

**HUBUNGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN
KONSENTRASI BELAJAR DAN PRESTASI
AKADEMIK SISWA KELAS XI SMA
MUHAMMADIYAH 5
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
Novita Mei Purnamasari
201510104087**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA
2016**

**HUBUNGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN
KONSENTRASI BELAJAR DAN PRESTASI
AKADEMIK SISWA KELAS XI SMA
MUHAMMADIYAH 5
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Sains
Terapan pada Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV
Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta



Disusun oleh:
Novita Mei Purnamasari
201510104087

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN PROKRASITINASI AKADEMIK DENGAN
KONSENTRASI BELAJAR DAN PRESTASI
AKADEMIK SISWA KELAS XI SMA
MUHAMMADIYAH 5
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun oleh:
Novita Mei Purnamasari
201510104087

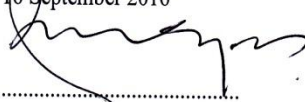


Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Dipublikasikan
Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV
Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : Rukyana, S.Kep., Ns., MAN
Tanggal : 16 September 2016

Tanda tangan


.....

HUBUNGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN KONSENTRASI BELAJAR DAN PRESTASI AKADEMIK SISWA KELAS XI SMA MUHAMMADIYAH 5 YOGYAKARTA

Novita Mei Purnamasari², Ruhyana³

INTISARI

Latar Belakang: *Prokrastinasi akademik* adalah kecenderungan individu untuk menunda memulai dan menyelesaikan tugas yang dilakukan secara sengaja. Akibat yang ditimbulkan dari *prokrastinasi* akademik ini adalah penurunan konsentrasi belajar dan rendahnya prestasi akademik. Data-data penelitian menunjukkan pelajar cenderung ada yang melakukan *prokrastinasi* akademik. **Tujuan:** Mengetahui hubungan *prokrastinasi* akademik dengan konsentrasi belajar dan prestasi akademik siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah Yogyakarta. **Metode Penelitian:** Kuantitatif, desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, populasi sebanyak 175 siswa kelas XI. Cara menentukan responden dengan teknik *proportionate stratified random sampling* dengan jumlah 50 siswa. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Uji validitas dan reliabilitas menggunakan *pearson product moment* dan *alpha cronbach*. Analisis data menggunakan uji statistik *chi-square*. **Hasil:** Menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *prokrastinasi* akademik dengan konsentrasi belajar dan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta. Ditunjukkan dengan hasil uji statistik *p-value* 0.000. **Simpulan dan Saran:** Ada hubungan *prokrastinasi* akademik dengan konsentrasi belajar pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta, Ada hubungan *prokrastinasi* akademik dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta, Ada hubungan konsentrasi belajar dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta. Penting bagi siswa menyadari bahwa *prokrastinasi* akademik dapat merugikan diri sendiri oleh sebab itu perlu dihindari dengan *managemen* waktu yang baik.

Kata Kunci : *Prokrastinasi*, Konsentrasi, Prestasi

PENDAHULUAN

Pendidikan pada dasarnya adalah sebuah proses dengan metode-metode tertentu sehingga orang memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan cara bertingkah laku sesuai dengan kebutuhan (Syah, 2013). Menurut Slameto (2013) dalam suatu lembaga pendidikan, prestasi belajar merupakan indikator yang penting untuk mengukur keberhasilan proses belajar mengajar.

UNESCO pada tahun 2012 melaporkan bahwa Indonesia berada di peringkat ke-64 dari 120 negara berdasarkan penilaian *Education Development Index* (EDI) atau index pembangunan pendidikan. Negara Indonesia sebagai salah satu negara di Asia tenggara yang dalam masa berkembang sedang menghadapi permasalahan serius dalam dunia pendidikan yaitu rendahnya kualitas pendidikan. Kondisi ini mencerminkan perkembangan pendidikan di Indonesia masih tertinggal dibanding negara berkembang lainnya. Selain itu sosialisasi tentang pendidikan juga merupakan penyebab kurang pahamiannya masyarakat tentang pentingnya pendidikan (UNESCO, 2012).

