

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pola asuh

a. Pengertian Pola asuh *Single Parent*

Pola pengasuhan dalam keluarga *single parent* di Indonesia memperlihatkan sifat yang adaptif dan kontekstual, yakni menyesuaikan dengan realitas kehidupan orang tua yang memikul peran ganda. Pada situasi ini, orang tua tunggal mengemban peran ganda, yakni sebagai perawat anak sekaligus tulang punggung perekonomian keluarga. Kompleksitas keadaan tersebut pada akhirnya turut membentuk dan memengaruhi metodologi yang mereka terapkan dalam membesarkan serta mendidik anak. Demi menyalahi kesibukan kerja serta keterbatasan energi dan waktu, orang tua kerap mengadopsi pendekatan pengasuhan yang lebih fleksibel dan realistis (Mudrikah, 2019). Alih-alih menegakkan aturan yang kaku, mereka cenderung bersikap permisif guna menghindari friksi dengan anak. Pendekatan ini pada akhirnya lebih memprioritaskan kedekatan emosional daripada penanaman disiplin yang ajek.

Perkembangan sosial anak sangat dipengaruhi oleh cara orang tua berinteraksi, mendidik, dan mengasuhnya secara konsisten. Melalui metode pengasuhan ini, anak tidak hanya diajarkan untuk menyerap norma-norma kemasyarakatan, tetapi juga dilatih untuk mengenali sekaligus menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya (Ardiawan et al., 2024). Berkaitan dengan hal itu, model pengasuhan keluarga terbagi ke dalam beberapa tipologi, di antaranya pola asuh otoriter, permisif, abai (*neglectful*), serta demokratis yang berbasis kasih sayang. Variasi dalam metode asuh ini termasuk riwayat trauma yang pernah dilewati individu memiliki andil besar dalam membentuk dinamika emosional mereka. Adapun kemampuan meregulasi emosi secara teoritis terbagi menjadi empat dimensi utama, yang meliputi kendali atas aspek kognitif (pemikiran), kontrol dorongan hati (impulsivitas), manajemen afeksi (emosi), serta optimalisasi unjuk kerja (Devi et al., 2023).

Menurut Wiludjeng (dalam Julaehta dan Fathimatuzzahro, 2022) *Single parent* adalah orangtua tunggal (ayah atau ibu) yang membesarkan anak tanpa pasangan. Jenisnya ada dua: (1) single parent tetap, terjadi karena kematian, perceraian, atau pembatalan perkawinan; (2) single parent sementara, yaitu ketika salah satu orangtua tidak hadir untuk sementara waktu, misalnya karena merantau

Melalui pendekatan ini, orang tua tidak hanya menerapkan aturan dan batasan yang tegas, melainkan juga mengimbangnya dengan pemberian alasan yang rasional serta ruang diskusi yang demokratis. Anak didorong untuk mandiri, bertanggung jawab, serta mampu menyampaikan pendapatnya. Pendekatan ini dinilai lebih efektif dalam menunjang perkembangan psikologis anak, khususnya dalam membangun rasa percaya diri dan kemampuan beradaptasi secara sosial (Mudrikah, 2019). Dalam praktiknya, pola asuh pada keluarga single parent sering mengalami penyesuaian menjadi lebih fleksibel.

Hal ini dipengaruhi oleh kondisi emosional orang tua, latar belakang pengalaman seperti perceraian atau kehilangan pasangan, serta adanya keterlibatan anggota keluarga lain dalam pengasuhan, seperti kakek dan nenek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun anak dapat berkembang dengan baik dalam aspek sosial dan emosional, ketiadaan salah satu figur orang tua tetap berpotensi memengaruhi kestabilan perkembangan jangka panjang, khususnya dalam aspek emosional (Afrilliany et al., 2025).

b. Karakteristik Pola Asuh *Single Parent*

Kondisi di Indonesia mengharuskan orang tua tunggal untuk mengadopsi pendekatan pengasuhan yang lebih adaptif, sebagai konsekuensi logis dari tanggung jawab ganda dalam

memosisikan diri sebagai tulang punggung finansial sekaligus pembimbing utama anak. Dibandingkan dengan keluarga yang memiliki struktur utuh, model pengasuhan mandiri ini dituntut untuk lebih tanggap dan menyesuaikan diri dengan keterbatasan situasi. Kondisi ini menyebabkan pola asuh yang diterapkan tidak sepenuhnya mengacu pada pola ideal, melainkan lebih disesuaikan dengan tekanan sosial, emosional, dan keterbatasan waktu yang dialami oleh orang tua tunggal. Menurut Mudrikah (2019), *single parent* cenderung menggunakan pola asuh yang bersifat permisif dan authoritative secara bersamaan, yakni memberikan kebebasan kepada anak namun tetap berusaha menanamkan nilai-nilai moral serta tanggung jawab sesuai kemampuan pengawasan yang dimiliki. Karakteristik ini menunjukkan bahwa pengasuhan *single parent* lebih bersifat fleksibel, situasional, dan berorientasi pada kestabilan hubungan anak dengan orang tua.

Karakteristik berikutnya terlihat pada rendahnya intensitas kontrol langsung terhadap aktivitas anak. *Single parent* sering kali tidak mampu melakukan pengawasan penuh karena harus membagi fokus antara pekerjaan dan urusan domestik. Akibatnya, anak memperoleh ruang kebebasan yang lebih besar dalam menentukan perilaku, mengatur waktu,

maupun memilih lingkungan pergaulan. Mudrikah (2019) menjelaskan bahwa kondisi tersebut membuat orang tua lebih banyak memilih strategi menasihati daripada memberi hukuman, serta cenderung menghindari aturan yang terlalu menekan agar tidak menimbulkan konflik dengan anak. Dalam kaitannya dengan siswa SMA 1 KARAS, karakteristik pengasuhan yang longgar seperti ini dapat memengaruhi kebiasaan belajar karena anak kurang memperoleh kontrol eksternal yang kuat untuk mengatur disiplin akademiknya.

