

**GAMBARAN PERILAKU PROKRASINASI AKADEMIK
PADA MAHASISWA UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
untuk Memenuhi sebagian dari Syarat-syarat Guna Mencapai
Derajat Sarjana Strata Satu Psikologi



OLEH:

GANANG NUGRAHA

148110204

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

PEKANBARU

2021

LEMBAR PENGESAHAN
GAMBARAN PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK
PADA MAHASISWA UNIVERSITAS ISLAM RIAU

GANANG NUGRAHA
148110204

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Pada Tanggal
28 Desember 2020

DEWAN PENGUJI

Irma Kusuma Salim, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Yulia Herawati, S.Psi., MA.

Yanwar Arief, S.Psi., M.Psi., Psikolog

TANDA TANGAN



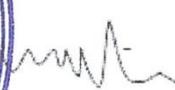
Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar Sarjana Psikologi

Pekanbaru, 27 Januari 2021

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi




Yanwar Arief, M.Psi Psikolog

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ganang Nugraha

NPM : 148110204

Judul Skripsi : Gambaran Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau.

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya ini adalah murni hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana disuatu Perguruan Tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat satupun karya atau pendapat yang pernah ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis telah diacu dalam skripsi ini dan telah disebutkan seluruhnya secara sistematis pada daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia gelar kesarjanaannya dicabut.

Pekanbaru, 28 Agustus 2020

Yang Menyatakan



Ganang Nugraha
NPM.148110204

HALAMAN PERSEMBAHAN

Atas izin Allah Subhanahuwata'ala, skripsi ini saya persembahkan

Teruntuk,

Almarhumah Nenek saya yang telah berpulang ke Rahmatullah
Bertepatan pada tanggal 22 Desember 2020
Seminggu sebelum saya melaksanakan ujian skripsi, semoga amal ibadah
almarhumah diterima dan ditempatkan yang paling dimuliakan disisi Allah
Subhanahuwata'ala.
Aamiin... Al-Fatihah.

Ibu dan Ayah yang saya sayangi, terima kasih telah memberikan dukungan,
nasehat, dan do'a. Sehingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir ini.

Kakak, Abang, Adik saya, Keluarga dan Sahabat saya yang saya cintai, Terima
kasih telah memberikan dukungan, nasehat, dan do'a. Sehingga saya bisa
menyelesaikan tugas akhir ini.

Ibu dan Bapak Dosen Fakultas Psikologi, serta Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi
yang telah memberikan kemudahan kepada saya selama ini, Semoga Allah
membalas kebaikan yang telah diberikan Ibu dan Bapak kepada saya.
Aamiin...

Semoga kelulusan ini dapat membuat kalian bahagia dan bangga.

MOTTO

Teruntuk yang membaca ini :

Jangan pernah mengeluh akan keadaanmu sekarang, Tugasmu hanya 1, yaitu Ikhtiar,
Berdo'a dan Berusaha.

Kamu hebat! Kamu kuat! Dan Kamu Pasti Bisa!

Jangan Menyerah!

Buktikan kepada mereka yang meremehkanmu, bahwa kamu bisa sukses diatas mereka!

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

” Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan “

(Al-Insyirah : 5)

“Hal sederhana yang bisa membuat dirimu bahagia adalah berhenti untuk membandingkan kehidupan mu dengan kehidupan orang lain, karena setiap individu memiliki proses kehidupan yang berbeda dan selalu bersyukur terhadap apa yang telah Allah beri untuk kita”

(GANANG NUGRAHA)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum, wr.wb

Alhamdulillah rabbil 'alamin, segala puji dan sedalam syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang senantiasa selalu memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik yang berjudul **Gambaran Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau**. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam menyelesaikan penulisan dan penyusunan skripsi ini penulis telah banyak mendapatkan bimbingan, motivasi dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya terutama kepada:

1. Bapak Prof. DR. H. Syafrinaldi, S.H., MCL selaku rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi., M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
5. Ibu Yulia Herawaty, S.Psi., MA selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi
7. Bapak Didik Widianoro, M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
8. Ibu Irma Kusuma Salim, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing 1 yang selalu memberikan motivasi, semangat, serta kemudahan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik

9. Ibu Yulia Herawaty, S.Psi., MA Selaku Dosen Pembimbing 2 yang selalu memberikan motivasi, semangat, serta kemudahan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik
10. Ibu Dr. Raihanatu Bin Qolbi Ruzzaain, M.Kes Selaku Dosen Penasehat Akademik yang selalu memberikan motivasi kepada penulis selama proses perkuliahan berlangsung
11. Bapak/Ibu dosen Fakultas Psikologi yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Terima kasih atas dukungan yang telah diberikan kepada penulis serta telah memberikan pengalaman yang sangat berharga selama penulis belajar di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
12. Seluruh Karyawan dan Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
13. Terima kasih kepada Hj. Endang Sunarti yaitu nenek, Ayah dan Ibu Lily Endra Harmaini yang selalu mendampingi, memberikan motivasi, memberikan bantuan moral maupun material yang tak terhitung banyaknya sehingga penulis selalu semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Terimakasih Kepada Saudara-saudara saya yang telah memberikan motivasi serta dukungan dan semangat kepada penulis selama proses pengerjaan skripsi
15. Terima kasih kepada sahabat-sahabat tersayang yang namanya tidak bisa penulis sebut satu persatu karena telalu banyak sahabat yang mendukung saya selama proses pengerjaan skripsi ini, selalu mendengarkan curhatan penulis mengenai kesulitan-kesulitan maupun hal lainnya selama ini dan terima kasih sudah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis, tanpa kalian penulis tidak bisa seperti ini.
16. Terima kasih kepada teman-teman seangkatan 2014 dan adik adik tingkat fakultas Psikologi yang telah banyak membantu penulis selama pengerjaan skripsi ini, semoga Allah membalas kebaikan kalian semua.
17. Kepada semua pihak yang telah bersedia meluangkan waktu dalam membantu penulis selama proses pengerjaan skripsi, yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu, terima kasih atas kebaikan dan dukungan yang telah

diberikan sehingga penulis mampu menghadapi dan mengatasi setiap kesulitan selama menyusun skripsi. Semoga Allah membalas kebaikan yang telah kalian lakukan kepada penulis dan Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak orang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak guna menyempurnakan skripsi ini agar lebih baik lagi. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih dan mohon maaf sebesar-besarnya apabila ada kesalahan yang telah penulis lakukan dalam pengerjaan skripsi ini, kesempurnaan hanya milik Allah, dan kekurangan hanya milik hamba Nya .

