

**HUBUNGAN ANTARA *SELF MONITORING* DENGAN  
PROKRASINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI  
3 PURWOKERTO**

**Al Khaleda Noor Praseipida  
15010113140128**

**Fakultas Psikologi  
Universitas Diponegoro  
[alkhaseipida@gmail.com](mailto:alkhaseipida@gmail.com)**

**ABSTRAK**

Siswa memiliki kewajiban untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar yang diadakan di sekolah. Adanya berbagai macam kegiatan yang dilakukan siswa secara tidak langsung akan memengaruhi respon siswa dalam menyikapi tugas akademik. *Self monitoring* merupakan kemampuan individu untuk mengatur tingkah laku sesuai dengan petunjuk yang ada dan merespon dengan tepat situasi di lingkungan sosialnya. Prokrastinasi akademik merupakan penundaan dalam memulai, mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademik yang dilakukan secara sengaja sehingga menimbulkan dampak negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self monitoring* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 3 Purwokerto. Hipotesis penelitian ini yaitu ada hubungan negatif antara *self monitoring* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 3 Purwokerto. Subjek penelitian merupakan siswa kelas XI SMA Negeri 3 Purwokerto, dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 180 siswa dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Pengambilan data penelitian dilakukan menggunakan skala *Self Monitoring* (25 aitem valid;  $\alpha = .88$ ) dan skala Prokrastinasi Akademik (36 aitem valid;  $\alpha = .93$ ). Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self monitoring* dengan prokrastinasi akademik, ditunjukkan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = -.603$  ( $p < .0001$ ). Artinya, semakin tinggi *self monitoring* maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik, begitu pula sebaliknya. *Self monitoring* pada penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 36.4% terhadap prokrastinasi akademik.

**Kata kunci:** *self monitoring*, prokrastinasi akademik, siswa kelas XI

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan sejatinya merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh individu guna memperoleh berbagai informasi dan pengetahuan bagi dirinya serta upaya untuk mengembangkan potensi, bakat dan minat yang dimilikinya. Pendidikan jika didefinisikan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Alwi, 2013) berarti sebuah proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan, proses, cara, serta perbuatan mendidik.

Pendidikan menurut Undang-undang No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 ayat 1 (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia, 2003) dapat diartikan sebagai suatu usaha mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran secara terencana demi mengembangkan potensi peserta didik baik secara kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, pengendalian diri, memiliki kekuatan spiritual keagamaan, dan keterampilan yang diperlukan bagi dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan juga menjadi upaya bagi siswa dalam mengembangkan kemampuan baik dari segi kognitif, afektif dan psikomotor.

Pendidikan di Indonesia saat ini terus mengalami perubahan-perubahan guna meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas dan mumpuni. Peningkatan kualitas dalam bidang pendidikan salah satunya dilakukan dengan

melakukan perbaikan sarana prasarana sekolah dan pembaharuan kurikulum sekolah. Kurikulum yang digunakan untuk semua jenjang pendidikan di Indonesia saat ini adalah kurikulum 2013. Kurikulum 2013 menurut Permendikbud No. 69 tahun 2013 (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia, 2013) tentang kerangka dasar dan struktur kurikulum, yaitu kurikulum yang diberlakukan mulai tahun ajaran 2013/2014 atau yang memenuhi kedua dimensi tersebut.

Pendidikan merupakan hal penting yang harus dimiliki dan dilakukan oleh setiap warga Indonesia, sebab pendidikan akan membawa masyarakat untuk memiliki pandangan dan pengetahuan yang luas sehingga akan berdampak pada kemajuan sebuah negara. Meski pendidikan Indonesia mulai mengalami peningkatan kualitas, namun masih terdapat berbagai macam permasalahan yang berhubungan erat dengan pendidikan, misalnya tawuran yang disebabkan oleh pelajar, masih belum meratanya kualitas pendidikan di daerah-daerah seperti kualitas tenaga pendidik dan sarana-prasarana sekolah yang dirasa masih kurang, serta adanya perilaku-perilaku siswa yang menghambat proses belajar mengajar.

