

BAB V

PEMBAHASAN

Bab ini menyajikan hasil temuan penelitian yang diperoleh sebagai upaya untuk menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X di SMA Negeri 7 Kota Kediri, dengan total sebanyak 423 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, yakni dengan memilih secara acak tiga kelas dari total dua belas kelas yang ada pada jenjang kelas X. Pemilihan dilakukan dengan mempertimbangkan kesamaan kriteria antar kelas yang ditetapkan oleh pihak sekolah. Adapun tiga kelas yang terpilih sebagai sampel penelitian adalah X-ECP1, X-ECP2, dan X-3, yang masing-masing memiliki jumlah siswa sebanyak 32, 34, dan 36 orang. Data yang telah diperoleh dari ketiga kelas tersebut kemudian dianalisis untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan pada bab sebelumnya.

A. Pengaruh Prokrastinasi terhadap Prestasi Belajar Matematika

Berdasarkan hasil uji analisis regresi linear sederhana yang tercantum dalam Gambar 4.10, diperoleh nilai t hitung sebesar 1,925 yang berada di bawah nilai t tabel, yaitu 1,98472. Hasil ini mengindikasikan bahwa hipotesis nol (H_0) diterima, sementara hipotesis alternatif (H_1) ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat prokrastinasi dengan prestasi belajar matematika siswa kelas X di SMA Negeri 7 Kota Kediri. Temuan ini sejalan dengan pandangan yang dikemukakan oleh Solomon dan Rothblum (1984), yang

memaknai prokrastinasi akademik sebagai perilaku menunda penyelesaian tugas secara sadar, meskipun individu yang bersangkutan memahami potensi dampak negatif dari penundaan tersebut. Hal senada diungkapkan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown (1995), yang menekankan bahwa prokrastinasi memiliki sifat yang kompleks dan tidak selalu berujung pada penurunan prestasi. Dalam banyak kasus, siswa tetap bisa menunjukkan hasil belajar yang baik meskipun menyelesaikan tugas-tugasnya dalam waktu yang relatif sempit.

Dari pengamatan langsung di lapangan, terdapat beberapa alasan yang kemungkinan turut menjelaskan mengapa prokrastinasi tidak menunjukkan pengaruh signifikan dalam penelitian ini. Pertama, dalam praktiknya, siswa sering kali mengerjakan tugas secara berkelompok atau bersama-sama, sehingga meskipun mereka cenderung menunda, mereka tetap dapat menyelesaikan tugas tepat waktu dengan bantuan teman. Kedua, berdasarkan waktu pengisian angket, beberapa kelas mengisi pada siang hari, saat siswa kemungkinan dalam kondisi lelah atau kurang fokus, yang dapat mempengaruhi keakuratan jawaban mereka. Dalam kondisi seperti ini, siswa mungkin tidak mengisi angket dengan sungguh-sungguh, yang berdampak pada validitas data mengenai tingkat prokrastinasi mereka.

Selain itu, sebagian siswa menunjukkan kecenderungan untuk memberikan jawaban yang normatif atau terburu-buru dalam mengisi instrumen, terutama jika proses pengisian dilakukan di luar jam belajar utama. Hal ini menyebabkan kemungkinan rendahnya variasi data dan

menurunnya sensitivitas instrumen dalam mengukur perilaku prokrastinasi yang sesungguhnya. Dengan kata lain, tidak signifikannya pengaruh prokrastinasi bisa disebabkan oleh kondisi teknis dan perilaku siswa saat pengumpulan data berlangsung.

Temuan ini selaras dengan beberapa penelitian terdahulu yang juga menyatakan bahwa prokrastinasi akademik tidak selalu berimplikasi langsung terhadap capaian akademik siswa. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Putri (2019) di SMAN 10 Pekanbaru menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara prokrastinasi akademik dan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran Ekonomi. Penelitian tersebut mengindikasikan bahwa meskipun siswa memiliki kecenderungan untuk menunda tugas, hal tersebut tidak serta-merta berdampak negatif terhadap prestasi akademik mereka.

Penelitian lain oleh Arif (2019) yang meneliti mahasiswa pendidikan ekonomi di STKIP YPM Bangko juga menghasilkan temuan serupa, di mana prokrastinasi akademik tidak terbukti berpengaruh terhadap prestasi belajar mahasiswa. Hasil penelitian ini semakin diperkuat oleh studi yang dilakukan oleh Zakiah (2021), yang menunjukkan bahwa bahwa prokrastinasi akademik berpengaruh negatif terhadap prestasi belajar matematika siswa kelas VII di MTs Bustanul Faizin Besuki Situbondo.