Hurlock (dalam Riyanti dkk., 2023) mengemukakan bahwa pertumbuhan potensi anak sangat dipengaruhi oleh cara orang tua tunggal mendidiknya. Dari tiga model pengasuhan yang ada demokratis, otoriter, dan permisif gaya demokratis dinilai sebagai opsi terbaik karena mampu melatih tanggung jawab anak melalui keseimbangan antara kebebasan dan pengawasan. Sebaliknya, pendekatan otoriter yang terlalu mengekang cenderung mengikis kemandirian anak meskipun mereka menjadi patuh, sementara gaya permisif yang tanpa batas justru berisiko memicu perilaku tidak disiplin.

Selain itu, pola asuh *single parent* juga ditandai dengan dominannya pendekatan emosional dan pemberian kepercayaan kepada anak. Orang tua tunggal umumnya berusaha menjaga

kedekatan psikologis dengan anak sebagai bentuk kompensasi atas ketidakhadiran salah satu figur orang tua. Afrilliany, Rachmawati, dan Listiana (2025) menyebutkan bahwa *single parent* cenderung membangun komunikasi yang terbuka, memberikan dukungan, serta menumbuhkan kemandirian anak melalui pembiasaan menghadapi situasi sendiri. Karakteristik ini dapat memberikan dampak positif berupa meningkatnya kemampuan adaptasi sosial dan rasa percaya diri anak. Namun, apabila kepercayaan tersebut tidak dibarengi dengan pengawasan yang memadai, anak berpotensi mengembangkan perilaku menunda tugas karena merasa tidak ada tekanan langsung untuk segera menyelesaikan kewajibannya.

Karakteristik lain yang menonjol adalah adanya inkonsistensi dalam penerapan disiplin. Tekanan emosional, kelelahan bekerja, serta beban psikologis akibat perceraian atau kehilangan pasangan sering membuat *single parent* tidak stabil dalam memberikan aturan. Pada satu waktu orang tua dapat bersikap tegas, tetapi pada waktu lain menjadi sangat longgar karena rasa iba atau kelelahan. Menurut Afrilliany et al. (2025), pola asuh yang tidak konsisten ini dapat memengaruhi pembentukan kontrol diri anak, terutama dalam kemampuan mengelola tanggung jawab dan ketekunan. Di ranah pendidikan,

absennya sanksi yang tegas di rumah akibat pola asuh tersebut kerap memicu siswa untuk menunda-nunda tugas sekolahnya. Kebiasaan menyepelekan tanggung jawab ini berakar dari lingkungan keluarga yang tidak membiasakan anak menghadapi konsekuensi nyata atas kelalaian mereka.

c. Komponen Pola Asuh *single parent*

Mengemban status sebagai orang tua tunggal dalam ranah domestik menyajikan tantangan yang kompleks, khususnya bagi seorang ibu yang dituntut mengasuh buah hati secara mandiri pasca-terjadinya perceraian maupun ditinggal wafat oleh pasangan. Kondisi ini menuntut usaha besar dalam memenuhi kebutuhan keluarga sekaligus mengasuh anak. Selain itu, tekanan sosial berupa stigma dari lingkungan juga dapat memperberat situasi dan berdampak pada kehidupan serta perkembangan anak. Konflik keluarga yang dialami turut dirasakan anak sebagai bentuk ketidakhadiran orangtua, sehingga dapat menimbulkan ketegangan dalam proses perkembangannya (Marlina dalam Nugrahani dan Fitri, 2023).

Dalam kajian ini, pola asuh orang tua tunggal dikonseptualisasikan sebagai strategi pengasuhan mandiri yang berfokus pada regulasi kedisiplinan, otonomi (kemandirian), proses belajar, serta dinamika perilaku anak. Metode ini

berfungsi sebagai instrumen esensial yang memungkinkan orang tua tunggal tetap menstimulasi perkembangan anak secara maksimal, sekalipun dihadapkan pada keterbatasan keterlibatan figur pasangan. Selaras dengan itu, hasil studi Mudrikah (2019) mengindikasikan bahwa manifestasi pengasuhan *single parent* tecermin dari kapasitas mereka dalam menegakkan regulasi, melakukan pengawasan, menanamkan nilai moral, serta menjalin komunikasi, kendatipun tingkat kontinuitasnya cenderung fluktuatif. Dengan demikian, esensi pengasuhan melampaui sekadar penyediaan fasilitas materi. Pola asuh memiliki peran krusial dalam menanamkan regulasi diri, rasa tanggung jawab, serta ritme belajar anak, yang seluruhnya berdampak langsung pada performa mereka di sekolah. Pada konteks siswa SMA 1 KARAS, komponen ini penting karena masa remaja merupakan fase yang rentan terhadap penurunan disiplin belajar dan munculnya perilaku menunda tugas.

Komponen pertama adalah kontrol dan pengawasan orang tua, yaitu sejauh mana *single parent* mampu memantau aktivitas harian, pergaulan, serta kewajiban akademik anak. Mudrikah (2019) mengemukakan bahwa keterbatasan ruang waktu yang dipicu oleh konflik peran ganda kerap kali menghambat efektivitas kontrol orang tua. Akibatnya, anak

cenderung mendapatkan ruang otonomi yang lebih luas dalam mengelola perilaku dan aktivitas keseharian mereka secara mandiri. Kondisi ini dapat menyebabkan lemahnya kontrol terhadap jadwal belajar, tugas sekolah, maupun tanggung jawab akademik. Dalam penelitian tentang prokrastinasi akademik, rendahnya pengawasan orang tua berpotensi meningkatkan kecenderungan siswa menunda pengerjaan tugas karena tidak adanya monitoring dan tuntutan yang konsisten dari lingkungan keluarga.

