

---

Diterima Redaksi: 14-12-2024 | Revisi: 24-12-2024 | Diterbitkan: 30-12-2024

---

## Analisis Faktor Pemicu Malas Belajar Pada Peserta Didik Dan Dampaknya Terhadap Prestasi Akademik

Ilvi Sriwahyuni<sup>1</sup>, Juliana Batubara<sup>2</sup>, Nurfarida Deliani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, Sumatera Barat

Email: 2420010013@uinib.ac.id

**ABSTRACT:** This study aims to identify the factors causing learning laziness among students, analyze its impact on academic achievement, and provide recommendations for its resolution. The study focuses on internal factors, such as low intrinsic motivation, fatigue, and lack of interest in learning materials, as well as external factors, such as the influence of social media, teaching methods, and family environment. The results indicate that fatigue is the primary internal factor contributing to learning laziness, with an average score of 67.1%, while social media influence is the dominant external factor, with an average score of 67.75%. The findings highlight the importance of collaboration between educators and parents to create a supportive learning environment and implement innovative teaching strategies to enhance students' motivation and academic outcomes.

**Keywords:** learning laziness, academic achievement, internal factors, external factors

**ABSTRAK:** Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan kemalasan belajar pada peserta didik, menganalisis dampaknya terhadap prestasi akademik, serta memberikan rekomendasi untuk mengatasinya. Fokus penelitian mencakup faktor internal, seperti rendahnya motivasi intrinsik, kelelahan, dan kurangnya minat terhadap materi pelajaran, serta faktor eksternal, seperti pengaruh media sosial, metode pengajaran, dan lingkungan keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelelahan menjadi faktor internal utama yang memicu kemalasan belajar dengan rata-rata skor 67,1%, sementara pengaruh media sosial menjadi faktor eksternal dominan dengan rata-rata skor 67,75%. Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan perlunya kolaborasi antara pendidik dan orang tua untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung serta penerapan strategi pembelajaran yang inovatif guna meningkatkan motivasi dan hasil belajar peserta didik.

**Kata kunci:** malas belajar, prestasi akademik, faktor internal, faktor eksternal



Copyright © 2024 The Author(s)

This is an open-access article under the CC BY-SA license.

[Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

## PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peran strategis sebagai motor penggerak pembangunan bangsa dan peningkatan daya saing global (Barrichello et al., 2020; Voronina et al., 2022). Dalam konteks Indonesia, pendidikan tidak hanya bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa, tetapi juga membentuk karakter peserta didik sesuai nilai-nilai luhur sosial dan budaya (Budiaty & Rochmat, 2020). Seperti termaktub dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003, pendidikan adalah upaya sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar yang memungkinkan peserta didik secara aktif mengembangkan potensi diri demi keseimbangan spiritual, intelektual, dan sosial. Hal ini menegaskan bahwa pendidikan merupakan sarana fundamental untuk membentuk individu yang berdaya saing, bermoral, dan mampu berkontribusi dalam kehidupan bermasyarakat.

Namun, meski pendidikan memegang peranan krusial, tantangan dalam pelaksanaannya masih menjadi pekerjaan rumah yang memerlukan perhatian serius. Salah satu tantangan tersebut adalah munculnya fenomena kemalasan belajar di kalangan peserta didik (Raj & V. G., 2023). Kemalasan belajar dapat diartikan sebagai kondisi yang ditandai oleh rendahnya minat, motivasi, dan ketekunan dalam menjalani proses pembelajaran (Madsen, 2018). Gejala ini tampak dalam perilaku seperti sering melamun, bermain saat belajar, kurang disiplin, hingga kebiasaan menunda tugas. Fenomena ini tidak hanya menurunkan hasil belajar, tetapi juga berpotensi menghambat pengembangan potensi peserta didik dalam jangka panjang.

