

**HUBUNGAN ANTARA STRATEGI *PROBLEM FOCUSED*  
*COPING* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK  
PADA SISWA UPT SMA NEGERI 10 OGAN ILIR**

**SKRIPSI**

Oleh :

**Hasanah Afriyanti**

**NIM : 06071181823004**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**Jurusan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2022**

HUBUNGAN ANTARA STRATEGI *PROBLEM FOCUSED COPING*  
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA  
SISWA UPT SMA NEGERI 10 OGAN ILIR

SKRIPSI

Oleh :

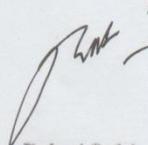
Hasanah Afriyanti

NIM. 06071181823004

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Mengesahkan

Pembimbing



Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons.

NIP. 195902201986112001

Mengetahui

Ketua Jurusan



Dr. Azizah Husin, M.Pd.  
NIP. 196006111987032001

Koordinator Program Studi,



Dra. Harlina, M.Sc.  
NIP. 195904251987032001

HUBUNGAN ANTARA STRATEGI *PROBLEM FOCUSED COPING*  
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA  
SISWA UPT SMA NEGERI 10 OGAN ILIR

SKRIPSI

Oleh :

Hasanah Afriyanti

NIM. 06071181823004

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Jumat

Tanggal : 18 Maret 2022

TIM PENGUJI

1. Ketua : Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons. (  )

2. Anggota : Risma Anita Puriani, M.Pd. (  )

Indralaya, Maret 2022  
Mengetahui,  
Koordinator Program Studi,



Dra. Harlina, M.Sc.

NIP. 195904251987032001

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hasanah Afriyanti

Nim : 06071181823004

Program Studi : Bimbingan Konseling

Menyatakan Dengan Sungguh-Sungguh Bahwa Skripsi Yang Berjudul “Hubungan antara Strategi *Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir” ini benar-benar karya saya sendiri tidak melakukan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2020 Tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Jika di kemudian hari ditemukan ada pelanggaran dalam skripsi ini atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang diberikan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan benar-benar tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Indralaya, Maret 2022

Yang membuat pernyataan

Hasanah Afriyanti

Nim. 06071181823004

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah rabbil`alamin segala puji dan syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah Subhanahu Wata`ala yang telah memberikah rahmat, nikmat, kesehatan serta kemudahan karena berkah dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beriringkan salam senantiasa saya haturkan kepada baginda Nabi Muhammad Shallallahu `alaihi wa salam.

Dalam pengerjaan skripsi ini saya sangat bersyukur karena Allah Subhanahu Wata'ala yang telah menghadirkan orang-orang baik disekelilingi saya, memberikan dukungan dan senantiasa memberikan doa yang terbaik untuk saya.

Dengan ini saya mengucapkan terimakasih dan saya persembahkan skripsi ini kepada :

- ❖ Teruntuk kedua orang tua yang saya cintai dan sayangi, Terima kasih kepada papa dan mama yang bernama Fachrurrozi dan Rodiah, berjuta terima kasih untuk semua kasih sayang yang telah diberikan, doa, dukungan, pengorbanan maupun kepercayaan yang telah kalian berikan untuk Yanti hingga saat ini. Semoga Allah akan membalasnya atas segala kebaikan yang telah kalian berikan dan semoga kita sekeluarga selalu dalam lindungan-Nya.
- ❖ Ketiga kakakku (Akhnad Qurtubi, Benny Afriansyah, dan Alvin Juliansyah) Terima kasih banyak atas segala dukungan, bantuan dan terlebih lagi kepada Kak Be yang selalu membantu Yanti dalam kesulitan saat laptop rusak maupun mencari aplikasi dalam menyelesaikan skripsi ini, semoga kita selalu diberikan kemudahan, keridhoan, dan keberkahan dalam setiap langkah.
- ❖ Kepada ibu Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons selaku dosen pembimbing saya selama masa skripsi ini, terima kasih sudah mau membimbing, memberikan saran, mengarahkan, memotivasi, serta sabar dalam mengajari hasanah hingga saat ini, semoga kebaikan ibu dibalas Allah SWT Aamiin.
- ❖ Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya yaitu Ibu Dra. Harlina M.Sc., Ibu Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons., Ibu Rani Mega Putri, M.Pd., Kons., Ibu Risma Anita Puriani, M.Pd., Ibu Ratna Sari Dewi, M.Pd., Ibu Nur Wisma, M.Pd., Ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd., Ibu Silvia AR, M.Pd., Bapak Syarifuddin Gani, M.Si., Bapak Dr. Yosef, M.A., Bapak Sigit Dwi Sucipto, M.Pd., dan Bapak Alrefi M.Pd. Terima kasih banyak atas semua ilmu dan pengalaman yang

