HUBUNGAN PERENCANAAN KARIR DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SMA NEGERI 5 LANGSA

SKRIPSI

Oleh:

KHAIRA HANIYA
3022020026

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam



FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) LANGSA
2025 M / 1446 H

LEMBAR PENGESAHAN

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Langsa Untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Sosial (S.Sos) Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh:

KHAIRA HANIYA
3022020026

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Disetujui Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
Marimbun, M.Pd	**Nengsih, M.Pd**
NIP: 198811242019031004	**NIP: 19860522 202012 2 2009**

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Langsa Dinyatakan Lulus Dan Diterima Sebagai Tugas Akhir Penyelesaian Program Sarjana (S-1) Dalam Ilmu Bimbingan Dan Konseling Islam

Pada Hari/Tanggal:

Selasa/ 11 Februari 2025 M

12 Sya'ban 1446 H

PANITIA SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Ketua	Sekretaris
Marimbun, M.Pd	**Nengsih, M.Pd**
NIP. 198811242019031004	NIP. 198605222020122019
Penguji I	Penguji II
Sabrida M. Ilyas, M. Ed	**Dedy Surya, M.Psi**
NIP. 19740105 202321 1 2 010	NIP. 199107172018011001

Mengetahui
Dekan Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Langsa

Dr. T. Wildan, M.A
NIP. 19841128201903 1 002

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama	**: Khaira Haniya**
Nim	**: 3022020026**
Fakultas / Prodi	**: FUAD / Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)**
Alamat	**: Gp.Timbang Langsa,Kec.Langsa Baro**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang ditulis dengan judul "***Hubungan Perencanaan Karir dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Negeri 5 Langsa***" untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan merupakan hasil karya saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapatdibuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima segala sanksi yang diberikan atas perbuatan saya tersebut.

Langsa, 15 Januari 2025
Yang membuat pernyataan



Khaira Haniya
NIM. 3022020026

MOTTO

“Bukan kesulitan yg membuat kita takut tetapi sering kali ketakutanlah yg membuat semuanya jadi sulit, jadi jangan mudah menyerah”

-Khaira Haniya

“Aku membahayakan nyawa ibu untuk lahir kedunia, jadi tidak mungkkin aku tidak ada artinya”

ABSTRAK

Khaira Haniya. 2025.Hubungan Perencanaan Karir dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Negeri 5 Langsa.Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Langsa.

Masa remaja merupakan fase kuarsial dalam kehidupan individu, dimana banyak keputusan penting terkait masa depan mulai dirancang, termasuk dalam hal pendidikan dan karir. Pada jenjang sekolah menengah atas (SMA), siswa diharapkan mulai memiliki arah dan tujuan yang jelas mengenai langah yang akan diambil setelah lulus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat perencanaan karir, tingkat prokrastinasi akademik pada siswa, serta hubungan antara perencanaan karir dengan prokrastinasi akademik pada SMA Negeri 5 Langsa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksplanatori untuk menguji hubungan kasual antara variabel melalui survei. Dari hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa cenderung menunda dalam menyelesaikan tugas meskipun sudah diberikan waktu yang cukup lama, hal ini berkaitan dengan rendahnya motivasi akademik yang dipengaruhi oleh ketidakjelasan tujuan karir setelah lulus. Penelitian dilakukan di SMA N 5 Langsa pada Juli 2024, dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner yang dianalisis secara statistik menggunakan SPSS dengan jumlah sampel 247 siswa. Dari keempat indikator prokrastinasi akademik, di dominasikan oleh indikator adanya kecenderungan melakukan aktivitas lain sebesar 73% sedangkan dari ketiga indikator perencanaan karir di dominasikan oleh indikator pemahaman dan pengetahuan dalam dunia kerja sebesar 60% dan Hasil keseluruhan penelitian di SMA Negeri 5 Langsa menunjukkan mayoritas siswa (83,8%) memiliki perencanaan karir kategori sedang, sementara 8,1% rendah dan 8,1% tinggi. Tingkat prokrastinasi akademik didominasi oleh kategori tinggi (81,8%), dengan 15,8% sedang dan 2,4% rendah. Hal ini menunjukkan bahwa perencanaan karir siswa umumnya kurang matang serta kebiasaan menunda tugas yang signifikan. Penelitian menemukan hubungan positif yang kuat antara perencanaan karir dan prokrastinasi akademik (r=0,656), di mana perencanaan karir yang lebih baik berkorelasi dengan tingkat prokrastinasi yang lebih rendah.

Kata Kunci:Hubungan, Perencanaan Karir, Prokrastinasi Akademik

ABSTRACT

Khaira Haniya. 2025. The Relationship between Career Planning and Academic Procrastination in Students of SMA Negeri 5 Langsa. Thesis of Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Ushuluddin Adab and Da'wah, IAIN Langsa.

Most students of SMA N 5 Langsa tend to postpone assignments due to lack of career planning. Female students prefer to get married, while male students tend to work after graduation. Students feel that report card grades are less relevant than work experience, so they often do assignments close to the deadline even though they are given a long time beforehand. This study aims to determine the level of career planning, the level of academic procrastination in students, and the relationship between career planning and academic procrastination at SMA Negeri 5 Langsa. This study uses a quantitative method with an explanatory approach to test the causal relationship between variables through a survey. The study was conducted at SMA N 5 Langsa in July 2024, with data collection using a questionnaire that was statistically analyzed using SPSS with a sample size of 247 students. The results of the study at SMA Negeri 5 Langsa showed that the majority of students (83.8%) had moderate career planning, while 8.1% were low and 8.1% were high. The level of academic procrastination was dominated by the high category (81.8%), with 15.8% moderate and 2.4% low. This shows that students' career planning is generally less mature and the habit of postponing assignments is significant. The study found a strong positive relationship between career planning and academic procrastination (r=0.656), where better career planning was correlated with lower levels of procrastination.

Keywords: Relationships, Career Planning, Academic Procrastination

KATA PENGANTAR

Peneliti mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kesehatan, kepercayaan untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Hubungan Perencanaan Karir dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Negeri 5 Langsa**". Shalawat serta salam penulis sampaikan kepada Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi wasallam yang telah membawa ummat kepada terangnya zaman dan menjadi ummat terbaik.