Pendidikan suatu bangsa dapat dikatakan berkualitas apabila dapat memberikan perubahan kemampuan, pengetahuan, keterampilan yang lebih baik pada peserta didik. Peningkatan mutu peserta didik dapat dilihat dari tingginya tingkat prestasi belajar siswa, sedangkan tingginya prestasi belajar siswa dapat dipengaruhi oleh besarnya motivasi siswa dalam belajar dan berkonsentrasi. Menurut UU no. 19 tahun 2005 dalam Widyastuti (2010) untuk menumbuhkan motivasi belajar peserta didik, proses pembelajaran dapat diselenggarakan secara interaktif, inspiratif, menyenangkan dan menantang. Selain itu dengan memberikan ruang yang cukup untuk prakarsa, kreativitas, kemandirian dan bakat peserta didik dapat menjadikan peserta didik termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Dalam konsep ajaran islam secara jelas telah ditunjukkan oleh Allah SWT, dalam firman-Nya surah Al-Baqarah ayat 31-32 :

وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ
هَٰؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ﴿٣١﴾ قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا
عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ﴿٣٢﴾

Artinya : dan dia mengajarkan kepada adam nama-nama (benda-benda) seluruhnya kemudian mengemukakannya kepada para malaikat lalu berfirman “Sebutlah kepada-Ku nama-nama benda itu jika kamu memang orang-orang yang benar!” mereka menjawab : Maha Suci engkau, tidak ada yang kami ketahui selain dari apa yang telah engkau ajarkan kepada kami : Sesungguhnya Engkaulah yang Maha Mengetahui lagi maha Bijaksana (Q.S Al-Baqarah: 2 : 31-32)

Al-Quran surah Al-Baqarah: 2 : 31-32 Allah SWT menunjukkan suatu keistimewaan yang telah dikaruniakannya kepada Nabi Adam AS yang tidak pernah dikaruniakan-Nya kepada makhluk-makhluk-Nya yang lain, yaitu ilmu pengetahuan dan kekuatan akal dan daya pikir yang memungkinkannya untuk mempelajari sesuatu dengan sedalam-dalamnya. Kelebihan ini diturunkan pula kepada keturunannya, yaitu umat manusia (ialah Nabi Adam dan keturunannya) lebih patut daripada malaikat untuk dijadikan khalifah. Ayat ini mengandung pelajaran bahwa manusia yang telah dikaruniakan ilmu pengetahuan yang lebih banyak daripada makhluk Allah yang lainnya, hendaklah selalu mensyukuri nikmat tersebut, serta tidak menjadi sombong dan angkuh karena ilmu pengetahuan serta kekuatan akal dan daya pikir yang dimilikinya (Khon & Abdul, 2012).

Ellis & Knaus dalam Ghufroon (2014) menyatakan bahwa dalam kajian psikologi fenomena menunda pekerjaan dikenal dengan istilah *prokrastinasi*. Fenomena *prokrastinasi* terjadi di setiap bidang kehidupan, salah satunya adalah dalam bidang akademik. Stell (2007) menyatakan bahwa *prokrastinasi* itu sendiri merupakan perilaku menunda-nunda yang dilakukan secara sengaja terhadap suatu pengerjaan tugas, meskipun kita tahu dampak negatif yang akan terjadi. Penunda-nundaan tugas inilah yang membuat siswa tidak bisa mencapai prestasi yang baik.

Solomon dan Rothblum dalam Rahmayati (2010) menemukan jika 50% sampai dengan 90% *prokrastinasi* akademik terjadi pada pelajar. Penelitian menunjukkan dari 323 mahasiswa melalui *self report* data *prokrastinasi* (penundaan) teridentifikasi bahwa 46% selalu melakukan *prokrastinasi* pada tugas menulis makalah, pada tugas belajar untuk ujian terdapat 27,6 % dan 30,1% melakukan *prokrastinasi* untuk membaca tugas mingguan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Kartadinata & Tjundjing (2008) di salah satu sekolah di Surabaya menyebutkan alasan terbesar yang

membuat siswa melakukan penundaan adalah rasa malas mengerjakan tugas dan banyak tugas lain yang harus dikerjakan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian Kuantitatif, desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, populasi sebanyak 175 siswa kelas XI. Cara menentukan responden dengan teknik *proportionate stratified random sampling* dengan jumlah 50 siswa. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Uji validitas dan reliabilitas menggunakan *pearson product moment* dan *alpha cronbach*. Analisis data menggunakan uji statistik *chi-square*

