



**HUBUNGAN *GOAL ORIENTATION* DENGAN
PROKASTINASI YANG TIDAK DISENGAJA DI SMA
NEGERI SE-KABUPATEN PATI JAWA TENGAH**

SKRIPSI

disajikan sebagai salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling

oleh

Lina Prasetya

1301414040

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi dengan judul **“Hubungan *Goal Orientation* dengan Prokrastinasi yang Tidak Disengaja di SMA Negeri se-Kabupaten Pati Jawa Tengah”** benar-benar hasil karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk sesuai dengan ketentuan kode etik ilmiah.

Semarang, 10 Januari 2019



Lina Prasctia
NIM. 1301414040

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan *Goal Orientation* dengan Prokrastinasi yang Tidak Disengaja di SMA Negeri se-Kabupaten Pati Jawa Tengah” disusun oleh:

Lina Prasetya

1301414040

telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi FIP UNNES pada hari Kamis tanggal 10 Januari 2019.

PANITIA :



Dj. Sungkoro Edy Mulyono, M.Si.
NIP. 19680704 200501 1 001

Sekretaris

Kusnarto Kurniawan, M.Pd., Kons.
NIP. 19710114 200501 1 002

Penguji I

Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons.
NIP. 19600205 199802 1 001

Penguji II

Drs. Heru Mugarso, M.Pd., Kons.
NIP. 19610602 198403 1 002

Penguji III

Sunawan, S.Pd., M.Si., Ph.D.
NIP. 19780701 200604 1 002

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Aku tidak mau merasa takut atau gugup menghadapi masa depan. Aku ingin mengambil tiap tantangan baru tanpa rasa takut selama aku bisa melakukannya.

(Lina Prasetya)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Almamater Jurusan Bimbingan dan Konseling

FIP UNNES

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Hubungan *Goal Orientation* dengan Prokrastinasi yang Tidak Disengaja di SMA Negeri se-Kabupaten Pati Jawa Tengah”.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena dilapangan yang menunjukkan bahwa penundaan pengerjaan tugas akademik yang secara tidak disengaja dilakukan oleh para siswa dalam mencapai tujuan akademiknya. Tujuan skripsi ini untuk mengetahui hubungan antara *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja pada siswa. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan antara *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja pada siswa.

Selama penyusunan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada Sunawan, Ph.D. sebagai dosen pembimbing yang banyak memberikan ilmu, motivasi dan bimbingan selama proses penyusunan skripsi ini. Selain itu penulis juga menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum. Rektor Universitas Negeri Semarang yang bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan Pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Prof. Dr. Fakhruddin, M.Pd. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan izin penelitian.

3. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan izin penelitian dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi.
4. Mulawarman, Ph.D. dosen wali yang telah memberikan motivasi dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons. dan Drs. Heru Mugiarto, M.Pd., Kons. yang telah menguji skripsi dan memberikan saran serta masukan untuk skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan motivasi dan ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
7. Kepada sekolah, guru BK, karyawan, dan siswa SMA Negeri se-Kabupaten Pati Jawa Tengah yang telah membantu pelaksanaan penelitian.
8. Keluarga di rumah yang tiada henti-hentinya mendoakan dan memberi semangat untuk segera menyelesaikan studi ini.
9. Teman-teman Bimbingan dan Konseling angkatan 2014, serta sahabat-sahabatku yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.
10. Seluruh pihak yang telah ikut membantu dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca serta memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu Bimbingan dan Konseling.

Semarang, Januari 2019

Penulis

ABSTRAK

Prasetia, Lina. (2019). *Hubungan antara Goal Orientation dengan Prokrastinasi yang Tidak Disengaja di SMA Negeri se-Kabupaten Pati Jawa Tengah*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing Sunawan, Ph.D.

Kata kunci: *Goal Orientation*, Prokrastinasi yang Tidak Disengaja

Penelitian ini dilakukan berdasarkan fenomena penundaan pengerjaan tugas yang dilakukan oleh beberapa siswa di sekolah. Prokrastinasi yang tidak disengaja adalah perilaku penundaan pengerjaan yang secara terus menerus dilakukan oleh siswa dan menimbulkan kebiasaan menunda. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja di SMA Negeri se-kabupaten Pati Jawa Tengah, secara paraisal maupun secara bersama-sama.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional. Sampel yang digunakan berjumlah 349 siswa dengan teknik pengambilan sampel *cluster random sampling*. Penelitian ini menggunakan alat pengumpul data yaitu *A 3 X 2 Achievement Scale Model* dan *Unintentional Procastination Scale*. Koefisien skala tersebut adalah 0,200-0,755 dan 0,430-0,721 dengan nilai *alpha* 0,901 dan 0,709. Adapun teknik analisis data menggunakan analisis regresi sederhana.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja setelah dikontrol dengan jenis kelamin dan kelas ($R = 0,233$, $F = 2,481$, $p < 0,05$) sebesar 14,4%. Secara spesifik terdapat 2 prediksi *goal orientation* yaitu pendekatan tugas berkorelasi negatif dengan prokrastinasi yang tidak disengaja ($\beta = -0,331$, $t = -2,465$; $p < 0,05$) dan penghindaran diri berkorelasi positif dengan prokrastinasi yang tidak disengaja ($\beta = 0,300$, $t = 2,246$; $p < 0,05$). Disarankan agar guru BK dapat mendorong kesadaran siswa tentang pentingnya tujuan pembelajaran yang efektif dan memberikan kegiatan pencegahan dalam bentuk konseling kelompok kecil, konsultasi, dan konferensi keluarga dan untuk peneliti selanjutnya dapat melihat seberapa besar pengaruh penetapan tujuan, mekanisme perencanaan dalam pencapaian tujuan, mekanisme aspek tujuan terhadap prokrastinasi yang tidak disengaja dalam studi eksperimen.

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN	ii
PENGESAHAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
E. Sistematika Penulisan Skripsi.....	7
BAB II LANDASAN TEORI	9
A. Penelitian Terdahulu.....	9
B. Prokrastinasi yang Tidak Disengaja.....	10
1. Definisi Prokrastinasi.....	10
2. Aspek-Aspek Prokrastinasi yang Tidak Disengaja.....	11
3. Jenis-Jenis Prokrastinasi.....	12
4. Ciri-Ciri Prokrastinasi yang Tidak Disengaja.....	13
5. Dampak Prokrastinasi.....	14
C. <i>Goal Orientation</i>	15
1. Pengertian <i>Goal Orientation</i>	15
2. Aspek-Aspek <i>Goal Orientation</i>	16
3. Karakteristik <i>Goal Orientation</i>	17
4. Jenis <i>Goal Orientation</i>	19
5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Goal Orientation</i>	20
D. Hubungan antara <i>Goal Orientation</i> dengan Prokrastinasi yang Tidak Disengaja Pada Siswa SMA.....	22
E. Hipotesis.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Desain Penelitian.....	27
C. Variabel Penelitian.....	28