Peneliti menyadari bahwa dalam pelaksanaan dan penulisan penelitian ini, banyak pihak yang telah memberikan saran, bimbingan, nasehat, pengorbanan, dan bantuan yang sangat berharga untuk penyelesaian penulisan penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan jalan dan petunjuk selama penyusunan skripsi ini.
2. Cinta pertama dan panutanku, Bapak Syafrizal,SE beliau mampu mendidik penulis, memberikan semangat, motivasi, serta dukungan dari segi finansial sehingga penulis dapat menyelesaikan studinya sampai sarjana, dan terimakasih sudah menjadi tempat curhat ternyaman untuk anak perempuan pertamamu ini.
3. Pintu surgaku, Ibu Badariah, beliau memang tidak bergelar sarjana namun beliau mampu mendidik penulis dengan caranya, serta terima kasih sebesar-besarnya penulis berikan kepada beliau atas segala bentuk

bantuan, dan doa yang diberikan selama ini. Terimakasih atas segala nasihat dan saran yang selalu diberikan meski terkadang pikiran kita tak sejalan, terimakasih atas kesabaran dan kebesaran hati menghadapi penulis.

4. Adik kandungku satu-satunya Syafiya Andhani, terima kasih selalu menjadi motivasi dalam diri untuk menunjukan yang terbaik kepadamu. Tumbuh lah menjadi versi terhebat.
5. Bapak Prof.Dr. Ismail Fahmi Arrauf Nasution, MA. Selaku Rektor IAIN Langsa.
6. Bapak Dr. T. Wildan, MA. Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah.
7. Bapak Marimbun, M.Pd. Selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.
8. Bapak Marimbun, M.Pd. Selaku pembimbing I yang sudah senantiasa membantu peneliti dan meluangkan waktunya untuk memberikan saran dan masukan selama penulisan skripsi ini.
9. Ibu Nengsih, M.Pd. Selaku pembimbing II yang sudah senantiasa membantu peneliti dan meluangkan waktunya untuk mebrikan saran dan masukan selama penulisan skripsi.
10. Semua para dosen yang telah mendidik saya, serta seluruh Civitas Akademika yang telah membantu saya dalam menempuh pendidikan hingga selesai.

11. Kepada para responden dan sekolah yang sudah menerima saya dengan baik dalam proses penelitian dilakukan,.
12. Kepada sahabatku Annas Tasya Nst. Terima kasih sudah menjadi sahabat terbaik penulis, menemani proses saya dalam penyusunan skripsi, memberikan semangat disaat penulis merasa sedih, terima kasih selalu ada dalam masa-masa sulit saya.
13. Kepada seseorang yang tak kalah pentingnya yang sudah membersamai penulis selama 5 tahun lebih, yang telah menemani, menghibur, mendukung dan mendengarkan keluh kesah penulis serta memberikan semangat untuk tidak pantang menyerah.
14. Teruntuk sahabat terbaik saya Mustika Deliam, Intan Maulina, Anisah Lestari, Rida Fitria Lestari dan Elsa Ardianti terima kasih telah menjadi teman terbaik penulis selama masa perkulihan yang selalu memberikan semangat serta canda tawa kepada saya, *I love you guys.*
15. Apresiasi sebesar-besarnya untuk diri sendiri yang sudah bertahan sejauh ini. Mampu melewati proses skripsian ini sambil bekerja, tidak mudah melewati semuanya, tetapi kamu bisa melewatinya. Saya bangga dengan diri saya sendiri.
16. Semua pihak yang telah memberikan bantuan secara langsung maupun tidak langsung kepada peneliti dalam proses penulisan.

Kami menghargai semua bantuan dan dukungan yang telah anda berikan kepada penulis. Semoha Allah SWT membalas Anda semua dengan balasan yang setimpal dan penulis berharap skripsi ini dapat memberikan informasi yang

berharga dan bermanfaat bagi pembaca. penulis sangat menghargai segala kritik dan saran yang di berikan oleh pembaca.

Langsa, 15 Januari 2025
Peneliti,

Khaira Haniya
NIM. 3022020026

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ..... **i**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **ii**
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ..... **iii**
MOTTO ..... **iv**
ABSTRAK ..... **v**
ABSTRACT ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **xi**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Identifikasi Masalah 6
C. Rumusan Masalah 7
D. Tujuan Penelitian 7
E. Manfaat Penelitian 8
F. Sistematika Pembahasan 8

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **10**
A. Kerangka Teoritis 10
1. Prokrastinasi Akademik 10
2. Perencanaan Karir 15
B. Penelitian yang Relevan 19
C. Kerangka Konseptual 21
D. Hipotesis 23

BAB III METODE PENELITIAN **24**
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian 24
B. Tempat dan Waktu Penelitian 25

C. Identifikasi Variabel 25
D. Definisi Operasional 26
E. Populasi dan Sampel 27
F. Teknik Pengumpulan Data..... 29
G. Pengembangan Instrumen Penelitian 30
H. Pelaksanaan Skoring 34
I. Prosedur Pelaksanaan Penelitian..... 36
J. Teknik Analisis Data..... 37
K. Uji Hipotesis 39

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... 44

A. Hasil Penelitian 44
B. Pembahasan 46

BAB V PENUTUP..... 59

A. Kesimpulan 59
B. Saran 60

DAFTAR PUSTAKA..... 61

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi 27
Tabel 3.2 Indikator Kuesioner..... 30
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas..... 32
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas..... 33
Tabel 3.5 Ketentuan Penskoran 34
Tabel 3.6 Kisi-Kisi Butir Instrumen 35
Tabel 4.1 Skor Hipotetik dan Empirik Variabel Perencanaan Karir..... 40
Tabel 4.2 Kategorisasi Variabel Perencanaan Karir 41
Tabel 4.3 Hasil Persentase Variabel Perencanaan Karir..... 41
Tabel 4.4 Skor Hipotetik dan Empirik Variabel Prokrastinasi Akademik..... 42
Tabel 4.5 Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik 42
Tabel 4.6 Hasil Persentase Variabel Prokrastinasi Akademik..... 43
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas 44
Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas..... 44
Tabel 4.9 Pedoman Kekuatan Hubungan..... 45
Tabel 4.10 Hasil Uji Hipotesis..... 46
Tabel 4.11 Tingkat Perencanaan Karir Siswa..... 47
Tabel 4.12 Tingkat Prokrastinasi Akademik..... 50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian 63
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian 64
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas 65
Lampiran 4 Hasil Tabulasi Data Kuesioner Variabel Perencanaan Karir 69
Lampiran 5 Hasil Tabulasi Data Kuesioner Variabel Prokrastinasi Akademik 76
Lampiran 6 Hasil Analisis Deskriptif 88
Lampiran 7 Hasil Uji Validitas Perencanaan Karir 90
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas Prokrastinasi Akademik 93
Lampiran 9 Dokumentasi 99
Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup 101

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Siswa SMA adalah individu yang sedang menempuh pendidikan di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Rentang usia siswa SMA biasanya berkisar antara 15 hingga 18 tahun, di mana mereka memasuki masa remaja yang kritis dalam perkembangan fisik, emosional, sosial, dan intelektual mereka. Siswa SMA secara umum sedang berada pada tahap penting dalam pendidikan yang akan mempersiapkan mereka untuk melanjutkan studi di perguruan tinggi atau memasuki dunia kerja. Karena mereka sedang berada di tahap akan melanjutkan Pendidikan atau memasuki dunia kerja, maka mereka tentunya mendapatkan tugas yang banyak dari sekolahnya dalam rangka mempersiapkan mereka agar ilmu mereka matang setelah lulus dari sekolah.