Individu dapat memperoleh pendidikan melalui pendidikan formal dan non formal. Tempat diselenggarakannya pendidikan formal bagi siswa disebut sekolah. Sekolah (Alwi, 2013) merupakan suatu tempat atau bangunan untuk kegiatan belajar dan mengajar serta tempat menerima dan memberi pelajaran sesuai dengan tingkatannya masing-masing. Tingkatan dalam pendidikan di Indonesia dimulai dari TK, SD, SMP dan SMA. Sekolah-sekolah tersebut, baik negeri maupun swasta tersebar di berbagai daerah guna terselenggarakannya tujuan pendidikan yang merata di Indonesia.

Siswa sekolah khususnya siswa sekolah menengah atas (SMA) diharapkan mampu untuk meningkatkan kualitas dan kompetensi yang dimiliki sehingga dapat bersaing dengan siswa lainnya. Selain itu, siswa juga harus menguasai materi pelajaran yang diberikan oleh guru, baik secara teori maupun praktek sehingga siswa dapat memperoleh prestasi akademik yang optimal. Untuk mendapatkan prestasi akademik yang baik, maka siswa harus berusaha sebaik mungkin dalam mengikuti segala bentuk kegiatan belajar mengajar yang diadakan di sekolah dan mengurangi kegiatan-kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan akademik yang dapat menghambat prestasi.

Sekolah Menengah Atas (SMA) dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (Alwi, 2013) didefinisikan sebagai sekolah umum selepas sekolah menengah pertama dan sebelum perguruan tinggi. Siswa SMA berada direntang usia antara 15-18 tahun. Menurut teori psikologi perkembangan, siswa SMA berada di kategori remaja. Masa remaja dimulai dari usia 10 sampai 12 tahun dan berakhir pada usia 18-21 tahun. Pada masa ini remaja akan mengalami banyak perubahan-perubahan dalam dirinya, baik secara fisik maupun non fisik. Menurut Piaget (dalam Santrock, 2012), pada usia remaja siswa sudah memasuki tahap operasional formal, dimana siswa mampu untuk berpikir dengan abstrak, mampu melakukan penalaran secara logis dan dapat menarik kesimpulan atas informasi yang diperolehnya. Remaja juga merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa.

Siswa dalam menuntut ilmu di jenjang pendidikan tingkat menengah atas mempunyai kewajiban mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah serta memiliki tanggung jawab untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugas

akademik yang diberikan oleh guru. Namun, remaja disekolah tidak hanya melakukan aktivitas belajar dan mengajar saja, tetapi juga mengikuti aktivitas lain seperti mengikuti berbagai macam aktivitas yang disediakan oleh organisasi atau ekstrakurikuler yang ada di sekolah. Pada tahap perkembangan ini, remaja juga cenderung ingin merasakan kebebasan secara intens dan mencari jati dirinya. Menurut Hurlock (2011), remaja juga suka mengeluh mengenai sekolah, pekerjaan rumah (PR), kursus-kursus, dan cara pengelolaan sekolah.

Remaja juga cenderung lebih menaruh minat pendidikan pada pelajaran-pelajaran yang nantinya dirasa berguna pada bidang pekerjaan yang akan dipilihnya. Begitu juga pada minat prestasi remaja. Remaja cenderung mencapai prestasi yang baik jika hal tersebut dapat meningkatkan kepuasan dan harga diri mereka dihadapan kelompok teman sebayanya. Misalnya jika prestasi dihubungkan dengan nilai akademik, maka nilai-nilai akademik yang tinggi merupakan prestasi yang memuaskan bagi diri remaja (Hurlock, 2011).