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Pekanbaru, 25 Oktober 2020

Penulis

Ganang Nugraha

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	
HALAMAN PERNYATAAN	
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Pengertian Prokrastinasi Akademik	10
B. Aspek Prokrastinasi Akademik	12
C. Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik	15
D. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik	18
E. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik	18
F. Area Prokrastinasi Akademik	20

G. Dampak Prokrastinasi Akademik	21
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Jenis Penelitian	23
B. Identifikasi Variabel Penelitian	23
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	23
D. Subjek Penelitian	24
1. Populasi Penelitian	24
2. Sampel Penelitian	24
E. Metode Pengumpulan data	26
F. Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur	27
G. Metode Analisis Data.....	29
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
A. Persiapan Penelitian	31
B. Pelaksanaan Uji Coba	31
C. Pelaksanaan Penelitian	32
D. Hasil Analisis Data	32
1. Deskripsi Subjek Penelitian	32
2. Deskripsi Data.....	36
E. Pembahasan	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	45
A. Kesimpulan.....	45
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	47



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Skala Sebelum <i>Try Out</i>	27
Tabel 3.2 <i>Reliability Statistics</i>	29
Tabel 4.1 <i>Blue Print</i> Skala Sesudah <i>Try Out</i>	32
Tabel 4.2 Profil Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	33
Tabel 4.3 Profil Responden Berdasarkan Angkatan.....	34
Tabel 4.4 Profil Responden Berdasarkan Usia.....	35
Tabel 4.5 Deskripsi Tabel Berdasarkan Kategori.....	36
Tabel 4.6 Deskripsi Hasil Berdasarkan Jenis Kelamin.....	38
Tabel 4.7 Deskripsi Hasil Berdasarkan Angkatan.....	38
Tabel 4.8 Deskripsi Hasil Berdasarkan Angkatan Secara Menyeluruh dengan <i>Mean</i>	39
Tabel 4.9 Deskripsi Hasil Penelitian Berdasarkan Usia	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Grafik Pie Berdasarkan Jenis Kelamin	33
Gambar 4.2 Grafik Pie Berdasarkan Angkatan	34
Gambar 4.3 Grafik Pie Berdasarkan Usia	36
Gambar 4.4 Grafik Pie Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Kategori.....	37



**GAMBARAN PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

GANANG NUGRAHA

148110204

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

ABSTRAK

Prokrastinasi merupakan suatu perilaku penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, sedangkan Prokrastinasi Akademik merupakan suatu perilaku menunda-nunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas-tugas yang berkaitan dengan akademik, yang berakibat negatif dan dapat merugikan para pelaku penundaan (*prokrastinator*) mulai dari kerugian waktu, materil, dan kesempatan yang mengakibatkan resah, gelisah atau perasaan tidak nyaman. Jenis penelitian ini adalah penelitian Deskriptif Kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk melihat Gambaran Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *sampling kuota*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala penelitian berupa kuesioner dengan jumlah 44 aitem yang disebar kepada 289 Mahasiswa Universitas Islam Riau. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis bahwa Prokrastinasi Akademik yang dilakukan oleh Mahasiswa lebih tinggi dari pada Mahasiswi, dapat dilihat dari nilai *Mean* mahasiswa sebesar 103,56 sedangkan *Mean* mahasiswi sebesar 102,22. Tingkat prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh Mahasiswa Universitas Islam Riau dalam kategori sedang dengan jumlah persentase 66%.

Kata Kunci : Mahasiswa, Prokrastinasi Akademik

***DESCRIPTION OF ACADEMIC PROCRASTINATION BEHAVIOR IN
STUDENTS OF RIAU ISLAMIC UNIVERSITY***

**GANANG NUGRAHA
148110204**

***FACULTY OF PSYCHOLOGY
RIAU ISLAMIC UNIVERSITY***

ABSTRACT

Procrastination is a change that is carried out deliberately and repeatedly, while Academic Procrastination is a behavior of a behavior in starting and completing tasks related to academics, which has negative consequences and can be detrimental to criminals (procrastinator) starting from time loss, material, and opportunities that cause restlessness, anxiety or feelings of discomfort. This type of research is a descriptive quantitative research. This study aims to look at the description of academic procrastination behavior in Riau Islamic University students. The sampling technique used in this research is the quota sampling technique. The data technique used a research scale in the form of a questionnaire with a total of 44 items distributed to 289 students of Riau Islamic University. Based on the results of research conducted by the author that the Academic Procrastination conducted by students is higher than that of women, it can be seen from the mean value of students of 103.56 while the mean of female students is 102.22. The level of academic procrastination carried out by Riau Islamic University students is in the medium category with the proportion of 66%.

Keywords : Students, Academic Procrastination

الإسلامية رباو جامعة طلاب لى الأكايى التمسك سلوك وصف

نوغراها جانانغ

148110204

النفس علم كلية
الإسلامية رباو جامعة

مختصرة نبذة

سلوك هو الأكايى التسويى أن حين فى ، ومكرر متعمد بشكل تنفيذه يتم تسويى سلوك هو التسويى ضارة تكون أن ويمكن سلبية عواقب لها والتي ، بالأكاييين المتعلقة المهام وإكمال بدء فى مماثلة الراحة بعدم الشعور أو القلق أو الأرق يسبب التي والفرصة والمواد الوقت الضياع من بدءًا للمماطلين التسويى سلوك وصف على الاطلاع إلى الدراسة هذه تهدف كمي وصفى بحث هو البحث من النوع هذا أخذ تقنية هي البحث هذا فى المستخدمة العينات أخذ تقنية .الإسلامية رباو جامعة طلاب لى الأكايى فقرة 44 بإجمالى استبيان شكل فى للبحث مقياسًا البيانات جمع تقنية استخدمت .الحصص بنظام العينات بأن المؤلف أجراه الذي البحث نتائج على بناءً .الإسلامية رباو جامعة من طالبًا 289 على موزعة الطلاب قيمة متوسط من ذلك ملاحظة يمكن ، الطالبات من أعلى الطلاب به يقوم الذي الأكايى التسويى رباو جامعة طلاب به يقوم الذي الأكايى التسويى معدل .102.22 هو الطالبات متوسط بينما 103.56 66% بنسبة المتوسطة الفئة فى الإسلامية

