

Pengaruh Grit Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik SMP N 8 Pati

Nika Septyani^{1*}, Agus Setiawan², Desi Maulia³

^{1,2,3} Universitas PGRI Semarang, Indonesia

Correspondence Email: nikaseptyani@gmail.com*

Keywords

Grit; academic procrastination; junior high school students

Abstract

This research is motivated by academic procrastination behavior in junior high school students. Academic procrastination is the habit of junior high school students postponing school assignments. This behavior can hinder the achievement of learning goals and reduce academic performance. One factor that can influence this behavior is grit, namely a student's perseverance and enthusiasm in achieving long-term goals. Students with high grit tend to be more diligent, persistent, and able to complete assignments on time, while students with low grit are more likely to procrastinate. This research employed a quantitative approach. The population consisted of 242 students, with a sample of 192 students drawn using cluster random sampling. Data were collected using the grit and academic procrastination scales. Data analysis was performed using simple linear regression using SPSS 21. The results of the regression analysis showed a regression coefficient of -0.225 with a significance value of 0.016 (<0.05). This indicates that grit has a negative and significant effect on academic procrastination. This means that every increase in grit will be followed by a decrease in academic procrastination behavior in students. Thus, it can be concluded that grit has an influence on academic procrastination, where the higher the grit possessed by students, the lower the level of academic procrastination.

PENDAHULUAN

Peserta didik merupakan individu yang sedang menjalani proses pendidikan formal di sekolah dan memiliki peran penting dalam mencapai tujuan pembelajaran. Menurut Jaenuri Muhammad (2024), peserta didik adalah subjek pendidikan yang dituntut untuk aktif mengikuti proses pembelajaran, melaksanakan tugas-tugas akademik, serta mengembangkan potensi diri agar mampu mencapai tujuan pendidikan secara optimal. Pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), peserta didik berada pada masa remaja awal yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, dan emosional, sehingga memerlukan kemampuan pengelolaan diri yang baik dalam menghadapi tuntutan akademik.

Tuntutan akademik yang dihadapi peserta didik SMP meliputi kewajiban menyelesaikan tugas sekolah, mengikuti evaluasi pembelajaran, serta mencapai standar kompetensi yang telah ditetapkan. Namun, dalam praktiknya tidak semua peserta didik mampu memenuhi tuntutan tersebut secara optimal. Salah satu permasalahan akademik yang sering muncul adalah prokrastinasi akademik. Siregar (2022)

menyatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku penundaan yang umum terjadi di kalangan peserta didik dan dapat menghambat pencapaian prestasi belajar.

Ghufron dan Risnawita (dalam Herman, 2022) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai perilaku menunda penyelesaian tugas-tugas formal yang berkaitan dengan aktivitas akademik, seperti tugas sekolah, pekerjaan rumah, dan persiapan ujian. Perilaku ini ditandai dengan kecenderungan menunda memulai atau menyelesaikan tugas hingga mendekati batas waktu yang telah ditentukan. Prokrastinasi akademik tidak hanya berkaitan dengan aspek manajemen waktu, tetapi juga berhubungan erat dengan faktor psikologis, seperti motivasi, tanggung jawab, dan kontrol diri peserta didik.

Prokrastinasi akademik merupakan masalah serius dalam dunia pendidikan. Zainudin dan Saputra (2022) menyatakan bahwa perilaku prokrastinasi yang terjadi secara terus-menerus dapat berdampak negatif terhadap prestasi belajar, menurunkan motivasi akademik, serta meningkatkan risiko kegagalan peserta didik dalam mencapai tujuan pendidikan. Selain itu, kebiasaan menunda tugas juga dapat menimbulkan tekanan psikologis berupa stres, kecemasan, dan rendahnya kepercayaan diri.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dialami oleh sebagian besar peserta didik. Rahimi dan Hall (2021) mengungkapkan bahwa sekitar 25% hingga 75% peserta didik mengalami prokrastinasi akademik dalam kegiatan belajar. Svartdal dan Løkke (2022) menjelaskan bahwa peserta didik yang melakukan prokrastinasi akademik cenderung menunda pengerjaan tugas hingga mendekati batas waktu, sering mencari alasan pembenaran, serta lebih memilih aktivitas yang bersifat menyenangkan dibandingkan menyelesaikan kewajiban akademik. Temuan tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang cukup dominan dan perlu mendapatkan perhatian khusus.