Pada masa remaja ini pun juga terjadi perubahan sosio-emosional seperti tuntutan untuk mencapai kemandirian, konflik dengan orangtua dan keinginan lebih banyak untuk meluangkan waktu bersama kawan-kawan sebayanya (Santrock, 2012). Berbagai macam aktivitas dan kegiatan yang dilakukan oleh siswa setiap harinya, serta adanya kebebasan siswa untuk memilih dan melakukan kegiatan yang disukainya, jika tidak diimbangi dengan tanggung jawab dan kontrol diri yang baik maka tidak sedikit pula siswa yang menunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugas sekolah. Kegiatan menunda dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas sekolah ini biasa disebut dengan prokrastinasi akademik.

Pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA) biasanya memiliki kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik. Hasil observasi dan *interview* yang telah dilakukan dengan guru BK dan beberapa siswa kelas XI SMA Negeri 3 Purwokerto, menunjukkan adanya kebiasaan siswa untuk mengerjakan tugas mendekati *deadline* atau mendekati hari pengumpulan tugas. Adanya kebiasaan siswa untuk mengerjakan tugas mendekati *deadline* atau mendekati hari pengumpulan tugas akan membuat mereka tergesa-gesa dalam mengerjakan tugas sehingga siswa menjadi kurang maksimal dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru.

Kebiasaan menunda-nunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas yang dilakukan oleh siswa sesuai dengan salah satu aspek prokrastinasi akademik yaitu penundaan untuk memulai dan mengerjakan tugas. Seperti yang diungkapkan Y, dirinya dalam mengerjakan tugas yaitu dengan melihat siapa guru yang memberikan tugas tersebut. Jika yang memberikan tugas tersebut merupakan guru *killer*, maka langsung dikerjakan, namun jika bukan maka ia akan santai dan tidak terburu-buru untuk mengerjakannya dan baru akan memulainya ketika sudah mendekati hari pengumpulan.

Hal yang sama juga diungkapkan oleh F, yang biasanya mengerjakan tugas pada H-1 hari pengumpulan, sehingga F akan mulai mengerjakan tugas pada malam hari sebelum tugas dikumpulkan. Bahkan F dan juga beberapa siswa lainnya mengaku pernah mengerjakan tugas pada hari H pengumpulan tugas, sehingga mereka mengerjakan tugas disekolah dengan konsekuensi harus berangkat lebih pagi. Ada pula siswa lain yaitu R yang mencuri-curi waktu pada saat mata pelajaran lain berlangsung untuk mengerjakan tugas yang tertunda.

Berbeda dengan Y dan F, siswa dalam mengerjakan tugas juga dipengaruhi oleh *mood*. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh AT. Ia mulai mengerjakan tugas ketika *moodnya* sedang bagus. AT mengungkapkan bahwa ia merupakan seorang yang *moody* sehingga ketika ia sedang tidak *mood* maka ia akan melakukan hal lain yang tidak berhubungan dengan akademik. Sama halnya seperti AT, R juga mengerjakan tugas akademik sesuai dengan *mood*. Jika *mood* yang dirasakan bagus maka ia akan langsung mengerjakan tugas, namun jika tidak maka ia akan menunda mengerjakan tugas dan melakukan kegiatan lain.

Siswa merencanakan untuk memulai mengerjakan tugas pada waktu tertentu namun tetap tidak melakukan sesuai apa yang direncanakan sebelumnya, seperti menunggu *mood* untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Kebiasaan AT dan R yang dipengaruhi oleh *mood* untuk memulai dan menyelesaikan tugas membuat mereka tidak langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru sehingga terjadi penundaan dalam memulai mengerjakan tugas. Hal ini sesuai dengan aspek prokrastinasi yaitu ketidaksesuaian antara rencana dengan performansi aktual.