Komponen kedua adalah komunikasi dan pemberian arahan, yaitu kualitas interaksi antara single parent dengan anak dalam bentuk nasihat, diskusi, pemberian motivasi, dan penjelasan mengenai aturan. Afrilliany et al. (2025) menegaskan bahwa single parent yang menerapkan komunikasi terbuka cenderung mampu membangun kedekatan emosional sehingga anak lebih mudah menerima nilai tanggung jawab dan kemandirian. Komunikasi yang baik akan membantu anak memahami pentingnya disiplin belajar, menetapkan prioritas, serta memiliki kesadaran terhadap konsekuensi akademik. Sebaliknya, komunikasi yang minim menyebabkan anak kurang mendapatkan reinforcement psikologis sehingga lebih mudah menunda pekerjaan sekolah.

Komponen ketiga adalah pemberian disiplin dan pembiasaan tanggung jawab, yakni upaya orang tua tunggal dalam menanamkan aturan, konsekuensi, dan kebiasaan menyelesaikan kewajiban. Hartono et al. (2026) menjelaskan bahwa single parent umumnya mengombinasikan pola demokratis dan otoriter secara situasional untuk membangun kepatuhan serta kemandirian anak, terutama melalui pembiasaan tugas rumah, pengaturan waktu, dan penegasan terhadap kewajiban tertentu. Pada lingkup siswa SMA 1 Karas, internalisasi nilai kedisiplinan ini berkorelasi linear dengan kapasitas mereka dalam mengatur waktu belajar, merampungkan tugas sesuai tenggat, serta meminimalisasi penundaan tugas-tugas sekolah. Oleh karena itu, rendahnya penanaman disiplin dalam lingkungan domestik berbanding lurus dengan tingginya probabilitas kemunculan perilaku prokrastinasi akademik di kalangan siswa.

d. Faktor yang mempengaruhi

Kedekatan afektif antara orang tua dan anak menjadi fondasi utama dalam pengasuhan. Menurut Lusiani dkk. (2024), penerapan gaya demokratis yang ideal yang diwujudkan melalui pemberian rasa aman, perhatian, serta limpahan kasih sayang

sangat krusial dalam menjamin tumbuh kembang anak secara maksimal demi masa depannya.

Faktor pertama yang paling dominan adalah kondisi ekonomi keluarga. Single parent yang harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup cenderung memiliki waktu yang lebih sedikit untuk mendampingi anak. Keterbatasan ini berdampak pada berkurangnya intensitas kontrol terhadap aktivitas belajar, tugas sekolah, maupun pergaulan anak. Tekanan finansial sering kali menyita waktu orang tua untuk mencari nafkah di luar rumah, sehingga fungsi kontrol terhadap anak menjadi tidak maksimal (Hartono dkk., 2026). Akibatnya, anak memiliki ruang yang lebih besar untuk mengatur dirinya sendiri tanpa monitoring yang konsisten, sehingga pembentukan disiplin belajar menjadi kurang optimal.

Faktor kedua adalah kondisi psikologis dan emosional orang tua. Orang tua tunggal umumnya mengalami tekanan mental akibat perceraian, kehilangan pasangan, maupun beban tanggung jawab yang meningkat. Afrilliany et al. (2025) menyatakan bahwa kestabilan emosi single parent sangat menentukan kualitas interaksi dengan anak, karena suasana emosional yang tidak stabil dapat membuat orang tua menjadi terlalu keras, terlalu membebaskan, atau bahkan kurang

responsif terhadap kebutuhan anak. Kondisi ini memengaruhi bagaimana aturan diterapkan, bagaimana komunikasi dibangun, dan bagaimana dukungan diberikan kepada anak dalam menghadapi tuntutan akademik.

Faktor ketiga adalah tingkat pendidikan dan pengetahuan pengasuhan orang tua. Semakin baik pemahaman orang tua mengenai perkembangan remaja dan strategi mendidik anak, maka semakin terarah pula pola asuh yang diterapkan. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan membuat pengasuhan lebih bersifat spontan dan berdasarkan pengalaman pribadi semata. Mudrikah (2019) menekankan bahwa rendahnya pemahaman pengasuhan dapat menyebabkan orang tua kurang mampu membangun pembiasaan belajar, memberikan motivasi akademik, maupun menanamkan tanggung jawab secara konsisten. Hal ini berpengaruh pada lemahnya kontrol diri anak dalam menyelesaikan tugas sekolah.

e. Indikator Pola asuh Single parent

Pola asuh single parent merupakan bentuk pengasuhan yang dilakukan oleh satu orang tua dalam menjalankan fungsi keluarga, baik fungsi pendidikan, pengawasan, pembinaan moral, maupun pemenuhan kebutuhan anak. Dalam keluarga single parent, orang tua memiliki tanggung jawab ganda

sehingga pola pengasuhan yang diterapkan sangat berpengaruh terhadap perkembangan perilaku, emosional, dan pendidikan anak. Menurut (Riyanti et al., 2023), pola asuh single parent dapat dilihat dari bagaimana orang tua menjalankan peran pengawasan, pemberian perhatian, pembentukan disiplin, serta pemenuhan kebutuhan anak dalam kehidupan sehari-hari.

Orang tua tunggal dituntut mampu menanamkan nilai tanggung jawab dan memberikan pendampingan kepada anak meskipun memiliki keterbatasan waktu maupun kondisi ekonomi. Efektivitas dari model asuh personal ini sangat bergantung pada kualitas komunikasi dua arah yang terjalin antara orang tua dan anak. Dengan demikian, substansi tanggung jawab seorang *single parent* melampaui sekadar dukungan finansial, karena figur ini juga dituntut untuk mengakomodasi stimulasi psikologis, pengembangan kecakapan interpersonal, hingga pendampingan akademik anak secara utuh.