Prokrastinasi akademik tidak terjadi tanpa sebab, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Zega (2022) mengemukakan bahwa faktor internal meliputi rendahnya motivasi belajar, rasa takut gagal, perfeksionisme, dan rendahnya rasa tanggung jawab. Sementara itu, faktor eksternal mencakup pengaruh teman sebaya, pola asuh orang tua, serta lingkungan belajar yang kurang mendukung. Esmaeili dan Monadi (2016) menambahkan bahwa kecenderungan memilih aktivitas yang lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan tugas akademik turut memperkuat munculnya perilaku prokrastinasi.

Salah satu faktor psikologis yang diyakini berperan dalam menekan perilaku prokrastinasi akademik adalah grit. Duckworth (2007) mendefinisikan grit sebagai ketekunan dan konsistensi individu dalam mempertahankan usaha serta minat terhadap tujuan jangka panjang. Grit terdiri atas dua dimensi utama, yaitu *consistency of interest* (konsistensi minat) dan *perseverance of effort* (ketekunan usaha). Individu dengan tingkat grit yang tinggi cenderung mampu bertahan menghadapi kesulitan, tidak mudah menyerah, serta tetap fokus dalam menyelesaikan tugas meskipun menghadapi berbagai hambatan.

Duckworth (2020) menegaskan bahwa grit merupakan salah satu determinan penting dalam keberhasilan akademik. Peserta didik dengan grit tinggi menunjukkan ketahanan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan akademik dan memiliki kecenderungan prokrastinasi yang lebih rendah. Sebaliknya, peserta didik dengan tingkat grit rendah lebih rentan mengalami penurunan motivasi belajar

dan perilaku menunda tugas. Penelitian Sulastri et al. (2023) juga menunjukkan bahwa grit berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik, di mana peserta didik dengan grit tinggi cenderung memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih rendah.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara grit dan prokrastinasi akademik, sebagian besar penelitian tersebut masih bersifat umum dan belum secara spesifik menelaah fenomena tersebut pada konteks sekolah tertentu, khususnya di tingkat SMP. Selain itu, kajian yang mengintegrasikan data empiris awal sekolah, seperti hasil angket kebutuhan peserta didik dan wawancara guru Bimbingan dan Konseling, masih relatif terbatas. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (research gap) yang perlu ditindaklanjuti melalui penelitian yang lebih kontekstual.

Berdasarkan data awal yang diperoleh di SMP Negeri 8 Pati melalui Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) serta wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling, ditemukan bahwa masih terdapat peserta didik yang menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik, seperti menunda pengerjaan tugas, kurangnya tanggung jawab akademik, serta rendahnya kegigihan dalam belajar. Fenomena tersebut berdampak pada penumpukan tugas, rendahnya keaktifan belajar, dan penurunan hasil belajar peserta didik. Kondisi ini menunjukkan bahwa permasalahan prokrastinasi akademik di SMP Negeri 8 Pati bersifat nyata dan memerlukan perhatian serta penanganan yang tepat.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini memiliki kebaruan dalam mengkaji pengaruh grit terhadap perilaku prokrastinasi akademik secara kontekstual pada peserta didik SMP Negeri 8 Pati dengan didukung oleh data empiris lapangan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam merancang intervensi yang berfokus pada penguatan karakter grit untuk menekan perilaku prokrastinasi akademik.

Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh grit terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMP Negeri 8 Pati. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara grit terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMP Negeri 8 Pati, di mana semakin tinggi tingkat grit peserta didik, semakin rendah kecenderungan prokrastinasi akademik yang ditunjukkan.

METODE

Penelitian menerapkan desain penelitian kuantitatif *Ex Post Facto*. Model penelitian ini berasal dari istilah dalam Bahasa Latin yang berarti setelah fakta atau kejadian (*after the fact*). Penelitian ini bertujuan untuk mengumpulkan data mengenai hubungan sebab-akibat dari suatu kejadian dengan menganalisis faktor-faktor penyebab yang berkontribusi terhadap terjadinya peristiwa tersebut (Nurazizah dkk., 2024:78).

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan yaitu cluster random sampling. Menurut Machali (2021:71) teknik cluster random sampling yaitu pengambilan sampel dengan cara acak terhadap kelompok, bukan hanya secara individual. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VII SMP N 8 Pati. Berdasarkan hasil random awal penentuan kelas yang akan dijadikan subjek adalah kelas VII yang terdiri

dari 8 kelas, 2 kelas dijadikan kelas try out tersisa 6 kelas. Dari 6 kelas tersebut yang akan dijadikan subjek penelitian, dengan jumlah 192 peserta didik.