Beberapa siswa juga mengaku tergoda untuk menunda mengerjakan tugas dan memilih melakukan kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan dan tidak berhubungan dengan akademik, misalnya saja AT, N, RI dan D yang memilih bermain media sosial seperti *instagram*, *snapchat*, bermain dengan teman-teman, menonton *youtube*, berbalas pesan atau *chat* dengan teman-teman, bermain game, memainkan *handphone* serta menonton TV. Adanya kebiasaan yang dilakukan oleh siswa untuk melakukan kegiatan yang tidak berhubungan dengan akademik ini

sesuai dengan aspek prokrastinasi yaitu melakukan aktivitas lain yang tidak berhubungan dengan menyelesaikan tugas akademik. Berdasarkan hasil *interview* dari beberapa siswa SMA Negeri 3 Purwokerto, maka dapat disimpulkan bahwa ada kecenderungan siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi merupakan suatu perilaku yang tidak efisien dalam memanfaatkan waktu yang dimiliki.

Istilah Prokrastinasi berasal dari bahasa latin yaitu *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan *crastinus* yang berarti keputusan hari esok. Bila kedua kata tersebut digabungkan, maka *procrastination* dapat diartikan sebagai menunda sampai hari berikutnya (Steel, 2007). Secara sederhana prokrastinasi dapat diartikan sebagai perilaku penundaan, tanpa memperhatikan alasan untuk melakukan penundaan (Burka & Yuen, 2008).

Prokrastinasi merupakan penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan ketika mengerjakan tugas. Biasanya seseorang yang melakukan prokrastinasi akan cenderung melakukannya terus-menerus pada tugas yang diberikan untuknya. Prokrastinasi (Burka & Yuen, 2008) memiliki dua konsekuensi, yaitu konsekuensi terhadap internal dan eksternal. Konsekuensi internal misalnya siswa akan merasakan panik, perasaan bersalah dan merasa tidak kompeten, sedangkan konsekuensi eksternal misalnya siswa yang melakukan prokrastinasi akan mendapatkan peringkat buruk sebagai akibat dari melakukan prokrastinasi.

Ferrari dan Morales (2007) juga menyatakan bahwa prokrastinasi memiliki banyak dampak buruk bagi individu yang melakukannya. Dampak buruk dari



perilaku prokrastinasi akademik bagi pelajar yaitu antara lain pelajar akan membuang banyak waktu yang berguna untuk mengerjakan dan menyelesaikan suatu tugas akademik, kemudian prokrastinasi juga akan menyebabkan kualitas pelajar menurun sebab hasil tugas yang dikerjakan pun menjadi tidak maksimal. Kemudian dampak negatif lain prokrastinasi akademik yaitu individu mengalami penurunan dalam belajar, meningkatkan perasaan cemas dan bersalah, serta menurunkan performa akademik (Rabin, Fogel, & Nutter-Upham, 2011).

Prokrastinasi memiliki banyak bentuk, termasuk didalamnya mengabaikan tugas dengan harapan tugas tersebut akan pergi, meremehkan jumlah kerja yang dibutuhkan suatu tugas, menghabiskan waktu berjam-jam pada aktivitas yang mengalihkan perhatian dan mensubstitusikan aktivitas yang bernilai (Santrock, 2009). Prokrastinasi akademik cenderung banyak dilakukan oleh para pelajar, baik dijenjang pendidikan menengah atas maupun jenjang perguruan tinggi.

Pelajar SMA cenderung banyak yang melakukan prokrastinasi sebab adanya keinginan untuk memiliki kebebasan, apalagi dengan disertai berbagai kemajuan teknologi dan berbagai macam fasilitas yang diberikan oleh orangtua seperti *gadget* dan kendaraan sendiri, namun jika tidak diimbangi dengan sikap tanggung jawab pada diri siswa, maka hal-hal tersebut dapat menjadi salah satu faktor untuk melakukan prokrastinasi. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Savira & Suharsono (2013), yang menyatakan bahwa pelajar memiliki kebiasaan yang banyak menghabiskan waktu untuk kegiatan yang dianggap menyenangkan dibandingkan dengan kegiatan akademik.

