

## HUBUNGAN POLA ASUH ORANGTUA DAN *FATIGUE* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PESERTA DIDIK

Submit, 21-05-2023 Accepted, 10-06-2023 Publish, 10-06-2023

**Rendi Yana Rahmanisa<sup>1,4</sup>, Marjohan<sup>2</sup>, Netrawati<sup>3</sup>, Dina Sukma<sup>4</sup>**  
Universitas Negeri Padang, Padang, Indonesia<sup>1,2,3,4</sup>  
rendiyana.rahmanisa3101@gmail.com<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pola asuh orangtua, mendeskripsikan *fatigue*, mendeskripsikan prokrastinasi akademik dan menguji hubungan pola asuh orangtua dan *fatigue* dengan prokrastinasi akademik. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan analisis deskriptif dan korelasional. Pada penelitian ini yang dideskripsikan adalah pola asuh orangtua, *fatigue* dan prokrastinasi akademik peserta didik. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat yang berjumlah 182 peserta didik. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 125 peserta didik yang diambil dengan menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Penelitian ini menggunakan dua teknik analisis data, yaitu analisis deskriptif dan analisis korelasional. Analisis deskriptif dilakukan dengan menggunakan rumus persentase sedangkan analisis korelasional menggunakan rumus *product moment correlation* dan perhitungannya dibantu dengan menggunakan program SPSS versi 20.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan (1) tingkat pola asuh orangtua secara umum berada pada kategori rendah, (2) tingkat *fatigue* secara umum berada pada kategori tinggi, (3) tingkat prokrastinasi akademik peserta didik MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat secara umum berada pada kategori tinggi dan (4) terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orangtua dan *fatigue* dengan prokrastinasi akademik peserta didik MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat dengan koefisien korelasi 0,704 dan taraf signifikansi sebesar 0,000. Simpulan, terdapat hubungan yang signifikan pola asuh orangtua dan *fatigue* dengan prokrastinasi akademik peserta didik di MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat. Implikasi hasil penelitian dapat dijadikan sebagai masukan untuk membuat program layanan bimbingan dan konseling di MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat.

Kata Kunci: Pola Asuh Orangtua, *Fatigue*, Prokrastinasi Akademik

### ABSTRACT

*This study aims to describe parenting styles, describe fatigue, describe academic procrastination and examine the relationship between parenting styles and fatigue with academic procrastination. This type of research is quantitative research using descriptive and correlational analysis approaches. In this study, what was described was parenting parents, fatigue and academic procrastination of students. The population in this study were students of class VIII MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat, totaling 182 students. The number of samples in this*

*study were 125 students who were taken using a proportional stratified random sampling technique. This study used two data analysis techniques, namely descriptive analysis and correlational analysis. Descriptive analysis was carried out using the percentage formula while correlational analysis used the product moment correlation formula and the calculation was assisted by using the SPSS version 20.0 for windows program. The results showed (1) the level of parenting in general was in the low category, (2) the level of fatigue was generally in the high category, (3) the level of academic procrastination of MtsS Al-Hidayah Pasaman Barat students was generally in the high category and (4) there is a significant relationship between parenting and fatigue with academic procrastination of MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat students with a correlation coefficient of 0.704 and a significance level of 0.000. In conclusion, there is a significant relationship between parenting and fatigue with academic procrastination of students at MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat. The implications of the research results can be used as input for creating a guidance and counseling service program at MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat.*

*Keywords: Parenting Style, Fatigue, Academic Procrastination*

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan adalah suatu proses dalam rangka mempengaruhi peserta didik agar dapat menyesuaikan diri sebaik mungkin terhadap lingkungannya dan dengan demikian akan menimbulkan perubahan dalam dirinya yang memungkinkannya untuk berfungsi dalam kehidupan masyarakat. Pendidikan merupakan sarana penting untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia dalam menjamin keberlangsungan pembangunan suatu bangsa. Pendidikan merupakan suatu proses yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor manusia agar menjadi lebih baik lagi (Oemar Hamalik, 2016).

Dengan demikian pendidikan telah menjelaskan tuntutan bagi peserta didik, yaitu memiliki pengetahuan yang luas, berakhlak mulia, mandiri dan bertanggung jawab. Tuntutan tersebut dapat tercapai dengan cara belajar, karena dengan belajar akan diperoleh pengetahuan atau informasi baru yang dapat memberikan perubahan bagi para pelakunya.

