwa siswa yang bersikap negatif dan sering menunda tugas, memiliki persepsi bahwa kelas merupakan tempat yang membosankan.

Ferrari dkk (1995) menjelaskan bahwa penyebab utama prokrastinasi akademik meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang ada pada diri individu, seperti kesiapan belajar, perasaan takut gagal, dan timbulnya rasa cemas. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu, seperti kondisi lingkungan dan peraturan-peraturan yang berlaku dalam norma sosial masyarakat seperti lingkungan rumah, lingkungan sekolah, dan peraturan sekolah.

Menurut Beswick, Rothblum, dan Mann (dalam Steel & Klingsieck, 2016), terdapat tiga penjelasan populer secara psikologis mengenai penyebab individu melakukan prokrastinasi. Pertama adalah individu yang merasa kesulitan ketika mengambil keputusan, kedua karena individu merasa tidak percaya diri terhadap kemampuannya sendiri dan menggunakan alasan yang tidak masuk akal, serta yang terakhir adalah rendahnya *self-esteem* individu tersebut. Layanan Konseling Universitas Buffalo memberikan gambaran mengenai alasan mahasiswa menunda-nunda tugasnya, seperti tidak terampil dalam manajemen waktu, sulit berkonsentrasi dalam pengerjaan tugas, lelah dan bosan dalam mengerjakan tugas, masalah pribadi, sifat perfeksionis dan perasaan takut gagal (Santrock, 2014). Berbagai alasan penghambat proses belajar pada siswa, seharusnya menjadi perhatian utama bagi guru di sekolah. Guru dapat menerapkan metode yang sesuai dengan kemampuan dan minat siswa serta metode interaksi yang menerapkan pelayanan, sebagai upaya meminimalisir prokrastinasi akademik siswa.

Penelitian mengenai hubungan sebab-akibat dari prokrastinasi akademik sudah banyak dilakukan dalam beberapa waktu terakhir, variabel sebab-akibat tersebut kerap disebut dengan variabel anteseden. Variabel-variabel anteseden dalam prokrastinasi

akademik dikelompokkan menjadi empat kelompok perspektif yang berbeda. Kelompok pertama melihat prokrastinasi akademik melalui perspektif kepribadian individu dan sifat individu, seperti variabel ketelitian, kecerdasan, perfeksionis, dan optimisme. Kelompok kedua, melihat melalui perspektif motivasi individu mencakup variabel motivasi intrinsik dan ekstrinsik, seperti *self-determination*, *locus of control*, *goal orientation*, *self-regulated learning* dan *self-efficacy*. Kelompok ketiga, melihat dari perspektif psikologi klinis yang mencakup variabel kecemasan, stres, depresi dan *personality disorder*. Kelompok terakhir, melihat dari perspektif situasional mencakup jenis tugas yang diberikan dan karakteristik guru yang mengajar (Steel & Klingsieck, 2016).

Perspektif ketiga dari variabel anteseden prokrastinasi melihat adanya hubungan antara prokrastinasi akademik dengan stres yang dialami individu. Sari (2013) melakukan penelitian mengenai korelasi antara stres siswa pada guru dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara stres terhadap guru dengan prokrastinasi akademik pada siswa. Artinya semakin tinggi stres terhadap guru, maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa.

Rathlus dan Nevid (dalam Gunawati, Hartati, & Listiara, 2006) menerangkan bahwa stres timbul karena adanya suatu tekanan secara fisik dan psikis yang disebabkan oleh tuntutan dalam diri dan lingkungan. Pernyataan tersebut sesuai dengan faktor prokrastinasi menurut Milgram (dalam Ferrari dkk., 1995), yaitu prokrastinasi banyak terjadi di negara maju dan modern, karena banyak aturan dan

tuntutan yang harus dilaksanakan. Menurut Sari (2013), bentuk stres dalam lingkungan sekolah yang dialami siswa menyangkut faktor psikologis seperti ujian sekolah, tugas-tugas yang menumpuk dan materi pembelajaran yang berat. Stresor yang besar akan menyebabkan kelelahan yang berujung pada penurunan kinerja individu.