Menurut Havighurst, tugas-tugas perkembangannya setelah lulus dari sekolah, yaitu melanjutkan Pendidikan, bekerja, menikah, memulai keluarga, membesarkan anak, menerima tanggung jawab kewarganegaraan, dan menjalin ikatan dengan organisasi tertentu. Tidak diragukan lagi ada banyak kesulitan dan hambatan dalam melaksanakan tugas-tugas ini. Mirip dengan ini, siswa tidak diragukan lagi memiliki banyak pekerjaan akademis yang harus diselesaikan. Siswa sering menunda atau menunda menyelesaikan pekerjaan rumah saat mengerjakan hal-hal ini. Penundaan akademis merupakan hambatan untuk menyelesaikan kegiatan perkembangan karena praktik menunda dapat merusak kinerja akademis dan persiapan masa depan untuk menghadapi rintangan hidup.

Prokrastinasi akademik, menurut Ghufron, adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kecenderungan untuk menunda menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang terkait dengan kegiatan akademik. Orang-orang sengaja menunda-nunda ini secara teratur, yang mengarah pada emosi yang tidak nyaman seperti panik, bersalah, khawatir, dan sebagainya. Kecenderungan menunda-nunda siswa juga sering terlihat di kelas. Salah satu tugas akademik yang sering ditunda siswa adalah pekerjaan rumah (PR), yang diberikan oleh guru mereka.[1]

Menurut pendapat yang dikemukakan oleh Aprilina, Orang yang menunda-nunda pekerjaan tidak benar-benar menghindari atau tidak ingin tahu tentang tugas yang harus mereka selesaikan. Namun, orang-orang hanya mengalihkan fokus dan pikiran mereka, menunda penyelesaian tugas dan membuat mereka tidak dapat menyelesaikannya tepat waktu. Perhatian utama orang-orang sekarang adalah pada kegiatan yang lebih menyenangkan daripada tugas dan pendidikan mereka. Inilah alasan mengapa siswa mengabaikan tugas mereka; mereka memilih untuk terlibat dalam kegiatan lain yang mereka yakini akan membuat mereka bahagia daripada menyelesaikan tugas mereka. Namun, mereka juga percaya bahwa tugas dapat diselesaikan kapan saja mereka mau karena mereka belum memenuhi tenggat waktu.[2]

Menurut penelitian sebelumnya, sejumlah faktor, seperti kurangnya pengaturan diri, motivasi rendah, lokus pengendalian diri eksternal,

---

[1] Miftahul Hasanah, Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Perilaku Mencontek pada Siswa SMK "X" di Yogyakarya, *Jurnal Psikologi Integratif*, Vo. 4 Nomor 2, 2016, h.128-137

[2] Aprilina Ramadhani1, Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Tidak Bekerja, *Psikoborneo*, Vol 4, No 3, 2019: 383-390

perfeksionisme, manajemen waktu yang buruk, kurangnya pengendalian diri, kesadaran diri, harga diri rendah, kurangnya efikasi diri, dan kecemasan sosial, dapat memprediksi penundaan. Menurut penelitian Bruno, penundaan memengaruhi lebih dari 60% siswa. Siswa bahkan terlihat terlibat dalam aktivitas ini secara teratur. Fenomena penundaan terjadi di seluruh dunia, yang berarti hal itu dapat terjadi di mana saja.

Menurut Kumala, Penundaan terjadi ketika ada lebih sedikit dorongan untuk memulai dan menyelesaikan tugas segera daripada untuk terlibat dalam kegiatan lain. Oleh karena itu, selama ada hal-hal alternatif yang dianggap lebih menyenangkan, perilaku menunda-nunda akan selalu terjadi. Intinya, orang termotivasi oleh keinginan mereka sendiri untuk mengembangkan dan mencapai tingkat aktualisasi dan realisasi diri yang lebih tinggi. Itulah satu-satunya cara orang mencoba menggunakan dorongan batin mereka untuk mencapai tujuan dan aspirasi mereka dan mengarahkan pemikiran mereka ke arah yang lebih positif untuk masa depan. Siswa yang memotivasi diri mereka sendiri memiliki keinginan yang kuat untuk menyelesaikan tugas dan bekerja untuk mencapai hasil terbaik, mengarahkan tujuan hidup mereka, dan memiliki pandangan tentang masa depan untuk kehidupan yang lebih baik dan berkualitas tinggi.[3]

Kebanyakan dari siswa masih belum memiliki motivasi untuk menyusun perencanaan karir ataupun orientasi masa depannya. Padahal, motivasi ini sangat penting untuk memberikan semangat mereka dalam menyusun perencanaan karirnya. Hubungan antara motivasi dan perencanaan karir siswa sangat erat, di

[3] Kumala Ayu, Hubungan Antara Orientasi Masa Depan Dengan Prokrastinasi Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik (Fisipol) Universitas Mulawarman Samarinda, *ejournal Psikologi*, Volume 1, Nomor 3, 2023

mana motivasi yang tinggi mendorong siswa untuk aktif merencanakan masa depan karir mereka dengan menetapkan tujuan, mengeksplorasi berbagai opsi, dan mengambil langkah konkret untuk mencapainya.[4]