Selain itu, penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 7 Muaro Jambi oleh Fitriana (2024) menemukan bahwa meskipun tingkat prokrastinasi akademik siswa berada dalam kategori sedang, pengaruhnya terhadap hasil belajar termasuk rendah, yaitu hanya sebesar 11,6%. Hal ini

menegaskan bahwa prokrastinasi bukan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan akademik siswa. Penelitian lain oleh Indriyati (2023) juga mengungkapkan bahwa meskipun terdapat korelasi antara prokrastinasi akademik dan prestasi belajar, pengaruhnya tidak cukup besar untuk dianggap sebagai faktor utama dalam menentukan pencapaian akademik siswa.

Berdasarkan berbagai hasil penelitian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa meskipun prokrastinasi sering dianggap sebagai hambatan dalam dunia pendidikan, dalam beberapa kasus, pengaruhnya terhadap prestasi belajar tidak

selalu signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang lebih berperan dalam menentukan hasil belajar siswa, seperti motivasi, strategi belajar, lingkungan akademik, serta dukungan sosial dari keluarga dan guru. Oleh karena itu, meskipun menunda pekerjaan dapat menjadi kebiasaan yang kurang produktif, dampaknya terhadap hasil akademik dapat bervariasi tergantung pada kondisi dan karakteristik masing-masing individu.

Meski demikian, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini yang perlu dicermati. Pertama, cakupan penelitian dibatasi hanya pada siswa kelas X di satu institusi pendidikan, sehingga hasil temuan belum dapat dijadikan representasi bagi populasi yang lebih luas. Kedua, penelitian ini belum mengakomodasi sejumlah variabel lain yang juga berpotensi memengaruhi capaian belajar siswa, seperti motivasi intrinsik, tingkat kecerdasan, dan preferensi gaya belajar. Dengan

mempertimbangkan hal tersebut, disarankan agar studi selanjutnya dapat melibatkan variabel-variabel tambahan tersebut guna memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai faktor-faktor yang turut berperan dalam menentukan prestasi akademik siswa.

Berdasarkan hasil kajian dari berbagai penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa meskipun prokrastinasi kerap dianggap sebagai hambatan dalam proses pembelajaran, pengaruhnya terhadap pencapaian akademik siswa tidak selalu signifikan. Temuan ini mengisyaratkan bahwa terdapat faktor-faktor lain yang lebih berperan dalam menunjang keberhasilan belajar, seperti tingkat motivasi internal, strategi belajar yang digunakan secara efektif, kondisi lingkungan belajar yang mendukung, serta peran keluarga dan guru dalam proses pendidikan. Oleh sebab itu, meskipun perilaku menunda penyelesaian tugas seringkali dinilai kurang produktif, dampaknya terhadap prestasi akademik dapat bervariasi, tergantung pada karakteristik dan situasi masing-masing individu.

B. Pengaruh Regulasi Diri terhadap Prestasi Belajar Matematika

Berdasarkan hasil uji analisis regresi linear sederhana yang tercantum dalam Gambar 4.11 yang menguji hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar matematika siswa kelas X di SMA Negeri 7 Kota Kediri, diperoleh nilai t hitung sebesar 3,065. Angka ini lebih tinggi dibandingkan nilai t tabel, yaitu 1,98472. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima, yang berarti regulasi diri memberikan pengaruh yang signifikan terhadap

prestasi belajar matematika siswa. Temuan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Zimmerman (2000), yang menegaskan bahwa regulasi diri merupakan aspek krusial dalam mendukung keberhasilan akademik. Regulasi diri melibatkan berbagai proses seperti perencanaan, pemantauan, serta evaluasi aktivitas belajar yang memungkinkan siswa mengelola dan mengoptimalkan strategi belajarnya secara lebih terarah. Dengan kemampuan ini, siswa cenderung memperoleh hasil akademik yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang belum mampu mengelola proses belajar secara mandiri.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh beberapa studi sebelumnya. Misalnya, penelitian oleh Putrie (2021) menunjukkan bahwa nilai t hitung sebesar 64,461 dengan p -value $0,000 < 0,05$, menandakan adanya pengaruh positif regulasi diri terhadap hasil belajar IPS siswa kelas VIII. Selanjutnya, penelitian Sagitarini et al. (2023) terhadap siswa kelas VII SMP juga menemukan bahwa regulasi diri memiliki dampak langsung terhadap prestasi belajar matematika. Penelitian lain oleh Rustam dan Sri Wahyuni (2020) di SMA Alkhairaat 1 Palu menunjukkan bahwa nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan koefisien regresi sebesar 0,264 dengan arah positif, menandakan adanya pengaruh positif regulasi diri terhadap hasil belajar matematika. Maharani et al. (2024) juga mengungkap bahwa regulasi diri memberikan kontribusi nyata terhadap keberhasilan akademik, terutama melalui kemampuan siswa dalam menyusun tujuan belajar, mengatur waktu dengan efektif, serta memantau kemajuan belajar mereka secara aktif. Kompetensi ini mendukung pengembangan strategi

belajar yang lebih terfokus serta meningkatkan pemahaman terhadap materi.