Variabel anteseden pada prokrastinasi akademik juga terdapat pada faktor eksternal, seperti suasana kelas yang kurang kondusif bagi siswa. Pernyataan tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Corkin, Yu, Wolters, dan Wiesner (2014) pada 248 mahasiswa jurusan matematika. Hasil dari penelitian tersebut adalah efikasi diri yang dimiliki mahasiswa dan *feedback* dari dosen terhadap tugas yang diberikan mempengaruhi suasana kelas serta kemampuan mahasiswa untuk memahami materi pembelajaran sehingga masalah ini berdampak pada meningkatnya prokrastinasi akademik.

Saran dari penelitian tersebut adalah dosen harus menciptakan suasana yang mendukung dan memotivasi dalam hal pembelajaran, tujuannya agar dapat meminimalisir prokrastinasi akademik. Nilai tugas atau *feedback* yang diberikan oleh guru memiliki fungsi dalam proses pendidikan siswa, yaitu untuk mengetahui sejauh apa kemampuan yang dimilikinya. Suryabrata (2008) turut menyatakan bahwa siswa di sekolah membutuhkan pendapat orang-orang yang lebih dewasa untuk menentukan sikap dan tingkah lakunya.

Masalah atau hambatan belajar yang dialami siswa pada umumnya ditunjukkan dengan cara menunda mengerjakan pekerjaan rumah (PR) dan siswa lebih memilih untuk mengerjakannya saat pagi hari bersama rekan sebayanya di sekolah sesaat

pelajaran belum dimulai. Alasan yang disebutkan oleh siswa pun bermacam-macam. Beberapa siswa menyebutkan bahwa penundaan tugas dilakukan karena kurangnya pemahaman mengenai hal yang ditugaskan dan suara guru ketika menjelaskan materi kurang terdengar jelas, tugas terlalu sulit, tugas tidak akan diperiksa seluruhnya oleh guru yang bersangkutan, dan adanya materi dalam tugas yang belum diterangkan oleh guru.

Peran guru dalam menciptakan suasana kelas yang nyaman dapat dilakukan dengan meningkatkan efektivitas manajemen di kelas, komunikasi bersama siswa dan mengikuti kebutuhan siswa di dalam kelas (Sujati, 2006). Komunikasi yang terjalin antarindividu disebut komunikasi interpersonal. Menurut DeVito (dalam Andayani, 2009), komunikasi interpersonal adalah pendekatan hubungan diadik dan pendekatan perkembangan. Pendekatan hubungan diadik dapat berupa antar teman, guru-siswa, atasan-bawahan, dan dokter-pasien. Pendekatan hubungan perkembangan adalah sebuah hubungan kontinum yang telah berkembang dan sebelumnya terbentuk dari proses impersonal seperti hubungan antar anggota keluarga dan ibu-anak. Komunikasi antarindividu ini dapat terjalin dengan efektif dan tidak efektif.

Menurut Rakhmat (2000), komunikasi interpersonal dapat dikatakan efektif ketika dua individu atau lebih mencapai pengertian yang sama dan komunikasi berlangsung dalam suasana yang menyenangkan. Efektivitas komunikasi interpersonal menurut DeVito (dalam Andayani, 2009) dapat dicapai dengan adanya kepercayaan diri, kesegeraan, pengelolaan interaksi, ekspresif dan orientasi kepada orang lain. Efektivitas komunikasi interpersonal sangat berguna ketika individu berinteraksi satu sama lain. Penelitian yang dilakukan oleh Vertino (2014) juga

menunjukkan bahwa efektivitas komunikasi interpersonal dapat mempengaruhi gaya hidup individu. Individu akan menjadi lebih sehat dan menjadi seorang yang profesional dalam pekerjaannya. Salah satu tujuan komunikasi interpersonal adalah untuk membantu seseorang dalam mempelajari dan memahami masalahnya, sama halnya dengan tugas guru di sekolah dalam membantu memahami dan menyelesaikan masalah pembelajaran siswanya Muhammad (2008).