Berdasarkan pendapat (Riyanti et al., 2023), indikator pola asuh single parent meliputi beberapa aspek yaitu:

1. Perhatian dan Keterlibatan orang tua

Keterlibatan orangtua dalam aktivitas belajar dan pendidikan anak

2. Pengawasan dan kontrol

Pengawasan dan terhadap perilaku, pergaulan, dan kegiatan akademik anak

3. Pemberian aturan dan disiplin

Penerapan aturan, tanggung jawab, dan kedisiplinan kepada anak

4. Dukungan emosional dan motivasi

Pemberian perhatian, kasih sayang, dan dorongan psikologis

5. Komunikasi orang tua dan anak

Kualitas interaksi dan keterbukaan komunikasi dalam keluarga

2. Efikasi Diri

a. Pengertian Efikasi Diri

Secara mendasar, efikasi diri digambarkan sebagai keyakinan seseorang akan kapasitasnya dalam memobilisasi motivasi, mengoptimalkan proses berpikir, dan mengambil langkah nyata guna merespons beragam tuntutan lingkungan (Kharisma & Safitri, 2023). Selaras dengan pandangan tersebut, (Apriansah & Wanto, 2022) mengartikan konsep ini sebagai bentuk kepercayaan personal terhadap

kemampuan diri dalam mengelola serta mengeksekusi tindakan demi meraih target yang telah ditetapkan.

Lebih jauh, gagasan mengenai efikasi diri melibatkan keyakinan dalam mengorganisasi tindakan, menuntaskan kewajiban, serta mewujudkan luaran positif melalui strategi yang tepat demi menguasai keahlian tertentu (Juz Indrianti et al., 2022). Dalam konteks yang lebih spesifik, seperti aspek kesehatan, efikasi diri dipahami sebagai keyakinan individu untuk mengontrol perilaku tertentu demi mencapai proses pemulihan (Fadhilah & Yuliza, 2025)

Pada prinsipnya, efikasi diri mencerminkan penilaian subjektif seseorang mengenai kemampuannya dalam menyusun dan menjalankan strategi demi merampungkan tugas atau meraih sasaran tertentu. Keyakinan internal ini tidak muncul begitu saja, melainkan dibentuk oleh akumulasi pengalaman masa lalu, pengamatan terhadap figur percontohan, dukungan atau persuasi dari lingkungan sosial, hingga dinamika psikologis maupun fisik yang dirasakan individu (Rosyidi, Anggriana, dan Pratama, 2024).

Sebagai suatu mekanisme kognitif, efikasi diri juga merepresentasikan derajat keyakinan dan kenyamanan seseorang kala mengeksplorasi suatu kegiatan. Hal ini nantinya akan mengintervensi dorongan internal, orientasi berpikir, stabilitas emosi, hingga pola adaptasi sosial yang membangun habituasi tertentu (Anam & Surawan,

2025). (Dewi et al., 2023) turut mempertegas bahwa konstruk psikologis ini memegang andil krusial dalam mengonstruksi cara seseorang merasakan sesuatu, memproses pikiran, memicu motivasi, hingga memanifestasikan perilakunya.

Oleh karena itu, efikasi diri berfungsi sebagai pilar fundamental dalam mengonstruksi motivasi, menjaga kesejahteraan mental, dan mendorong capaian prestasi. Tanpa adanya keyakinan bahwa usaha yang dilakukan akan membuahkan hasil, seseorang cenderung mudah menyerah saat diterpa rintangan. Sebaliknya, mereka yang memiliki determinasi dan kepercayaan diri tinggi akan memperlihatkan persistensi yang kuat dalam menggapai impian. Secara universal, manifestasi personal dengan keyakinan diri yang tinggi diidentifikasi melalui kemampuan resiliensi yang kuat untuk lekas pulih dari situasi sulit atau hambatan yang dihadapi.

b. Karakteristik Efikasi Diri

(Kharisma & Safitri, 2023) mengemukakan bahwa derajat efikasi diri bersifat subjektif dan bervariasi pada tiap orang, yang mana perbedaannya dapat ditinjau melalui tiga dimensi pokok. Dimensi yang pertama ialah tingkat kesulitan (*level*), yakni aspek yang merujuk pada seberapa berat bobot hambatan atau tugas yang dirasa sanggup dituntaskan oleh seseorang. Saat berhadapan dengan spektrum tugas yang memiliki tingkat kerumitan beragam, keyakinan individu bisa saja

hanya terbatas pada pekerjaan yang bersifat sederhana atau moderat, namun bisa juga mencakup tantangan yang sangat kompleks, bergantung pada penilaian atas kompetensi personalnya. Aspek ini secara langsung mengarahkan preferensi tindakan individu; mereka cenderung mengambil aktivitas yang dinilai masih berada dalam jangkauan kapasitasnya dan secara sadar menjauhi agenda yang dianggap melewati batas kemampuannya.

Dimensi berikutnya adalah kekuatan (*strength*), yang merepresentasikan derajat keteguhan atau intensitas keyakinan seseorang mengenai kapabilitas dirinya. Ketika seseorang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rapuh, motivasi dan keyakinannya akan sangat mudah goyah saat dihadapkan pada situasi yang tidak menguntungkan atau kegagalan. Sebaliknya, individu dengan fundamen keyakinan yang kokoh cenderung memperlihatkan daya tahan yang tinggi, sehingga mereka akan tetap gigih berjuang dan tidak mudah menyerah meskipun harus melewati berbagai rintangan yang pelik.

Dimensi ini juga bertalian dengan derajat kompleksitas suatu pekerjaan, mengingat eskalasi kesulitan tugas umumnya berbanding terbalik dengan intensitas keyakinan seseorang untuk merampungkannya. Sementara itu, parameter berikutnya adalah generalisasi (*generality*), yang merujuk pada spektrum variasi situasi atau domain aktivitas di mana seseorang merasa kompeten. Seseorang

yang memiliki kapasitas generalisasi luas akan merasa percaya diri dalam menanggulangi bermacam situasi baru. Sebaliknya, mereka yang memiliki tingkat generalisasi terbatas cenderung hanya merasa cakap pada kondisi-kondisi spesifik tertentu.

c. Komponen Efikasi diri

Purwaningsih, Karlina, dan Tukiran (2023) menegaskan bahwa efikasi diri merupakan determinan utama yang mengintervensi tingkat keberhasilan seseorang, di mana konsep ini merepresentasikan derajat keyakinan individu dalam menuntaskan tugas serta merealisasikan targetnya. Rasa percaya diri tersebut memegang peranan krusial dalam setiap upaya yang dilakukan. Hal ini dikarenakan individu yang menaruh kepercayaan tinggi pada potensi dirinya memiliki peluang yang jauh lebih besar untuk memetik kesuksesan, sedangkan mereka yang didera keraguan diri cenderung lebih rentan mengalami kegagalan.