Debora menambahkan bahwa banyak anak masih kesulitan mengidentifikasi kemampuan, minat, dan potensi mereka sendiri, yang menyebabkan mereka ragu-ragu ketika harus memilih jurusan sekolah menengah atas. Salah satu alasan mengapa orang gagal merencanakan dan membuat keputusan tentang karier masa depan mereka adalah kurangnya kesadaran tentang berbagai tingkat pendidikan dan pekerjaan yang tersedia saat ini. Akibatnya, sejumlah besar siswa sekolah menengah atas terus berjuang dengan keragu-raguan dalam menentukan pekerjaan. Banyak siswa tidak menyadari alasan mereka bersekolah. Sementara itu, bimbingan dan konseling sekolah tidak secara aktif berkontribusi pada persiapan karier siswa. Akibatnya, mereka tidak memiliki rencana profesional yang matang saat masih bersekolah. Siswa yang tidak memiliki rencana karier masa depan cenderung menunda-nunda.[5]

Perencanaan karir dan prokrastinasi akademik adalah dua aspek penting yang memengaruhi kinerja dan pengembangan siswa di lingkungan pendidikan. Perencanaan karir melibatkan proses pemikiran dan pengambilan keputusan yang terkait dengan tujuan karir seseorang, sedangkan prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk menunda-nunda pekerjaan akademik yang perlu

[4] Debora Vestalia, Motivasi Belajar dan Perencanaan Karir, *Jurnal Psikologi Malahayati*, Volume 3, No.2, September 2021: 95-102

[5] Debora Vestalia, Motivasi Belajar Danperencanaan Karir, *Jurnal Psikologi Malahayati*, Volume 3, No.2, September2021: 95-102

diselesaikan. Hubungan antara kedua konsep ini telah menjadi fokus penelitian yang penting, terutama di kalangan siswa tingkat menengah dan perguruan tinggi.

Berdasarkan hasil observasi awal yang penulis lihat dilapangan, peneliti menemukan bahwa kebanyakan siswa yang ada di SMA N 5 Langsa cenderung melalukan tindakan prokrastinasi akademik karena mereka belum memiliki perencanaan karir dimasa depan. Mereka tidak termotivasi untuk menyusun perencanaan karir karena mereka merasa bahwa ketika mereka selesai sekolah, mereka tidak akan melanjutkan Pendidikan mereka ke bangku perkuliahan. Para siswa Perempuan mempertimbangkan untuk segera menikah setelah tamat sekolah. Sedangkan siswa laki-laki akan memilih mencari kerja daripada lanjut ke perkuliahan. Mereka merasa bahwa dunia kerja tidak terlalu mementingkan nilai raport di sekolah, tetapi lebih mementingkan pengalaman ataupun kemampuan adaptasi dengan lingkungan kerja yang cepat. Karena mereka tidak memiliki motivasi untuk merencanakan karir di masa depan, mereka cenderung suka menunda-nunda tugas yang diberikan oleh gurunya. Hal ini juga dapat dilihat dari fenomena siswa yang suka mengerjakan PR disekolah sebelum PR tersebut dikumpul. Padahal, tugas tersebut sudah diberikan oleh gurunya jauh hari. Hasil observasi awal ini juga mirip dengan pengamatan yang dilakukan oleh Menurut Debora, banyak siswa SMA yang masih ragu dengan pilihan pekerjaan mereka. Banyak siswa yang tidak menyadari alasan mereka bersekolah. Siswa sering kali tidak fokus pada nilai saat mereka bersekolah atau setelah lulus. Sementara itu,

perencanaan karier siswa tidak secara aktif dipengaruhi oleh bimbingan dan konseling sekolah.[6]

Dengan demikian, maka perlu diadakannya penelitian untuk mengetahui apakah perencanaan karir siswa tersebut memiliki hubungan dalam prokrastinasi akademik mereka. Jika siswa ini memiliki perencanaan karir yang jelas, seperti ingin bekerja di perusahaan atau masuk ke kampus tertentu, ia akan lebih termotivasi untuk menyelesaikan tugas tepat waktu dan mungkin juga mencari kesempatan untuk meningkatkan pengalaman dan keterampilannya. Dengan demikian, perencanaan karir yang baik dapat membantu mengurangi prokrastinasi dan mendukung pencapaian tujuan akademis dan profesional.

Berdasarkan penjelasan yang telah peneliti sampaikan di atas, maka dengan ini peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan judul penelitian yaitu **"Hubungan Perencanaan Karir dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Negeri 5 Langsa".**

B. Identifikasi Masalah

Ada beberapa masalah dalam penelitian ini berdasarkan latar belakang masalah yang disebutkan di atas. Daftar berikut mengidentifikasi masalah-masalah tersebut:

1. Siswa di SMA N 5 Langsa masih belum termotivasi untuk memiliki perencanaan karir di masa depan karena siswa Perempuan mempertimbangkan untuk segera menikah setelah tamat sekolah sedangkan siswa laki-laki akan memilih mencari kerja daripada lanjut ke perkuliahan.

[6] Debora Vestalia, Motivasi Belajar Danperencanaan Karir, *Jurnal Psikologi Malahayati*, Volume 3, No.2, September2021: 95-102

2. Para siswa cenderung suka menunda-nunda tugas yang diberikan oleh gurunya karena tidak memiliki perencanaan karir yang membuat mereka semangat dalam mengerjakan tugas di sekolah.
3. Para siswa belum mengenal potensi diri yang dimiliki oleh diri mereka masing-masing.
4. Pelayanan Bimbingan konseling yang ada di sekolah belum berjalan dengan optimal.

C. Rumusan Masalah

Mengingat informasi latar belakang yang diberikan oleh peneliti, pernyataan masalah untuk penelitian ini adalah sebagai berikut, dan dirinci di bawah ini:

1. Bagaimanakah tingkat perencanaan karir pada siswa SMA Negeri 5 Langsa?
2. Bagaimanakah tingkat prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 5 Langsa?
3. Apakah ada hubungan antara perencanaan karir dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 5 Langsa?

D. Tujuan Penelitian

Menurut rumusan masalah tersebut, maka tujuan dari pelaksanaan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat perencanaan karir pada siswa SMA Negeri 5 Langsa.
2. Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 5 Langsa.

3. Untuk mengetahui hubungan antara perencanaan karir dan prokrastinasi akademik pada SMA Negeri 5 Langsa.

E. Manfaat Penelitian

Menurut tujuan penelitian di atas, adapun penelitian ini mempunyai beberapa manfaat antara lain yaitu sebagai berikut yang akan di bawah ini:

1. Manfaat teoritis

   Hasil penelitian yang ada pada penelitian ini dapat di jadikan sebagai sumber pengetahuan mengenai hubungan antara perencanaan karir dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 5 Langsa.

2. Manfaat praktis

   Penelitian ini dapat menjadi manfaat bagi peneliti lainnya sebagai referensi dalam menambah pengetahuan serta bahan rujukan dalam penelitian selanjutnya.