Instrumen penelitian ini menggunakan skala psikologis untuk mengetahui hubungan antara pendidikan karakter dengan kejujuran. Skala psikologis ini menggunakan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengembangkan instrumen yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang terhadap potensi dan permasalahan suatu objek, perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, dan hasil tindakan. Dengan menggunakan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi dimensi. Dimensi dijabarkan menjadi sub variabel kemudian sub variabel dijabarkan lagi menjadi indikator-indikator yang dapat diukur. Data yang diperoleh dari hasil pengamatan lembar skala psikologis akan dikumpulkan dan kemudian dianalisis dengan menggunakan statistik kuantitatif. Skala ini menggunakan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Penelitian ini dilakukan di SMP N 8 Pati untuk menguji pengaruh grit terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa dengan menggunakan instrumen yang telah diuji melalui tryout pada 50 siswa. Instrumen terdiri dari 60 item, yang setelah pengujian reliabilitas tersisa 26 item untuk skala grit dan 28 item untuk skala prokrastinasi akademik. Pengambilan sampel dilakukan pada 30 April 2026 dengan teknik cluster random sampling dari kelas VII A, VII C, VII E, VII F, VII G, dan VII H, serta melibatkan 10 siswa tambahan dari kelas VII B dan VII D untuk mencapai total 192 siswa. Data dikumpulkan menggunakan angket skala Likert dan dianalisis dengan uji normalitas, homogenitas, linearitas, serta pengujian hipotesis untuk menggalikan hubungan antara grit dan prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan pada peserta didik SMP Negeri 8 Pati, dapat diketahui bahwa grit memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,016 yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini berarti hipotesis penelitian diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa grit berperan dalam memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik peserta didik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara grit dan prokrastinasi akademik bersifat negatif. Artinya, semakin tinggi grit yang dimiliki peserta didik, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk menunda-nunda tugas sekolah. Peserta didik yang memiliki grit tinggi umumnya lebih tekun, tidak mudah menyerah, dan mampu bertahan ketika menghadapi kesulitan dalam belajar. Sikap tersebut membuat mereka lebih disiplin dalam mengerjakan tugas, mampu mengatur waktu dengan baik, serta berusaha menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan.

Sebaliknya, peserta didik dengan tingkat grit yang rendah cenderung lebih sering melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini terlihat dari kebiasaan menunda memulai tugas, mengerjakan tugas mendekati batas waktu, serta lebih memilih melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan daripada mengerjakan kewajiban akademik. Kondisi ini menunjukkan bahwa kurangnya ketekunan dan kegigihan dalam belajar dapat meningkatkan perilaku menunda tugas.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa grit merupakan faktor penting yang dapat membantu mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik. Oleh karena itu, upaya untuk

meningkatkan grit, seperti menanamkan sikap pantang menyerah, membangun motivasi belajar, serta memberikan pendampingan melalui layanan bimbingan dan konseling, sangat diperlukan agar peserta didik dapat mengurangi kebiasaan menunda tugas dan meningkatkan tanggung jawab akademik mereka.

HASIL

Uji Normalitas

Uji *Kolmogorov-Smirnov Test* dilakukan untuk mengetahui normalitas sebaran data variabel penelitian dilihat dari *Kolmogorov-Smirnov Test* dan pengujiannya menggunakan program SPSS 21. Hasil uji normalitas data *grit* dan prokrastinasi akademik disajikan sebagai berikut

Tabel 1 Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		192
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	13.17953183
Most Extreme Differences	Absolute	.071
	Positive	.071
	Negative	-.038
Kolmogorov-Smirnov Z		.990
Asymp. Sig. (2-tailed)		.280
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test, diperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,280. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,280 > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data residual berdistribusi normal.

Uji Hipotesis

Uji Korelasi

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh *grit* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMP N 8 Pati. Korelasi pada penelitian ini dihitung dengan menggunakan korelasi *Product Moments* dengan bantuan program SPSS 21.