Kegiatan-kegiatan yang dianggap menyenangkan ini terlihat dari kebiasaan siswa yang lebih menyukai begadang, bermain *game-game* di situs daring, mengunjungi pusat perbelanjaan, dan melihat televisi sehingga dapat mengakibatkan seringnya menunda mengerjakan tugas akademik. Hal ini juga diperkuat dengan penelitian Itryah (2014) yang menyebutkan bahwa persepsi terhadap akademik dapat memengaruhi tinggi dan rendahnya prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa, sebab siswa yang memiliki persepsi negatif terhadap tugas akademik, misalnya menganggap susah tugas akademik cenderung akan melakukan prokrastinasi akademik lebih tinggi daripada siswa yang memaknai positif terhadap tugas akademik.

Fenomena-fenomena siswa kelas XI di SMA Negeri 3 Purwokerto yang memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik pada tugas-tugas yang diberikan oleh guru di sekolah akan memiliki banyak dampak-dampak buruk yang mengikutinya jika tidak mendapat perhatian khusus. Prokrastinasi akademik akan menyebabkan siswa menjadi mengalami keterlambatan dalam mengumpulkan tugas, penyelesaian tugas akademik menjadi kurang maksimal serta dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik siswa di sekolah.

Kemudian menurut penelitian yang dilakukan oleh Ursia, Siaputra, & Sutanto (2013) mengenai kontrol diri terhadap prokrastinasi, menyebutkan jika siswa memiliki kontrol diri yang rendah, maka hal ini akan mengakibatkan siswa cenderung kurang mampu mengontrol, memanajemen atau memanfaatkan waktu dengan baik sehingga buruk dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas akademik dan menghambat siswa dalam mencapai prestasi secara optimal.

Penelitian yang dilakukan oleh Savira dan Suharsono (2013) serta Alfina (2014) yang meneliti tentang *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi berkaitan dengan cara siswa dalam mencapai tujuannya akademik. Dari hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa *self regulated learning* menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik siswa, dimana siswa yang memiliki *self regulated learning* yang baik akan lebih mampu mengatur tujuan yang akan dicapai oleh siswa. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Rumiani (2006) terhadap motivasi berprestasi juga berkaitan dengan penelitian di atas, sebab motivasi berprestasi merupakan pemicu bagi diri siswa untuk mencapai kesuksesan akademik sehingga siswa yang memiliki motivasi berprestasi akan cenderung tidak ingin melakukan kegiatan yang tidak berguna demi mencapai tujuannya yaitu prestasi akademik. Hal ini akan menurunkan kecenderungan perilaku prokrastinasi pada diri siswa.

Selain faktor yang disebutkan dalam penelitian di atas, ada beberapa faktor yang mampu memengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal misalnya kondisi fisik maupun kondisi psikologis individu, sedangkan kondisi eksternal meliputi kondisi lingkungan. Jika faktor eksternal lebih berkaitan dengan kondisi lingkungan individu dan pengaruh kelompok, maka faktor internal berkaitan dengan motivasi dan kontrol diri. Dalam faktor internal, seperti faktor psikologis, terdapat kontrol diri yang dapat berkaitan dengan *self monitoring* sehingga mampu memengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa SMA.

*Self monitoring* melibatkan usaha individu untuk menampilkan dirinya didepan orang lain dengan cara memodifikasi penampilan dan memperhatikan informasi mengenai perbandingan sosial disekitarnya (Snyder, dalam Shaw & Costanzo, 1985)). *Self monitoring* juga dapat dimaknai sebagai keterampilan individu dalam mempresentasikan dirinya dan menyadari bagaimana cara menampilkan dirinya dihadapan orang lain. Hal ini juga sejalan dengan pengertian *self monitoring* menurut Zimmerman (dalam Ormrod, 2009) yaitu didefinisikan sebagai individu yang memonitor diri mereka sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan dan memodifikasi tujuan jika diperlukan.