Secara keseluruhan, hasil temuan ini semakin memperkuat bukti empiris bahwa regulasi diri memainkan peran penting dalam mendukung peningkatan prestasi akademik, khususnya dalam mata pelajaran matematika yang menuntut konsistensi dan strategi belajar yang sistematis. Oleh karena itu, penguatan kemampuan regulasi diri perlu menjadi perhatian dalam praktik pembelajaran.

Temuan ini juga memiliki implikasi strategis dalam konteks pendidikan. Guru dan pendidik diharapkan mampu mendorong pengembangan regulasi diri siswa melalui pendekatan pembelajaran yang bersifat mandiri dan reflektif, seperti pembelajaran berbasis proyek, kegiatan refleksi diri, dan pemberian bimbingan akademik yang terstruktur. Selain itu, keterlibatan orang tua juga sangat diperlukan dalam menumbuhkan kebiasaan belajar yang baik serta membantu siswa dalam manajemen waktu dan strategi belajar yang efektif.

Meskipun hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan regulasi diri terhadap prestasi belajar matematika, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, penelitian ini hanya mencakup siswa kelas X di satu sekolah, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas. Kedua, pendekatan yang digunakan masih bersifat kuantitatif, sehingga belum menggali lebih dalam aspek kualitatif mengenai bagaimana siswa menerapkan regulasi diri dalam kegiatan belajar sehari-hari. Untuk itu, disarankan agar penelitian lanjutan

menggunakan pendekatan yang lebih luas, baik dari segi jumlah sampel maupun pendekatan metodologis, agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai peran regulasi diri dalam proses belajar.

Kesesuaian hasil penelitian ini dengan sejumlah studi terdahulu menunjukkan bahwa regulasi diri sangat erat kaitannya dengan kemampuan siswa dalam mengelola proses belajarnya secara mandiri. Siswa yang mampu menyusun tujuan, mengatur waktu dengan baik, serta melakukan evaluasi terhadap proses belajar mereka cenderung lebih siap dalam menghadapi tantangan akademik, khususnya dalam pelajaran matematika. Hal ini berdampak langsung pada meningkatnya capaian prestasi akademik yang mereka peroleh.

C. Pengaruh Prokrastinasi dan Regulasi Diri terhadap Prestasi Belajar Matematika

Berdasarkan analisis yang dilakukan, ditemukan bahwa nilai signifikansi untuk pengaruh simultan antara prokrastinasi dan regulasi diri terhadap prestasi belajar matematika adalah 0,012, yang lebih kecil dari 0,05, dengan F hitung sebesar 4,650, lebih besar dibandingkan dengan F tabel yang sebesar 3,94. Hal ini mengindikasikan bahwa hipotesis alternatif (H1) diterima, sementara hipotesis nol (H₀) ditolak. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara prokrastinasi dan regulasi diri terhadap prestasi belajar matematika siswa. Lebih lanjut, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa nilai R Square sebesar 0,087, yang mengindikasikan bahwa prokrastinasi dan regulasi diri berkontribusi sebesar 8,7% terhadap prestasi belajar matematika siswa, sementara 91,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti

dalam penelitian ini.