Fenomena kemalasan belajar ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal (Bararah, 2022). Faktor internal mencakup rendahnya motivasi intrinsik, minat terhadap materi pelajaran, dan rasa percaya diri. Sementara itu, faktor eksternal seperti lingkungan keluarga, pengaruh teman sebaya, metode pengajaran yang kurang menarik, dan gangguan teknologi turut memberikan kontribusi signifikan. Perspektif teori ekologi Bronfenbrenner menggarisbawahi bahwa perilaku seseorang, termasuk kemalasan belajar, tidak dapat dipisahkan dari interaksi dengan lingkungannya. Dengan demikian, kemalasan belajar merupakan hasil dari kompleksitas interaksi antara individu dan lingkungannya.

Dampak dari kemalasan belajar sangat serius, baik dalam jangka pendek maupun panjang. Dalam jangka pendek, kemalasan belajar menyebabkan penurunan prestasi akademik dan hilangnya peluang untuk memahami materi secara mendalam. Dalam jangka panjang, hal ini dapat memengaruhi pola pikir, kebiasaan, serta kesiapan peserta didik untuk menghadapi tantangan pendidikan dan dunia kerja (Mae B. Freo, 2022). Oleh karena itu, memahami akar

penyebab kemalasan belajar menjadi langkah awal yang penting dalam merancang strategi penanganan yang efektif.

Penelitian sebelumnya telah memberikan wawasan berharga terkait kemalasan belajar. Misalnya, penelitian Ramadhani, Prasetya, dan Hikmah (2023) menekankan pentingnya lingkungan belajar yang kondusif, sementara Maulidia (2020) mengaitkannya dengan faktor psikologis dan ekologi lingkungan. Akan tetapi, penelitian-penelitian tersebut masih terbatas dalam menjelaskan keterkaitan langsung antara faktor internal dan eksternal dengan strategi pembelajaran yang spesifik. Belum banyak penelitian yang mengintegrasikan analisis faktor-faktor kemalasan belajar dengan pendekatan multidimensional yang melibatkan peserta didik, pendidik, serta lingkungan belajar dalam satu kajian komprehensif.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pendekatannya yang holistik dalam menganalisis faktor-faktor kemalasan belajar dengan mempertimbangkan interaksi antara berbagai variabel lingkungan, psikologis, dan pedagogis. Selain itu, penelitian ini juga menawarkan solusi strategis berbasis data empiris untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung motivasi intrinsik peserta didik, yang selama ini jarang menjadi fokus utama dalam studi sejenis. Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi secara komprehensif faktor-faktor pemicu kemalasan belajar dan dampaknya terhadap hasil belajar peserta didik. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan panduan strategis dalam mengatasi kemalasan belajar serta meningkatkan kualitas proses pembelajaran guna mendukung tercapainya tujuan pendidikan nasional secara menyeluruh

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor pemicu kemalasan belajar peserta didik dan dampaknya terhadap hasil belajar di SMK Kesehatan Nusantara, Kota Padang, dengan pendekatan *mixed method* yang mengombinasikan data kuantitatif dan kualitatif (Sugiyono, 2019). Subjek penelitian ini terdiri dari 31 peserta didik kelas XI, sementara pendidik dilibatkan sebagai sumber data tambahan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan angket untuk menggali informasi secara mendalam mengenai fenomena tersebut (Sugiyono, 2019). Angket terbagi menjadi dua bagian: pertanyaan tertutup berbasis skala Likert tanpa opsi ragu-ragu untuk mengukur tingkat kemalasan dan faktor penyebabnya, serta pertanyaan terbuka untuk menggali kendala belajar dari perspektif siswa. Analisis data dilakukan secara kuantitatif dengan statistik deskriptif untuk menghitung frekuensi, persentase, dan rata-rata, sementara analisis kualitatif menggunakan pendekatan tematik untuk mengidentifikasi tema seperti motivasi intrinsik, pengaruh lingkungan, dan metode pembelajaran