الأكايى التسويى ، الطلاب :المفتاحية الكلمات

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa sebagai bagian dari institusi pendidikan dituntut untuk mampu mengembangkan berbagai potensi diri secara optimal, mereka selalu dihadapkan pada tugas-tugas, baik yang bersifat akademik maupun non akademik. Mahasiswa dituntut untuk dapat memenuhi tugas-tugasnya tersebut. Dalam kenyataannya, mahasiswa seringkali menghadapi tugas-tugas tersebut dengan rasa enggan atau malas untuk mengerjakannya.

Rasa enggan tersebut berasal dari kondisi psikologis yang dialaminya dan mendorongnya untuk menghindari tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan. Gejala dari perilaku ini dapat disebut sebagai prokrastinasi. Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan pekerjaan secara keseluruhan, tetapi melakukan aktivitas lain yang tidak berguna (Azar, 2013).

Menurut Wangid dan Sugianto (2013) idealnya mahasiswa menyelesaikan studi penyusunan tugas akhir skripsi harus telah selesai paling lambat akhir semester 7 dan penyusunan skripsi paling lambat 1 tahun. Dengan demikian, lama studi mahasiswa idealnya adalah 7-8 semester atau 3,5 tahun sampai 4 tahun. Namun kenyataannya menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa mampu memenuhi standar tersebut. Ada sebagian mahasiswa menyelesaikan studinya diatas 4 tahun bahkan diantaranya telah menempuh semester 12 atau lebih. Berdasarkan data subbag akademik FIP

(dalam Wangid & Sugianto, 2013) menunjukkan bahwa masih ada sebagian mahasiswa yang menyelesaikan waktu studi lebih dari 4 tahun sebanyak 72.4%, lebih dari 5 tahun sebanyak 22.16%, lebih dari 6 tahun sebanyak 10.27%. Data tersebut menunjukkan suatu jumlah yang tidak bisa diabaikan.

Kemampuan mengatur waktu secara tepat ini tidak dimiliki oleh semua mahasiswa. Djamarah (2002) mengemukakan bahwa banyak mahasiswa yang mengeluh karena tidak dapat membagi waktu kapan harus memulai dan mengerjakan sesuatu sehingga waktu yang seharusnya dapat bermanfaat terbuang dengan percuma. Adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai mengerjakan tugas kuliah merupakan suatu indikasi dari perilaku menunda serta sulitnya dalam mengatur waktu dan merupakan faktor penting yang menyebabkan individu menunda dalam melakukan dan menyelesaikan tugas.

Hasil penelitian Prawitasari (2012) pada mahasiswa angkatan 2001 sampai dengan 2007 terhadap 1.502 wisudawan di salah satu perguruan tinggi yang ada di Jawa Timur menunjukkan bahwa 938 wisudawan menyelesaikan skripsi pada bulan terakhir pendaftaran wisuda. Tidak kurang dari 83% wisudawan tergolong lambat dalam penyelesaian skripsi. Salah satu penyebab keterlambatan dalam menyelesaikan skripsi dikarenakan adanya perilaku menunda-nunda dalam area akademik atau yang dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Yong dalam (Rahardjo, Juneman dan Setiani, 2013) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik dapat ditemukan

dikalangan mahasiswa, baik mahasiswa dari lembaga publik maupun mahasiswa dari lembaga swasta.

Lee (2005) mengemukakan bahwa mahasiswa kadang lupa waktu ketika melakukan suatu kegiatan, termasuk dalam kegiatan keorganisasian. Oleh karena itu, mahasiswa harus pandai mengatur waktu agar tidak menjadi seorang prokrastinator. Rumiani (2006) menambahkan bahwa penelitian tentang prokrastinasi pada awalnya banyak dilakukan dilingkungan akademik, yaitu kurang lebih 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi.

Salah satu permasalahan lainnya yang sering terjadi pada mahasiswa umumnya adalah masalah buruknya manajemen waktu, buruknya manajemen waktu menyebabkan tugas menumpuk dan akhirnya malas untuk menyelesaikan tugas tersebut, selain permasalahan manajemen waktu masalah yang sering terjadi pada mahasiswa adalah menunda-nunda tugas, baik tugas akademik atau non akademik dan lebih memilih bersenang-senang seperti main game online, nongkrong bersama teman, dan kegiatan lainnya yang membuat ia senang.

Menurut Rosario (2009) mengemukakan bahwa ketidakmampuan mengelola dan memanfaatkan waktu merupakan salah satu ciri dari prokrastinasi akademik. Beberapa ahli memaknai penunda-nundaan secara negatif dan penuh pesimisme, dengan menganggapnya sebagai suatu gangguan yang menetap dan tidak dapat dihilangkan, melainkan hanya diturunkan sampai batas normal. Sisi lain, beberapa ahli memiliki optimisme lebih tinggi dengan menganggap penunda-nundaan sebagai suatu

penyimpangan yang dapat diatasi dengan mudah melalui perubahan perilaku, pemikiran (kognitif), dan motivasi, Prawitasari (2012).

Rahardjo, Juneman, dan Setiani (2013) menambahkan bahwa mahasiswa memiliki banyak tugas dan aktivitas perkuliahan yang harus dilakukan terkait dengan pencapaian kompetensi akademik yang diperlukan oleh mereka. Tugas-tugas perkuliahan tersebut memiliki berbagai tingkat kesulitan, hingga dapat membuat mahasiswa menjadi malas-malasan dan cenderung untuk menunda menyelesaikan tugas.