F. Sistematika Penulisan

Pendahuluan, inti, dan penutup akan dibahas dalam esai ini. Tata cara penulisan halaman judul, pernyataan orisinalitas, halaman persetujuan pembimbing, abstrak, kata pengantar, dan daftar isi—tercantum di bagian atas. Tesis ini akan mencakup lima (lima) bab dalam hal substansi, yaitu sebagai berikut:

BAB I : Latar belakang masalah, rumusan, keterbatasan, tujuan dan manfaat penelitian, definisi dan penggunaan terminologi, kerangka teoritis,

penelitian sebelumnya, dan pembahasan metodis semuanya termasuk dalam pendahuluan.

BAB II : Definisi dan informasi tambahan yang berkaitan dengan kajian teoritis dalam penelitian tesis tercantum dalam landasan teoritis.

BAB III : Jenis penelitian, waktu dan lokasi penelitian, sumber data, metode pengumpulan data, dan metode analisis data semuanya merupakan contoh metodologi penelitian.

BAB IV : mencakup analisis statistik dan temuan penelitian yang relevan dengan topik yang dibahas dalam artikel ini.

BAB V : Kesimpulan, rekomendasi, dan pernyataan penutup disertakan dalam bab terakhir. Tesis ini diakhiri dengan daftar riwayat hidup, lampiran, dan daftar pustaka.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah residual atau variabel pengganggu dalam model regresi memiliki distribusi normal. Uji Kolmogorov Smirnov digunakan untuk melakukan proses uji normalitas. Dapat disimpulkan bahwa residual model regresi berdistribusi normal jika nilai signifikansi uji Kolmogorov Smirnov lebih besar dari 0,05 (5%). Uji normalitas lampiran menunjukkan bahwa data penelitian berdistribusi normal karena nilai signifikansi 0,054 lebih besar dari 0,05.

b. Uji Linearitas

Tujuan dari pengujian ini adalah untuk menentukan keakuratan spesifikasi model yang digunakan. Dalam hal ini, teknik atau analisis tabel ANOVA digunakan untuk melakukan pengujian. Nilai koefisien signifikan adalah kriteria yang digunakan untuk menilai apakah garis regresi bersifat linier. Garis regresi dapat dikatakan linier jika koefisien signifikan lebih tinggi dari alfa yang ditetapkan, yaitu 5% atau 0,05. Lampiran makalah ini berisi temuan uji linieritas. Terlihat dari hasil perhitungan bahwa signifikansi uji linieritas adalah 0,266 dan lebih tinggi dari 0,05. Akibatnya, dapat dikatakan bahwa data tersebut linier.

2. Uji Hipotesis

Uji korelasi Pearson product moment digunakan untuk menguji hipotesis menggunakan SPSS 26. Nilai sig < 0,05 (kurang dari 0,05) menunjukkan bahwa hipotesis—yaitu, bahwa ada hubungan antara prokrastinasi akademik dan perencanaan karier—diterima. Tabel 4.1 di bawah ini menunjukkan kriteria untuk menentukan kekuatan hubungan berdasarkan Siregar.

Tabel 4.1 Pedoman Kekuatan Hubungan

No	Nilai Korelasi	Tingkat Hubungan
1	0,00 – 0,199	Sangat Lemah
2	0,20 – 0,399	Lemah
3	0,40 – 0,599	Cukup
4	0,60 – 0,799	Kuat
5	0,80 – 0,100	Sangat Kuat

Angka koefisien korelasi menunjukkan arah korelasi; jika nilai koefisien korelasi berada di antara +1 dan -1, dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut berhubungan dalam arah yang sama. Sebaliknya, jika nilai koefisien korelasi negatif, hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut tidak berhubungan dalam arah yang sama. Lampiran menampilkan temuan uji hipotesis.

Pada hasil perhitungan, telah diketahui nilai pada tabel correlation diketahui memperoleh nilai sig (2-tailed) 0,000 yang dimana nilai sig (2-tailed) 0,000 < lebih kecil dari 0,05 yang artinya adanya hubungan yang signifikan (berarti) antara variabel perencanaan karir dengan prokrastinasi

akademik sehingga Ha diterima Ho ditolak. Hasil dari uji hipotesis juga memperoleh angka koefisien korelasi yaitu sebesar 0,656 yang memiliki arti tingkat kekuatan korelasi (hubungan) antara variabel perencanaan karir dengan prokrastinasi akademik sebesar 0,656 atau dikatakan mempunyai hubungan yang kuat. Adapun angka koefesien korelasi pada hasil data dapat dilihat memiliki nilai positif yaitu 0,656 sehingga jika berhubungan positif maka kedua variabel tersebut bersifat searah (jenis hubungan searah) maka dapat diartikan bahwa semakin tinggi perencanaan karir maka prokrastinasi akademik semakin meningkat dan jika semakin rendahnya perencanaan karir maka prokrastinasi akademik juga semakin menurun. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara perencanaan karir dan prokrastinasi akademik diterima.

B. Pembahasan

1. Tingkat Perencanaan Karir pada Siswa SMA Negeri 5 Langsa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa SMA Negeri 5 Langsa memiliki tingkat perencanaan karir pada kategori sedang. Dari total 247 siswa, sebagian besar, yaitu 207 siswa atau sekitar 83,8%, berada pada kategori perencanaan karir yang sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki perencanaan karir yang cukup matang, meskipun tidak terlalu terfokus atau rinci. Sementara itu, sebanyak 20 siswa (8,1%) memiliki perencanaan karir yang rendah, yang dapat diartikan bahwa mereka mungkin belum memiliki perencanaan yang jelas atau terarah untuk masa depan mereka. Sisa 20 siswa lainnya, yang juga berjumlah 8,1%, tergolong

dalam kategori perencanaan karir tinggi, yang menandakan bahwa mereka sudah memiliki tujuan karir yang jelas dan terstruktur. Adapun tabel mengenai tingkat perencanaan karir siswa dapat dilihat pada tabel yang ada di bawah ini:

Tabel 4.2 Tingkat Perencanaan Karir Siswa

No	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase (%)
1	Rendah	20	8,1 %
2	Sedang	207	83,8 %
3	Tinggi	20	8,1 %
Total		247	100%

Penyebab perbedaan tingkat perencanaan karir siswa di SMA Negeri 5 Langsa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor pertama adalah tingkat pemahaman dan kesadaran siswa tentang pentingnya merencanakan karir sejak dini. Siswa yang berada dalam kategori perencanaan karir rendah belum sepenuhnya menyadari pentingnya memiliki rencana karir yang jelas, atau mereka mungkin belum mendapatkan dorongan yang cukup dari keluarga atau sekolah untuk mengarahkan mereka dalam merencanakan masa depan. Salah satu alasan tingkat perencanaan karir siswa belum optimal adalah terbatasnya akses terhadap informasi pendidikan dan dunia kerja yang relevan. Berdasarkan kuesioner, beberapa siswa mengaku mengalami kesulitan dalam mencari informasi tentang jalur pendidikan yang sesuai atau peluang kerja yang ada. Hal ini menunjukkan perlunya penguatan program bimbingan karir di sekolah, seperti menyediakan sumber daya informasi yang komprehensif, menghadirkan narasumber profesional dari berbagai bidang, atau mengadakan kunjungan lapangan ke institusi pendidikan dan perusahaan.