telah kalian berikan, semoga dihitung sebagai amal jariyah oleh Allah di hari akhir kelak Aamiin.

- ❖ Admin Program Studi Bimbingan dan Konseling mba Selly yang sudah membantu dan memudahkan segala proses administrasi dalam penyelesaian skripsi ini.
- ❖ Untuk persepupuanku Nida, Yuk Dina, Yuk Putri, Dyah, Iqbal, Faiz, Bambang, Terima kasih kepada kalian semua yang sudah mendukung Yanti, memberikan doa, dan terutama Nida sebagai teman sekamar terima kasih banyak karena sudah mendengar segala keluh kesah ayuk, membantu ayuk jikalau lagi sakit, dan selalu memberikan hiburan dan semangatnya dikala sedang lelah.
- ❖ Sahabat dari SD,SMP, dan SMA sampai sekarang, Nabila, Tiara, Mutik, dan Ncun, terima kasih sudah menjadi tempat berkeluh kesah, berbagi cerita, pengalaman maupun mengisi hari-hari saya dengan penuh kebahagiaan.
- ❖ Teruntuk Monica Aryani, Sahabat, teman seperjuangan dalam segala keadaan dari awal maba hingga saat ini, terima kasih banyak karena sudah menjadi pendengar yang baik ketika mendengar keluh kesah yanti, memberikan bantuan dari segi apapun, dan selalu memberikan dukungan maupun doanya.
- ❖ Untuk Mayang Dwi Agusti, Terima kasih banyak karena selalu mendengarkan keluh kesah, yang sangat banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini, menemani bimbingan maupun memberikan dukungan, terlebih lagi memberikan sebutan Mak Kadal dengan berjuta makna.
- ❖ Teruntuk teman-teman yang sangat baik Asitaria, Merin Oktarini, Mayang Dwi Agusti, terima kasih banyak sudah menemani dikala bimbingan di KM 5.
- ❖ Sahabat-Sahabatku Mayang Dwi Agusti, Asitaria, Wina Wardiana, Rindah Amalea, Rika Dwi Lestari, Merin Oktarini, Prisma Ria Dwi Saputri. Beribu Terima kasih sudah menemani selama perkuliahan ini, selalu membantu dalam keadaan apapun, memberikan dukungan dan sabar menghadapi Yanti yang jahil dan suka emosian ini.
- ❖ Kepada Prisma Ria Dwi Saputri, terima kasih atas bantuan serta dukungan yang sama-sama penelitian di SMA Negeri 10 Ogan Ilir.
- ❖ Teruntuk Kajul, Lasmi, Emi, Diva, Velly, terima kasih sudah menjadi teman yang mau saling berbagi, dan membantu yanti ketika bertanya terkait hal apapun yang sulit yanti pahami.

- ❖ Teman-teman BK angkatan 2018 kelas Indralaya dan Palembang. Terima kasih untuk kebersamaannya dan sudah menjadi bagian dalam perjuangan menempuh pendidikan pada saat kuliah.
- ❖ Keluarga besar Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya terkhusus adik-adik angkatan 2019, 2020, dan 2021. Terima kasih atas kerja sama yang dilakukan dan tetap semangat dalam berkuliah.
- ❖ Teruntuk Guru BK, serta seluruh Guru dan Siswa Kelas 11 UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir. Terima kasih telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.
- ❖ Almamater kebanggaan Universitas Sriwijaya.