Glenn (dalam Ghufon dan Risnawita, 2011) mengemukakan bahwa prokrastinasi berhubungan dengan berbagai sindrom-sindrom psikiatri. Seorang prokrastinator biasanya juga mempunyai tidur yang tidak sehat, mempunyai depresi yang kronis, penyebab stres, dan berbagai penyebab penyimpangan psikologis lainnya. Satiadarma (2005) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik adalah kegagalan menyelesaikan tugas akademik hingga batas waktu terakhir untuk mengumpulkan tugas.

Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ghufon dan Risnawita, 2011). Penundaan yang dilakukan sebenarnya tidak perlu terjadi. Melalui hal tersebut, mereka mencoba mengatakan bahwa prokrastinasi adalah tingkah laku yang dilakukan untuk menghindari sesuatu, dan bukan tingkah laku yang terjadi dikarenakan tidak tersedianya waktu. Penundaan ini telah menjadi suatu kebiasaan yang dilakukan individu tersebut.

Kebiasaan tersebut dapat berarti ada faktor-faktor dalam diri individu yang mendorongnya untuk melakukan prokrastinasi. Hal ini menunjukkan adanya konsistensi dari individu untuk melakukan prokrastinasi atas alasan tertentu Harriot dan Ferrari (1996).

Berdasarkan alasan-alasan tersebut, Harriot dan Ferrari (1996) membagi prokrastinasi menjadi dua bagian yaitu; 1).*Functional procrastination* yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat; 2).*Disfunctional procrastination* yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek dan menimbulkan masalah. *Disfunctional procrastination*, Harriot dan Ferrari (1996) membagi kembali menjadi dua bentuk prokrastinasi berdasarkan tujuan individu melakukan prokrastinasi yaitu *decisional procrastination* dan *avoidance procrastination*. *Decisional procrastination* adalah suatu penundaan dalam mengambil keputusan. Bentuk prokrastinasi ini merupakan sebuah anteseden kognitif dalam menunda untuk mulai melakukan suatu kerja dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stres.

Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu, sehingga akhirnya seorang menunda untuk memutuskan masalah. *Decisional procrastination* berhubungan dengan kelupaan, kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat inteligensi seseorang. *Avoidance procrastination* atau *Behavioral procrastination* adalah suatu penundaan dalam perilaku yang terlihat.

Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan yang akan datang. *Avoidance procrastination* berhubungan dengan tipe *self presentation*, yaitu keinginan untuk menjauhkan dari tugas yang menantang, dan *impulsiveness*.

Prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan alasan dari penundaan, yaitu *disfungsional procrastination* dan *fungsional procrastination*. *Disfungsional procrastination* adalah penundaan yang tidak bertujuan dan dapat merugikan, Sementara *fungsional procrastination* adalah penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan. Bahkan berguna untuk melakukan suatu upaya konstruktif agar suatu tugas dapat diselesaikan dengan baik.

Pada akhirnya pengertian prokrastinasi dibatasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas, dengan jenis *disfungsional procrastination* yaitu penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting, dan *avoidance procrastination* yaitu penundaan yang tidak bertujuan dapat menimbulkan akibat negatif.

Menurut Ferrari (Ghufron dan Risnawita, 2011) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati. Ciri-ciri tertentu; 1).Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, 2).

Keterlambatan dalam mengerjakan tugas, 3).Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan 4).Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 27 Agustus 2019 di Universitas Islam Riau, peneliti mendapati suatu fakta yang didapat dari mahasiswa diberbagai jurusan setiap fakultas, yang mana setiap mahasiswa pernah melakukan prokrastinasi akademik. Sampel penelitian yang dipilih dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Universitas Islam Riau. Banyak mahasiswa yang sering menunda mengerjakan tugas dan mengumpulkan tugas tidak tepat waktu. Selain itu banyak mahasiswa yang mengerjakan tugas dikampus. Bahkan 1 jam sebelum waktu pengumpulan tugas yang telah di tentukan banyak mahasiswa yang masih mengerjakan tugas atau mencetak hasil tugas dan akhirnya terlambat memasuki perkuliahan. Sehingga mengganggu proses perkuliahan ketika mereka terlambat memasuki kelas. Mahasiswa menggunakan sistem kebut semalam atau lebih dikenal dengan (SKS) dalam mengerjakan tugas maupun menghadapi ujian.

Seringkali mahasiswa mengeluh karena tidak dapat membagi waktu dengan baik antara kapan memulai dan mengerjakan tugasnya. Seperti mengerjakan tugas, terkadang mahasiswa enggan untuk belajar menghadapi ujian. Mereka lebih memilih melakukan hal-hal yang menyenangkan seperti pergi ke jalan-jalan berkumpul bersama teman-teman, menonton film, bermain *game* dan lain-lainnya.

Fenomena tersebut menunjukkan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai mengerjakan tugas. Hal ini merupakan indikasi dari perilaku menunda atau disebut juga dengan perilaku prokrastinasi. Padahal tidak semua mahasiswa mengikuti kegiatan organisasi dikampus seperti BEM, ROHIS, dan kegiatan lain didalam kampus.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian tentang **Gambaran Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau.**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah peneliti paparkan maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu gambaran perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa universitas islam riau.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka dapat dikemukakan bahwa tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah dalam ilmu psikologi terutama Psikologi Pendidikan sebagai masukan terhadap kajian mengenai perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan atau pengetahuan bagi pembaca ataupun mahasiswa mengenai perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa dan kepada mahasiswa yang suka menunda mengerjakan tugas kuliah agar dapat membagi waktu dengan tepat dan harus lebih mengutamakan kegiatan yang diprioritaskan agar dapat mengurangi bahkan menghilangkan kebiasaan buruk dari prokrastinasi akademik tersebut .

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran *crastinus* yang berarti keputusan hari esok, atau jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya (Steel, 2007).

Kamus *The Webster New Collegiate* (dalam Ghufron, 2003) mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu pengunduran secara sengaja dan biasanya disertai dengan perasaan tidak suka untuk mengerjakan sesuatu yang harus dikerjakan. Prokrastinasi di kalangan ilmuwan, pertama kali digunakan oleh Brown dan Hoizman untuk menunjukkan kecenderungan dalam menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Seseorang yang mempunyai kecenderungan menunda atau tidak segera memulai kerja disebut prokrastinator.