Belajar yang efisien dapat dicapai apabila menggunakan strategi belajar yang tepat untuk mencapai hasil yang maksimal (Roestiyah, 2015). Maka dari itu, proses belajar yang dilakukan peserta didik hendaknya bersikap positif terhadap pembelajaran yang diikutinya, termasuk strategi dalam menyelesaikan tugas tetapi yang terjadi pada saat ini, peserta didik seringkali menunda-nunda memulai mengerjakan tugas atau menunda-nunda dalam menyelesaikannya, yang dikenal dengan prokrastinasi.

Prokrastinasi memunculkan konsekuensi negatif terhadap peserta didik yang melakukannya, antara lain: meningkatnya jumlah absen dikelas, tugas-tugas menjadi terbengkalai, menghasilkan tugas yang kurang maksimal, waktu menjadi terbuang sia-sia, bahkan berdampak pada penurunan prestasi akademik

Prokrastinasi yang terjadi dilingkungan akademik dan berhubungan dengan penundaan penyelesaian tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik

(Rumiani, 2016). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi dua macam yaitu (1) faktor internal terdiri dari faktor fisik yaitu *fatigue* atau kelelahan dan kondisi psikologis individu dan (2) faktor eksternal terdiri dari pola asuh orangtua dan kondisi lingkungan, Ferrari (dalam Dewi Novita Sari, 2015).

Dengan demikian beberapa faktor yang termasuk mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik peserta didik adalah pola asuh orangtua karena merupakan faktor terpenting yang dapat memberikan dampak pada proses belajar anak serta sebagai pendorong untuk meraih atau mencapai sesuatu yang diinginkan agar meraih kesuksesan. Pola asuh orangtua memiliki peran yang sangat penting dalam proses belajar dan proses sosialisasi yang bias positif atau negatif. Ketika peran yang diberikan positif, karakter dan kemampuan anak berkembang secara normal dengan aman dan stabil di lingkungan yang cenderung memberikan keberhasilan sosio-emosional dan akademis yang baik sedangkan pola asuh yang memberikan peran yang negatif akan memberikan formasi karakter lemah yang kurang disiplin diri, penyesuaian sosio-emosional yang buruk dan akademis yang rendah prestasi (Mahasneh, Bataineh & Al-Zoubi, 2016). Faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah *fatigue*, Sutajaya (2018) menjelaskan bahwa munculnya kelelahan merupakan akibat dari beban belajar sehingga seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak.

Penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2017) menunjukkan 17,2% peserta didik memiliki prokrastinasi akademik tinggi, 77,1% memiliki tingkat prokrastinasi sedang dan 5,7% sisanya memiliki tingkat prokrastinasi akademik rendah. Rahmawati (2016) menjelaskan peserta didik SMA Negeri di kota Malang, penyebab dari perilaku prokrastinasi akademik yaitu masih menggunakan sistem kebut semalam (SKS) dalam belajar, mengerjakan tugas satu hari sebelum dikumpulkan, mengerjakan tugas sebelum bel berbunyi dan mengobrol saat mengerjakan tugas. Kemudian Juliawati (2018) di salah satu sekolah di kota Kerinci menyatakan bahwa kecenderungan prokrastinasi akademik peserta didik dengan persentase 60% (kategori tinggi).

Kemudian berdasarkan observasi yang peneliti lakukan saat peneliti praktek lapangan pada September-Desember 2020 di MTsS Al-Hidayah Kabupaten Pasaman Barat, terdapat peserta didik yang melakukan prokrastinasi akademik. Misalnya melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas yang harus dikerjakan sehingga menyita waktu yang telah dimiliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Hal ini juga dibuktikan dengan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan guru bimbingan dan konseling di MTsS Al-Hidayah kabupaten Pasaman Barat, sesuai dengan pernyataan guru bimbingan dan konseling. “Klien yang sering saya hadapi adalah *refferal* (klien kiriman) seperti dari guru mata pelajaran, bahwa masalah yang sering muncul adalah tentang kedisiplinan dan tidak membuat tugas, 80%, misalnya 80 dari 100 orang lebih banyak mengenai penundaan tugas”.