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi
Correlations

		GRIT	PROKRASTINASI
GRIT	Pearson Correlation	1	-.173*
	Sig. (2-tailed)		.016
	N	192	192
PROKRASTINASI	Pearson Correlation	-.173*	1
	Sig. (2-tailed)	.016	
	N	192	192

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa terdapat hubungan antara *grit* dengan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMP N 8 Pati, dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar $0,016 < 0,05$ yang berarti hubungan antara kedua variabel ada signifikan. Nilai koefisien korelasi sebesar $-0,173$ nilai korelasi yang negatif menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel bersifat berlawanan arah, yaitu semakin tinggi *grit* yang dimiliki peserta didik maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah *grit*, maka semakin tinggi prokrastinasi akademik. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *grit* dengan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMP N 8 Pati.

Uji Regresi Linier Sederhana

Analisis regresi linier sederhana dilakukan untuk mengetahui tingkat pengaruh antara dua variabel dependen terhadap variabel independen. Uji regresi liniernsederhana menggunakan bantuan program SPSS 21.

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients Beta		
1	(Constant)	84.120	7.002		12.014	.000
	GRIT	-.225	.093	-.173	-2.428	.016

Nilai koefisien regresi linear sederhana pada tabel coefficients, diketahui bahwa nilai konstanta sebesar 84,120 dan nilai koefisien regresi variabel *grit* sebesar $-0,225$ dengan nilai signifikansi $0,016 (< 0,05)$. Hal ini menunjukkan bahwa *grit* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Artinya, setiap peningkatan *grit* akan diikuti oleh penurunan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *grit* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik, di mana semakin tinggi *grit* yang dimiliki peserta didik maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya.

Tabel 4. Hasil Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.173 ^a	.030	.025	13.214

a. Predictors: (Constant), GRIT

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa seberapa besar pengaruh antara variabel X dan variabel Y dapat dilihat dari *R Square* (koefisien determinasi) sebesar $0,030$ berada pada kategori rendah, yang artinya *grit* memberikan pengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik sebesar $0,30\%$, terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan sisanya sebesar $97,0\%$ dipengaruhi oleh faktor lain di luar

penelitian ini. Selain itu, nilai Adjusted R Square sebesar 0,025 menunjukkan besarnya pengaruh *grit* setelah disesuaikan dengan jumlah sampel dan variabel penelitian.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *grit* dengan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMP N 8 Pati. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,016 yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel bukan terjadi secara kebetulan, melainkan menunjukkan adanya keterkaitan yang nyata antara tingkat *grit* yang dimiliki peserta didik dengan kecenderungan mereka dalam melakukan prokrastinasi akademik. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa secara statistik hubungan antara *grit* dan prokrastinasi akademik dapat dibuktikan secara ilmiah.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa *grit* memiliki peran dalam membentuk perilaku akademik siswa, khususnya dalam hal kecenderungan menunda pengerjaan tugas-tugas sekolah. Peserta didik yang memiliki *grit* tinggi cenderung menunjukkan sikap tekun, gigih, dan konsisten dalam menghadapi tuntutan akademik. Mereka lebih mampu bertahan ketika menghadapi kesulitan belajar, tidak mudah menyerah saat menemui hambatan, serta memiliki komitmen yang lebih kuat dalam menyelesaikan tugas tepat waktu. Kondisi tersebut membuat perilaku prokrastinasi akademik dapat diminimalkan. Sebaliknya, peserta didik dengan tingkat *grit* yang rendah cenderung mudah merasa lelah secara mental, kurang konsisten terhadap tujuan belajar, serta lebih mudah tergoda untuk menunda tugas dan memilih aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan dibandingkan menyelesaikan kewajiban akademik.

Selanjutnya, berdasarkan hasil uji korelasi diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,173. Nilai koefisien korelasi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa hubungan antara *grit* dan prokrastinasi akademik bersifat berlawanan arah. Artinya, semakin tinggi tingkat *grit* yang dimiliki oleh peserta didik, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah *grit* yang dimiliki siswa, maka kecenderungan melakukan penundaan tugas akademik akan semakin tinggi. Hasil ini memperkuat temuan bahwa *grit* berfungsi sebagai salah satu faktor yang dapat menekan munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik.