Burka dan Yuen (dalam Patmasari, 2013) mengemukakan penundaan yang dikategorikan sebagai prokrastinasi apabila penundaan tersebut telah menjadi kebiasaan atau pola yang menetap yang selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi tugas dan penundaan tersebut disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional dalam memandang tugas. Sedangkan Solomon dan Rothblum (dalam Patmasari, 2013) mengemukakan bahwa suatu penundaan dikatakan prokrastinasi,

apabila penundaan itu dilakukan berulang-ulang secara sengaja menimbulkan perasaan tidak nyaman, secara subyektif seseorang melakukan penundaan akan menimbulkan kegelisahan pada pelakunya.

Ferrari, Johnson, dan McGown (dalam Candra, Wibowo & Setyowani, 2014) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk selalu atau hampir selalu menunda mengerjakan tugas-tugas akademik dan selalu atau hampir selalu mengalami kecemasan yang mengganggu terkait prokrastinasi. Prokrastinasi akademik merupakan suatu kegagalan dalam mengerjakan tugas pada kerangka waktu diinginkan atau menunda waktu mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir.

Prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Menurut Ferrari (dalam Candra, Wibowo, dan Setyowani, 2014) adalah suka menunda-nunda mengerjakan tugas sampai batas waktu pengumpulan *deadline* tidak menepati janji segera mengumpulkan tugas dengan memberi alasan untuk memperoleh tambahan waktu dan memilih untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan. Menurut Wolter (dalam Purnama, 2014) prokrastinasi akademik merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas dengan batas waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku menunda-nunda memulai dan

menyelesaikan tugas-tugas yang berkaitan dengan akademik, yang berakibat negatif yang dapat merugikan para pelaku penundaan (Prokrastinator) mulai dari kerugian waktu, materil, dan kesempatan yang mengakibatkan resah, gelisah atau perasaan tidak nyaman pada pelaku penundaan (Prokrastinator).

B. Aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari (dalam Surijah dan Tjundjing, 2007) mengemukakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut berupa :

1. *Perceived Time* adalah seseorang dengan kecenderungan prokrastinasi merupakan orang-orang yang gagal menepati waktu yang telah ditentukan. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Aspek ini terdiri dari indikator-indikator sebagai berikut :
 - a. Gagal menepati waktu yang telah ditentukan.
 - b. Tidak mempertimbangkan masa depan.
2. *Intention-action* adalah perbedaan antara keinginan dengan perilaku senyatanya ini terwujud dalam kegagalan mahasiswa mengerjakan tugas akademik walau sesungguhnya mahasiswa tersebut sangat menginginkan untuk mengerjakannya. Aspek ini terdiri dari indikator-indikator sebagai berikut ;

- a. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.
 - b. Kesulitan menyelesaikan sesuatu sesuai dengan batas waktu.
3. *Emotional Distress* adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Aspek ini terdiri dari indikator-indikator sebagai berikut :
- a. Perasaan tenang diawal karena merasa waktu masih banyak
 - b. Perasaan cemas dan tidak nyaman saat melakukan prokrastinasi
4. *Perceived Ability* atau yang disebut dengan keyakinan terhadap kemampuan diri. Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Aspek ini terdiri dari indikator-indikator sebagai berikut :
- a. Tidak yakin terhadap kemampuan diri sendiri
 - b. Menyalahkan diri sendiri sebagai orang yang tidak mampu

Sedangkan Hermans (dalam Ferrari dan McCown, 1995)

menyatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut berupa prokrastinasi akademik antara lain :

1. Rendahnya kedisiplinan (*Low work discipline*)

Karakteristik yang menggambarkan rendahnya kedisiplinan perilaku pelaku prokrastinasi akademik dalam pengerjaan tugas, ketidakteraturan dalam mengerjakan tugas, serta pengabaian hal lain diluar tugas utama.

2. Takut gagal (*Fear of failure*)

Menggambarkan pelaku prokrastinasi yang memiliki karakteristik perilaku yang memiliki ketakutan akan kegagalan, selalu merasa bersalah, bahkan cenderung merasa panik. Individu yang melakukan prokrastinasi biasanya selalu merasa cemas dan terbayang dengan tugas yang diabaikannya.

3. Ketertarikan belajar (*Study interest*)

Menggambarkan ketertarikan akan mata pelajaran tertentu pada siswa dan mahasiswa, bagaimana tinggi rendahnya minat mereka pada mata pelajaran tertentu.

C. Faktor-faktor Prokrastinasi Akademik

Burka dan Yuen (dalam Ghufon, 2003) terbentuknya tingkah laku prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor-faktor antara lain; konsep diri, tanggung jawab, keyakinan diri dan kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, kesulitan dalam mengambil keputusan, pemberontakan terhadap kontrol diri dari figur otoritas, kurangnya tuntutan dari tugas, standar yang terlalu tinggi mengenai kemampuan individu. Burka dan Yuen (dalam Ghufon, 2003) menjelaskan bahwa prokrastinasi terjadi

karena tugas-tugas yang menumpuk terlalu banyak dan harus segera diselesaikan. Pelaksanaan tugas yang satu dapat menyebabkan tugas lain tertunda.

Burka dan Yuen (2008) menjelaskan kondisi lingkungan yang tingkat pengawasannya rendah atau kurang akan menyebabkan timbulnya kecenderungan prokrastinasi, dibandingkan dengan lingkungan yang penuh pengawasan. Menurut Ferrari (dalam Rahmawati, 2011) *reward* dan *punishment* dari orang tua maupun guru juga dikatakan sebagai penyebab prokrastinasi, adanya obyek lain yang memberikan *reward* lebih menyenangkan dari pada obyek yang diprokrastinasi.

Menurut McCown dan Johnson (dalam Rahmawati, 2011) dapat memunculkan perilaku prokrastinasi akademik. Disamping *reward* yang diperoleh prokrastinasi akademik juga cenderung dilakukan pada jenis tugas sekolah yang mempunyai *punishment* atau konsekuensi dalam jangka waktu yang lebih lama dari pada tugas yang memiliki konsekuensi dalam jangka waktu pendek.

Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Ferrari (dalam Nugrasanti, 2006) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh keyakinan yang tidak rasional dan *perfeksionisme*. Menurut Solomon dan Rothblum (dalam Nugrasanti, 2006) prokrastinasi dilakukan siswa karena memiliki kecemasan kemampuannya dievaluasi, takut gagal, dan susah mengambil keputusan. Prokrastinasi juga dilakukan karena membutuhkan bantuan orang lain

untuk mengerjakan tugasnya, malas, kesulitan mengatur waktu, dan tidak menyukai tugasnya.

Menurut Ferrari (dalam Ghufron, 2003) menyatakan, prokrastinasi mengganggu dalam dua hal :

1. Faktor internal

Adapun faktor internal yang mempengaruhi individu untuk melakukan prokrastinasi, meliputi :

- a. Kondisi kodrati, Terdiri dari jenis kelamin anak, umur, dan urutan kelahiran. Anak sulung cenderung lebih diperhatikan, dilindungi, dibantu, apalagi orang tua belum berpengalaman. Anak bungsu cenderung dimanja, apalagi bila selisih usianya cukup jauh dari kakaknya.
- b. Kondisi fisik dan kondisi kesehatan, mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik. Menurut Ferrari (dalam Ghufron, 2003) , tingkat intelegensi tidak mempengaruhi prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan.
- c. Kondisi psikologis, *trait* kepribadian yang dimiliki individu turut mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi, misalnya hubungan kemampuan sosial dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial, Millgram (dalam Ghufron, 2003). Sikap perfeksionis yang dimiliki seseorang biasanya mempengaruhi perilaku prokrastinasi lebih tinggi. Besarnya motivasi seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi

motivasi yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, maka akan semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik.

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam diri seseorang yaitu faktor pola orang tua, lingkungan keluarga, masyarakat, dan sekolah. Menurut Ferarri dan Ollivete (dalam Ghufron, 2003) tingkat pengasuhan otoriter ayah akan menyebabkan munculnya kecenderungan prokrastinasi yang kronik pada subyek peneliti anak wanita, sedangkan tingkat otoritatif ayah menghasilkan perilaku anak wanita yang tidak melakukan prokrastinasi. Menurut Millgram (dalam Ghufron, 2003) kondisi lingkungan yang linent, yaitu lingkungan yang toleran terhadap prokrastinasi mempengaruhi tinggi rendahnya prokrastinasi seseorang dari pada lingkungan yang penuh dengan pengawasan.

D. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Burka dan Yuen (dalam Ghufron, 2003), menjelaskan ciri-ciri seorang pelaku prokrastinasi antara lain :

1. Prokrastinator lebih suka untuk menunda pekerjaan atau tugas-tugasnya.
2. Berpendapat lebih baik mengerjakan nanti dari pada sekarang, dan menunda pekerjaan adalah bukan suatu masalah.
3. Terus mengulang perilaku prokrastinasi.

4. Pelaku prokrastinasi akan kesulitan dalam mengambil keputusan.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku menunda-nunda secara berulang-ulang kali, tidak bisa fokus dalam mengerjakan suatu tugas yang sifatnya akademik dan memilih untuk mengerjakan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan menganggap tugas tersebut bisa dikerjakan pada waktu berikutnya atau esok hari, yang mengakibatkan kegelisahan atau kekhawatiran pada pelaku prokrastinasi.

E. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferarri (dalam Husetiya, 2010) mengatakan prokrastinasi terbagi menjadi dua jenis berdasarkan manfaat dan tujuan melakukannya yaitu :

1. Functional Procrastination

Yaitu penundaan mengerjakan tugas yang memiliki tujuan untuk memperoleh informasi lengkap dan akurat.

2. Dysfunctional Procrastination

Yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah. *Dysfunctional Procrastination* terbagi menjadi dua bagian berdasarkan tujuan mereka melakukannya, yaitu ;

a. Desicional procrastination

Menurut Janis dan Mann (dalam Ghufon, 2003), bentuk prokrastinasi yang merupakan suatu penghambat kognitif dalam

menunda untuk memulai melakukan suatu pekerjaan dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stres.

Menurut Ferrari (dalam Ghufron, 2003) prokrastinasi dilakukan sebagai suatu bentuk coping yang ditawarkan untuk menyesuaikan diri dalam pembuatan keputusan pada situasi yang dipersepsikan penuh stress. Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam identifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu, sehingga akhirnya seseorang menunda untuk memutuskan sesuatu. *Decisional procrastination* berhubungan dengan kelupaan atau kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seorang individu.

b. *Behavioral atau avoidance procrastination*

Menurut Ferrari (dalam Ghufron, 2003) penundaan dilakukan dengan suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan, yang akan mendatangkan nilai negatif dalam dirinya atau mengancam *self esteem*, sehingga seseorang menunda untuk melakukan sesuatu yang nyata yang berhubungan dengan tugasnya. Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan tujuan dan manfaat penundaan, yaitu :

1. Prokrastinasi *dysfunctional* menampakkan penundaan yang tidak bertujuan dan merugikan,

2. Prokrastinasi *functional*, yaitu penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan, bahkan berguna untuk melakukan suatu upaya konsumtif agar suatu tugas dapat diselesaikan dengan baik. Penelitian ini dibatasi pada jenis *dysfunctional behavioral procrastination*, yaitu penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting, tidak bertujuan, dan bisa menimbulkan akibat negatif.

F. Area Prokrastinasi Akademik

Menurut Salomon dan Rothblum (dalam Ghufron, 2003) area-area perilaku prokrastinasi akademik sebagai berikut :

1. Tugas mengarang yang meliputi penundaan melaksanakan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, laporan, atau mengarang lainnya.
2. Tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester, ujian akhir semester, dan ulangan mingguan.
3. Tugas membaca meliputi adanya penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.
4. Kinerja tugas administratif, seperti menulis catatan, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran, mengembalikan buku perpustakaan.
5. Menghadiri pertemuan, yaitu penundaan maupun keterlambatan dalam menghadapi pelajaran.