Dengan demikian, siswa dapat lebih memahami keterkaitan antara pendidikan yang mereka tempuh dengan karir yang diinginkan. Selain itu, kurangnya pemahaman tentang dunia kerja juga menjadi tantangan bagi sebagian siswa. Mereka merasa belum sepenuhnya memahami keterampilan yang dibutuhkan untuk pekerjaan tertentu atau perilaku yang diharapkan di lingkungan kerja. Untuk mengatasi hal ini, sekolah dapat memfasilitasi pelatihan keterampilan kerja dasar atau simulasi dunia kerja.

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Parson dan Williamson (dalam Indra Bangkit Komara) yang menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perencanaan karir seseorang. Salah satu faktor tersebut adalah kemampuan (*abilities*), yang berkaitan dengan kepercayaan diri individu terhadap bakat dan keterampilan yang dimiliki. Kemampuan ini mencakup bidang keterampilan atau seni yang menonjol pada diri seseorang, sehingga dapat menjadi modal dalam memasuki dunia kerja atau melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi sesuai minatnya. Selain itu, minat (*interest)* juga menjadi faktor penting, di mana minat merupakan keinginan yang konsisten dalam diri individu untuk terlibat dalam berbagai aktivitas yang menarik perhatiannya. Minat ini memengaruhi pilihan individu terhadap bidang yang diminati. Faktor lainnya adalah prestasi *(achievement)*, yaitu hasil belajar yang diperoleh dari usaha yang dilakukan oleh individu. [46]

[46] Indra Bangkit Komara, Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar dan Perenanaan Karir Siswa, *Jurnal Psikopedagogia*, Vol. 5, No. 1, 2016, 38-39.

2. Tingkat Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Negeri 5 Langsa

Tingkat prokrastinasi akademik siswa di SMA Negeri 5 Langsa menunjukkan dominasi pada kategori prokrastinasi tinggi. Dari total 247 siswa, sebanyak 202 siswa atau sekitar 81,8% berada dalam kategori prokrastinasi tinggi. Sebagian besar siswa cenderung menunda-nunda tugas atau kegiatan akademik mereka. Sementara itu, sebanyak 39 siswa (15,8%) berada dalam kategori prokrastinasi sedang, menunjukkan bahwa mereka terkadang menunda tugas namun masih dapat menyelesaikannya dalam waktu yang relatif tepat. Hanya sedikit siswa, yaitu 6 siswa (2,4%), yang memiliki tingkat prokrastinasi rendah, yang berarti mereka cenderung menyelesaikan tugas-tugas akademik mereka tepat waktu dan memiliki kebiasaan belajar yang teratur. Hal ini menggambarkan bahwa sebagian besar siswa SMA Negeri 5 Langsa masih menghadapi tantangan dalam mengelola waktu dan disiplin akademik. Adapun tabel mengenai tingkat prokrastinasi akademik siswa dapat dilihat pada tabel yang ada di bawah ini:

Tabel 4.3 Tingkat Prokrastinasi Akademik

No	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase (%)
1	Rendah	6	2,4 %
2	Sedang	39	15,8 %
3	Tinggi	202	81,8 %
Total		**247**	**100%**

Alasan utama mayoritas siswa SMA Negeri 5 Langsa memiliki tingkat prokrastinasi akademik dalam kategori tinggi dapat dikaitkan dengan beban tugas akademik yang semakin meningkat seiring persiapan menuju ujian

akhir. Kondisi ini menyebabkan banyak siswa merasa kewalahan, sehingga mereka cenderung menunda-nunda penyelesaian tugas. Selain itu, siswa dalam kategori ini walaupun memiliki kesadaran terhadap pentingnya menyelesaikan tugas tepat waktu, tetapi kurang mampu mengelola waktu secara efektif, sehingga prokrastinasi tetap terjadi. Sementara itu, siswa yang berada dalam kategori "Tinggi" (15,79%) menunjukkan kecenderungan prokrastinasi yang lebih serius karena disebabkan oleh kurangnya motivasi intrinsik atau kebiasaan buruk dalam mengelola prioritas karena adanya gangguan eksternal seperti terlalu lama menggunakan media sosial secara berlebihan.

Siswa cenderung mengalami prokrastinasi akademik karena berbagai alasan yang berkaitan dengan pola perilaku dan pengelolaan waktu. Mereka sering menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas meskipun menyadari pentingnya tugas tersebut, yang dapat disebabkan oleh kurangnya motivasi atau kebiasaan buruk. Selain itu, keterlambatan dalam mengerjakan tugas sering kali terjadi karena siswa menghabiskan waktu secara berlebihan untuk mempersiapkan diri atau teralihkan oleh aktivitas yang tidak relevan, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu.

Kesenjangan antara rencana dan pelaksanaan juga menjadi faktor, di mana siswa tidak mampu mematuhi jadwal yang telah mereka buat sendiri atau yang ditetapkan oleh orang lain. Ditambah lagi, adanya kecenderungan untuk memilih aktivitas lain yang lebih menyenangkan, seperti menonton atau bersosialisasi, membuat waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar

menjadi terbuang. Hal inilah yang menyebabkan siswa sulit untuk menyelesaikan tugas secara tepat waktu dan efektif.

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Mustakim. Menurut Mustakim, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa. Locus of control berperan dalam kemampuan individu untuk mengatur dan mengarahkan perilaku menuju hasil yang positif, di mana kurangnya kontrol dapat meningkatkan kecenderungan menunda. Dukungan sosial juga menjadi faktor penting, karena dorongan dari lingkungan, baik secara verbal maupun non-verbal, dapat memengaruhi emosi dan perilaku individu sebagai makhluk sosial.