Peserta didik yang menjadi pelaku prokrastinasi akan rentan dengan kehidupan sehari-hari terganggu (KES-T). Dalam hal ini bimbingan dan konseling (BK) berperan sebagai solusi. Fenti Hikmawati (2015) menyatakan bahwa BK merupakan pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan

maupun kelompok agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kemampuan belajar, dan perencanaan karir melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Dari uraian diatas, mengingat pembelajaran merupakan proses panjang, tentu ada beberapa hal yang mempengaruhi serta berpengaruh terhadap hasil dari pembelajaran itu pada siswa, seperti halnya pola asuh orangtua dan kelelahan yang dialami siswa selama masa pendidikannya. Berangkat dari permasalahan ini, peneliti tertarik meneliti tentang keterkaitan antara pola asuh orang tua dan fatigue dengan prokrastinasi akademik, adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pola asuh orang tua, bagaimana kondisi fatigue anak serta keterkaitannya dengan dengan prokrastinasi akademik.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dikategorikan pada penelitian deskriptif jenis korelasional. Populasi penelitian ini seluruh peserta didik kelas VIII yang terdaftar pada tahun 2022/2023 sebanyak 182 orang. Jumlah sampel yaitu 125 orang peserta didik yang diperoleh dengan teknik proportional random sampling. Instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah angket. Data dianalisis melalui teknik statistik dengan menentukan nilai persentase. Untuk melihat hubungan diantara ketiga variabel digunakan teknik *Pearson Product Moment Correlation* melalui program statistik *SPSS for windows release 20.0*.

## HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pengolahan data, maka hasil penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:

**Tabel 1. Pola Asuh Orangtua Peserta Didik MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat (n=125)**

No	Sub Variabel (JumlahItem)	Ide al	SKOR						
			Max	Min	$\Sigma$	Mean	SD	%	Kat
1	Perasaan positif pada anak (5)	25	25	5	1819	14,55	2,62	58,21	S
2	Bersahabat dengan anak (18)	90	90	18	5181	41,45	9,26	46,05	R
3	Konsisten terhadap aturan yang berlaku (7)	35	35	7	2209	17,67	43,99	50,49	R
4	Pemberian penghargaan (7)	35	35	7	2422	19,38	5,14	55,36	S
<b>Keseluruhan (37)</b>		<b>185</b>	<b>185</b>	<b>37</b>	<b>11631</b>	<b>93,05</b>	<b>61,01</b>	<b>52,53</b>	<b>R</b>

Berdasarkan tabel 1 menjelaskan bahwa secara rata-rata pola asuh orangtua berada pada kategori rendah, dengan tingkat capaian rata-rata sebesar 52,53%.

**Tabel 2. Fatigue Peserta Didik MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat (n=125)**

SKOR									
No	Sub Variabel (Jumlah Item)	Ideal	Max	Min	$\Sigma$	Mean	SD	%	Kat
1.	Fisik (5)	25	25	5	2375	19	2,80	76	T
2.	Mental (5)	25	25	5	2240	17,92	3,25	71,68	T
<b>Keseluruhan (26)</b>		<b>50</b>	<b>50</b>	<b>10</b>	<b>4615</b>	<b>36,92</b>	<b>4,61</b>	<b>73,84</b>	<b>T</b>

Tabel 2 menjelaskan bahwa secara rata-rata *fatigue* berada pada kategori tinggi, dengan tingkat capaian rata-rata sebesar 73,84%. Pencapaian dari masing-masing sub variabel berada pada kategori tinggi. pada umumnya kelelahan fisik yang terjadi pada peserta didik dapat menimbulkan keengganan untuk belajar dan membuat tugas sehingga *fatigue* peserta didik berkategori tinggi.

**Tabel 3. Prokrastinasi Akademik Peserta Didik MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat (n=125)**

SKOR									
No	Sub Variabel (Jumlah Item)	Ideal	Max	Min	$\Sigma$	Mean	SD	%	Kat
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas (10)	50	50	10	4707	37,66	7,60	75,31	T
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas (14)	70	70	14	6413	51,30	8,42	73,29	T
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja (8)	40	40	8	3572	28,58	4,19	71,44	T
4.	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan (4)	20	20	4	1747	13,98	2,76	69,88	T
<b>Keseluruhan (36)</b>		<b>180</b>	<b>180</b>	<b>36</b>	<b>16439</b>	<b>127,83</b>	<b>22,97</b>	<b>72,48</b>	<b>T</b>

Tabel 3 menjelaskan bahwa secara rata-rata prokrastinasi akademik berada pada kategori tinggi, dengan tingkat capaian rata-rata sebesar 72,48%. Berdasarkan tabel 4 dibawah ini, diketahui bahwa nilai  $r_{hitung}$  0,704 dengan *sig* 0,000 yang berada pada kategori cukup. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orangtua dan *fatigue* dengan prokrastinasi akademik peserta didik di MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat.