6. Penundaan kinerja akademik secara keseluruhan, yaitu menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

G. Dampak Prokrastinasi Akademik

Menurut Burka dan Yuen (dalam Ghufron, 2003) prokrastinasi mengganggu dalam dua hal ini :

1. Prokrastinasi menciptakan masalah eksternal, seperti menunda mengerjakan tugas, membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik dan mendapatkan peringatan.
2. Prokrastinasi menimbulkan masalah internal, seperti merasa bersalah, kecemasan, menyesal, dan sebagainya.

Menurut Mancini (dalam Rahmawati, 2011), juga membagi dampak prokrastinasi menjadi dampak internal dan eksternal, yaitu :

a. Dampak internal

Beberapa penyebab prokrastinasi muncul dari dalam diri prokrastinator. Saat prokrastinator tendensi tertentu akan suatu hal, tendensi tersebut tertanam dalam diri prokrastinator. Contohnya, prokrastinator memiliki perasaan takut gagal, dan prokrastinator melakukan prokrastinasi besar-besaran akan suatu hal, maka prokrastinator akan selalu melakukan penundaan dalam tugas dimana prokrastinator merasa gagal. Siswa yang berfikir semua mata pelajaran sulit, siswa tersebut akan berfikir takut gagal atau berbuat kesalahan dan menunda belajar atau mengerjakan tugas-tugasnya.

b. Dampak eksternal

Jika seseorang tidak melakukan prokrastinasi lingkungan dapat membuat orang tersebut melakukannya. Tugas yang kurang menyenangkan atau berlebihan, juga tugas yang kurang jelas, dapat membuat siapa saja ingin menunda. Menurut Millgram (dalam Rahmawati, 2011) berpendapat bahwa :

1. Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada yang tidak mengalami *fatigue*.
2. *Trait* kepribadian individu mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam *self-regulation* dan kecemasan dalam berhubungan sosial.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang tidak menguji hipotesis, namun memberikan penjelasan atau gambaran terhadap fenomena berdasarkan data yang telah dianalisa dan disajikan secara sistematis dengan analisis data kuantitatif yang dikumpulkan untuk memberikan penjelasan dan memberikan kesimpulan mengenai situasi dan kondisi yang terjadi di dalam masyarakat (Bungin, 2011).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah gejala variabel yang bervariasi yaitu faktor-faktor yang dapat berubah untuk keperluan penelitian. Variabel perlu ditentukan dengan jelas agar alur hubungan variabel dalam penelitian dapat dicari dan dianalisa (Bungin, 2011). Penelitian ini menggunakan satu variabel yaitu, variabel Prokrastinasi Akademik (Y).

C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku menunda-nunda memulai dan menyelesaikan tugas-tugas yang berkaitan dengan akademik, yang berakibat negatif yang dapat merugikan para pelaku penundaan (prokrastinator) mulai dari kerugian waktu, materil, dan kesempatan yang mengakibatkan resah, gelisah atau perasaan tidak nyaman pada pelaku penundaan (prokrastinator).

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah kelompok subjek yang ingin diteliti dan harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik yang sama untuk membedakannya dari kelompok subjek yang lain. Ciri yang dimaksud tidak terbatas hanya sebagai lokasi akan tetapi dapat terdiri dari karakteristik-karakteristik individu (Azwar, 2015).

Populasi dalam penelitian ini digunakan untuk menyebutkan sasaran didalam penelitian yang dapat berupa hewan, manusia, tumbuhan, udara, dan lainnya (Bungin, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi fakultas psikologi universitas islam riau yang masih aktif kuliah.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian dari populasi yang memiliki ciri atau karakteristik yang sama dengan populasi. Sampel yang baik dapat dilihat dari tingkat kesamaannya dengan karakteristik populasi (Azwar, 2015). Sugiyono (2016) menjelaskan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Untuk itu maka sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul mewakili dari subjek yang akan diteliti.

Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *sampling kuota*. *Sampling kuota* merupakan suatu teknik yang memiliki karakteristik tertentu sehingga jumlah (kuota) yang diinginkan dapat terpenuhi didalam menentukan sampel yang diambil dari populasi (Sugiyono, 2012). Sejalan dengan pengertian diatas, Bungin (2011) menjelaskan bahwa *sampling kuota* merupakan teknik penelitian yang populasinya telah ditentukan terlebih dahulu.

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel yang dicari

N = Jumlah populasi

e = Batas toleransi kesalahan (*error tolerance*)

Dengan menggunakan rumus tersebut, maka perhitungan sampel pada penelitian ini adalah :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{1.041}{1 + 1.041 (0,5)^2}$$

$$n = \frac{1.041}{1 + 1.041 (0,0025)}$$

$$n = \frac{1.041}{3,6}$$

$$n = 289$$

Jadi sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 289 orang.

E. Metode Pengumpulan Data

Bungin (2011) mengungkapkan bahwa metode pengumpulan data adalah bagian instrumen pengumpulan data yang menentukan berhasil atau tidaknya suatu penelitian. Pada penelitian penulis menggunakan deskriptif kuantitatif dengan tujuan ingin mengetahui gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Universitas Islam Riau. Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan model skala. Metode ini digunakan untuk mengukur prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Dengan menggunakan skala akan diperoleh fakta atau pendapat dari subjek, karena model skala bersandar pada laporan diri, pengetahuan dan keyakinan pribadi.

Menurut Azwar (2013) skala adalah beberapa pertanyaan atau pernyataan dengan tidak mengungkapkan secara langsung apa yang ingin diungkapkan dari pertanyaan atau pernyataan tersebut. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala prokrastinasi akademik yang telah diadaptasi oleh Afri Mulyano (2013) dan item skala tersebut disusun dengan menggunakan model skala *likert*. Untuk mengungkap prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa menggunakan skala *likert* yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral. Penghilangan jawaban netral ini bertujuan untuk menghindari *central tendency effect* Hadi (1990).