HASIL PENELITIAN

Analisis Bivariat

Tabel 4.1 Tabulasi silang hubungan prokrastinasi akademik dengan konsentrasi belajar pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta

Prokrastinasi	Konsentrasi				Total		X ² Hit	P-value
	Tidak konsentrasi		konsentrasi		F	%		
	F	%	F	%				
Ringan	1	2	9	18	10	20	19.780	.000
Sedang	14	28	12	24	26	54		
Berat	14	28	0	0	14	42		
Total	29	58	21	42	50	100		

Sumber : Data primer, 2016

Tabel 4.1 menunjukkan hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai X² hitung sebesar 19,780 dengan perbandingan nilai X² tabel dengan derajat kebebasan 2 dan taraf signifikansi 5% adalah sebesar 5.991 maka X² hitung > 5.991 serta signifikansi 0.000 (p-value <0.05). Dengan demikian dapat diinterpretasikan bahwa ada hubungan Prokrastinasi akademik dengan konsentrasi belajar pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta.

Tabel 4.2 Tabulasi silang hubungan prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta

Prokrastinasi	Prestasi				Total		X ² Hit	P-value
	Tidak berprestasi		Berprestasi		F	%		
	F	%	F	%				
Ringan	0	0	10	20	10	20	19.780	.000
Sedang	8	16	18	36	26	52		
Berat	12	24	2	4	14	28		
Total	20	40	30	60	50	100		

Sumber : Data primer, 2016

Tabel 4.2 menunjukkan hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai X² hitung sebesar 19,780 dengan perbandingan nilai X² tabel dengan derajat kebebasan 2 dan taraf signifikansi 5% adalah sebesar 5.991 maka X² hitung > 5.991 serta signifikansi 0.000 (p-value <0.05). Dengan demikian dapat diinterpretasikan bahwa ada hubungan Prokrastinasi akademik dengan konsentrasi belajar pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta

Tabel 4.3 Tabulasi silang hubungan Konsentrasi belajar dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta

Konsentrasi	Prestasi				Total		X Hit	p-value
	Tidak berprestasi		Berprestasi		F	%		
	F	%	F	%				
Tidak Berkonsentrasi	18	36	11	22	29	58	14.012	.000
Berkonsentrasi	2	4	19	38	21	42		
Total	20	40	30	60	50	100		

Sumber : Data primer, 2016

Tabel 4.3 menunjukkan hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai X^2 hitung sebesar 14.012 dengan perbandingan nilai X^2 tabel dengan derajat kebebasan 1 dan taraf signifikansi 5% adalah sebesar 3.841 maka X^2 hitung > 3.841 serta signifikansi 0.000 (p-value <0.05). Dengan demikian dapat disimpulkan konsentrasi belajar dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta

PEMBAHASAN

Hubungan Prokrastinasi akademik dengan konsentrasi belajar pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta

Hasil penelitian menunjukkan jika terdapat hubungan prokrastinasi akademik dengan konsentrasi belajar pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta, dibuktikan dengan nilai p-value 0.000. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Catrunada (2008) menyatakan jika mahasiswa yang melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan penyusunan skripsi mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi dengan baik dalam menyelesaikan tugas skripsinya, sehingga skripsi tidak dapat selesai tepat waktu.

Tabel 4.1 menunjukkan jika 14 responden melakukan prokrastinasi berat dan 14 responden melakukan prokrastinasi sedang. Responden yang melakukan prokrastinasi juga mengalami hilangnya konsentrasi saat pelajaran. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Surijah (2007) menyebutkan jika sebagian besar mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Dampak yang ditimbulkan oleh prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa yaitu banyaknya waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna, penurunan produktivitas, memberi pengaruh pada disfungsi psikologi individu dan penurunan daya ingat serta konsentrasi.