**Tabel 4. Hubungan Pola Asuh Orangtua dan *Fatigue* dengan Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat**

Aspek	N	R tabel	R hitung	Sig.	Kesimpulan
-------	---	---------	----------	------	------------

Pola Asuh Orangtua	125	0,146	0,704	0,000	Terdapat hubungan yang signifikan
Fatigue					
Prokrastinasi akademik					

## PEMBAHASAN

Pembahasan ini dilakukan berdasarkan pertanyaan penelitian yaitu bagaimana gambaran pola asuh orangtua, bagaimana gambaran *fatigue*, bagaimana gambaran prokrastinasi akademik, bagaimana hubungan pola asuh orangtua dan *fatigue* dengan prokrastinasi akademik peserta didik.

### Pola Asuh Orangtua

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa pola asuh orangtua peserta didik diMTsS Al-Hidayah Pasaman Barat berada dalam kategori rendah. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa pola asuh orangtua peserta didik dalam kategori sangat tinggi yaitu sebesar 0%, kategori tinggi sebesar, 1%, kategori sedang sebesar 26%, kategori rendah sebesar 54% dan pada kategori sangat rendah 19%. Selanjutnya, juga didapatkan secara keseluruhan sub variabel dari pola asuh orangtua berada pada kategori rendah, yaitu sebesar 52,53%. Adapun masing-masing sub variabel antara lain: perasaan positif pada anak berada pada kategori sedang 58,21%, sub variabel bersahabat dengan anak berada pada kategori rendah 46,05%, sub variabel konsisten terhadap aturan yang berlaku berada pada kategori rendah 50,49%, dan sub variabel pemberian penghargaan berada pada kategori sedang 55,36%.

Pola asuh orangtua memiliki manfaat dalam membentuk keeratn hubungan antara mereka dan anak. Archara dan shobna (2015) orangtua memainkan peran penting dalam memotivasi pendidikan anak mereka sehingga dapat menghindari terjadinya prokrastinasi akademik pada anak. Mereka menyediakan fasilitas yang diperlukan dan lingkungan pendidikan dengan menghasilkan kinerja dengan baik. Besarnya pola asuh orangtua yang dibutuhkan memperlihatkan tingginya kebutuhan mereka akan *sense of be longing*. Kebutuhan itu menurut Glasser merupakan kebutuhan psikologis untuk dicintai, termasuk kebutuhan menjalin hubungan, menjalin relasisosial, memberi dan menerima kasih sayang.

Soekanto (2016) mengemukakan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi dalam pengasuhan seseorang, yaitu: 1) faktor eksternal, 2) faktor internal. Faktor eksternal adalah lingkungan sosial dan lingkungan fisik serta lingkungan kerja orangtua, sedangkan faktor internal adalah model pola asuh yang pernah didapat sebelumnya.

Berdasarkan pencapaian dari masing-masing indikator pola asuh orangtua berada pada kategori rendah. Pola asuh orangtua sangat penting dalam dimensi psikologis untuk memberikan keyakinan diri, meningkatkan mekanisme koping dan kualitas hidup. Maka untuk mendapatkan kualitas hidup yang baik, peserta didik seharusnya mendapatkan pola asuh orangtua yang baik dan maksimal dari lingkungannya.

### **Fatigue**

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa *fatigue* peserta didik diMTsS Al-Hidayah Pasaman Barat berada pada kategori tinggi. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa *fatigue* peserta didik pada kategori sangat tinggi yaitu sebesar 10%, kategori tinggi sebesar 59%, kategori sedang sebesar 30%, kategori rendah sebesar 1% dan pada kategori sangat rendah 0%. Selanjutnya juga didapatkan secara keseluruhan sub variabel dari *fatigue* berada pada kategori tinggi, yaitu sebesar 73,84%. Adapun masing-masing sub variabel antara lain: fisik berada pada kategori tinggi 76%, sub variabel mental berada pada kategori tinggi 72,68%.