Komponen dukungan emosional dan keterlibatan orang tua. Pada keluarga *single parent*, keterbatasan waktu seringkali berdampak pada rendahnya keterlibatan dalam aktivitas akademik anak. Padahal, dukungan sosial dan emosional merupakan faktor penting dalam membentuk keyakinan diri dan motivasi belajar. Kurangnya dukungan ini dapat menyebabkan anak merasa kurang diperhatikan dan berpotensi menurunkan efikasi diri, yang pada akhirnya berdampak pada perilaku

akademik seperti prokrastinasi (Bandura, 1997; Martinot et al., 2011 dalam Anam & Surawan, 2025).

Dimensi interaksi dialogis dan stimulasi dorongan menjadi fokus penting di sini. Kualitas komunikasi yang terbangun antara orang tua dan anak memiliki kontribusi besar dalam mengonstruksi penilaian diri serta cara pandang pelajar terhadap kewajiban sekolah. Di dalam struktur keluarga dengan orang tua tunggal, proses komunikasi ini kerap kali terhambat akibat defisit waktu dan kelelahan fisik. Padahal, penegasan verbal serta suntikan motivasi dari figur orang tua bertindak sebagai salah satu pilar utama yang menopang terbentuknya efikasi diri. Adanya penguatan berupa dorongan moral, petuah bijak, serta respons positif mampu mendongkrak rasa percaya diri siswa dalam menuntaskan tugas, sementara minimnya stimulasi ini berisiko memperparah kecenderungan tindakan prokrastinasi akademik (Bandura, 1997; Anam & Surawan, 2025).

d. Faktor yang Mempengaruhi

Dalam penelitian ini, determinan yang mengintervensi model pengasuhan orang tua tunggal dianalisis melalui lensa status sosioekonomi keluarga yang bersangkutan. Orang tua tunggal umumnya menghadapi tuntutan ekonomi yang lebih besar karena harus memenuhi kebutuhan keluarga secara mandiri. Tekanan ekonomi ini berdampak pada keterbatasan waktu dan energi dalam pengasuhan,

sehingga pola asuh yang diterapkan cenderung kurang optimal, baik dalam aspek pengawasan maupun pemberian dukungan emosional. Ketidakpastian serta tingginya risiko dalam lingkungan kerja terindikasi memiliki hubungan yang signifikan terhadap kecenderungan orang tua dalam mempraktikkan metode pengasuhan yang labil, seperti penerapan sikap yang terlalu mengekang (otoriter) ataupun terlampau longgar (permisif) (Lim & Loo, 2003, sebagaimana dikutip dalam Rustika, 2012).

Berdasarkan pandangan Nur yang dikutip oleh Sagitarini, Candiasa, dan Pujawan (2023), efikasi diri diidentifikasi sebagai elemen krusial yang menentukan keberhasilan seorang individu dalam menempuh dan mengoptimalkan proses pembelajaran. Faktor berikutnya adalah kondisi psikologis orang tua. Orang tua *single parent* seringkali mengalami stres, kelelahan, dan tekanan emosional akibat peran ganda yang dijalankan. Kondisi ini dapat memengaruhi kualitas interaksi dengan anak, termasuk dalam hal kesabaran, perhatian, dan konsistensi dalam mendidik. Dalam perspektif teori sosial kognitif, keadaan emosional individu dapat memengaruhi perilaku dan cara mereka merespons situasi, termasuk dalam praktik pengasuhan (Bandura, 1997 dalam Rustika, 2012).

e. Indikator efikasi diri

Keyakinan seseorang dalam mengidentifikasi dan menyimpulkan situasi yang sedang dihadapi dikenal sebagai efikasi diri (Bandura dalam Fatimah, Manuardi, Meilani, 2021) Selain itu, berbagai penelitian terbaru juga menjelaskan bahwa efikasi diri mampu meningkatkan kemampuan individu dalam mengendalikan emosi, menghadapi tekanan, serta mempertahankan usaha ketika mengalami kegagalan. Oleh karena itu, konstruk psikologis ini menempati posisi strategis sebagai salah satu determinan krusial yang menentukan pencapaian individu, baik dalam konteks performa akademis maupun interaksi sosial kemasyarakatan.

1. keyakinan terhadap kemampuan

Keyakinan individu bahwa dirinya mampu menyelesaikan tugas atau masalah

2. optimisme mencapai tujuan

Sikap yakin dan percaya terhadap keberhasilan yang ingin di capai

3. kemampuan menghadapi tantangan

Kemampuan individu dalam menghadapi hambatan dan kesulitan

4. ketekunan dalam menyelesaikan tugas

Karakteristik resiliensi yang kuat ditunjukkan melalui persistensi individu untuk tidak lekas putus asa saat dihadapkan pada kegagalan atau hambatan.

5. pengendalian emosi

Kemampuan mengelola emosi dan tekanan dalam situasi sulit

3. Prokrastinasi Akademik

a. Pengertian Prokrastinasi akademik

(Khairunisa & Yusuf, 2022) mendefinisikan prokrastinasi sebagai bentuk ketidakmampuan individu dalam mengatur diri, yang ditandai dengan kecenderungan untuk menunda bahkan menghindari aktivitas yang sebenarnya masih berada dalam kendali dirinya. Secara terminologi, prokrastinasi merepresentasikan kecenderungan personal untuk menangguhkan penyelesaian suatu tanggung jawab atau tugas pekerjaan. Formula konseptual mengenai fenomena penundaan ini pertama kali diintroduksi oleh Brown dan Holzman. (Wulandari et al., 2025) turut memaparkan bahwa seseorang yang memiliki kecenderungan untuk mengulur waktu atau enggan mengawali suatu tanggung jawab saat dihadapkan pada sebuah tugas dapat diidentifikasi sebagai pelaku prokrastinasi. Aksi penangguhan ini bisa saja didasari oleh argumentasi spesifik ataupun terjadi begitu saja tanpa dasar yang

rasional, sehingga segala manifestasi hambatan yang sengaja dibuat dalam merespons kewajiban dapat diklasifikasikan ke dalam tindakan prokrastinasi.