### **MOTTO**

**"Ketika kita menolong orang lain sebenarnya kita sedang menolong diri kita sendiri. Percayalah, Allah akan membalas kebaikanmu dengan yang lebih indah."**

## PRAKATA

Segala puji bagi Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan Rahmat, Nikmat dan juga Karunia-Nya Kepada seluruh makhluk ciptaan-nya. Sholawat beserta Salam kepada Baginda Rasulullah Shollaallohu, Alaihi wa Sallam, tauladan bagi seluruh pengikutnya. Semoga kita memperoleh Syafa'at dari beliau di hari akhir kelak. Skripsi dengan judul “Hubungan antara Strategi *Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dra. Rahmi Sofah, M.Pd.,Kons., selaku pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Hartono, M.A., Dekan FKIP Unsri, Ibu Dr. Azizah Husin, M.Pd., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan, Ibu Dra. Harlina, M.Sc., Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga untuk seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama perkuliahan. Lebih lanjut penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh keluarga, terutama kedua orang tua penulis yang telah memberikan dukungan dan semangat selama mengikuti pendidikan.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Bimbingan dan Konseling dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Indralaya, Maret 2022



Hasanah Afriyanti

## DAFTAR ISI

<b>COVER</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	5
<b>BAB II</b> .....	<b>7</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
2.1 Strategi <i>Problem Focused Coping</i> .....	7
2.1.1 Definisi <i>Coping</i> .....	7
2.1.2 Definisi <i>Problem Focused Coping</i> .....	7
2.1.3 Aspek-Aspek <i>Problem Focused Coping</i> .....	8
2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Problem Focused Coping</i> .....	9
2.2 Prokrastinasi Akademik .....	11
2.2.1 Definisi Prokrastinasi Akademik .....	11
2.2.2 Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik .....	12
2.2.3 Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik .....	13

2.2.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik .....	14
2.2.5 Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik.....	15
2.3 Hubungan antara Strategi Problem Focused Coping dengan Prokrastinasi Akademik.....	16
<b>BAB III.....</b>	<b>18</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>18</b>
3.1 Metode Penelitian .....	18
3.2 Variabel Penelitian.....	18
3.3 Definisi Operasional Variabel.....	19
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian .....	19
3.4.1 Populasi.....	19
3.4.2 Sampel.....	20
3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	21
3.5.1 Lokasi Penelitian.....	21
3.5.2 Waktu Penelitian.....	22
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	22
3.7 Pengujian Instrumen .....	26
3.7.1 Uji Validitas .....	26
3.7.2 Uji Reliabilitas .....	30
3.8 Teknik Analisis Data.....	30
3.8.1 Uji Normalitas.....	31
3.8.2 Uji Linieritas .....	31
3.8.3 Uji Hipotesis .....	31
3.9 Kriteria Kategorisasi .....	32
3.9.1 Kategorisasi Gambaran Tingkat Strategi <i>Problem Focused Coping</i> dengan Prokrastinasi Akademik .....	32
3.9.2 Kategorisasi Tingkat Koefisien Korelasi .....	33
3.10 Prosedur Penelitian .....	33
3.10.1 Tahap Persiapan .....	33
3.10.2 Tahap Penelitian.....	34
3.10.3 Tahap Akhir .....	34
<b>BAB IV.....</b>	<b>35</b>