Kelelahan adalah berkurangnya kemampuan fisik dan mental sebagai akibat dari penggunaan berlebih pada fisik, mental atau emosional yang juga dapat mengurangi hampir seluruh kemampuan fisik termasuk kekuatan, kecepatan, kecepatan reaksi, dan pengambilan keputusan atau keseimbangan. Kelelahan merupakan perasaan letih akibat penggunaan tenaga yang berlebih. (Australian safety and Compensation Council, 2015).

Pada penelitian ini peneliti mencoba mendefinisikan kelelahan sebagai penurunan tingkat kesadaran seseorang, sebagai akibat dari pengerahan tenaga yang berlebih baik secara fisik, mental maupun emosional.

### **Prokrastinasi Akademik**

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa prokrastinasi akademik peserta didik diMTsS Al-Hidayah Pasaman Barat berada dalam kategori tinggi. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik peserta didik dalam kategori sangat tinggi yaitu sebesar 9,6%, kategori tinggi sebesar 55,2%, kategori sedang sebesar 30,4%, kategori rendah sebesar 2,4% dan pada kategori sangat rendah 2,4%. Selanjutnya, juga didapatkan secara keseluruhan sub variabel dari prokrastinasi akademik berada pada kategori tinggi, yaitu sebesar 72,48%. Adapun masing-masing sub variabel antara lain: penundaan untuk memuai dan menyelesaikan tugas berada pada kategori tinggi 75,31%, sub variabel keterlambatan dalam mengerjakan tugas berada pada kategori tinggi 73,29%, sub variabel kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja berada pada kategori tinggi 71,44%, dan sub variabel melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan berada pada kategori tinggi 69,88%.

Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah. Seseorang yang melakukan penundaan berarti banyak waktu yang terbuang sia-sia, tugas-tugas menjadi terbengkalai bila diselesaikan hasilnya tidak maksimal. Kemunculan prokrastinasi akademik seringkali disebabkan oleh perasaan takut salah, perfeksionis (menuntut kesempurnaan), malas serta lemahnya motivasi belajar (Ilyas & Suryadi, 2017).

Prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan pada tugas akademik yang dilakukan secara sadar dengan melakukan aktivitas lain yang menyenangkan dan tidak penting, tidak bertujuan, tidak memperhatikan waktu sehingga menimbulkan akibat negatif atau kerugian pada pelakunya (Ulum, 2016). Selaras pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Nafeesa (2018) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik terjadi karena bentuk rasa malas yang dapat dialami setiap orang. Seorang procrastinator dapat dikategorikan sebagai perilaku yang tidak

efisien dalam penggunaan waktu dan cenderung untuk tidak segera memulai serta menyelesaikan suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas.

Prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu dan faktor eksternal berupa faktor di luar individu. Faktor tersebut dapat memunculkan perilaku prokrastinasi maupun menjadi faktor kondusif yang akan menjadi katalisator sehingga perilaku prokrastinasi akademik seseorang semakin meningkat dengan adanya pengaruh faktor tersebut (Ghufron & Risnawita, 2017). Pola asuh orangtua dan *fatigue* berpengaruh secara internal dan eksternal terhadap terjadinya prokrastinasi akademik peserta didik.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik yang dilakukan peserta didik berada pada kategori tinggi, maka perlu ditindak lanjuti oleh guru BK untuk menghindari prokrastinasi akademik dengan memberikan pelayanan BK pada peserta didik agar nantinya prokrastinasi akademik peserta didik menjadi rendah. Alizamar (2016) mengemukakan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat membantu siswa dalam mengurangi prokrastinasi akademik.

### **Hubungan Pola Asuh Orangtua dan *Fatigue* dengan Prokrastinasi Akademik**

Berdasarkan hasil pengolahan data melalui regresi berganda diperoleh bahwa pola asuh orangtua dan *fatigue* memberikan pengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik peserta didik di MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh orangtua dan *fatigue* secara bersama-sama berhubungan secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik peserta didik. Temuan ini diperoleh berdasarkan rangkain analisis data yang menunjukkan bahwa hubungan pola asuh orangtua dan *fatigue* dengan prokrastinasi akademik sebesar 70,4%. Dari hasil pengujian hipotesis juga terlihat bahwa pola asuh orangtua dan *fatigue* berpengaruh signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik dimana nilai  $F_{hitung}$  untuk variabel pola asuh orangtua (X1) dan *fatigue* (X2) adalah  $145,056 > F_{tabel} 3,07$  (sig  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dengan demikian dapat disimpulkan pola asuh orangtua dan *fatigue* secara bersama-sama berhubungan yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu masukan program BK untuk mempertahankan dan meningkatkan pola asuh orangtua yang baik, menurunkan terjadinya *fatigue* dan prokrastinasi akademik pada peserta didik dengan berbagai macam layanan BK yang dapat digunakan, seperti layanan informasi, layanan bimbingan kelompok, layanan penguasaan konten.