(Laia ddk., (2022) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai sebuah tindakan disengaja oleh individu untuk mengulur waktu dalam merampungkan tanggung jawab formal yang berkaitan dengan aktivitas instruksional sesuai batas waktu yang telah ditetapkan. Premis tersebut sejalan dengan tesis yang diajukan oleh (Nurazizah et al., 2024), yang menggarisbawahi bahwa tindakan penundaan ini termanifestasi secara khusus dalam ekosistem edukasi, khususnya di lingkungan sekolah formal yang berkaitan erat dengan pengerjaan tugas domestik (PR) maupun kewajiban akademik lainnya. Sejalan dengan itu, (Ghani, 2025) menguraikan bahwa prokrastinasi akademik mencerminkan kecenderungan seseorang untuk menangguhkan penyelesaian kewajiban formal dalam lingkup akademis, baik berupa tugas sekolah maupun agenda kursus. Manifestasi dari berbagai aksi penundaan inilah yang kemudian diidentifikasi serta dikategorikan sebagai parameter atau indikator dari perilaku prokrastinasi akademik.

Di sisi lain, munculnya prokrastinasi akademik dapat diintervensi oleh pola pikir irasional yang tertanam dalam diri individu. Cara pandang yang keliru dalam menginterpretasikan atau mempersepsikan bobot tugas akademis menjadi pemicu utama fenomena ini. (Margalo et

al., 2024) mengemukakan bahwa siswa sering kali melabeli tugas sebagai suatu beban yang rumit dan menjemukan, yang pada akhirnya memicu inferioritas atau perasaan tidak sanggup untuk menuntaskannya. Dinamika psikologis inilah yang mendorong individu untuk mengalihkan diri dan menunda eksekusi tugas tersebut. Lebih lanjut, (Dinata, 2020) melengkapi bahwa tendensi prokrastinasi akademik ini dapat diidentifikasi melalui sejumlah indikator spesifik yang sifatnya empiris (dapat diobservasi dan diukur secara kuantitatif).

Melalui kerangka teoritis tersebut, dapat diinferensikan bahwa prokrastinasi akademik merepresentasikan dorongan internal individu untuk mengulur waktu, baik saat memulai maupun menyelesaikan seluruh tanggung jawab instruksional dari jadwal atau batas waktu yang telah ditetapkan.

B. Karakteristik Prokrastinasi Akademik

Secara definitif, prokrastinasi akademik diartikan sebagai tindakan penangguhan penyelesaian kewajiban akademis yang dilakukan secara sadar dan sengaja, sekalipun individu yang bersangkutan telah mengerti betul dampak buruk atau kerugian yang akan timbul akibat perbuatannya tersebut. Karakteristik utama dari perilaku ini meliputi kecenderungan menghindari tugas, menunda dalam memulai maupun menyelesaikan pekerjaan, serta lebih memprioritaskan aktivitas yang memberikan kesenangan dibandingkan

kewajiban akademik (Ramadhanti, 2024). Selain itu, prokrastinasi juga ditandai dengan lemahnya kemampuan manajemen waktu dan rendahnya skala prioritas terhadap tugas sekolah, sehingga siswa kerap menyelesaikan tugas secara terburu-buru dengan hasil yang kurang maksimal. Kondisi ini juga berkaitan dengan faktor internal, seperti rendahnya kontrol diri dan ketidakmampuan dalam mengelola dorongan pribadi saat menghadapi tuntutan akademik (Ramadhanti, 2024).

Astari dan Nastiti (2023) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik telah menjadi fenomena klise sekaligus habituasi buruk di lingkungan perguruan tinggi. Kondisi ini dicirikan oleh adanya tendensi mahasiswa untuk menangguhkan penuntasan tugas-tugas perkuliahan dan sengaja mengalihkan fokus mereka pada kegiatan alternatif yang dinilai tidak terlalu membebani. Individu yang melakukan prokrastinasi (*procrastinator*) umumnya menyadari bahwa perilaku tersebut menimbulkan rasa cemas, tidak nyaman, dan bersalah. Meskipun demikian, penundaan tetap dilakukan secara berulang. Hal ini menunjukkan karakteristik prokrastinasi, seperti kecenderungan menghindari tugas sulit, lemahnya pengendalian diri, serta ketidakkonsistenan antara niat dan tindakan.

Fenomena ini mengindikasikan bahwa prokrastinasi bukanlah sekadar tindakan spontan yang terjadi sesekali, melainkan telah mengkristal menjadi sebuah pola habituasi yang berulang. Konsekuensi

dari perilaku ini tidak terbatas pada keterlambatan pengumpulan tugas semata, melainkan merembet pada mutu luaran proses belajar. Dalam konteks ini, peserta didik yang memiliki derajat prokrastinasi tinggi menunjukkan kecenderungan yang signifikan untuk memperoleh capaian akademis yang kurang optimal (Annisa, 2022).

C. Komponen Prokrastinasi Akademik

Secara konseptual, prokrastinasi akademik merupakan tendensi seseorang untuk menangguhkan penuntasan kewajiban akademis, padahal tanggung jawab tersebut sejatinya berada dalam batas kapasitas mereka untuk dirampungkan sesuai dengan linimasa yang telah ditetapkan. Perilaku ini mencerminkan kurang optimalnya pengelolaan waktu serta adanya preferensi terhadap aktivitas yang memberikan kepuasan instan dibandingkan tanggung jawab akademik (Ramadhanti et al., 2024). Ciri-ciri prokrastinasi akademik meliputi ketidakmampuan mengatur prioritas waktu, kecenderungan menunda penyelesaian tugas, serta tetap mengabaikan tugas penting meskipun menyadari adanya batas waktu.