1. Identifikasi Varibel.....	28
2. Hubungan Antar Variabel.....	29
3. Definisi Operasional.....	29
D. Papulasi dan Sampel.....	30
1. Populasi.....	30
2. Sampel.....	30
E. Metode dan Alat Pengumpul Data.....	32
1. Metode Pengumpul Data.....	32
2. Alat Pengumpul Data.....	33
3. Penyusunan Instrumen.....	34
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	37
G. Teknik Analisis Data.....	42
1. Analisis Kuantitatif Deskriptif.....	43
2. Analisis Uji Hipotesis.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Hasil Penelitian.....	48
1. Deskripsi Data.....	48
2. Hasil Uji Hipotesis.....	50
B. Pembahasan.....	54
C. Keterbatasan.....	57
BAB V PENUTUP.....	59
A. Simpulan.....	59
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	63

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Populasi Siswa Siswi SMA Negeri se-Kabupaten Pati Jawa Tengah	30
Tabel 3.2 Sampel Siswa Siswi SMA Negeri se-Kabupaten Pati Jawa Tengah..	31
Tabel 3.3 Kategori Jawaban dan Penskoran Instrumen Penelitian.....	34
Tabel 3.4 Kisi-Kisi <i>Goal Orientation</i>	38
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Prokrastinasi yang Tidak Disengaja.....	39
Tabel 3.6 Kriteria Analisis Deskriptif Prokrastinasi.....	44
Tabel 3.7 Kriteria Analisis <i>Goal Orientation</i>	44
Tabel 4.1 Deskripsi Data Variabel.....	49
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas <i>Skewness</i> dan <i>Kurtosis</i>	51
Tabel 4.3 Hasil Uji Linearitas.....	52
Tabel 4.4 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	52
Tabel 4.5 Analisis Regresi pada Prokrastinasi yang Tidak Disengaja.....	53

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	24
Gambar 3.1 Hubungan antara <i>Goal Orientation</i> dengan Prokrastinasi yang Tidak Disengaja.....	29
Gambar 3.2 Penyusunan Instrumen.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
Lampiran 1 Instrumen Penelitian Asli.....	68
Lampiran 2 Hasil Translate Instrumen.....	70
Lampiran 3 Hasil Translate yang Disesuaikan.....	73
Lampiran 4 Tabulasi Data.....	78
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian.....	90
Lampiran 6 Hasil Analisis Deskriptif.....	92
Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	93
Lampiran 8 Bukti Izin Menggunakan Instrumen.....	99
Lampiran 9 Bukti Surat Penelitian.....	100
Lampiran 10 Dokumentasi.....	104

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Prokrastinasi adalah bentuk penundaan yang dilakukan. Prokrastinasi didefinisikan dalam dua kategori yaitu prokrastinasi yang disengaja dan tidak disengaja (Fernie, 2016). Prokrastinasi yang disengaja mengacu pada keterlibatan yang disengaja dan sadar dalam melakukan penundaan. Sedangkan, prokrastinasi yang tidak disengaja berkaitan dengan suasana hati dan kecemasan (Fernie, 2016). Menurut Gillet (2016) prokrastinasi yang disengaja dan prokrastinasi yang tidak disengaja dapat diartikan dengan prokrastinasi aktif dan prokrastinasi pasif. Senada dengan penelitian Chu dan Choi (2005) mengusulkan ada dua jenis penundaan yaitu penundaan pasif dan penundaan aktif.

Penundaan pasif secara kognitif tidak bermaksud menunda-nunda, tetapi mereka sering menunda akhirnya menunda tugas karena ketidakmampuan mereka membuat keputusan dan bertindak dengan cepat. Sedangkan, penundaan aktif mampu bertindak atas keputusan mereka secara tepat waktu. Namun, penundaan aktif menangguhkan tindakan mereka dengan sengaja dan memusatkan perhatian mereka pada yang lain atau tugas-tugas yang lebih penting. contoh, kerentanan seseorang terhadap kebosanan secara signifikan terkait dengan penundaan (Vodanovich dan Rupp 1999) seperti juga keengganan tugas secara umum (Solomon dan Rothblum 1984).

Menurut Ferrari dan Morales (2007) prokrastinasi memberikan dampak yang negatif bagi para siswa, yaitu banyaknya waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna. Prokrastinasi juga dapat menyebabkan penurunan produktivitas dan etos kerja individu sehingga membuat kualitas individu menjadi rendah Utomo (dalam Ursia 2013) atau dengan kata lain dapat menurunkan prestasi belajar siswa. Sekitar 25% sampai dengan 75% dari pelajar melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademik siswa. Hal ini didukung dengan penelitian Hamid, (2016) mengatakan bahwa sebagian siswa memiliki disiplin belajar yang rendah dalam menyelesaikan tugas dan menyebabkan tugas yang diberikan tidak dapat disiapkan dengan bersikap menunda-nunda. Mereka merasa kesulitan menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru dan memilih untuk menyelesaikannya pada keesokan harinya dengan teman-teman sekelasnya sebelum kelas dimulai.

Namun kenyataannya fenomena prokrastinasi masih memiliki frekuensi yang tinggi di kehidupan akademik. Hal ini didukung dengan penelitian Wijaya (2013) dalam studi penelitiannya menunjukkan di SMA Negeri 1 Kayen Pati terdapat (11,76%) mengalami prokrastinasi rendah, (20,59%) mengalami prokrastinasi sedang, dan (67,65%) mengalami prokrastinasi tinggi kemudian di MA Miftahul Ulum sebanyak (14,07%) mengalami prokrastinasi rendah, (76,56%) mengalami prokrastinasi sedang, dan (9,37%) mengalami prokrastinasi tinggi. Sedangkan Na'im (2015) menyatakan di MA PIM Mujahidin Pati menunjukkan (30,58%) mengalami prokrastinasi tinggi. Kesimpulan dari beberapa ahli menunjukkan bahwa prokrastinasi masih rentan dilakukan oleh

siswa. Hal ini memberikan dampak negatif khususnya dalam pencapaian tujuan belajar siswa.

Penundaan telah dianggap sebagai perilaku maladaptif yang mengarah kepada waktu yang terbuang, mengalami kinerja yang buruk dan meningkatkan stress. Knaus (2002) menjelaskan bahwa penundaan tidak selamanya berdampak negatif, misalnya menggunakan penundaan sebagai cara untuk mengumpulkan informasi dan bermanfaat dalam mengerjakan tugas. Terkadang mereka yang mengerjakan mendekati tenggang waktu atau dibawah tekanan akan cenderung memunculkan ide kreatif. Konsekuensi negatif dari prokrastinasi adalah performa kurang, mutu kehidupan individu kurang, pengaruh negatif dan kesehatan mental dan menurunnya prestasi. Rusniawati (2016) seseorang yang cenderung melakukan prokrastinasi memiliki hubungan yang positif dengan kecemasan, depresi, tingkat stress yang tinggi dan kesehatan yang buruk.

Prokrastinasi yang terjadi dilingkungan sekolah membuktikan bahwa terdapat permasalahan perilaku belajar yang berdampak pada tujuan hasil belajar siswa. Adanya parameter prestasi belajar siswa yang mengutamakan perolehan nilai akademis akan berpengaruh pada cara siswa mencapai hasil belajar. Ilmasturi (2014) Penelitian terhadap mahasiswa S1 Universitas Indonesia menunjukkan bahwa *mastery orientation* memiliki hubungan yang signifikan negatif dengan prokrastinasi akademis, sementara *performance approach orientation* memiliki hubungan yang signifikan positif dengan prokrastinasi. Di sisi lain *performance avoidance orientation* tidak memiliki hubungan yang signifikan, namun jenis *goal orientation* ini paling banyak banyak berhubungan positif signifikan dengan

alasan melakukan prokrastinasi. Sebagaimana terdapat didalam penelitian Howell dan Watson (2007) menyatakan hubungan antara prokrastinasi, orientasi tujuan berprestasi, dan strategi belajar dari mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa prokrastinasi memiliki hubungan negatif dengan orientasi tujuan penugasan, tetapi memiliki hubungan yang positif dengan orientasi tujuan penghindaran penguasaan tugas.