<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>35</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	35
4.1.1 Tingkat Strategi <i>Problem Focused Coping</i> Keseluruhan.....	35
4.1.2 Tingkat Prokrastinasi Akademik Keseluruhan.....	37
4.2 Analisis Uji Korelasi Strategi <i>Problem Focused Coping</i> dengan Prokrastinasi Akademik.....	38
4.2.1 Uji Normalitas.....	38
4.2.2 Uji Linearitas .....	39
4.2.3 Uji Hipotesis .....	40
4.2.4 Uji Koefisien.....	42
4.3 Pembahasan.....	42
4.4 Keterbatasan Penelitian.....	46
<b>BAB V .....</b>	<b>47</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>47</b>
5.1 Kesimpulan .....	47
5.2 Saran .....	47
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>49</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>66</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Data Populasi Kelas XI UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir .....	20
Tabel 3. 2 Daftar Sampel Kelas XI UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir.....	21
Tabel 3. 3 Format Pemilihan Skala Strategi <i>Problem Focused Coping</i> .....	23
Tabel 3. 4 Format Pemilihan Skala Prokrastinasi Akademik .....	23
Tabel 3. 5 Kisi-Kisi Strategi <i>Problem Focused Coping</i> .....	24
Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Prokrastinasi Akademik .....	25
Tabel 3. 7 Kisi-Kisi Skala Strategi <i>Problem Focused Coping</i> .....	28
Tabel 3. 8 Kisi-Kisi Skala Prokrastinasi Akademik.....	29
Tabel 3. 9 Reliability Statistics .....	30
Tabel 3. 10 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi .....	32
Tabel 3. 11 Kriteria Kategorisasi .....	33
Tabel 3. 12 Interpretasi Koefisien Korelasi .....	33
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Penelitian .....	35
Tabel 4. 2 Distribusi Tingkat Strategi <i>Problem Focused Coping</i> Keseluruhan.....	36
Tabel 4. 3 Distribusi Tingkat Prokrastinasi Akademik Keseluruhan.....	37
Tabel 4. 4 Uji Normalitas <i>One-sample Kolmogorov-Smirnov Test</i> .....	39
Tabel 4. 5 Uji Linearitas ( <i>Anova Table</i> ) .....	40
Tabel 4. 6 Tabel Korelasi.....	40
Tabel 4. 7 Nilai Koefisien.....	42

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Diagram Tingkat Strategi <i>Problem Focused Coping</i> Keseluruhan.....	36
Gambar 2 Diagram Tingkat Prokrastinasi Akademik Keseluruhan.....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usulan Judul Skripsi.....	53
Lampiran 2 Halaman Pengesahan Proposal Penelitian.....	54
Lampiran 3 Surat Keputusan Pembimbing .....	55
Lampiran 4 SK Izin Penelitian dari Dekanat .....	57
Lampiran 5 SK Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Sumatera Selatan.....	58
Lampiran 6 SK Penelitian di SMA Negeri 10 Ogan Ilir .....	59
Lampiran 7 Instrumen Penelitian Sebelum Validasi.....	60
Lampiran 8 Instrumen Penelitian Setelah Validasi.....	67
Lampiran 9 Tabulasi Strategi <i>Problem Focused Coping</i> .....	71
Lampiran 10 Tabulasi Prokrastinasi Akademik.....	72
Lampiran 11 Surat Pengantar Penunjukan Dosen Validasi Angket.....	75
Lampiran 12 Lembar Skala yang di Validasi Dosen .....	77
Lampiran 13 Lembar Penilaian Validasi Ahli Materi.....	80
Lampiran 14 Instrumen yang sudah di isi.....	82
Lampiran 15 Kartu Bimbingan Skripsi.....	86
Lampiran 16 Studi Pendahuluan .....	88
Lampiran 17 Teknik Random Sampling.....	91
Lampiran 18 Foto Dokumentasi Penelitian .....	92

**HUBUNGAN ANTARA STRATEGI *PROBLEM FOCUSED COPING*  
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA UPT  
SMA NEGERI 10 OGAN ILIR**

Oleh  
Hasanah Afriyanti  
NIM: 06071181823004  
Pembimbing : Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons  
Program Studi Bimbingan dan Konseling

**ABSTRAK**

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Strategi *Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir. Populasi dalam penelitian ini kelas XI yang berjumlah 102 siswa, teknik pengambilan sampel dengan menggunakan random sampling yang berjumlah 82 orang. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data skala Strategi *problem focused coping* dan skala prokrastinasi akademik yang diperoleh melalui penyebaran instrumen secara langsung yang di *print*. Analisis data menggunakan metode *Pearson-product Moment* dengan hasil koefisien korelasi  $r_{xy} = -0,766$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), artinya hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan negatif antara Strategi *problem focused coping* dengan prokrastinasi akademik pada Siswa UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir diterima. Semakin efektif penggunaan Strategi *problem focused coping*, maka Prokrastinasi akademik semakin rendah. Sebaliknya apabila semakin tidak efektifnya Strategi *problem focused coping*, maka prokrastinasi akademik semakin tinggi. Sumbangan strategi *problem focused coping* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 58,70% hal ini mengindikasikan bahwa strategi *problem focused coping* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