Gejala lain yang tampak meliputi keterlambatan dalam merampungkan serta menyerahkan kewajiban sekolah, disertai kecenderungan kuat untuk mengalihkan atensi pada kegiatan yang bersifat rekreatif, salah satunya adalah bermain *game*, alih-alih menuntaskan tugas mandiri mereka (Alfina, Dayantri, & Netrawati,

2023). Fenomena penangguhan ini di level sekolah menengah umumnya termanifestasi lewat aksi menunda pekerjaan rumah, kebiasaan menjauhi aktivitas pembelajaran, hingga minimnya bekal persiapan menjelang evaluasi atau ujian. Rangkaian indikator tersebut mengindikasikan bahwa prokrastinasi telah mengkristal sebagai sebuah habituasi yang kontinu dan berpotensi merusak ritme belajar yang berkesinambungan.

Di samping itu, dinamika lingkungan sosial serta masifnya pemanfaatan inovasi teknologi turut andil sebagai stimulan eksternal yang memicu prokrastinasi akademik. Kemudahan dalam menjangkau platform hiburan digital modern disinyalir mempermudah buyarnya konsentrasi peserta didik, sehingga mereka kerap menangguhkan tanggung jawab pendidikannya (Munawaroh et al., 2017). Realitas tersebut membuktikan bahwa determinan prokrastinasi tidak bersifat tunggal dari dalam diri (internal), melainkan juga dikonstruksi oleh stimulus luar yang mengondisikan perilaku harian siswa. Data empiris tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar peserta didik berada pada kelompok penundaan tingkat menengah. Fenomena ini mengonfirmasi bahwa hambatan psikologis dalam bentuk prokrastinasi telah bertransformasi menjadi sebuah realitas yang jamak ditemui dalam ekosistem pendidikan.

Implikasi negatif yang ditimbulkan dari perilaku penundaan ini secara nyata mendegradasi performa belajar siswa. Kebiasaan mengulur-ulur waktu penuntasan tugas tidak sekadar menurunkan mutu hasil kerja, melainkan juga memicu keterlambatan pengumpulan, yang pada akhirnya mengoreksi perolehan nilai akademis secara menyeluruh (Annisa et al., 2022). Atas dasar tersebut, dampak prokrastinasi bersifat simultan; merusak efektivitas proses sekaligus memperburuk luaran akhir yang diraih siswa. Konsekuensinya, aspek ini menjadi sangat mendesak untuk ditelaah lebih mendalam dalam ranah riset, terutama guna memetakan berbagai variabel prediktor yang melatarbelakanginya.

D. Faktor yang mempengaruhi

Dampak, kualitas hasil belajar menjadi menurun karena tugas tidak terselesaikan tepat waktu dan dalam konteks pola asuh orang tua tunggal, meskipun tidak dibahas secara langsung dalam ketiga jurnal tersebut, secara teoritis kondisi ini dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik melalui aspek pengawasan, dukungan emosional, serta kontrol terhadap aktivitas belajar siswa.

Faktor-faktor yang menyebabkan penundaan meliputi rendahnya kegigihan (motivasi), munculnya emosi negatif, serta ketidaksesuaian antara sikap dan perilaku. Penundaan pada dasarnya merupakan masalah motivasi, bukan sekadar akibat kurangnya keterampilan manajemen waktu atau sifat malas. (Bela, Thohiroh, Efendi, dan

Rahman, 2021). Keterbatasan waktu dan beban peran pada orang tua tunggal berpotensi mengurangi intensitas pendampingan akademik, yang kemudian berdampak pada lemahnya kontrol diri siswa dan meningkatnya kecenderungan mengganggu tugas. Berlandaskan argumen tersebut, urgensi untuk menelaah peran variabel independen yang mencakup pola asuh orang tua tunggal dan efikasi diri menjadi sangat vital. Hal ini ditujukan guna mengukur seberapa signifikan kontribusi kedua faktor tersebut dalam memprediksi kecenderungan prokrastinasi akademik di kalangan siswa SMA 1 Karas.

E. Indikator Prokrastinasi akademis

Berbagai faktor pemicu, baik yang bersifat internal maupun eksternal, turut mengintervensi manifestasi prokrastinasi akademik. Beberapa di antaranya mencakup penurunan motivasi belajar, buruknya manajemen waktu, tekanan psikologis (stres) di ranah akademik, hingga ketidakmampuan individu dalam melakukan regulasi diri. Manifestasi dari perilaku menunda ini berisiko memicu penurunan capaian pembelajaran, mengeskalisasi tekanan psikologis (stres) dalam ranah akademik, serta mendegradasi mutu dari tugas yang dikerjakan. Oleh sebab itu, kuantifikasi atau pengukuran terhadap prokrastinasi akademik menjadi sebuah urgensi guna memetakan seberapa besar intensitas kecenderungan penangguhan tugas pada diri peserta didik (Sandayanti, 2023).

Terdapat sejumlah dimensi fundamental dalam prokrastinasi akademik yang merepresentasikan perwujudan konkret dari tindakan mengulur waktu dalam ruang lingkup pendidikan. Dimensi-dimensi dimaksud mencakup penundaan pada fase awal maupun akhir penuntasan kewajiban, keterlambatan durasi pengerjaan, ketidakselarasan antara agenda yang direncanakan dengan realisasi tindakan, serta preferensi untuk beralih pada agenda rekreatif yang lebih menghibur ketimbang beban akademis. Rangkaian parameter tersebut dipandang representatif lantaran sanggup memotret habituasi prokrastinasi akademik, baik pada kelompok mahasiswa maupun siswa, secara menyeluruh dan utuh (Sandayanti, 2023) .