Orientasi tujuan dalam konteks pembelajaran, adalah fokus umum atau tujuan pencapaian Pintrich, dkk (dalam Sunawan 2016). Faktor-faktor, seperti teori kecerdasan implisit, harapan untuk sukses, kompetensi yang dirasakan, dan ketakutan akan kegagalan, semuanya membentuk orientasi ini Dinger, dkk (dalam Sunawan 2016). Menurut Elliot (2017) menyatakan orientasi berfokus pada orientasi berbasis tugas dan orientasi berbasis diri. Sebagaimana terdapat dalam penelitian Darnon dk (2007) menyatakan bahwa *mastery appoard* yaitu berusaha untuk pencapaian baik mengenai kemampuan dirinya dari orang lain atau kompetensi dihargai secara positif, *performance avoidance* yaitu agar terhindar penilaian buruk orang lain terhadap kemampuannya atau kompetensi dinilai secara negatif.

Sementara itu, prokrastinasi merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian dan jika dibiarkan secara terus menerus terjadi maka hal ini akan berdampak pada menurunnya prestasi dan bahkan dapat menjadi faktor penyebab kegagalan siswa dalam belajar maupun meraih masa depannya. Maka dari itu perlunya layanan bimbingan dan konseling baik dibidang pribadi maupun belajar sangat penting untuk membantu mengembangkan potensi-potensi yang

dimiliki oleh peserta didik kearah yang lebih positif, diantaranya memiliki kebiasaan belajar yang baik, mandiri dalam belajar, dan dapat menyelesaikan tugas-tugas tepat pada waktunya sehingga setiap siswa dapat sukses dalam kegiatan belajarnya dan mampu memberdayakan segenap potensi yang ada pada dirinya untuk menjadi pribadi yang disiplin dan mandiri.

Berbeda dari penelitian sebelumnya, penelitian ini memiliki keunikan ditinjau dari segi subyek penelitian, peneliti berfokus pada kompetensi siswa dalam mencapai tujuan belajarnya. Harapannya melalui penelitian ini dapat diterapkan di SMA-SMA Negeri maupun instansi yang lainnya agar siswa dapat mengurangi prokrastinasi akademik yang disengaja maupun tidak disengaja dan menyadari pentingnya tujuan belajar serta mengubah pola metode belajar untuk mencapai tujuan belajar yang lebih baik lagi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka fokus permasalahan umum yang muncul dalam penelitian “Hubungan *antara Goal Orientation* dengan Prokrastinasi yang Tidak Disengaja pada siswa di SMA Negeri se-Kabupaten Pati Jawa Tengah” adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat prokrastinasi yang tidak disengaja pada siswa di SMA Negeri se kabupaten pati jawa tengah?
2. Bagaimana tingkat *goal orientation* pada siswa di SMA Negeri se-kabupaten Pati Jawa Tengah?
3. Adakah hubungan antara *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja pada siswa di SMA Negeri se-kabupaten Pati Jawa Tengah?

C. Tujuan

Berdasarkan fokus penelitian yang ada maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk membuktikan tingkat prokstinasi yang tidak disengaja pada siswa di SMA Negeri se-kabupaten Pati Jawa Tengah
2. Untuk membuktikan tingkat *goal orientation* pada siswa di SMA Negeri se-kabupaten Pati Jawa Tengah
3. Untuk membuktikan hubungan antara *goal orientation* dengan prokstinasi yang tidak disengaja pada siswa di SMA Negeri se-kabupaten Pati Jawa Tengah.

D. Manfaat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak yang berkepentingan. Secara terperinci, manfaat penelitian dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumber bacaan dan referensi yang dapat memberikan informasi yang teoritis dan empiris pada pihak-pihak yang akan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai permasalahan ini dan menambah sumber pustaka yang telah ada.

2. Manfaat Praktis

Ada beberapa manfaat praktis dalam penelitian ini, sebagai berikut:

- a. Bagi Universitas hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai masukan atau dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

- b. Bagi tenaga pendidik dan siswa siswi SMA Negeri se-kabupaten Pati Jawa Tengah dan SMA-SMA lainnya, agar dapat dijadikan acuan dalam meningkatkan kompetensi tenaga kependidikan yang baik dan memperhatikan peserta didik dalam mencapai tujuan belajar sesuai dengan kemampuan dan standar kompetensi yang telah ditetapkan.

E. Sistematika Penulisan Skripsi

Pada penelitian ini, berikut adalah sistematika gambaran penyusunan penulisan skripsi yang disusun oleh peneliti. Skripsi ini terdiri dari tiga bagian yaitu bagian awal, bagian isi, dan bagian akhir.

1. Bagian Awal (Prawacana)

Bagian awal berisi halaman judul, pernyataan, halaman pengesahan, motto dan persembahan, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar daftar lampiran.

2. Bagian Isi (Nas)

Bagian ini merupakan bagian pokok skripsi yang terdiri dari lima bab, yaitu:

Bab I Pendahuluan, berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II Tinjauan pustaka, berisi tentang landasan teoritis yang menunjang penelitian meliputi, penelitian terdahulu, prokrastinasi yang tidak disengaja, *goal orientation*, hubungan *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja pada siswa SMA, kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.

Bab III Metode penelitian, meliputi jenis dan desain penelitian, variabel penelitian, populasi dan sampel penelitian, metode dan alat pengumpulan data, uji instrumen penelitian, dan teknik analisis data.

Bab IV Hasil penelitian dan pembahasan, pada bab ini disajikan hasil penelitian beserta uraian penjelasan tentang masalah yang dirumuskan pada bab I, selain itu pada bab ini juga dijelaskan mengenai keterbatasan penelitian sehingga dapat disampaikan rekomendasi untuk penelitian berikutnya.

Bab V Penutup, berisi tentang penyajian hasil simpulan dan saran sebagai implikasi dari hasil penelitian.

3. Bagian Akhir

Bagian akhir skripsi ini memuat tentang daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung penelitian ini.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Dalam bab ini akan dibahas mengenai sub kajian teori yang digunakan dalam penelitian ini, yakni mengenai penelitian terdahulu dan variabel tentang prokrastinasi yang tidak disengaja, *goal orientation* serta kaitan hubungan *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja.

A. Penelitian Terdahulu

Ilmasturi (2014) Penelitian terhadap 208 mahasiswa S1 Universitas Indonesia menunjukkan bahwa *mastery orientation* memiliki hubungan yang signifikan negatif dengan prokrastinasi akademis, sementara *performance approach orientation* memiliki hubungan yang signifikan positif dengan prokrastinasi. Di sisi lain *performance avoidance orientation* tidak memiliki hubungan yang signifikan, namun jenis *goal orientation* ini paling banyak berhubungan positif signifikan dengan alasan melakukan prokrastinasi. Dalam hal ini, perhatian terfokus pada tujuan keterlibatan dalam perilaku berprestasi Pintrich & Schunk (dalam Lisa 2017).