Temuan ini konsisten dengan teori belajar yang menjelaskan bahwa prokrastinasi dapat menghambat pencapaian akademik, karena siswa yang sering menunda pekerjaan cenderung kurang maksimal dalam memahami materi pelajaran. Di sisi lain, regulasi diri adalah faktor kunci dalam menentukan keberhasilan belajar. Zimmerman (2002) menyatakan bahwa siswa yang memiliki regulasi diri yang baik mampu mengelola strategi belajar mereka lebih efektif, yang berujung pada hasil yang lebih optimal. Oleh karena itu, regulasi diri yang baik dapat membantu siswa dalam mengatur waktu belajar secara lebih efisien dan mengurangi kecenderungan untuk menunda tugas akademik. Walaupun pengaruh prokrastinasi dan regulasi diri terhadap prestasi belajar matematika teridentifikasi, kontribusi yang hanya mencapai 8,7% menunjukkan bahwa faktor lain turut mempengaruhi pencapaian akademik siswa. Beberapa faktor yang telah diidentifikasi dalam penelitian sebelumnya meliputi motivasi belajar, kebiasaan belajar, lingkungan keluarga, fasilitas belajar, dan kualitas pengajaran. Motivasi belajar, seperti yang diungkapkan oleh Nasri et al. (2022), merupakan salah satu faktor utama yang dapat meningkatkan prestasi belajar matematika siswa. Siswa dengan motivasi tinggi cenderung lebih berusaha untuk memahami materi dan meraih hasil yang lebih baik. Selain itu, fasilitas belajar dan disiplin juga memberikan dampak signifikan terhadap prestasi belajar. Abidin et al. (2024) menyatakan bahwa fasilitas belajar yang memadai, seperti buku pelajaran, alat tulis, ruang belajar yang nyaman, serta akses terhadap

teknologi, sangat mendukung proses belajar siswa. Kedisiplinan dan konsistensi belajar juga berperan penting dalam membantu siswa mencapai prestasi akademik yang optimal. Oleh karena itu, faktor internal dan eksternal saling berkontribusi dalam menentukan pencapaian akademik.

Selain faktor individu, lingkungan eksternal seperti keluarga turut memainkan peran signifikan dalam prestasi belajar siswa. Penelitian oleh Eliyanti et al. (2023) menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam proses pembelajaran mempengaruhi secara positif prestasi belajar matematika siswa. Selain itu, fasilitas belajar juga berperan penting. Gunawan et al. (2024) menemukan adanya pengaruh positif antara fasilitas belajar terhadap hasil belajar matematika, yang terlihat pada nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($6,264 > 2,045$) dan nilai signifikansi $0,00 < 0,05$. Kontribusi pengaruh tersebut mencapai 56,7%, dengan ketersediaan alat-alat belajar sebagai indikator yang paling berpengaruh. Kualitas pengajaran juga berperan penting dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. Wardany & Rigianti (2023) mengungkapkan bahwa kinerja pendidik mempengaruhi hasil belajar siswa secara signifikan, dimana pendidik yang berkinerja baik dapat meningkatkan kualitas pendidikan dan hasil belajar siswa.

Implikasi dari penelitian ini dapat digunakan untuk merancang intervensi dalam meningkatkan prestasi belajar matematika siswa, terutama dengan memberikan perhatian lebih pada faktor-faktor yang dapat meningkatkan regulasi diri siswa dan mengurangi kecenderungan prokrastinasi. Sekolah dan pendidik dapat menyediakan program

bimbingan akademik untuk membantu siswa mengembangkan strategi regulasi diri yang lebih baik, serta meningkatkan motivasi belajar melalui metode pembelajaran yang lebih menarik dan interaktif. Orang tua juga memainkan peran penting dalam mendukung kebiasaan belajar yang disiplin dan konsisten di rumah, sedangkan penyediaan fasilitas belajar yang memadai dapat menunjang pembelajaran yang lebih efektif.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam interpretasi hasilnya. Salah satunya adalah cakupan sampel yang terbatas pada siswa kelas X di satu sekolah, sehingga generalisasi hasil ke populasi yang lebih luas perlu dilakukan dengan hati-hati. Selain itu, penelitian ini hanya meneliti dua variabel utama, yaitu prokrastinasi dan regulasi diri, sementara faktor-faktor lain seperti psikologis, sosial, dan ekonomi yang dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa belum terlibat dalam penelitian ini. Metode kuantitatif yang digunakan juga tidak menggali lebih dalam aspek subjektif yang mungkin berperan dalam pencapaian akademik siswa. Oleh karena itu, penelitian lanjutan disarankan untuk menggunakan metode campuran (mixed methods) guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar matematika siswa.

Kesamaan hasil penelitian ini dengan studi sebelumnya mungkin disebabkan oleh kesamaan karakteristik siswa, terutama dalam aspek regulasi diri dan kecenderungan prokrastinasi. Siswa dengan regulasi diri yang baik umumnya lebih mampu mengelola waktu dan strategi belajar, sehingga hasil belajar mereka lebih optimal, sementara siswa yang

cenderung menunda-nunda tugas sering mengalami kesulitan dalam mencapai prestasi akademik. Faktor-faktor lain seperti motivasi belajar, yang meskipun tidak diteliti secara langsung dalam penelitian ini, juga dapat mempengaruhi hubungan antara prokrastinasi, regulasi diri, dan prestasi belajar, sehingga menghasilkan temuan yang sejalan dengan penelitian sebelumnya.