**Kata Kunci** : Strategi *Problem Focused Coping*, Prokrastinasi Akademik

***THE RELATIONSHIP BETWEEN PROBLEM FOCUSED COPING  
STRATEGY AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN  
STUDENTS OF UPT SMA NEGERI 10 OGAN ILIR***

By :

Hasanah Afriyanti

NIM : 06071181823004

*Advisor : Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons  
Study Program of Guidance and Counseling*

***ABSTRACT***

This study aims to determine the relationship between Problem Focused Coping Strategy and Academic Procrastination in UPT Students of SMA Negeri 10 Ogan Ilir. The population in this study was class XI, which amounted to 102 students, the sampling technique was using random sampling, totaling 82 people. This study uses data collection methods problem focused coping strategy scale and academic procrastination scale obtained through direct distribution of printed instruments. Data analysis using the Pearson-product Moment method with the results of the correlation coefficient  $r_{xy} = -0.766$  and  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), meaning that the hypothesis that there is a negative relationship between problem focused coping strategies and academic procrastination in UPT SMA Negeri 10 Ogan students Ilir accepted. The more effective the use of problem focused coping strategies, the lower academic procrastination. On the other hand, the more ineffective the problem focused coping strategy, the higher the academic procrastination. The contribution of problem focused coping strategies to academic procrastination is 58.70%, this indicates that problem focused coping strategies have an effect on academic procrastination.

***Keywords : Problem Focused Coping Strategy, Academic Procrastination***

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan bisa kita artikan sebagai proses yang dimana pendidikan ini dapat mempengaruhi perilaku siswa agar dapat berperilaku baik untuk menyesuaikan diri pada lingkungan yang akan menimbulkan perubahan. Pendidikan adalah ujung tombak suatu negara. Membicarakan terkait urusan pendidikan tentunya takkan lepas dari perihal sekolah. Sekolah dapat diartikan sebagai tempat guna belajar dan mengajar tentunya juga menerima dan memberi pelajaran. Menjadi salah satu wahana pendidikan, sekolah tentunya berkaitan menggunakan ilmu pengetahuan dan teknologi maupun non teoritis yang berkaitan dengan pembentukan moral dan budi pekerti. Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan suatu jenjang pendidikan menengah yang terdapat pada pendidikan formal di Indonesia tentunya dilaksanakan selesai lulus dari Sekolah Menengah Pertama.

Adanya penerapan strategi yang ada pada sekolah tidak dapat berjalan dengan baik apabila tidak terdapat kerjasama dari peserta didik itu sendiri. Tentunya hal serupa terjadi sebab peserta didik yang seringkali menunda-nunda tugas (pekerjaan sekolah). Adapun alasan yang dikemukakan para peserta didik bermacam-macam mulai dari lupa karena kesibukan dirumah, kelelahan saat pulang sekolah, adapun anggapan bahwa tugas yang diberikan begitu sulit sebagai akibatnya malas buat mengerjakan tugas tersebut. Yang kita ketahui bahwa perilaku menunda-nunda diatas disebut prokrastinasi akademik.

Ia juga mengatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu kegiatan yang melampaui tugas utama, dengan sengaja dan konsisten memprioritaskan tugas-tugas lain yang mengakibatkan tugas utama tidak terselesaikan sehingga mengakibatkan penumpukan tugas. Menurut Ghufron dan Risnawita (2017 :155) Dengan adanya prokrastinasi akademik pada diri sendiri menyebabkan keterlambatan yang berkepanjangan sehingga menimbulkan tumpukan tugas, tugas pokok dan tugas lain yang tidak kalah pentingnya.

Tentu saja, saat melakukan prokrastinasi akademik ini ia akan menghadapi salah satu kerugian dari tidak efektifnya strategi *coping* yang digunakan dalam menghadapi stressor. Stressor merupakan sumber stres yang melibatkan faktor psikologis seperti ujian sekolah dan masalah dalam hubungan sosial dan juga melibatkan masalah sehari-hari seperti kemacetan lalu lintas (Nevid, Rothus, & Greene, 2005). Sedangkan untuk *problem focused coping*, digunakan untuk mengurangi stres dengan mempelajari metode atau keterampilan baru. Tidak ada metode tunggal yang bekerja untuk semua situasi stres. Strategi coping yang paling efektif dalam menghadapi masalah oleh siswa dan strategi sesuai dengan jenis stresnya.