Sebagaimana terdapat didalam penelitian Howell dan Watson (2007) menyatakan hubungan antara prokrastinasi, orientasi tujuan berprestasi, dan strategi belajar dari 150 mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orientasi tujuan penguasaan memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi, tetapi memiliki hubungan yang positif dengan orientasi tujuan penghindaran penguasaan tugas.

Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah peneliti berfokus pada prokrastinasi yang tidak disengaja sedangkan penelitian terdahulu lebih terfokus pada prokrastinasi secara disengaja. Dari segi penelitian, belum banyak yang meneliti tentang aspek yang dipilih peneliti. Dilihat dari subyek, peneliti memilih siswa SMA Negeri dikarenakan status sekolah negeri maupun swasta mempengaruhi kualitas belajar siswa.

Kebanyakan masyarakat memilih sekolah negeri dikarenakan kualitas sekolah negeri lebih unggul dari sekolah swasta. Hal ini berkaitan dengan tujuan pencapaian siswa yang notabennya dituntut untuk kompetitif memperoleh target pencapaian prestasi yang maksimal sebagai syarat target pencapaian prestasi yang maksimal dan mencetak alumni yang berkualitas baik diarah perguruan tinggi maupun dunia kerja. Suasana kompetitif kadang menekan siswa, sehingga siswa rentan terhadap rasa frustrasi dan hilangnya kepercayaan diri dengan kompetensi yang dimiliki. Hal ini akan berdampak pada proses pencapaian tujuan belajarnya termasuk melakukan penundaan yang secara tidak sengaja menjadi sebuah kebiasaan sehingga hasil yang diperoleh menjadi tidak maksimal.

B. Prokrastinasi yang Tidak Disengaja

1. Definisi Prokrastinasi

Kata prokrastinasi sebagaimana dikemukakan oleh DeSimone (dalam Sutriyono 2012) berasal dari bahasa Latin *Procrastinare* yang secara semantik terdiri dari dua kata yaitu *pro* dan *cratinus*. Istilah *pro* berarti “bergerak kedepan (*moving forward*)” sedangkan *cratinus* berarti “milik hari esok (*belonging to*

tomorrow)”. Sehingga istilah prokrastinasi mempunyai makna menunda sampai hari berikutnya.

Menurut Ellis dan Knaus (2002) prokrastinasi adalah sebuah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan

Sedangkan Steel (2007) berpendapat prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang ditugaskan walaupun perilaku penundaan tersebut dapat berpengaruh buruk pada dirinya.

Merujuk pada penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa prokrastinasi adalah suatu penundaan yang bertujuan menghindari tugas yang mempunyai dampak negatif yang seharusnya tidak perlu dilakukan.

2. Aspek Prokrastinasi yang Tidak Disengaja

Adapun beberapa aspek yang mendukung adanya prokrastinasi yang tidak disengaja pada siswa SMA sebagai berikut

Menurut Tuckman (dalam Sutriyono 2012) terdapat 3 aspek prokrastinasi yaitu 1) *tendency to delay or put off doing things*/pembuangan waktu yaitu berkaitan dengan kecenderungan untuk membuang waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang perlu diprioritaskan demi melakukan hal-hal lain yang kurang penting. 2) *tendency to have difficulty doing unpleasant things and when possible to avoid or circumvent the unpleasantness*/kesulitan dan penghindaran dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai, 3) *tendency to blame others for one's own plight*/menyalahkan orang lain merupakan kecenderungan

menyalahkan orang lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu yang ditundanya

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan pembuangan waktu, kesulitan dan penghindaran dalam sesuatu yang tidak disukai, dan menyalahkan orang lain.

3. Jenis-Jenis Prokrastinasi

Fernie (2016) mengatakan bahwa penundaan dibagi dalam beberapa jenis, yaitu:

Prokrastinasi didefinisikan dalam dua kategori yaitu prokrastinasi yang disengaja dan prokrastinasi yang tidak disengaja (Fernie, 2016). Prokrastinasi yang disengaja yaitu melakukan penundaan secara disengaja dan sadar. Sedangkan, prokrastinasi yang tidak disengaja berkaitan dengan suasana hati dan kecemasan (Fernie, 2016). Senada dengan penelitian Gillet (2016) prokrastinasi yang disengaja dan prokrastinasi yang tidak disengaja dapat diartikan dengan prokrastinasi aktif dan prokrastinasi pasif. Menurut Chu dan Choi (2005) mengusulkan ada dua jenis penundaan yaitu penundaan pasif dan penundaan aktif.

Penundaan pasif secara kognitif tidak bermaksud menunda-nunda, tetapi mereka sering melakukan penundaan atau sudah menjadi kebiasaan menunda karena ketidakmampuan mereka membuat keputusan dan bertindak dengan cepat. Sedangkan, penundaan aktif mampu bertindak atas keputusan mereka secara tepat waktu. Namun, penundaan aktif melakukan penundaan secara sengaja dan memusatkan perhatian mereka pada yang lain atau tugas-tugas yang lebih penting.

Dari beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi yang disengaja (aktif) yaitu penundaan yang dilakukan sengaja dan memusatkan perhatian pada kegiatan atau tugas-tugas lain sesuai dengan batas waktu yang ditentukan. Sedangkan, prokrastinasi yang tidak disengaja (pasif) merupakan penundaan yang sebenarnya tidak bermaksud menunda-nunda, tetapi mereka sering akhirnya menunda tugas karena ketidakmampuan mereka membuat keputusan dengan cepat dan bertindak dengan cepat.

4. Ciri-Ciri Prokrastinasi yang Tidak Disengaja

Chu dan Choi (2005) suatu perilaku penundaan dapat termanifestasikan dalam indikator yang diukur dan diamati dalam ciri-ciri berikut:

- a. Tidak memiliki niat untuk menunda, tetapi mereka sering berakhir melakukan penundaan dikarenakan ketidakmampuan untuk membuat keputusan yang cepat dan efektif (Habelrih & Hicks, 2015)
- b. Adanya ketidaktegasan untuk bertindak untuk menyelesaikan tugas dalam jangka waktu yang ditentukan
- c. Mengacu pada stereotipikal dari penundaan yaitu menunda tugas yang tidak menyenangkan, tidak praktis, tidak menarik atau memicu kecemasan
- d. Adanya unsur keraguan, dan rasa tertekan sehingga memunculkan pesimistis mengenai kapasitas mereka untuk mencapai hasil yang baik (Habelrih & Hicks, 2015)
- e. Menginduksi perasaan rasa bersalah dan depresi (Steel, Brothen & Wambach, 2001)
- f. Cenderung menyerah dan gagal menyelesaikan tugas

Menurut Ferarri (dalam Aman 2017) mengemukakan ciri-ciri prokrastinasi akademik:

- a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas
- b. Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas
- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual
- d. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Kesimpulan pendapat dari para ahli memiliki perbedaan dari segi kognitif, afektif dan perilaku. Prokrastinasi yang tidak disengaja (pasif) tidak adanya ketegasan dalam mengambil keputusan untuk suatu tugas berdasarkan waktu yang ditentukan, cenderung mudah menyerah, memiliki keraguan dalam menyelesaikan tugas, takut gagal dan menginduksikan perasaan rasa bersalah dan depresi. Disisi lain penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

5. Dampak Prokastinasi

Sirois (2004) mengemukakan konsekuensi negatif yang ditimbulkan dari prokrastiantor yaitu (a) performa akademik yang rendah, (b) stress yang tinggi, (c) menyebabkan penyakit, (d) kecemasan yang tinggi.