Penurunan konsentrasi pada individu yang melakukan prokrastinasi dikarenakan sedang menghadapi deadline dan menjadi tekanan pada psikologis. Menurut Solomon & Rothbum dalam Rumiani (2006) terdapat beberapa kerugian yang disebabkan karena seseorang melakukan prokrastinasi akademik yaitu tugas tidak terselesaikan sehingga menyebabkan kecemasan sepanjang waktu dalam mengerjakan tugas, menyebabkan kesalahan tinggi karena mengerjakan tugas dalam waktu yang sempit dan sulit berkonsentrasi saat mengerjakan tugas karena adanya perasaan cemas tugas tidak dapat terselesaikan dengan tepat waktu.

Menurut Ferrari dalam Ghuftron (2014) prokrastinasi akademik merupakan kegiatan siswa untuk menunda tugas-tugas akademik sehingga dapat mempengaruhi psikologis siswa dan konsentrasi saat belajar.

Hubungan Prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta.

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5

Yogyakarta. Sejalan dengan penelitian Ahmaini (2010) yang menemukan terdapat hubungan antara prokrastinasi dengan prestasi akademik. Penelitian lain juga menunjukkan jika terdapat hubungan antara prokrastinasi dengan prestasi akademik seseorang yaitu dengan hasil nilai korelasi $r=0,35$; $p < 0,01$ (Kuhnle, Hofer & Kilian, 2011).

Tjungjing (2006) menyebutkan bahwa prokrastinasi berkorelasi negatif dengan prestasi akademik. Semakin tinggi tingkat prokrastinasi individu, semakin rendah prestasi akademik yang diperoleh. Secara teoretis, hasil ini dapat dijelaskan berdasarkan gangguan fungsi psikologis individu. Individu yang berprokrastinasi umumnya tidak memberikan perhatian penuh pada tugas yang dihadapi. Gangguan psikologis tersebut juga mempengaruhi konsentrasi dan umumnya akan disertai pula dengan emosi negatif, khususnya ketika tenggat waktu sudah semakin mendekat. Akibatnya kinerja individu menurun dan prestasi kerja yang ditampilkan menjadi tidak optimal.

Penelitian ini menunjukkan terdapat 12 responden yang melakukan prokrastinasi berat dan tidak berprestasi serta 8 responden lainnya melakukan prokrastinasi sedang dan tidak berprestasi. Hal ini menunjukkan responden yang melakukan prokrastinasi mempunyai nilai yang dibawah rata-rata atau tidak berprestasi. Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Kartadinata (2008) yang mengatakan jika mahasiswa yang melakukan prokrastinasi dikarenakan tidak dapat mengatur waktu menyebabkan rendahnya prestasi akademik. Surijah (2007) juga menambahkan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akan lebih lama untuk menyelesaikan masa studi dengan prestasi yang rendah. Hal ini dikarenakan seorang yang cenderung melaksanakan prokrastinasi akan mengerjakan tugas pada saat *deadline*, sehingga tugas tidak dapat dikerjakan dengan baik dan tidak mendapat hasil yang optimal. Seperti yang dikemukakan Pangestu (2014) terdapat efek negatif yang ditimbulkan oleh prokrastinasi yaitu dapat menyebabkan seseorang mendapat nilai akademik yang jelek, mudah marah, rasa frustrasi dan tugas yang diberikan tidak dapat terselesaikan dengan baik.

Hubungan konsentrasi belajar dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat hubungan antara konsentrasi belajar dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nisa (2008) yang menyebutkan jika terdapat hubungan dan bermakna antara konsentrasi dan prestasi belajar. Penelitian tersebut menyatakan jika semakin tinggi konsentrasi seseorang dikelas dalam memperhatikan pelajaran, maka semakin tinggi nilai prestasi yang didapat.