Namun demikian, jika ditinjau dari besarnya nilai koefisien korelasi, hubungan antara *grit* dan prokrastinasi akademik dalam penelitian ini tergolong rendah. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *grit* memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik, kekuatan hubungannya tidak tergolong kuat. Dengan kata lain, peningkatan *grit* tidak selalu diikuti oleh penurunan prokrastinasi akademik secara signifikan pada seluruh peserta didik. Temuan ini mengindikasikan bahwa *grit* bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik siswa, melainkan terdapat faktor-faktor lain yang turut berperan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulastri, dkk. (2023) yang menunjukkan bahwa *grit* berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada peserta didik. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa peserta didik dengan *grit* yang lebih tinggi cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik dalam menyelesaikan tugas akademik. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Sulastri (2023) juga mendukung temuan ini dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa peserta didik dengan tingkat *grit* tinggi memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah, sedangkan peserta didik dengan *grit* rendah menunjukkan kecenderungan prokrastinasi akademik yang lebih tinggi. Kesamaan hasil ini menunjukkan adanya konsistensi temuan bahwa *grit* berperan dalam perilaku akademik siswa.

Meskipun demikian, hubungan antara *grit* dan perilaku prokrastinasi akademik dalam penelitian ini tergolong tidak terlalu kuat. Artinya, meskipun siswa yang memiliki *grit* tinggi cenderung lebih jarang menunda tugas, peningkatan *grit* tidak selalu membuat perilaku prokrastinasi akademik berkurang secara signifikan pada semua siswa. Hal ini menunjukkan bahwa selain *grit*, terdapat faktor lain yang turut memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggerahma (2025) yang menyatakan bahwa *grit* sebagai karakter positif memang memberikan pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik, namun bukan merupakan faktor utama atau satu-satunya penentu dalam perilaku tersebut.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Anggerahma dan Suryadi (2025) pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi juga menunjukkan adanya hubungan negatif antara *grit* dan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa semakin tinggi *grit* yang dimiliki individu, maka semakin rendah kemungkinan individu tersebut melakukan prokrastinasi akademik, dan sebaliknya. Temuan ini memperkuat hasil penelitian bahwa peran *grit* dalam menekan perilaku prokrastinasi akademik tidak hanya berlaku pada mahasiswa, tetapi juga relevan pada peserta didik tingkat sekolah menengah pertama.

Secara teoretis, *grit* terdiri dari dua aspek utama, yaitu ketekunan usaha (*perseverance of effort*) dan konsistensi minat (*consistency of interest*). Ketekunan dalam usaha mencakup kemampuan individu untuk menghadapi tantangan dalam mengejar tujuan yang sulit, sedangkan konsistensi minat mengacu pada fokus yang berkelanjutan dan penuh semangat terhadap tujuan dalam jangka waktu yang panjang. (Duckworth, 2023). Dalam aspek *perseverance of effort*, individu cenderung tidak mengabaikan tugas-tugasnya walaupun sedang menghadapi masalah, individu tetap berusaha dan berjuang untuk mencapai tujuan jangka panjangnya. Dalam aspek *consistency of interest*, individu cenderung memiliki tujuan tertentu dalam periode waktu yang lama, serta minat yang dimiliki tidak berubah dari waktu ke waktu walaupun dihadapi dengan distraksi (Anggerahma & Suryadi, 2025).

Sementara itu, Ferrari (dalam Harmalis, 2020) mengemukakan bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik meliputi beberapa aspek. Pertama, penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas. Di mana seseorang mengetahui bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan, namun tetap menunda untuk memulai atau menyelesaikannya. Kedua, keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Di mana individu memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya karena

menghabiskan waktu untuk persiapan yang berlebihan. Ketiga, Adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, di mana individu mengalami kesulitan untuk menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya, baik oleh orang lain maupun oleh dirinya sendiri. Keempat, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Ketika individu dengan sengaja tidak mengerjakan tugas akademiknya, melainkan menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan.