Di era sekarang ini ada sekolah peringkat teratas. Salah satu program pendidikan yang ditawarkan untuk menjadi sekolah menengah atas yang bermutu adalah UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir. UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir merupakan salah satu sekolah yang ada di Kabupaten Ogan Ilir tepatnya di Indralaya Selatan.

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti mendapatkan data melalui wawancara secara langsung dan online melalui aplikasi whatsapp chat dengan Guru BK dan beberapa siswa UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir. Adapun dari hasil wawancara secara langsung di ruangan tata usaha pada hari Kamis, tanggal 30 September 2021 tersebut sistem belajar yang digunakan UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir ini menggunakan *hybrid learning*, yaitu pembelajaran yang menggabungkan berbagai pendekatan pembelajaran, seperti pembelajaran tatap muka, pembelajaran berbasis komputer dan pembelajaran online (internet dan mobile learning). Adapun sistem yang diberlakukan yaitu dengan metode genap ganjil seperti siswa yang memiliki angka terakhir genap atau ganjil pada hari Senin sampai dengan Jumat diberlakukan sistem belajar dari mulai masuk sekolah jam 07.30 WIB sampai jam 12.00 WIB serta diberlakukan sistem belajar pada hari Senin untuk siswa yang memiliki angka terakhir Genap lalu pada hari Selasa untuk siswa yang memiliki angka terakhir ganjil dan seterusnya. Hal ini dilakukan sistem genap ganjil diberlakukan sejak bulan Agustus 2021 ini hingga sekarang. Adapun ketika pembelajaran secara daring sistem pembelajaran dilakukan melalui Google classroom. Adapun ketika dilakukan wawancara secara online pada hari

Jumat, tanggal 08 Oktober 2021 melalui aplikasi whatsapp terkait adanya keluhan dari Guru Mata Pelajaran dan Wali kelas kepada Guru BK mengenai siswa yang melakukan prokrastinasi akademik dalam bentuk ketika saat diberikan tugas siswa lalai dalam mengerjakannya, lalu jarang masuk selama tatap muka berlangsung, dan lebih sering menunda-nunda dalam mengerjakan tugas sampai batas aktu pengumpulan.

Adapun ketika dilakukan wawancara secara online melalui aplikasi whatsapp pada hari Jumat tanggal 1 Oktober 2021. Melalui wawancara tersebut dari salah satu siswa kelas XI. IPA 2 ini bahwasanya dia lebih sering mengerjakan tugas dengan tepat waktu hanya saja pernah beberapa kali menunda tugas karena tugas yang diberikan sulit dia pahami. Adapun ketika ditanya saat pembelajaran daring dan tatap muka mengenai tugas yang diberikan dia lebih paham dalam pembelajaran tatap muka sedangkan dalam pembelajaran daring sulit untuk memahami namun pemberian waktu untuk pengumpulan tugas lebih longgar dengan sistem google classroom. Lalu terkait pendapat dari salah satu siswa kelas XI. IPA 1 mengatakan bahwa pada saat kelas X dia sangat sering dalam menunda tugas, tetapi ketika kelas XI mengalami banyak perubahan dan tidak pernah lagi dalam menunda tugas. Adapun dari salah satu siswa kelas XI. IPS 1 ini mengatakan bahwa dia sering menunda tugas dan terkadang juga langsung mengerjakannya dan beberapa alasan dalam menunda tugasnya yaitu lebih mementingkan kegiatan lain sehingga lupa dalam mengerjakan tugas sekolah. Adapun dari siswa kelas X. IPS 2 mengatakan bahwa dia sering menunda tugas karena beberapa alasan seperti ketiduran, kuota habis, terkendala masalah jaringan, lebih mementingkan kegiatan lain, kesulitan dalam mengerjakan tugas dia sering meminta teman untuk membantu tugas mereka. Hal ini seringkali menyebabkan siswa mengeluh dan merasa terbebani dengan adanya tugas-tugas tersebut sehingga menimbulkan stres, kebosanan dan ketidakpedulian terhadap hasil belajar. Hilangnya motivasi tersebut berakibat pada timbulnya perilaku prokrastinasi akademik atau kegiatan menunda-nunda mengerjakan tugas.