Bruno (dalam Fauziah 2015) mengatakan bahwa perilaku menunda mempengaruhi mutu kehidupan seseorang dan merendahkan segala yang ada dalam diri individu. Dampak yang ditimbulkan yaitu gelisah akibat menunda-nunda penyelesaian tugas, seperti tidur kurang nyenyak, duduk tidak tenang, berjalan terburu-buru dan istirahat tidak dapat dinikmati.

Penundaan telah dianggap sebagai perilaku maladaptif yang mengarah kepada waktu yang terbuang, mengalami kinerja yang buruk dan meningkatkan stress. Knaus (2002) menjelaskan bahwa penundaan tidak selamanya berdampak negatif, misalnya menggunakan penundaan sebagai cara untuk mengumpulkan informasi dan bermanfaat dalam mengerjakan tugas. Terkadang mereka yang mengerjakan mendekati tenggang waktu atau dibawah tekanan akan cenderung memunculkan ide kreatif. Konsekuensi negatif dari prokrastinasi adalah performa kurang, mutu kehidupan individu kurang, pengaruh negatif dan kesehatan mental dan menurunnya prestasi. Rusniawati (2016) seseorang yang cenderung melakukan prokrastinasi memiliki hubungan yang positif dengan kecemasan, depresi, tingkat stress yang tinggi dan kesehatan yang buruk.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa selain prokrastinasi berdampak negatif yaitu menurunnya performa mutu kualitas dan prestasi tetapi disisi lain prokrastinasi dapat memunculkan ide kreatif disela mendekati tenggang waktu pengerjaan tugas.

C.Goal Orientation

1. Pengertian *Goal Orientation*

Konsep utama dari *goal orientation* ini memusatkan perhatian pada “tujuan” keterlibatan dalam perilaku berprestasi (Pintrich & Schunk, 1996). Teori mengenai *goal orientation* secara khusus digunakan untuk menjelaskan proses belajar dari kinerja siswa dalam tugas-tugas akademik dan dalam lingkungan sekolah. Menurut Vande Walle (1999) orientasi tujuan merupakan konstruk yang menggambarkan bagaimana individu merespon, memberikan

reaksi dan menginterpretasikan situasi untuk mencapai suatu prestasi. Sedangkan Woolfolk (2004) menjelaskan bahwa orientasi tujuan berkenaan dengan alasan individu ingin mencapai tujuan-tujuan (*goals*) dan standar yang diterapkan individu dalam mencapai tujuannya.

Adapun beberapa penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa orientasi tujuan adalah suatu tolak ukur pencapaian dalam tujuan belajar. Hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa indikator seperti motivasi dan cara individu dalam belajar untuk mencapai tujuan belajar.

2. Aspek-Aspek dalam *Goal Orientation*

Menurut Ames dan Archer (dalam Randan, 2013) terdapat delapan aspek orientasi tujuan:

a. Pengertian keberhasilan

Berkaitan tentang bagaimana pandangan individu terhadap suatu keberhasilan dan apa yang dimaksud dengan keberhasilan tersebut baginya.

b. Hal yang dianggap bernilai

Aspek ini berkaitan dengan proses yang ditempuh yang dianggap penting dalam aktivitas yang dilakukan

c. Yang menjadi alasan syatu kepuasan

Berkaitan dengan apa yang menjadi kepuasan bagi individu dalam melakukan suatu aktivitas

d. Pandangan terhadap orientasi figur otoritas

Guru bisa berarti figur yang memiliki kredibilitas dan otoritas untuk mengarahkan dan memberi masukan bagi individu

e. Pandangan terhadap kesalahan atau kegagalan

Berkaitan dengan bagaimana individu memandang suatu kesalahan atau kegagalan dalam aktivitas yang dilakukannya

f. Fokus perhatian

Berkaitan dengan apa yang menjadi perhatian utama individu dalam melakukan suatu aktivitas

g. Alat untuk berusaha

Berkaitan dengan hal-hal yang mendorong untuk melakukan usaha yang lebih besar

h. Kriteria evaluasi

Berkaitan dengan hal yang menjadi patokan bagi individu untuk mengevaluasi diri

Dari pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa aspek *goal orientation* terdapat delapan aspek yang menunjang yaitu berkaitan dengan keberhasilan, hal yang bernilai, suatu kepuasan, figur otoritas, pandangan kesalahan atau kegagalan, fokus perhatian, alat untuk berusaha, dan kriteria untuk evaluasi

3. Karakteristik dalam *Goal Orientation*

Menurut Nicholas (dalam Schunk, Prinrich, dan Meece 2008) karakteristik goal orientation dibagi menjadi 2 yaitu:

a. *Task-involved goal*

Merasa sukses ketika mempelajari hal yang disukai, merasa sukses ketika mempelajari hal yang disukai, merasa sukses ketika mempelajari sesuatu yang memunculkan ide

b. Ego-involved goal

Merasa sukses ketika menjadi pintar, lebih mengetahui atau lebih berwawasan luas daripada orang lain, mendapat hasil tes tinggi.

Berbeda dengan Ames dan Archer (dalam Schunk, Pintrich, dan Meece 2008) menyatakan karakteristik *goal orientation* sebagai berikut:

a. Mastery goal

Mastery goal merupakan suatu orientasi motivasional yang dimiliki individu, yang menekankan diperolehnya pengetahuan dan perbaikan diri. Penguasaan orientasi tujuan didefinisikan sebagai fokus pada pembelajaran, menguasai tugas sesuai dengan standar yang ditetapkan sendiri atau pengembangan diri, mengembangkan keterampilan baru, meningkatkan atau mengembangkan kompetensi, mencoba mencapai suatu hal yang menantang, dan mencoba mendapat pemahaman dan wawasan.

b. Performance goal

Performance goal berfokus pada menunjukkan kompetensi atau kemampuan dan bagaimana kemampuan akan dinilai relatif terhadap orang lain, misalnya mencoba untuk melampaui standar kinerja normatif, mencoba untuk menjadi orang terbaik dengan menggunakan standar perbandingan

sosial, berjuang untuk menjadi lebih baik digrub atau kelas mengerjakan tugas, menghindari kemampuan rendah atau tampak bodoh pada dirinya

Kemudian menurut Elliot (2011) adapun karakteristik dari *goal orientation* diantaranya

- a. Tujuan berbasis tugas
mampu atau berkompeten dengan baik atau buruk dalam menyelesaikan tugas
- b. Tujuan berbasis diri
mengevaluasi tindakan atau kinerja seseorang dimasa lalu
- c. Tujuan berbasis orang lain:
melakukan lebih baik atau lebih buruk daripada yang dikerjakan orang lain

Dari pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik goal orientation dapat dilihat dari kompetensi untuk menuju kesuksesan, adanya penghindaran dari ketidakmampuan, kemudian dilihat dari segi tugas, diri dan keterlibatan orang lain

4. Jenis-Jenis Goal Orientation

Adapun menurut Elliot (2011) jenis-jenis *goal orientation* sebagai berikut:

- a. Tujuan pendekatan tugas
Kompetensi dalam menyelesaikan tugas dengan baik
- b. Tujuan penghindaran tugas:
Difokuskan untuk menghindari ketidakmampuan dalam menyelesaikan tugas

c. Tujuan penghindaran diri:

Menghindari melakukan tindakan yang negatif atau berujung dengan kegagalan. Menggunakan kegagalan sebagai pusat regulasi membangkitkan dan seperti yang berulang kali diingatkan tentang kemungkinan kegagalan

d. Tujuan pendekatan diri

Berfokus pada mendorong kompetensi seseorang dalam melakukan penyelesaian tugas lebih baik dari kinerja sebelumnya

e. Tujuan pendekatan dengan orang lain

Berfokus pada pencapaian kompetensi berbasis lain atau melakukan kinerja yang lebih baik daripada kinerja orang lain

f. Tujuan penghindaran orang lain

Berfokus untuk menghindari kesalahan atau kegagalan daripada kinerja orang lain.