Berdasarkan teori tersebut, dapat dipahami bahwa perilaku prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor lain yang diduga memengaruhi prokrastinasi akademik antara lain pola asuh orang tua, dukungan keluarga, pengaruh teman sebaya, lingkungan belajar, motivasi belajar, serta kemampuan mengatur waktu. Peserta didik yang berada pada lingkungan yang kurang mendukung proses belajar atau memiliki kebiasaan memilih aktivitas yang lebih menyenangkan dibandingkan menyelesaikan tugas sekolah cenderung lebih mudah melakukan prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, peserta didik dengan *grit* tinggi belum tentu sepenuhnya terbebas dari perilaku menunda tugas apabila faktor-faktor pendukung lainnya belum berkembang dengan baik.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *grit* memiliki hubungan yang signifikan dan berlawanan arah dengan perilaku prokrastinasi akademik, namun tingkat hubungan tersebut tergolong rendah dengan kontribusi yang relatif kecil. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *grit* peserta didik, maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya. Akan tetapi, upaya untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMP N 8 Pati tidak cukup hanya melalui peningkatan *grit*. Diperlukan upaya yang lebih komprehensif, seperti meningkatkan motivasi belajar, melatih keterampilan manajemen waktu, serta memberikan dukungan dari lingkungan sekolah dan keluarga agar perilaku prokrastinasi akademik dapat diminimalkan secara optimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *grit* memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMP Negeri 8 Pati. Artinya, peserta didik yang memiliki tingkat *grit* lebih tinggi cenderung menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik yang lebih rendah, sedangkan peserta didik dengan *grit* rendah cenderung lebih sering menunda penyelesaian tugas akademik. Meskipun demikian, tingkat kekuatan hubungan yang diperoleh tergolong rendah, sehingga menunjukkan bahwa *grit* bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik pada peserta didik di sekolah tersebut.

REFERENSI

- Amruddin, A., Priyanda, R., Agustina, T. S., Arianti, N. S., Rusmayanti, N. G. A. L., Aslindar, D. A., & Wicaksono, D. (2022). *Metode penelitian kuantitatif* (F. Sukmawati, Ed.). Pradina Pustaka.
- Aini, Z., & Heni, R. (2018). Pentingnya bimbingan dan konseling untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa. *At-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(2).

- Akbar, R., Sukmawati, U. S., & Katsirin, K. (2023). Analisis data penelitian kuantitatif: Pengujian hipotesis asosiatif korelasi. *Jurnal Pelita Nusantara*, 1(3), 430–448.
- Anggerahma, S., & Suryadi, D. (2025). Peran grit terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa perguruan tinggi swasta di Jakarta. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), 306–320.
- Burhan, M. N. I. (2020). *Perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa (Studi pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar)* (Disertasi doktoral). Universitas Negeri Makassar.
- Duckworth, A. L. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101.
- Duckworth, A. (2018). *Grit: Kekuatan passion dan kegigihan* (F. Ilyas, Penerj.). Gramedia Pustaka Utama.
- Duckworth, A. (2020). *Grit: The power of passion and perseverance*. Scribner.
- Duckworth, A. (2023). *Grit: Kekuatan passion dan kegigihan*. Gramedia Pustaka Utama.
- Harmalis, H. (2020). Prokrastinasi akademik dalam perspektif Islam. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 2(1), 83–91.
- Herawati, M., & Suyahya, I. (2019). Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik peserta didik SMK Islam Ruhama. Dalam *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan KALUNI* (Vol. 2, hlm. 646–655).
- Jaenuri, M., Budiono, A. N., & Karamoy, Y. K. (2024). Hubungan konsep diri dengan prokrastinasi akademik siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 10(2), 239–248.
- Machali, I. (2021). *Metode penelitian kuantitatif*. Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga.
- Nurazizah, N., dkk. (2024). *Metodologi penelitian* (Y. Pratiwi, Ed.).
- Nurjan, S. (2020). Analisis teoretik prokrastinasi akademik mahasiswa. *Muaddib: Studi Kependidikan dan Keislaman*, 1(1), 61.
- Purnomo, R. A. (2017). *Analisis statistik ekonomi*. CV Wade Group.
- Rahimi, S., & Hall, N. C. (2021). Academic procrastination and students' achievement. *Educational Psychology Review*, 33(2), 1–25.
- Ramadhan, R. P., & Winata, H. (2016). Prokrastinasi akademik menurunkan prestasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 1(1), 154–159.
- Rusmaini, R., Gunartin, G., Surasni, S., & Lubis, M. (2021). Mengatasi faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. *Pekodimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(1), 30–39.
- Sugiyono. (2024). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sulastris, S., & Yusra, Z. (2023). Kontribusi academic hardiness dan grit terhadap prokrastinasi akademik. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 3(3), 8263–8270.
- Svartdal, F., & Løkke, J. A. (2022). Academic procrastination: An overview. *Frontiers in Psychology*, 13, 1–10.
- Zega, M. R. B. (2022). Faktor penyebab dan upaya mengatasi prokrastinasi akademik peserta didik pada masa pandemi Covid-19. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 28–35.