Konsentrasi tinggi sangat dibutuhkan agar siswa dapat memahami materi yang disampaikan oleh guru sehingga siswa mudah mengerti dan mengingat pelajaran serta dapat dengan mudah mengerjakan soal ujian atau pertanyaan yang berkaitan dengan materi yang telah disampaikan. Hasil penelitian ini menunjukkan 18 responden yang tidak berkonsentrasi dan tidak berprestasi serta 19 responden lainnya berkonsentrasi dan berprestasi hal ini menunjukkan jika siswa yang berkonsentrasi mempunyai prestasi yang tinggi dan siswa yang tidak berkonsentrasi mempunyai prestasi yang rendah atau tidak berprestasi. Hasil ini didukung oleh pendapat Tu'u dalam Tristiar (2010) menyatakan bahwa perhatian atau konsentrasi yang tinggi pada pelajaran memberikan dampak yang baik bagi prestasi belajar siswa itu, sedangkan konsentrasi yang rendah menyebabkan prestasi akademik yang buruk.

Menurut Patersen dalam Tristiar (2010) kesulitan anak untuk melakukan konsentrasi merupakan sumber penyebab timbulnya frustrasi dan ketidakmampuan untuk berprestasi walaupun sebenarnya mereka merupakan anak yang cerdas dan berbakat. Dengan meningkatkan konsentrasi siswa dapat mengoptimalkan kemampuannya dalam merespon dan menginterpretasikan pelajaran yang sedang dipelajari sehingga akan berpengaruh baik pada prestasi belajar siswa.

Selain itu Surya (2009) menyatakan jika optimal atau tidaknya hasil belajar siswa tergantung dari kemampuan anak untuk melakukan konsentrasi dan salah satu cara untuk meningkatkan konsentrasi siswa yaitu dengan mengembangkan sikap kritis pada dalam belajar. Hal tersebut mengindikasikan bahwa konsentrasi sangat menentukan tingkat keberhasilan siswa dalam belajar sehingga berpengaruh pada prestasi belajarnya. Tingginya konsentrasi pada siswa selama mengikuti pelajaran menjadikan daya serap siswa untuk memahami isi materi lebih mudah sehingga siswa akan lebih mengingat isi materi yang telah disampaikan.

Berdasarkan penelitian ini didapatkan jika kebiasaan dalam melakukan penundaan untuk mulai mengerjakan tugas atau menyelesaikannya dapat mempengaruhi konsentrasi belajar seorang siswa. Menurut Aviana (2015) siswa yang tidak dapat berkonsentrasi dengan baik saat pelajaran mengakibatkan daya serap otak pada materi yang diberikan tidak maksimal. Terutama pada waktu yang telah *deadline* untuk mengerjakan tugas menyebabkan perasaan cemas jika tugas tidak dapat selesai tepat pada waktunya, serta hasil akhir tugas tidak sempurna dan menyebabkan nilai tugas kurang dari rata-rata. Sehingga prestasi akademik juga menjadi rendah.

Allah berfirman dalam Q.S. Shaat ayat 29 yang berbunyi :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ
الْقُلُوبُ ﴿٢٩﴾

Artinya: “ini adalah sebuah kitab yang Kami turunkan kepadamu penuh dengan keberkahan supaya mereka memperhatikan ayat-ayatnya, dan supaya mendapat pelajaran orang-orang yang mempunyai pikiran (QS. Shaat ayat 29).

Berdasarkan ayat tersebut telah dijelaskan jika Allah SWT menunjukkan suatu keistimewaan yang telah dikaruniakannya kepada manusia yang tidak pernah dikaruniakan-Nya kepada makhluk-makhluk-Nya yang lain, yaitu ilmu pengetahuan dan kekuatan akal dan daya pikir yang memungkinkannya untuk mempelajari sesuatu dengan sedalamdalamnya. Ayat ini mengandung pelajaran bahwa manusia yang telah dikaruniakan ilmu pikiran agar dapat memanfaatkan dengan sebaik-baiknya salah satunya dengan cara menuntut ilmu dan belajar di sekolah. Dalam menuntut ilmu siswa harus berkonsentrasi secara penuh agar ilmu yang di dapat dipahami dengan baik sehingga mendapatkan hasil prestasi akademik yang baik pula.