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemalasan belajar pada peserta didik kelas XI SMK Kesehatan Nusantara dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Berdasarkan angket tertutup, faktor internal yang paling dominan adalah kelelahan fisik dengan rata-rata skor 67,1%, diikuti oleh rendahnya motivasi pelajaran (46,46%) dan kurangnya ketertarikan terhadap materi pelajaran (42,59%). Peserta didik mengungkapkan bahwa kelelahan disebabkan oleh kebiasaan bergadang, aktivitas padat, dan kurangnya waktu tidur. Sebagian besar siswa menyatakan, "Saya sering merasa mengantuk di kelas karena tidur larut malam untuk membantu orang tua atau bermain gadget." Data ini dirangkum dalam Tabel 1 berikut:

**Tabel 1.** Faktor Pemicu Kemalasan Belajar Peserta Didik Kelas XI (Internal)

<b>Faktor Pemicu (Internal)</b>	<b>Rata- Rata Skor (%)</b>	<b>Kategori Dominasi</b>
Saya sering merasa lelah sehingga sulit untuk fokus belajar	67,1%	Dominan
Saya merasa tidak memiliki dorongan dari dalam diri untuk belajar	46,46%	Dominan
Saya tidak tertarik dengan materi pelajaran yang diajarkan di kelas	42,59%	Dominan

Faktor eksternal juga memberikan pengaruh signifikan. Media sosial menjadi faktor paling dominan dengan rata-rata skor 67,75%. Peserta didik mengaku bahwa notifikasi dari aplikasi seperti TikTok dan Shopee sering mengalihkan perhatian. Salah satu peserta didik menyampaikan, "Gadget itu mengganggu, karena jika ada notifikasi, saya langsung ingin membukanya, bahkan saat sedang belajar." Selain itu, metode pengajaran yang monoton (60%) dan cara penyampaian materi yang kurang interaktif (60,65%) juga menjadi penyebab signifikan. Peserta didik menambahkan, "Ada guru yang hanya membaca buku di kelas, membuat saya bosan dan tidak fokus." Pengaruh teman (51,62%) dan kurangnya dukungan keluarga (35,49%) turut memperburuk situasi. Data ini dirangkum dalam Tabel 2:

**Tabel 2.** Faktor Pemicu Kemalasan Belajar Peserta Didik Kelas XI (Internal)

<b>Faktor Pemicu (Eksternal)</b>	<b>Rata-Rata Skor (%)</b>
Media sosial sering mengalihkan perhatian	67,75%
Metode pengajaran sering membuat bosan	60%
Cara pendidik menyampaikan materi tidak menarik	60,65%
Teman tidak mendukung belajar lebih giat	51,62%
Sering mengikuti ajakan teman untuk bermain	50,33%

Dampak kemalasan belajar tercermin dalam hasil akademik peserta didik. Sebagian besar mengaku sering mendapatkan nilai rendah (62,59%), merasa tertinggal dalam pembelajaran (59,36%), dan kesulitan mengejar pelajaran (51,62%). Salah satu siswa mengatakan, "Saya merasa minder karena nilai saya sering lebih rendah dibandingkan teman-teman." Data ini dirangkum dalam Tabel 3:

**Tabel 3.** Dampak Kemalasan Belajar Peserta Didik Kelas XI

<b>Dampak Kemalasan Belajar</b>	<b>Rata-Rata Skor (%)</b>
Sering mendapatkan nilai kurang baik	62,59%
Merasa tertinggal dibandingkan teman	59,36%
Kesulitan mengejar pelajaran	51,62%

Hasil wawancara juga menyoroti bahwa media sosial dan metode pengajaran menjadi tantangan utama. Beberapa siswa menyatakan, "Saya lebih fokus pada notifikasi gadget daripada pelajaran," sementara lainnya menambahkan, "Guru yang kreatif membuat belajar lebih menyenangkan, tetapi tidak semua guru menggunakan metode seperti itu."