Efektivitas komunikasi interpersonal memiliki peran yang penting dalam kehidupan individu untuk berhubungan dengan orang lain di sekitarnya. Ilmu komunikasi interpersonal yang sudah hadir sejak dulu, membantu perkembangan ilmu komunikasi lainnya. Bantuan teknologi yang ada saat ini juga memudahkan para peneliti untuk membahas banyak hal yang mungkin berhubungan dengan komunikasi interpersonal agar terjalin secara efektif (Ledbetter; Rosenberg & Kunkel, dalam Rosenberg & Kunkel, 2014). Pressly dkk serta Perry, Donohue, dan Weinstein (dalam Santrock, 2014) menjelaskan bahwa guru yang terlibat secara efektif dalam kegiatan siswa tidak hanya menimbulkan dampak positif bagi siswa, tetapi juga membuat siswa menjadi pribadi yang lebih berkembang dengan usahanya sendiri. Hal tersebut terjadi karena siswa termotivasi untuk mengembangkan dirinya. Masalah komunikasi antara siswa dan guru yang terjadi di SMA Negeri "X" adalah siswa terkadang enggan berbicara pada guru jika tidak mengerti atau tidak paham mengenai materi pelajaran atau pekerjaan rumah karena merasa takut dan merasa tidak percaya diri.

Masalah belajar dan masalah komunikasi antara siswa dengan guru ini dilihat berdasarkan wawancara singkat dengan beberapa siswa dan guru BK pada tanggal 9 Januari 2017, yaitu SMA "X" belum banyak mengantar siswanya ke perguruan tinggi

negeri. Salah satu faktor penyebab yang paling menonjol sesuai hasil pengamatan pada tanggal 10 Januari 2017 adalah siswa yang kurang mampu bersaing secara akademik dengan SMA favorit lainnya dan masalah ini bersumber dari masalah belajar yang dialami oleh siswa. Fakta di lapangan dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan beberapa siswa di SMA “X” menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik siswa kemungkinan dapat meningkat, karena hubungan komunikasi interpersonal antara siswa dan guru kurang efektif. Jumlah guru di SMA tersebut juga hanya berjumlah 48 orang, sedangkan jumlah murid secara keseluruhan hampir mencapai angka seribu. SMA Negeri “X” sudah berdiri selama 26 tahun serta menjadi salah satu SMA paling favorit di lingkungannya.

Peneliti menemukan indikasi hubungan antara efektivitas komunikasi interpersonal antara siswa dan guru berkorelasi dengan prokrastinasi akademik siswa. Efektivitas komunikasi interpersonal antara siswa dan guru menjadi salah satu faktor eksternal penyebab prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa SMA Negeri “X”. Penelitian-penelitian sebelumnya menghasilkan beragam fakta ilmiah baru terhadap prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa. Namun, dari seluruh penelitian-penelitian tersebut belum ada penelitian mengenai hubungan antara efektivitas komunikasi interpersonal dengan prokrastinasi akademik. Berdasarkan permasalahan di lapangan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan efektivitas komunikasi interpersonal antara siswa dan guru dengan prokrastinasi akademik pada siswa.

Penelitian ini melibatkan siswa SMA kelas XI dan XII. Penelitian ini tidak melibatkan siswa SMA kelas X karena siswa kelas X masuk dalam tahun ajaran baru dan belum lama berada di lingkungan sekolah serta belum lama mengenal guru. Hal tersebut dilakukan untuk mencegah *hallo effect* yang cenderung menilai baik orang lain dari penampilan yang baru saja dikenalnya (Sarwono & Meinarno, 2014).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian yang telah dikemukakan dalam latar belakang maka penulis dapat merumuskan permasalahan, yaitu: Apakah terdapat hubungan antara efektivitas komunikasi interpersonal siswa dan guru dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri “X”?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efektivitas komunikasi interpersonal antara siswa dan guru dengan prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri “X”. Penelitian ini juga memiliki tujuan untuk mengetahui sumbangan efektif efektivitas komunikasi interpersonal antara siswa dan guru terhadap prokrastinasi akademik.

D. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan dapat diperoleh manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi dunia psikologi khususnya dalam bidang pendidikan serta menambah informasi mengenai hubungan antara efektivitas komunikasi interpersonal antara siswa dan guru dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang terkait dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Sebagai masukan kepada pihak guru SMA dalam membimbing siswanya dikelas, khususnya pihak SMA Negeri “X” Bogor mengenai kaitan antara efektivitas komunikasi interpersonal siswa dan guru dengan prokrastinasi akademik siswa, sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan ketika akan melakukan intervensi untuk mengurangi prokrastinasi akademik.
- b. Bagi peneliti lain agar dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain khususnya mengenai efektivitas komunikasi interpersonal antara siswa dengan guru dalam kaitannya dengan prokrastinasi akademik siswa di SMA.