Tentunya sebagai individu yang disebut sebagai siswa SMA, mereka harus mampu menghadapi masalah dan bertanggung jawab secara mandiri. Kemampuan

menghadapi masalah siswa akan membantu dalam memecahkan masalah, kesulitan yang mereka hadapi dan berbagai hambatan di lingkungan. Siswa yang memiliki dengan keterampilan *problem focused coping* memiliki kesempatan untuk melakukan hal-hal positif saat menulis tentang masalah tersebut. Strategi  *coping* dapat mengarahkan siswa untuk mampu memecahkan hambatan dalam ranah akademik dan sosial.

Seperti penelitian yang dilakukan oleh Hendi Syarkiki dan Jati Ariati (2014) dengan judul “Hubungan antara *Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XII SMA Islam Hidayatullah Semarang”, memperoleh hasil penelitian bahwa terdapat Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *problem focused coping* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas 12 SMA Islam Hidayatullah Semarang yang ditunjukkan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = -0,502$  dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti bahwa terdapat hubungan negatif antara *problem focused coping* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas 12 SMA Islam Hidayatullah Semarang dapat diterima.

Dalam hal ini berdasarkan informasi yang peneliti peroleh dari guru BK dan beberapa siswa kelas XI UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir banyak yang sulit dalam menyelesaikan masalah yang sedang dialaminya, sepertihalnya terlambat dan tidak menyerahkan tugas serta meminta bantuan teman dalam mengerjakan tugasnya sehingga dalam hal ini pengentasan yang dilakukan dengan Strategi  *coping* yang dapat mengarahkan siswa untuk mampu memecahkan hambatan dalam ranah akademik dan sosial. Dengan adanya permasalahan yang telah diuraikan di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Strategi *Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini rumusan masalahnya yang akan diteliti yakni mengenai “Apakah terdapat Hubungan antara Strategi *Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan antara Strategi *Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa UPT SMA Negeri 10 Ogan Ilir.

## 1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil yang ingin dicapai dalam melakukan penelitian ini hendaknya menjadi referensi dan bermanfaat bagi dunia pendidikan mengenai Strategi *Problem Focused Coping* dan prokrastinasi akademik serta bimbingan dan konseling.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### a. Bagi Siswa

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan sumbangsih tersendiri bagi Siswa untuk memberikan informasi adanya Hubungan antara Strategi *Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik yang terjadi pada siswa guna mampu mengubah pola pikir agar dapat menjadi individu yang mandiri dalam mengentaskan masalah

#### b. Bagi Guru BK

Penelitian ini bisa dijadikan sebagai bentuk masukan kepada Guru Bimbingan Konseling agar dapat mampu mengatasi permasalahan-permasalahan pada saat ini mengenai Hubungan antara Strategi

*Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik yang terjadi pada Siswa.

c. Bagi peneliti lain

Penelitian ini tentunya dianggap perlu untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai Hubungan antara Strategi *Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik yang terjadi pada Siswa SMA dengan berbagai aspek-aspek lainnya yang tentunya berhubungan dengan judul penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfiah, Resanti M. (2019). Pengembangan Media Film Pendek pada Bimbingan Klasikal dengan Materi Prokrastinasi Akademik di SMA N 3 Tanjung Raja. *Skripsi*. Indralaya; FKIP UNSRI.
- Anwar, Saiful. (2017). *Perilaku Mahasiswa Jurusan Ilmu Perpustakaan dalam Menyelesaikan Tugas-tugas Mata Kuliah*. [Skripsi]. Makassar: UIN Alauddin Makassar.
- Arikunto, S. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, Suharsimi. (2012). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arthur, S.R., & Emily, S.R. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas (IV)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Ferrari, J. R., Keane, S. M., Wolfe, R. N., & Beck, B. L. (1998). The antecedents and consequences of academic excuse-making: Examining individual differences in procrastination. *Research in Higher Education*, 39(2), 199-215.
- Ferrari, M. Gufron. (2005). Hubungan kontrol diri, persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua dengan prokrastinasi akademik pada Siswa Madrasah Aliyah Kota Jogjakarta. *Tesis*. Universitas Gajahmada: Yogyakarta.
- Ghufron. (2010). *Teori-teori Perkembangan*. Bandung: Refika Aditama
- Gufron, M. Nur & Risnawita, Rini. 2017. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Aar-Ruzz Media.
- Hasibuan, H. H. (2021). Kemampuan *Problem Focused Coping* Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2019 FKIP Universitas Sriwijaya. Universitas Sriwijaya. *Skripsi (tidak diterbitkan)* Jurusan BK FKIP Universitas Sriwijaya.
- Hendi S, Jati A. (2014). Hubungan antara *Problem Focused Coping* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XII SMA Islam Hidayatullah Semarang. *Jurnal Empati*.