Kesimpulan dari pendapat diatas yaitu beberapa jenis atau model-model dari orientasi tujuan yaitu tujuan pendekatan dan penghindaran tugas, tujuan pendekatan dan penghindaran diri, serta tujuan pendekatan dan penghindaran orang lain

5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Goal Orientation*

Menurut Meece, Blumfeed, dan Hoyle (dalam Schunk, Pintrich & Meece, 2008) dalam penelitiannya mengenai orientasi tujuan pada siswa di sekolah menjelaskan bahwa terdapat 2 faktor yang mempengaruhi orientasi tujuan pada siswa:

a. Faktor Intrinsik

- 1) Jenis kelamin: masih banyak pertentangan pendapat mengenai jenis kelamin mana yang cenderung mengadopsi goal orientation, sehingga penelitian mengenai hal ini masih perlu dilakukan (Pintrich & Schunk, 1996)
- 2) Efikasi diri: Bandura mengatakan bahwa siswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung menetapkan orientasi tinggi, tidak takut gagal, dan mampu bertahan ketika menemukan kesulitan dalam menguasai tugas yang sedang dikerjakan. Sedangkan siswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung menetapkan orientasi yang rendah dan cenderung menghindari dari tugas yang sulit serta cepat menyerah ketika menghadapi kesulitan

b. Faktor Ektrinsik

- 1) Kelompok etnik: penelitian ini masih sedikit dilakukan, namun ditemukan adanya perbedaan orientasi tujuan dari etnik yang berbeda (Pintrich & Schunk, 1996)
- 2) Iklim kelas: Ames (dalam Pintrich & Schunk, 1996) mengenalkan enam area iklim kelas yang mempengaruhi terbentuknya orientasi yang dimiliki siswa. Keenam area itu adalah
 - a) Tugas yang harus dikerjakan
 - b) Otonomi yang diberikan kepada siswa ketika sedang mengerjakan tugas
 - c) Pemberian penghargaan bagi prestasi belajar
 - d) Pengorganisasian kelas sehingga siswa dapat saling bekerja sama dan berinteraksi

- e) Pelaksanaan evaluasi
- f) Penggunaan waktu dikelas yang berkaitan dengan penentuan waktu menyelesaikan tugas oleh siswa dan fleksibilitas jadwal kegiatan

Dari pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan faktor yang mempengaruhi *goal orientation* diantaranya adalah faktor instrinsik: jenis kelamin dan efikasi diri, faktor ekstrinsik yaitu kelompok etnik dan iklim kelas.

D.Hubungan antara *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja siswa SMA

Prokrastinasi adalah kegiatan menunda-nunda aktivitas dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang ditentukan. Knaus (dalam Ilyas 2017) mendefinisikan prokrastinasi adalah sebuah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak dilakukan. Prokrastinasi telah digambarkan ke dalam domain prokrastinasi yang disengaja dan tidak disengaja (Ferne, 2016). Prokrastinasi yang disengaja mengacu pada keterlibatan yang disengaja dan sadar dalam melakukan penundaan. Sedangkan, prokrastinasi yang tidak disengaja berkaitan dengan suasana hati dan kecemasan (Ferne, 2016).

Gillet (2016) prokrastinasi yang disengaja dan prokrastinasi yang tidak disengaja dapat diartikan dengan prokrastinasi aktif dan prokrastinasi pasif. Chu dan Choi (2005) mengusulkan ada dua jenis penundaan yaitu penundaan pasif dan penundaan aktif. Penundaan pasif secara kognitif tidak bermaksud menunda-nunda, tetapi menjadi kebiasaan menunda tugas karena ketidakmampuan mereka membuat keputusan dan bertindak dengan cepat. Sedangkan, penundaan aktif mampu bertindak atas keputusan mereka secara tepat waktu. Namun, penundaan

aktif melakukan penundaan secara sengaja dan memusatkan perhatian mereka pada yang lain atau tugas-tugas yang lebih penting.

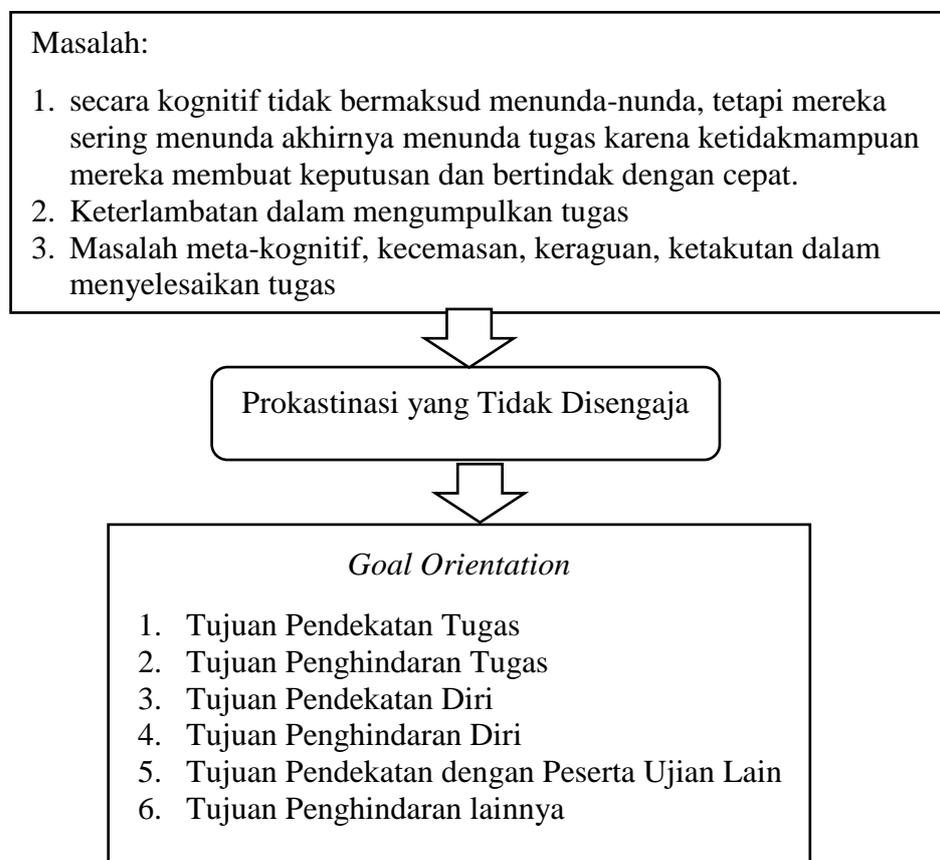
Menurut Jiao, (2011:121) menjelaskan bahwa prokastinasi dapat mengarah pada stres, penyakit, dan kinerja inferior. Hal ini juga menyebabkan siswa mengalami berbagai masalah psikologis dan perilaku, seperti kecemasan, depresi, kecurangan dan plagiarisme, takut gagal, dan ketidakpedulian terhadap tugas. Ketakutan akan kegagalan juga terkait dengan perfeksionisme, kegelisahan evaluasi, dan rendahnya kepercayaan diri. Hal ini secara tidak langsung berdampak pada pencapaian tujuan siswa.