Selain itu, kepribadian siswa memengaruhi persepsi dan pengambilan keputusan, sehingga sifat-sifat tertentu dapat memicu perilaku prokrastinasi. Perfeksionisme, dengan fokus pada kesempurnaan ideal, sering membuat individu enggan menyelesaikan tugas jika hasilnya tidak sesuai dengan standar yang mereka tetapkan. Sikap dan keyakinan yang terbentuk dari penilaian kognitif dan emosi juga memiliki pengaruh besar terhadap keputusan untuk menunda pekerjaan. Motivasi berprestasi berperan dalam menentukan tingkat usaha individu; mereka dengan motivasi tinggi cenderung lebih gigih mengatasi hambatan, sedangkan kurangnya motivasi dapat mendorong perilaku prokrastinasi. Kombinasi dari faktor-faktor ini menentukan kecenderungan siswa untuk menunda tugas akademik. [47]

[47] Mustakim, *Hubungan Antara Locus Of Control Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa MAN 1 Medan*, Universitas Medan Area, Tahun 2020

3. Hubungan antara Perencanaan Karir dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Negeri 5 Langsa

Berdasarkan analisis data menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan SPSS 26, ditemukan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000. Karena nilai ini lebih kecil dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel perencanaan karir dan prokrastinasi akademik. Hasil ini mendukung hipotesis alternatif (Ha) bahwa perencanaan karir memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik. Tingkat kekuatan hubungan antara kedua variabel diukur melalui koefisien korelasi, yang dalam penelitian ini menunjukkan nilai sebesar 0,656. Berdasarkan pedoman interpretasi korelasi menurut Siregar (2013), nilai ini termasuk dalam kategori hubungan yang kuat. Selain itu, nilai koefisien korelasi yang positif mengindikasikan bahwa hubungan antara perencanaan karir dan prokrastinasi akademik bersifat searah. Artinya, ketika perencanaan karir siswa meningkat, prokrastinasi akademik menjadi lebih rendah dan sebaliknya.

Perencanaan karir dan prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang saling memengaruhi, khususnya pada siswa di SMA N 5 Langsa. Perencanaan karir yang matang membantu siswa memiliki pemahaman yang lebih baik tentang tujuan masa depan, termasuk bakat, minat, dan langkah-langkah yang diperlukan untuk mencapai karir impian mereka. Ketika siswa memahami potensi diri, memiliki pengetahuan tentang dunia kerja, dan memahami informasi pendidikan yang relevan, mereka cenderung lebih

termotivasi untuk menyelesaikan tugas akademik sebagai bagian dari persiapan menuju karir tersebut. Sebaliknya, kurangnya perencanaan karir dapat membuat siswa merasa tidak memiliki arah yang jelas, sehingga meningkatkan risiko prokrastinasi karena rendahnya motivasi dan kesadaran akan pentingnya tugas-tugas yang harus diselesaikan.

Prokrastinasi akademik pada siswa, seperti menunda-nunda pekerjaan, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, dan kesenjangan antara rencana dan tindakan, sering kali dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman tentang dampak tugas akademik terhadap masa depan mereka. Ketika siswa tidak memiliki gambaran yang jelas tentang bagaimana prestasi akademik berhubungan dengan karir yang diinginkan, mereka lebih rentan tergoda untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, tanpa memikirkan konsekuensi jangka panjang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Rusma yang menyatakan bahwa perencanaan karir memiliki hubungan terhadap prokrastinasi akademik siswa. Ia menjelaskan bahwa perencanaan karir yang baik dapat membantu siswa memiliki tujuan yang jelas dalam pendidikan dan masa depan mereka. Dengan tujuan yang jelas, siswa cenderung lebih termotivasi untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik tepat waktu, sehingga tingkat prokrastinasi akademik dapat berkurang. Sebaliknya, siswa yang kurang memiliki perencanaan karir yang terarah cenderung mengalami kebingungan dan kurang termotivasi, yang dapat memicu penundaan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Pendapat Rusma ini

relevan dengan temuan penelitian, di mana nilai koefisien korelasi sebesar 0,656 menunjukkan hubungan yang kuat dan searah antara perencanaan karir dan prokrastinasi akademik. Hal ini menegaskan bahwa peningkatan kemampuan siswa dalam merancang karirnya dapat menjadi salah satu strategi efektif untuk mengurangi prokrastinasi. [48]

Akan tetapi, penelitian ini bersebrangan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Kumala ayu yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan negatif antara orientasi perencanaan karir masa depan dengan prokrastinasi akademik. Ia menyampaikan bahwa antara kedua hal tersebut memiliki hubungan yang rendah. Menurut Kumala Ayu, siswa yang memiliki orientasi perencanaan karir masa depan cenderung lebih fokus pada tujuan jangka panjang mereka, sehingga kurang dipengaruhi oleh tekanan akademik saat ini. Hal ini menyebabkan mereka mungkin menganggap tugas-tugas akademik tertentu sebagai kurang relevan dengan tujuan karir mereka, yang pada akhirnya dapat mendorong mereka untuk menunda penyelesaian tugas tersebut. Pendapat ini menunjukkan bahwa orientasi perencanaan karir masa depan tidak selalu berkorelasi positif dengan prokrastinasi akademik siswa.[49]

[48] Rusma Apriliana, Hubungan Antara Kecemasan Terhadap Karir Masa Depan Dan Konsep Diri Akademik Dengan Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa, *Jurnal Psikologi Proyeksi*, Vol 11, No 1, 2016

[49] Kumala Ayu Triana, Hubungan Antara Orientasi Masa Depan dengan Prokrastinasi dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa, *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikoligi*, Vol 1 No 3 Tahun 2023

Dalam islam sendiri, telah dijelaskan bahwa kebiasaan menunda-nunda melakukan suatu pekerjaan merupakan hal yang tidak baik. Sebagaimana dijelaskan pada Q.S Al-Kahf ayat 23:

غَدًا ذٰلِكَ فَاعِلٌ اِنِّيْ لِشَايْءٍ تَقُوْلَنَّ وَلَا

Artinya:

"*Dan jangan sekali-kali engkau mengatakan terhadap sesuatu, "Aku pasti melakukan itu besok pagi,"* (Q.S Al-Kahf: 23).