Penelitian-penelitian terkait dengan *self monitoring* menunjukkan bahwa *self monitoring* dapat membantu siswa dalam meningkatkan performa akademik di sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Ismail (2015) mengenai *self monitoring* terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa, menunjukkan gambaran bahwa *self monitoring* memiliki hubungan yang signifikan terhadap motivasi berprestasi mahasiswa. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Moningga dan Widyarini (2005) menunjukkan hasil bahwa individu yang memiliki *self monitoring* tinggi akan cenderung memiliki hubungan interpersonal yang baik, sehingga akan mempengaruhi performansi individu. Hal ini disebabkan oleh adanya kemampuan individu dalam mengatur perilakunya sesuai dengan tuntutan lingkungan sosial.

Siswa dalam mengikuti kegiatan belajar di kelas akan cenderung berinteraksi dengan teman-teman sebayanya dan cenderung mengikuti standar-standar atau norma yang berlaku dilingkungan pertemanan di kelas (Santrock, 2012). Siswa dengan *self monitoring* yang tinggi akan cenderung lebih tanggap atau

peka terhadap tuntutan-tuntutan yang ada di lingkungan sekitarnya, sehingga ia akan mengatur tingkah laku dirinya agar sesuai dengan tuntutan yang ada di lingkungan sosialnya sebagai bentuk upaya untuk dapat diterima oleh lingkungan sosialnya, dalam hal ini lingkungan sekolah. Ketika siswa sudah mendapatkan penerimaan sosial di lingkungannya, maka ia cenderung tidak melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini disebabkan karena individu memiliki kecenderungan ingin menunjukkan kesan diri yang positif dihadapan individu lain dengan cara menyesuaikan tingkah laku dirinya sesuai dengan norma, informasi atau tanda yang berlaku dilingkungannya (Snyder, dalam Shaw & Costanzo, 1985).

Sebaliknya, prokrastinasi akademik akan cenderung dilakukan oleh individu yang memiliki *self monitoring* yang rendah. Hal ini berkaitan dengan individu tersebut cenderung memiliki keyakinan diri internal sehingga ia lebih cenderung mempercayai informasi yang berasal dari dalam dirinya (internal) tanpa melihat dan menyesuaikan dengan situasi sosial di sekitarnya (Snyder, dalam Shaw & Costanzo, 1985).

Berdasarkan paparan diatas, kegiatan siswa SMA selain belajar dan mengerjakan tugas akademik juga melakukan aktivitas lain, misalnya seperti berorganisasi dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Banyaknya kegiatan yang dilakukan oleh siswa, bila tidak diimbangi dengan *self monitoring* yang baik maka siswa akan mengalami kesulitan dalam melaksanakan proses belajar disekolah. Semakin rendah *self monitoring* yang dimiliki oleh siswa, maka akan mengarah pada kecenderungan penundaan dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas akademik, dan sebaliknya jika siswa memiliki kontrol diri yang baik maka ia juga

akan memiliki *self monitoring* yang baik pula dan akan menunjukkan perilaku positif sehingga kecenderungan untuk melakukan perilaku prokrastinasi akan rendah. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berdasarkan permasalahan tersebut dengan melakukan penelitian berjudul “Hubungan Antara *Self Monitoring* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Purwokerto”

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis merumuskan permasalahan pada penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan antara *self monitoring* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 3 Purwokerto”?

### **C. Tujuan penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *self monitoring* dengan prokrastinasi akademik pada siswa sekolah menengah atas (SMA).

### **D. Manfaat penelitian**

Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat, yang dapat ditinjau dari dua segi berikut, yaitu:

#### 1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, hasil yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmu Psikologi pada umumnya dan memberikan

sumbangan bagi pengembangan ilmu Psikologi Sosial dan Psikologi Pendidikan pada khususnya.

2. Manfaat praktis

a. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada siswa berupa informasi yang ada kaitannya dengan *self monitoring* dan prokrastinasi akademik.

b. Bagi orangtua dan Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai kecenderungan prokrastinasi yang dilakukan oleh siswa dan pengaruh *self monitoring* terhadap prokrastinasi akademik.