Temuan ini mendukung teori Bronfenbrenner tentang ekologi perkembangan manusia, yang menyatakan bahwa perilaku individu, termasuk kemalasan belajar, dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara lingkungan internal dan eksternal. Dalam konteks ini, kemalasan belajar tidak hanya berdampak pada hasil akademik, tetapi juga membentuk kebiasaan buruk yang berpotensi menghambat pengembangan potensi jangka panjang. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan kolaborasi antara pendidik dan keluarga guna menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, mengelola penggunaan media sosial, dan menerapkan metode pengajaran yang lebih inovatif (Alamolhoda, 2023).

### **Cara Mengatasi Malas Belajar pada Peserta Didik**

Mengatasi kemalasan belajar pada peserta didik memerlukan pendekatan yang terintegrasi dan disesuaikan dengan kebutuhan individu. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah meningkatkan motivasi belajar dengan menetapkan tujuan yang jelas. Guru dan orang tua dapat membantu peserta didik memahami manfaat belajar, baik untuk masa depan jangka pendek maupun panjang. Selain itu, penghargaan atas pencapaian kecil, seperti pujian, hadiah sederhana, atau pengakuan di kelas, dapat memberikan dorongan semangat bagi siswa (Arianti, 2019). Pendekatan personal juga penting dilakukan, misalnya dengan mengaitkan materi pelajaran dengan minat mereka, sehingga siswa lebih tertarik untuk belajar. Lingkungan belajar yang kondusif juga menjadi faktor penting dalam mendukung konsentrasi belajar. Orang tua dapat menyediakan ruang belajar yang nyaman dan bebas dari gangguan seperti

suara bising atau distraksi lainnya. Selain itu, peserta didik perlu diajarkan cara mengelola waktu secara efektif. Metode seperti teknik pomodoro, yakni belajar dalam sesi pendek selama 25-30 menit dengan jeda istirahat singkat, dapat membantu menjaga fokus tanpa menyebabkan kelelahan. Di era digital saat ini, teknologi juga dapat dimanfaatkan secara bijak untuk mendukung pembelajaran. Aplikasi edukasi, seperti kuis interaktif atau materi pembelajaran daring, dapat meningkatkan minat belajar (Zahara et al., 2023). Namun, orang tua harus membatasi penggunaan gadget, menetapkan waktu tertentu untuk bermain atau mengakses media sosial agar tidak mengganggu proses belajar. Pada saat yang sama, kualitas pengajaran di kelas juga perlu ditingkatkan. Guru dapat mengadopsi metode pembelajaran interaktif, seperti diskusi kelompok, simulasi, atau proyek berbasis pembelajaran, untuk membuat proses belajar lebih menarik dan melibatkan siswa secara aktif. Dengan kombinasi strategi ini, kemalasan belajar dapat diminimalkan, dan peserta didik dapat termotivasi untuk mengembangkan potensinya secara optimal. Kolaborasi antara guru, orang tua, dan siswa menjadi kunci untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung keberhasilan Pendidikan.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini mengidentifikasi bahwa kemalasan belajar pada peserta didik kelas XI SMK Kesehatan Nusantara dipicu oleh faktor internal, seperti kelelahan fisik, rendahnya motivasi intrinsik, dan kurangnya minat terhadap materi pelajaran, serta faktor eksternal, seperti pengaruh media sosial, metode pengajaran yang monoton, lingkungan pertemanan, dan kurangnya dukungan keluarga. Dampak dari kemalasan belajar ini terlihat pada penurunan hasil belajar, seperti nilai rendah, keterlambatan dalam memahami materi, dan kesulitan mengejar pelajaran. Temuan ini menegaskan perlunya perhatian yang lebih besar terhadap faktor-faktor yang memengaruhi motivasi dan minat belajar peserta didik. Untuk mengatasi hal tersebut, kolaborasi antara pendidik, orang tua, dan peserta didik sangat diperlukan, dengan fokus pada peningkatan metode pengajaran, pengelolaan waktu, dan pengendalian penggunaan teknologi. Penelitian lanjutan dengan cakupan yang lebih luas disarankan untuk memperkaya pemahaman tentang hubungan antara faktor-faktor kemalasan belajar dan implementasi kebijakan pendidikan yang lebih efektif guna mendukung keberhasilan proses pembelajaran.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Dengan penuh rasa syukur, saya ingin menyampaikan terima kasih yang mendalam kepada orang tua tercinta atas cinta, dukungan, dan doa yang tak pernah putus. Kepada dosen pembimbing, terima kasih atas ilmu, bimbingan,