SIMPULAN

1. Ada hubungan prokrastinasi akademik dengan Konsentrasi belajar pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta.
2. Ada hubungan prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta
3. Ada hubungan konsentrasi belajar dengan prestasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta.

SARAN

1. Bagi siswa SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta

Penting bagi siswa menyadari bahwa prokrastinasi akademik dapat merugikan diri sendiri oleh sebab itu perlu dihindari dengan salah satu cara yaitu meningkatkan keinginan dalam diri untuk lebih berprestasi. Serta diharapkan siswa mampu membenahi diri dalam mengolah waktu dan menggunakan waktu yang ada untuk sebaik-baiknya agar tidak banyak waktu yang terbuang untuk hal yang tidak bermanfaat.

2. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi para peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang prokrastinasi disarankan untuk mempertimbangkan berbagai faktor lain yang dapat mempengaruhi individu untuk melakukan prokrastinasi seperti kecerdasan emosi, motivasi berprestasi, tingkat stres akademik dan sebagainya. Serta diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperhatikan waktu pengambilan data terutama pada pengambilan data prestasi akademik sehingga tidak mengambil hasil prestasi yang lalu.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmainsi, D. 2010. *Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa Yang Aktif Dengan Yang Tidak Aktif Dalam Organisasi Kemahasiswaan USU*. Skripsi. Sumatra Utara : USU

Aviana, R. 2015. *Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Daya Pemahaman Materi Pada Pembelajaran Kimia Di SMA Negeri 2 Batang*. *Jurnal Pendidikan Sains Vol 3 No.1*

Catrunada, L & Puspitawati, I. 2008. *Procrastinasi Taks Differences On Thesis Intervert An extrovert*. Available from <http://papers.gunadarma.ac.id/index.php/psychology/articel/229/208> [Accessed 25 Agustus 2016].

Departemen Agama Republik Indonesia. 2012. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Surabaya:Hidayah.

Ghufroon, M & Risnawati, R. 2014. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Az-Ruzz Media.

Kartadinata, I & Tjundjing, S. 2008. *I Love You Tomorrow : Prokrastinasi Akademik Dan Manajemen Waktu*. *Anima : Indonesia Psychological Journal* 2008, Vol. 23(2).

Khon & Abdul M. 2012. *Hadis Tarbawi : Hadis-Hadis Pendidikan* . Jakarta : Kencana Prenada Group.

Nisa, A. 2008. *Pengaruh Konsentrasi Dan Usaha Siswa Dalam Mengatasi Kesulitan Mempelajari Kimia Dengan Prestasi Belajar Kimia Siswa Kelas X Semeseter 2 SMAN 1 Srandakan Tahun Ajaran 2007/2008*. Yogyakarta : UIN Sunan Kali Jaga

Rumiani. 2006. *Prokrastinasi Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stres Mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. Vol 3(2)

- Slameto. 2013. *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Stell, E. 2007. *The Nature Of Procrastination A Meta-Analytic And Theoretical Review Of Quintess Ential Self-Regulatory Failure*. Psychological Bulletin Jurnal 133 (1).
- Surijah, E., A. 2007. *Mahasiswa Versus Tugas; Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik Dengan Conscientiousness*. Skripsi. Universitas Surabaya.
- Suryabrata. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raya Grafindo Persada.
- Surya, H. 2009. *Menjadi Manusia Pembelajar*. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Syah, M. 2013. *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Tjungjing, S. 2006. *Apakah Prokrastinasi Menurunkan Prestasi. Sebuah Meta Analisis*. Anima Indonesia Psychological Jurnal Vol 22 No. 1
- Tristiar, A.,A. 2013. *Pengaruh Konsentrasi Dan Kemampuan Berfikir Kritis Terhadap Prestasi Belajar IPS Siswa Kelas V SDN Manisrejo 1 Kabupaten Magetan*. Naskah Publikasi : IKIP PGRI Madiun.
- Widyastuti, R. 2010. *Hubungan Motivasi Belajar dan Hasil Tes Intelegensi dengan Prestasi Belajar*. Skripsi: Universitas Sebelas Maret.