Ayat dalam Q.S. Al-Kahf ayat 23 mengajarkan untuk tidak menunda-nunda pekerjaan dan selalu melaksanakan tugas pada waktunya, tanpa menggantungkan pada waktu yang tidak pasti. Hal ini sangat relevan dengan fenomena prokrastinasi akademik di kalangan siswa, di mana mereka seringkali menunda tugas atau belajar dengan alasan akan melakukannya di masa depan, seperti "besok" atau "nanti." Prokrastinasi semacam ini dapat merugikan siswa karena tidak ada jaminan bahwa mereka akan dapat menyelesaikan tugas tepat waktu, dan justru menambah beban atau stres di kemudian hari. Ayat ini mengingatkan untuk mengambil tindakan sekarang, bukan menunggu hari esok yang tak pasti. Selain itu, dalam Q.S. Luqman ayat 34 menjelaskan bahwa:

وَمَا غَدًاۗ تَكْسِبُ مَّاذَا نَفْسٌ تَدْرِيْ وَمَا الْاَرْحَامِۗ فِى مَا وَيَعْلَمُ الْغَيْثَۚ وَيُنَزِّلُ السَّاعَةِۚ عِلْمُ عِنْدَهٗ اللّٰهَ اِنَّ

 خَبِيْرٌ عَلِيْمٌ اللّٰهَ اِنَّ تَمُوْتُۢ اَرْضٍ بِاَيِّ نَفْسٌ تَدْرِيْ

Artinya:

"Sesungguhnya hanya di sisi Allah ilmu tentang hari Kiamat; dan Dia yang menurunkan hujan, dan mengetahui apa yang ada dalam rahim. Dan tidak ada seorang pun yang dapat mengetahui (dengan pasti) apa yang akan dikerjakannya besok. Dan tidak ada seorang pun yang dapat mengetahui di bumi mana dia akan mati. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Maha Mengenal." (Q.S. Luqman: 34)

Ayat dalam Q.S. Luqman ayat 34 mengingatkan bahwa hanya Allah yang mengetahui apa yang akan terjadi di masa depan, termasuk apa yang akan kita kerjakan atau capai besok. Hal ini mengajarkan untuk tidak merasa yakin atau menunda-nunda pekerjaan dengan anggapan bahwa kita masih memiliki waktu yang cukup di masa depan. Dalam prokrastinasi akademik, siswa yang sering menunda tugas dengan alasan bahwa mereka akan mengerjakannya besok atau di masa depan, sebenarnya tidak mengetahui dengan pasti apa yang akan terjadi pada hari tersebut. Mereka tidak dapat mengontrol segala sesuatu yang bisa terjadi, seperti kondisi kesehatan, waktu yang terbatas, atau gangguan lainnya. Oleh karena itu, ayat ini mengingatkan untuk tidak bergantung pada masa depan yang tidak pasti dan segera bertindak untuk menyelesaikan pekerjaan saat ini, karena waktu dan kemampuan kita untuk merencanakan tidaklah mutlak.

Dalam merencanakan karir, siswa perlu menyadari bahwa keberhasilan karir mereka bergantung pada langkah-langkah yang mereka ambil saat ini, bukan menunda-nunda atau bergantung pada harapan yang belum tentu terjadi. Jika siswa terus menunda membuat keputusan penting tentang pendidikan dan pengembangan keterampilan mereka, mereka mungkin akan

kehilangan kesempatan yang ada. Ayat-ayat tersebut mengingatkan bahwa meskipun kita tidak dapat mengetahui apa yang akan terjadi di masa depan, kita tetap memiliki kewajiban untuk berusaha merencanakan dengan sebaik-baiknya, mengambil tindakan yang tepat, dan tidak membiarkan waktu berlalu tanpa tindakan. Sebagaimana yang dijelaskan pada Q.S. Al-Hasyr ayat 18 yang berbunyi:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَلۡتَنظُرۡ نَفۡسٞ مَّا قَدَّمَتۡ لِغَدٖۖ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَۚ إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرُۢ بِمَا تَعۡمَلُونَ

Artinya:

"Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh, Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan." (Q.S. Al-Hasyr: 18)

Q.S. Al-Hasyr ayat 18 mengajarkan kita untuk senantiasa bertakwa kepada Allah dan memperhatikan apa yang kita lakukan untuk masa depan. Perencanaan karir yang matang adalah bagian dari tanggung jawab kita untuk mempersiapkan masa depan yang baik. Siswa perlu mengarahkan usaha dan langkah-langkah mereka hari ini untuk meraih tujuan karir yang diinginkan, dengan memikirkan dampak dari setiap keputusan yang mereka ambil. Perencanaan karir yang baik bukan hanya tentang mengejar kesuksesan duniawi, tetapi juga bagaimana menggunakan bakat dan waktu yang diberikan untuk kebaikan yang lebih besar, sesuai dengan takwa kepada Allah. Dengan

merencanakan karir dengan bijak siswa akan mampu mempersiapkan masa depan mereka di dunia dan juga akhirat.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis temukan di lapangan, penulis mengambil kesimpulan yaitu sebagai berikut di bawah ini:

1. Tingkat perencanaan karir siswa di SMA Negeri 5 Langsa sebagian besar berada dalam kategori sedang yang terdiri dari 83,8% atau 207 siswa. Sementara itu, 8,1% siswa (20 siswa) memiliki perencanaan karir rendah dan 8,1% lainnya berada dalam kategori perencanaan karir tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki perencanaan karir yang tidak terlalu matang.
2. Tingkat prokrastinasi akademik siswa di SMA Negeri 5 Langsa didominasi oleh kategori prokrastinasi tinggi, dengan 81,8% atau 202 siswa. Sebanyak 15,8% siswa (39 siswa) memiliki prokrastinasi sedang, dan hanya 2,4% siswa (6 siswa) yang menunjukkan prokrastinasi rendah. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa cenderung menunda-nunda tugas akademik mereka.
3. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perencanaan karir dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 5 Langsa, dengan koefisien korelasi sebesar 0,656. Nilai ini menunjukkan hubungan yang kuat dan bersifat positif, artinya semakin baik perencanaan karir siswa, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik mereka.

Sebaliknya, siswa dengan perencanaan karir yang rendah cenderung memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang lebih tinggi.

B. Saran

1. Pihak sekolah hendaknya memperhatikan faktor-faktor yang dapat memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi akademik siswa sehingga proses pembelajaran siswa dapat berlangsung secara lancar dan optimal.
2. Para peneliti lainnya diharapkapn dapat melakukan penelitian lebih lanjut terhadap hubungan antara perencanaan karir dan prokrastinasi akademik siswa.