1. Penundaan memulai tugas

Kenderugan menunda melalui pekerjaan atau tugas akademis

2. Penundaan menyelesaikan tugas

Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akademis yang telah di mulai

3. Keterlambatan pengumpulan tugas

Perilaku keterlambatan mengumpulkan tugas atau pekerjaan akademis

4. Kesenjangan rencana dan pelaksanaan

Ketidak sesuaian antara jadwal yang di buat dengan pelaksanaan nyata

Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan

5. Kecenderungan mengutamakan aktivitas hiburan dibanding tugas akademis

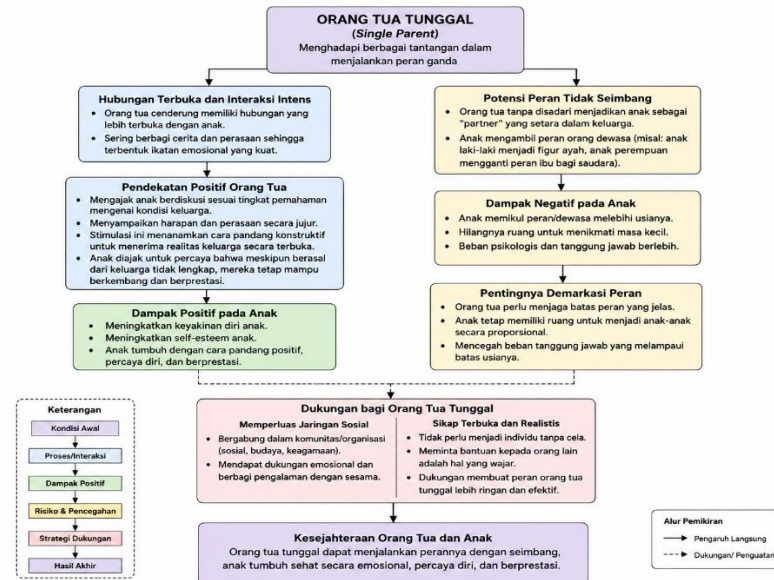
B. Kerangka Berfikir

Meskipun menghadapi berbagai tantangan, orang tua tunggal cenderung memiliki hubungan yang lebih terbuka dengan anak. Interaksi yang intens membuat keduanya sering berbagi cerita dan perasaan, sehingga terbentuk ikatan emosional yang kuat. Orang tua dapat mengajak anak berdiskusi sesuai dengan tingkat pemahamannya mengenai kondisi keluarga, serta menyampaikan harapan dan perasaan secara jujur. Pendekatan tersebut berkontribusi positif dalam mengeskalasi keyakinan diri serta *self-esteem* anak. Di samping itu, stimulasi ini juga efektif dalam menanamkan cara pandang yang konstruktif bagi anak untuk menerima realitas struktur keluarganya secara terbuka. Anak juga dapat diajak untuk menunjukkan bahwa meskipun berasal dari keluarga tidak lengkap, mereka tetap mampu berkembang dan berprestasi.

Namun demikian, dalam beberapa kasus, orang tua tunggal tanpa disadari menjadikan anak sebagai “partner” yang setara dalam keluarga.

Hal ini dapat menyebabkan anak mengambil peran yang seharusnya dijalankan oleh orang dewasa, seperti anak laki-laki merasa harus menjadi figur ayah atau anak perempuan berperan sebagai pengganti ibu bagi saudara-saudaranya. Kondisi ini biasanya muncul secara alami akibat kedekatan emosional dan situasi yang dihadapi, bukan karena keinginan sadar dari orang tua. Atas dasar itulah, menjadi hal yang sangat krusial bagi figur orang tua untuk senantiasa memelihara demarkasi peran yang jelas, sehingga anak-anak tetap memiliki ruang untuk merasakan fase masa kecil mereka secara proporsional tanpa harus memikul beban kewajiban yang melampaui batas usianya.

Untuk mendukung kesejahteraan diri dan anak, orang tua tunggal disarankan memperluas jaringan sosial dengan bergabung dalam komunitas atau organisasi, baik di bidang sosial, budaya, maupun keagamaan. Lingkungan tersebut dapat menjadi sumber dukungan emosional sekaligus sarana berbagi pengalaman dengan sesama. Di samping itu, figur ayah atau ibu dituntut untuk memahami bahwa mereka tidak memiliki keharusan untuk tampil sebagai individu yang tanpa cela dalam seluruh aspek kehidupan. Sesekali meminta bantuan kepada orang lain merupakan hal yang wajar dan justru dapat meringankan beban. Dengan sikap yang terbuka dan menerima dukungan, orang tua tunggal dapat menjalani perannya dengan lebih baik tanpa harus merasa terbebani secara berlebihan.



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian ini mengasumsikan bahwa variabel pola asuh *single parent* dan efikasi diri memberikan andil yang bermakna dalam memicu tindakan prokrastinasi akademik siswa SMA 1 Karas. Apabila diuji secara bersama-sama, diprediksikan bahwa kombinasi antara stimulasi pengasuhan tunggal dan derajat keyakinan diri tersebut saling berinteraksi secara resiprokal dalam memengaruhi fluktuasi tingkat penundaan tugas sekolah pelajar. Sementara itu, secara parsial, diasumsikan bahwa perlakuan pengasuhan dari orang tua tunggal memiliki andil tersendiri terhadap prokrastinasi akademik; dalam hal ini, stimulasi pola asuh yang berjalan kurang ideal diprediksi mengeskalisasi kecenderungan anak untuk menanggukuhkan kewajiban sekolahnya. Pada

koridor yang sama, efikasi diri juga disinyalir memengaruhi fenomena penundaan ini secara parsial, dengan pola hubungan berbanding terbalik: asupan efikasi diri yang prima pada diri siswa akan mereduksi tendensi prokrastinasi akademik mereka, sedangkan degradasi pada kapasitas efikasi diri justru berimplikasi pada menguatnya habituasi menunda tugas-tugas akademis.

Mengacu pada premis-premis teoretis di atas, maka rumusan tesis atau hipotesis dalam penelitian ini ditetapkan sebagai berikut:

H1:

Terdapat pengaruh yang signifikan antara pola asuh *single parent* dan efikasi diri secara bersama-sama terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA 1 Karas.

H2:

Terdapat pengaruh yang signifikan antara pola asuh *single parent* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA 1 Karas.

H3:

Terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA 1 Karas.