Pencapaian tujuan digambarkan sebagai tujuan umum siswa untuk berpartisipasi dalam pekerjaan kelas, dan mereka menilai pencapaian mereka (Pintrich, 2000). Siswa dapat menetapkan tujuan untuk menuju kesuksesan atau menghindari kegagalan, dan mereka mungkin mengukur kemajuan mereka berdasarkan kinerja sebelumnya, atau memabandingkan kemampuannya dengan siswa lain.

Prinsip utama teori tujuan pencapaian adalah bahwa masing-masing orientasi tujuan yang berbeda memengaruhi pola motivasi individu dalam situasi pencapaian Butler (dalam Radosevich 2008). Adapun beberapa jenis aspek dalam orientasi tujuan menurut Elliot (2011) seperti; tujuan pendekatan tugas, tujuan penghindaran tugas, tujuan pendekatan diri, tujuan penghindaran diri, tujuan pendekatan dengan peserta ujian lain, dan tujuan penghindaran lainnya.

Goal orientation menentukan bagaimana seseorang berusaha untuk mencapai hasil yang diinginkannya Ames dan Archer (dalam Puspitasari,

2013:35). Menurut Ames (1998) *goal orientation* disebutkan sebagai gambaran integrasi pola *belief* yang memiliki peranan penting untuk membedakan pendekatan yang dipakai, cara menggunakan, dan respon terhadap situasi prestasi. Selain itu, *goal orientation* mencerminkan jenis standar dengan mana individu-individu menilai kinerja diri sendiri, keberhasilan atau kegagalan dalam mencapai tujuan Elliot dkk, dalam (Puspitasari 2013).



Gambar 2.1
Kerangka Berfikir Hubungan *Goal Orientation* dengan Prokrastinasi yang Tidak Disengaja

E. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul Arikunto, (2013). Hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian tentang tingkah laku, fenomena (gejala) sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Berdasarkan kerangka berpikir dari deskripsi teoritik, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian terdapat hubungan signifikan antara *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja. Berdasarkan penjelasan tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Ha: ada hubungan antara *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja pada siswa di SMA Negeri se-kabupaten Pati Jawa Tengah.
- Ho: tidak ada hubungan antara *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja pada siswa di SMA Negeri se-kabupaten Pati Jawa Tengah.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul Hubungan *Goal Orientation* dengan Prokrastinasi yang Tidak Disengaja pada Siswa di SMA Negeri se-Kabupaten Pati Jawa Tengah yang dilakukan oleh peneliti maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Tingkat prokrastinasi yang tidak disengaja pada siswa di SMA Negeri se-kabupaten Pati Jawa Tengah yaitu mean (2,528) termasuk kategori tinggi dengan rentang interval 1-4.
2. Tingkat *goal orientation* pada siswa SMA Negeri se-kabupaten Pati yaitu: tujuan pendekatan tugas dengan mean (2,050) termasuk rendah, tujuan penghindaran tugas mean (4,784) termasuk kategori agak tinggi, tujuan pendekatan diri mean (4,931) termasuk kategori agak tinggi, tujuan penghindaran diri mean (4,784) termasuk kategori agak tinggi, tujuan pendekatan orang lain mean (5,262) termasuk kategori tinggi, dan tujuan penghindaran orang lain mean (5,001) termasuk kategori agak tinggi. Dengan rentang interval skala 1-7.
3. Terdapat hubungan signifikan antara *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja Setelah dikontrol hasil analisis data terdapat hubungan *goal orientation* dengan prokrastinasi yang tidak disengaja ($R = 0,233$, $F = 2,481$ $p < 0,05$) sebesar 14,4%. Secara spesifik

4. terdapat 2 prediksi *goal orientation* tujuan pendekatan tugas memprediksi secara negatif prokrastinasi yang tidak disengaja ($\beta = -0,331$, $t = -2,465$; $p < 0,05$), sedangkan penghindaran diri secara positif prokrastinasi yang tidak disengaja ($\beta = 0,300$, $t = 2,246$; $p < 0,05$). orientasi pendekatan tugas memprediksi secara negatif prokrastinasi yang tidak disengaja, artinya jika seseorang berorientasi pada kemampuan dalam menyelesaikan tugas maka akan cenderung menghindari prokrastinasi yang tidak disengaja. sedangkan orientasi penghindaran diri memprediksi positif prokrastinasi yang tidak disengaja, artinya jika seseorang berfokus menghindari kegagalan atau kemungkinan yang negatif maka cenderung melakukan prokrastinasi yang tidak disengaja. Hal ini menjelaskan bahwa seseorang lebih memilih menghindari kegagalan daripada berusaha mendorong kompetensi untuk mencapai prestasinya

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan oleh peneliti, adapun saran yang dapat diberikan sebagai berikut

1. Guru BK

Bagi Guru BK disarankan untuk (a) memiliki peran untuk mendorong kesadaran siswa tentang pentingnya tujuan pembelajaran yang efektif; (b) mengevaluasi tujuan pencapaian sebelumnya dan bersama dengan siswa untuk memperbarui pembelajaran menuju ke pembelajaran yang lebih efektif; (c) memberikan kegiatan pencegahan dalam konseling kelompok kecil, layanan konsultasi dan konferensi keluarga.

2. Guru Mata Pelajaran

Bagi guru mata pelajaran atau wali kelas disarankan untuk (a) peran membimbing siswa untuk membangun tujuan pencapaian yang efektif dan adaptif sesuai untuk pengajaran kelas; (b) berkolaborasi dengan guru BK untuk mengevaluasi setiap pembelajaran dikelas dan memperhatikan setiap perkembangan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran.

3. Universitas

Bagi universitas disarankan untuk: menyediakan buku, majalah, artikel, jurnal atau dalam bentuk lainnya yang dijadikan referensi dalam menunjang pengerjaan studi penelitian ini

4. Peneliti Lanjutan

Bagi penelitian lanjutan disarankan untuk: (a) melakukan penelitian dari beberapa setting yang berbeda seperti SD, SMP, SMA/SMK, Perguruan

Tinggi dan Instansi Tenaga Kerjaan; (b) melakukan penelitian kualitatif agar memahami lebih mendalam mengenai prokrastinasi dalam berbagai *setting*; (c) melihat seberapa besar pengaruh penetapan tujuan, mekanisme perencanaan dalam pencapaian tujuan, mekanisme aspek tujuan terhadap prokrastinasi yang tidak disengaja dalam studi eksperimen.