dan kesabaran yang telah diberikan selama proses penyusunan artikel ini. Arahan dan masukan yang diberikan sangat berharga dalam menyempurnakan karya ini. Saya juga mengucapkan terima kasih kepada SMK Kesehatan Nusantara serta peserta didik kelas XI atas kerja sama dan kesempatan yang telah diberikan, yang menjadi bagian penting dalam keberhasilan penelitian ini. Tak lupa, saya juga berterima kasih kepada diri sendiri atas dedikasi, kerja keras, dan usaha tanpa henti yang telah dilakukan. Harapan saya ke depan adalah untuk terus belajar, berkembang, dan mencapai prestasi yang lebih baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alamolhoda, J. (2023). Improving the Model of Family-School Interaction with the Help of Digital Education. *Contemporary School Psychology*, 27(2), 251–261. <https://doi.org/10.1007/s40688-021-00381-6>
- Arianti, A. (2019). Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *DIDAKTIKA : Jurnal Kependidikan*, 12(2), 117–134. <https://doi.org/10.30863/didaktika.v12i2.181>
- Bararah, I. (2022). Fungsi Metode terhadap Pencapaian Tujuan dalam Komponen Pembelajaran. *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 12(1), 143. <https://doi.org/10.22373/jm.v12i1.13301>
- Barrichello, A., Morano, R. S., Feldmann, P. R., & Jacomossi, R. R. (2020). The importance of education in the context of innovation and competitiveness of nations. *International Journal of Education Economics and Development*, 11(2), 204. <https://doi.org/10.1504/IJEED.2020.106587>
- Budiati, S., & Rochmat, S. (2020). The Impact of Education on Social Stratification and Social Mobility in Communities in Indonesia. *Proceedings of the 2nd International Conference on Social Science and Character Educations (ICoSSCE 2019)*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200130.016>
- Madsen, T. (2018). The Conception of Laziness and the Characterisation of Others as Lazy. *Human Arenas*, 1(3), 288–304. <https://doi.org/10.1007/s42087-018-0018-6>
- Mae B. Freo, I. (2022). Study Habits and Learners' Performance During Online Distance Learning. *International Journal of Research Publications*, 104(1). <https://doi.org/10.47119/IJRP1001041720223528>
- Maulidia, R. (2020). Problem Malas Belajar Pada Remaja (Sebuah Analisis Psikologis). *At-Ta'dib*, 4(2), 129–144.
- Raj, N. S., & V. G., R. (2023). An Approach for Early Prediction of Academic Procrastination in e-Learning Environment. *International Journal of Information and Education Technology*, 13(1), 73–81. <https://doi.org/10.18178/ijiet.2023.13.1.1782>

- Ramadhani, K. I. , P. A. B. , & H. N. (2023). Studi Tentang Perilaku Malas Belajar pada Siswa. *Prosiding Seminar Nasional Pengenalan Lapangan Persekolahan UAD*, 416-425.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* . CV Alvabeta.
- Voronina, O., Moskvina, A., & Yarmak, O. (2022). Education As A Tool To Improve The Competitiveness Of The Economy. *Municipal Economy of Cities*, 2(169), 7-14. <https://doi.org/10.33042/2522-1809-2022-2-169-7-14>
- Zahara, R., Mutia, F., Rahayu, N., & Anggreini, G. S. (2023). Mengatasi Kejenuhan Siswa Kelas Ii Sekolah Dasar. *School EDUCATION JOURNAL PGSD FIP UNIMED*, 13(2), 159. <https://doi.org/10.24114/sejpgsd.v13i2.46394>