- Ilham, B. M., & Asriani. (2015). Efektivitas Strategi *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping* dalam Meningkatkan Pengelolaan Stres Siswa di SMA Negeri 1 Barru. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*. 5 (2).
- Julika, Mutiara R. (2020). Profil Efikasi Diri Peserta Didik yang Mengalami Prokrastinasi Akademik di SMA Negeri 3 Tanjung Raja. *Skripsi*. Indralaya; FKIP UNSRI.
- Kadili, Nur Dahlia. (2018). Kecerdasan Emosional dan *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi. [*Skripsi*]. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Jakarta: Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101.
- Nauratul I, Nurhasanah, Nurbaity. (2018). Strategi *Coping (Problem Focused Coping dan Emotion Focused Coping)* dalam Menghadapi Stres pada Mahasiswa Penyusun Skripsi FKIP Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. 3 (4), Hal 75 – 83.
- Nevid, S. J., Rothus, A. S. & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal (edisi ke-5, jilid I) (Alih bahasa: Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia)*. Jakarta: Erlangga Raihan. (2017). Metodologi Penelitian. *Bahan ajar*. Universitas Islam Indonesia.
- Rasuman. (2009). *Stres, Koping dan Adaptasi*. Jakarta: CV. Sagung Seto.
- Rizki, B. M., Kuncoro, J., & Supradewi, R. (2008). Problem focused coping pada mahasiswa yang hafidz ditinjau dari kecerdasan spiritual dan jenis kelamin. *Jurnal Proyeksi*, 3 (1). 70-80.
- Rusmaniar. (2019). Pengaruh *Strategi Coping* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan. *Skripsi*. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam.
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi Pertama)*. Jakarta: Kencana.
- Salim, H. (2019). *Penelitian Pendidikan: Metode, Pendekatan, dan Jenis*. Kencana.
- Saputri, C.L. 2017. Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Yang Memiliki Prestasi Rendah Di Kelas XI SMA N 1 Talang Ubi Pali. *Skripsi*: Universitas Sriwijaya.

- Sari, R. I. (2013). Hardiness dengan problem focused coping pada wanita karir. *Jurnal Online Psikologi*. 01, 311-326.
- Sari, Rini E., & Andreas, Y.F.N. (2021) Pelatihan *Problem Focused Coping* untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial dan Humaniora*.7 (1).
- Suhertina. (2014). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Pekanbaru: CV. Mutiara Pesisir Sumatra.
- Sugiyono. (2012). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujadi, E. (2015). Konseling Pancawaskita untuk Membentuk *Problem Focused Coping*. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 7.
- Sukardi. (2008). *Metodologi Penelitian Pendidikan, Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sulistyo Wardani, D. (2009). Strategi *Coping* Orang Tua Menghadapi Anak Autis. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(1), 26–35.
- Supranto, J. 2016. *Statistik Teori & Aplikasi*. Jakarta : Erlangga.
- Tri Semaraputri, S. A. K., & Rustika, I. M. (2018). Peran *Problem Focused Coping* Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Remaja Akhir Yang Menjadi Pengurus Organisasi Kemahasiswaan Di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(01), 35.
- Vera,Feti. (2018). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Sosial Media dengan Prokrastinasi Sosial Media dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Negeri 5 Palembang. *Skripsi*. Indralaya: FKIP Universitas Sriwijaya.
- Yusuf, A.M. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.