DAFTAR PUSTAKA

- Ames Carole dan Jennifer Archer (1988) *Achievement Goals in the Classroom: Students' Learning Strategies and Motivation Processes*. *Journal of Educational Psychology*.80(1). 260-267
- Arikunto, Suharsimi (2013) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Azwar, Saifuddin (2005) *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- _____ . (2017) *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka pelajar
- _____ .(2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- _____ .(2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Chu & Choi (2005) *Rethinking Procrastination: Positive Effects of "Active" Procrastination Behavior on Attitudes and Performance*. *The Journal of Psychological*.145(3). 245-264
- Darnon, Celine & Judith M. Harackiewicz (2007) *Performance-Approach and Performance Avoidance Goals: When Uncertainty Makes a Difference*. *Personality and Social Psychology Bulletin*.33(6). 813-827. DOI; 10.1177/0146167207301022
- Deasyanti, dan Marwa Nuruzdah (2017) *Orientasi Tujuan Menyusun Skripsi dan Kecemasan dalam Menulis Skripsi*. *Jurnal Penelitian dan Psikologi*. 6(2). 101-105
- Decy, L. Edward dan Richard M. Ryan (2000) *The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and The Self-Determination of Behavior*. *Psychological Inquiry*.11(4). 227-268
- Elliot, Andrew & Sommet (2017) *Achievement Goals, Reasons for Goal Pursuit, and Achievement Goal Complexes as Predictors of Beneficial Outcomes: Is The Influence of Goals Reducible to Reasons?*. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01523227>
- Elliot, A. J, Pekrun. R dan Muryama K (2011) *A 3 X 2 Achievement Goal Model*. *Journal of Educational Psychology*. 103(3). 632-648
- Elliot, J. Adrew dan J. M. Harackiewicz (1996) *Approach and Avoidance Goals and Intrinsic Motivation A Mediational Analysis*. *Journal Personality and Social Psychology*.70(3).461-475

- Fauziah, H Hana (2015) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sultan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. 2(2). 123-132
- Fernie, A. B, Spada M. M dan Nikcevic A (2016) *The Unintentional Procrastination Scale*. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*. 35(2).136-149. DOI:10.1007/s10942-016-0247-x
- Fernie, A. Bruce., McKenzie A., dkk (2016) *The Contribution of Metacognitions and Attentional Control to Decisional Procrastination*. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*.34(1).1-13. DOI:10.1007/s10942-015-0222-y
- Gillet, Nicolas. Marc. Andre, dkk (2015) *Autonomous and Controlled reasons underlying achievement goals: Implications for 3 X 2 Achievement Goal Model in Educational and Work Setting*. *Journal Science and Business*. 39(6).858-875 .Doi 10.1007/s11031-015-9505-y
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IMB SPSS 19*. Semarang:Universitas Diponegoro
- Howel dan Watson. (2007). *Procrastination: Associations with Achievement Goal Orientation and Learning Strategies*. *Personality and Individual Difference*. 43.167-178. DOI:10.1016/j.paid.2006.11.017
- Ilmastuti, Eky. (2014). Hubungan Antara *Goal Orientation* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Indonesia. Skripsi. Universitas Indonesia
- Ilyas, Muhammad, dan Suryadi. (2017). Perilaku Prokrstinasi Akademik Siswa di SMA Islam Terpadu (IT) *Boarding School* Abu Bakar Yogyakarta. *Jurnal Pemikiran Islam*. 41(1).73
- Janse, Renate. (2016). *Personality and Achievement Goals*. https://essay.utwente.nl/70238/1/Janse_MA_BMS.pdf
- Jiao, G. Qun, Denise A. DaRos-Voseles, Katthleen M.T. Collins, dan Anthony J. Onwuegbuzie. (2011). *Academic Procrastination and The Performance of Graduate-level Cooperative groups in Research Methods Courses*. *Journal of the scholarly of teaching and learning*.11(1). 119-138
- Khotimah, H. Rahmawati, Carolina L. Radjah, dan Dany M. Handarini, (2016) Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 1(2). 60-67
- Lisa, Bernadetta, Andika Permatasari, dan Nur Aini Fardana (2017) Pengaruh Orientasi Tujuan dan Persepsi Siswa Pada Kompetensi Guru Terhadap

- Prokrastinasi Akademik Siswa. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*. 2(1). 71-83. *Doi: 10.20473/jpkm.v2i12017.77-83*.
- Oktaviani, A Mitha dan Hari Basuki Notobroto. (2014). Perbandingan Tingkat Konsistensi Normalitas Distribusi *Metode Kolmogorov-Smirnov, Lilliefors, Shapiro-Wilk, dan Skewness-Kurtosis*. *Jurnal Biokep*. 3(2).
- Pintrich, P.R & Schunk, D. H (1996) *Motivation in Education*, Inc
- Priyatno, D. (2010). Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS. Yogyakarta: Gava Media.
- Puspitasari, Anggi. Edy Purwanto dan Dyah I. Noviyani (2013) *Self Regulated Learning Ditinjau Dari Goal Orientation*. *Educational Psychology Journal*. 2(1). 1-6
- Radosevich J. D, Mark R. Allyn dan Seokhwa Yun (2007) *Goal Orientation and Goal Setting: Predicting Performance by Integrating Four-Factor Goal Orientation Theory with Goal Setting Processes*. *Seoul Journal of Business*.13(1).22-47
- Rashidi, Nasser dan Fatemeh Javanmardi (2012) *The Relationship Between Iranian EFL Student Achievement Goal Orientations and Their Gender*. 2(1).8-15. *DOI: 10.5923/j.edu.20120201.02*
- Schunk, H.D, Pintrich P.R, dan Meece L.J (2008) *Motivational In Education: Theory, Research, and Application*. Ohio. Pearson Press
- Sirois, F.M (2004) *Procrastination and Counterfactual thinking: avoiding what might have been*. *British Journal of Social Psychology*. 43(2). 269-286
- Solomon dan Rothblum (1984) *Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates*. *Journal of Counseling Psychology*. 31(4). 503-509
- Sugiyono. (2014). Statistik untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2017). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, Syaodih Nana. (2010). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Sunawan, Dwi Yuwono Puji Sugiharto, Catharina Tri Ani. (2012). Bimbingan Kesulitan Belajar Berbasis *Self Regulated Learning* Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 18(1).

- Sunawan, Junmei Xiong (2016) *An Application Model of Reality Therapy to Develop Effective Achievement Goals in Tier Three Intervention. International Education Studies*. 9(10).16-29. DOI:10.5539/ies.v9n10p16
- Ursia, R. Nela, I. B dan Saputra, dan Nadia S, (2013) Prokrastinasi dan *Self Control* pada Mahasiswa Skripsi. *Makara Seri Sosial Humaniora*. 17(1). 1-8. DOI: 10.7454/mssh.v17i1.1798
- Vandewalle, D., Brown, S.P., Cron, W. L & Slocum, J.W (1999) *The Influence of Goal Orientation and Self-Regulation Tactics On Sales Performance: A longitudinal Field Test*. *Journal of Applied Psychology*, 84 (2). 249-259
- Wijaya, Susan Mahruzar dan Prasetyo Budi Widodo (2013) Studi Perbedaan Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Jenis Pendidikan Pada Siswa Setingkat SMA di Kayen Pati. *Jurnal Empati*. 2(4)
- Woolfolk, A. E (2004) *Educational Psychology 9nd Ed New Jersey*. Pearson
- Yang, yan, Jeff. Taylor dan Li. Cao (2016) *The 3 X 2 Achievemnt Goal Model in Predicting Onlne Student Test Anxiety and Help-Seeking. International Journal of E-Learning & Distance Education*. 32(1). 1-16