### **Implikasi Terhadap Bimbingan dan Konseling**

Menurut Prayitno & Erman Amti, (2015) bahwa pelayanan bimbingan dan konseling secara umum bertujuan untuk membantu individu mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangannya, memiliki berbagai wawasan, penyesuaian dan keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungan. Adapun tujuan khusus pelayanan bimbingan dan konseling dikaitkan secara langsung dengan permasalahan yang dialami oleh peserta didik yang bersangkutan.

Oleh karena itu, guru BK perlu memberikan layanan terkait dengan pola asuh orangtua, *fatigue* dan prokrastinasi akademik. Layanan yang dapat diberikan oleh guru BK adalah layanan informasi, layanan penguasaan konten, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Pola Asuh Orangtua dan *Fatigue* dengan Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di MTsS Al-Hidayah Pasaman Barat didapat simpulan yaitu; 1) Pola asuh orangtua berada pada kategori rendah; 2) *Fatigue* berada pada kategori tinggi; 3) Prokrastinasi akademik berada pada kategori tinggi; 4) Terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orangtua dan *fatigue* dengan prokrastinasi akademik, dengan koefisien korelasi sebesar 0,704 dengan taraf signifikansi 0,000.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alizamar. (2016). *Teori Belajar & Pembelajaran: Implementasi dalam Bimbingan Kelompok Belajar di Perguruan Tinggi*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Archara, N., & Shobhna, J. (2015). Achievement Motivation and Parental Support to Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology* 37 (1), 132-139. Online, diakses dari <https://www.academia.edu/download/43050280/04baa9ea-e389-4be2-a7a8-715c19f77bd0.pdf#page=134>.
- Australian Safety and Compensation Council. (2015) *Work-Related Hand and Wrist Injuries in Australia*. Commonwealth of Australia.
- Dewi Novita Sari. (2015). "Hubungan antara Stres terhadap Guru dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta". *Naskah Publikasi*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan. Online, diakses dari <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/123282>
- Fenti Hikmawati, F. (2015). *Bimbingan dan Konseling (edisi revisi)*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ghufroon, M. Nur & Risnawita S Rini. (2017). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Juliawati, D. (2018). Prokrastinasi Akademik Mahasantri Ma'had Al Jami'ah. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 31-32. DOI: <https://doi.org/10.52657/jfk.v4i1.485>
- Mahasneh, A.M. , Bataineh, O.T. & Al-Zoubi, Z.H. (2016). The Relationship Between Academic Procrastination and Parenting Styles Among Jordanian Undergraduate University Students. *The Open Psychology Journal*, 9(1), 25-34. *University Zarqa Jordan*. DOI: 10.2174/1874350101609010025
- Humanika. Nafeesa. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik yang Menjadi Anggota Organisasi Peserta Didik Intra Sekolah. *Jurnal Universitas Medan*, 4 (1) , 53-67. DOI: <https://doi.org/10.24114/antro.v4i1.9884>
- Oemar, Hamalik. (2016). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Prayitno, P., & Amti, E. (2015). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rumiani. (2016). Prokrastinasi Akademik ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan

- Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. 3(2), 20-23.  
Online diakses dari  
<https://www.neliti.com/publications/128210/prokrastinasi-akademik-ditinjau-dari-motivasi-berprestasi-dan-stres-mahasiswa>
- Roestiyah. (2015). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Saputra. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 2(1), 50-52.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.17977/um001v2i12017p026>
- Soekanto, S.(2016). *Sosiologi Keluarga*. Jakarta: PT R ineka Cipta
- Sutajaya, I. M. (2018). *Ergonomi Pendidikan*. Depok: Rajawali Press.
- Ulum, H. (2016). *Uji Validitas dan Uji Reliabilitas*. Malang: [www.stikeswch-malang.ac.id](http://www.stikeswch-malang.ac.id).