Pada penelitian ini penilaian bergerak dari 1 (satu) hingga 4 (empat). Pernyataan dibagi menjadi dua bagian pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. *Item Favorable* Sangat Setuju (4), Setuju (3), Tidak Setuju (2), Sangat Tidak Setuju (1). *Item Unfavorable* Sangat Setuju (1), Setuju (2), Tidak Setuju (3), Sangat Tidak Setuju (4).

Berdasarkan total skor yang diperoleh, semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, semakin tinggi pula prokrastinasi yang dilakukan oleh subjek. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek, maka semakin rendah prokrastinasi yang dilakukan oleh subjek.

Tabel 3.1
Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Sebelum *Try Out* (Afri Mulyano, 2013)

No	Aspek-aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas akademik	1,5,17,21,33,37,45,49	9,13,25,29,41,53,57	15
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik	2,6,18,22,34,38,46,50	10,14,26,30,42,54,58	15
3.	Kesenjangan waktu antara rencana kinerja aktual dalam mengerjakan tugas akademik	3,7,19,23,35,39,47,51	11,15,27,31,43,55,59	15
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas akademik	4,8,20,24,36,40,48,52	12,16,28,32,44,56,60	15
	TOTAL	32	28	60

F. Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur

Validitas maupun reliabilitas alat ukur harus ditentukan terlebih dahulu sebelum alat ukur itu digunakan dalam suatu penelitian. Hal ini disebabkan agar pengukuran yang dilakukan dapat memperoleh hasil yang baik dan dapat dipercaya (Hadi, 2004).

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang artinya sejauh mana ketetapan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurannya, validitas dasarnya menunjukkan kepada derajat fungsi melakukan tes. Suatu alat ukur akan dikatakan valid ketika alat ukur tersebut mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur. Suatu tes dapat dikatakan mempunyai validitas tinggi apabila tes tersebut memiliki fungsi ukuran atas memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud pengukurannya (Azwar, 2003).

Menurut (Azwar, 2003) umumnya skala psikologi yang digunakan untuk menentukan indeks daya diskriminasi diatas 0.30 atau 0.25 sudah dianggap mengindikasi daya diskriminasi yang baik, artinya apabila nilai total *corelation* (korelasi) < dari 0.30 maka aitem dianggap gugur. Pengukuran validitas pada penelitian ini menggunakan *SPSS 23 For Windows*.

2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya guna mengetahui koefisien uji reliabilitas. Reliabilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana alat ukur mempunyai konsistensi relatif tetap jika dilakukan pengukuran ulang terhadap subjek yang sama. Semakin tinggi koefisien korelasi berarti menunjukkan reliabilitas makin baik (Azwar, 2003).

Suatu alat ukur yang mempunyai reliabilitas yang tinggi adalah alat ukur yang stabil terhadap hasil pengukurannya, dan memberikan hasil yang relatif konstan (Azwar, 2003). Tinggi rendahnya reliabilitas alat ukur dinyatakan dengan angka yang disebut dengan koefisien reliabilitas. Reliabilitas dalam aplikasi dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai 1.

Koefisien reliabilitas yang mendekati 1 maka semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya koefisien reliabilitas yang mendekati 0, maka semakin rendah tingkat reliabilitasnya (Azwar, 2003). Hasil uji coba skala prokrastinasi akademik yang diujikan kepada 60 orang mahasiswa Universitas Islam Riau diperoleh hasil *Alpha Cronbach* 0.923. Pengukuran reliabilitas pada penelitian ini menggunakan *SPSS 23 For Windows*.

Tabel 3.2
 Nilai *Alpha Cronbach* Skala Prokrastinasi Akademik
Reliability Statistics

<i>Cronbach Alpha</i>	N of Items
.923	60

G. Metode Analisa Data

Untuk menganalisis data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis data deskriptif. Analisis data deskriptif bertujuan untuk memberikan penjelasan atau gambaran mengenai subjek dalam suatu fenomena berdasarkan data yang diperoleh, serta tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis (Bungin, 2011).

Menurut Sugiyono (2014) pengertian metode statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Metode deskriptif digunakan penulis untuk menggambarkan hasil penelitian dalam menjawab perumusan masalah mengenai gambaran variabel yang diteliti.

Hasil analisis data deskriptif yang diperoleh berupa gambaran perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa yang dapat disajikan dalam bentuk grafik dan persentase. Proses analisis data yang dilakukan dengan bantuan Program Statistik *SPSS 23 For Windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan Penelitian

1. Pelaksanaan Uji Coba

Sebelum melaksanakan penelitian penulis melakukan uji coba (*Try out*) terlebih dahulu untuk membuktikan validitas dan reliabilitas suatu alat ukur pada penelitian ini penulis menggunakan kuesioner dengan jumlah responden sebanyak 200 orang yang dipilih secara acak oleh penulis.

Menurut Azwar (2003) umumnya skala psikologi yang digunakan untuk menentukan indeks daya diskriminasi diatas 0.30 atau 0.25 sudah dianggap mengindikasikan daya diskriminasi yang baik, artinya apabila nilai total *corelation* (korelasi) < dari 0.30 maka item dianggap gugur. Pengukuran validitas pada penelitian ini menggunakan *SPSS 23 For Windows*.

Setelah menyebarkan kuisisioner uji coba (*try out*) penulis melakukan olah data dengan menggunakan program *SPSS 23 For Windows*, berdasarkan hasil dari olah data dilakukan oleh penulis nilai *alpha cronbach* 0.907 dan terdapat 16 *item* yang gugur dari 60 *item* yang diujikan maka jumlah *item* yang dapat digunakan untuk penelitiann berjumlah 44 *item*.

Tabel 4.1
Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Sesudah *Try Out* (Afri Mulyano, 2013)

No	Aspek-aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas akademik	1,5,17,21,33,45,49	9,13,25,29,57	12
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik	2,6,18,22,46,50	10,14,26,30,54	11
3.	Kesenjangan waktu antara rencana kinerja aktual dalam mengerjakan tugas akademik	3,7,19,23,35,39,47,51	55,59	10
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas akademik	4,20,24,36,48,52	12,16,28,56,60	11
	TOTAL	27	17	44

B. Pelaksanaan Penelitian

Setelah penulis melakukan uji coba (*try out*) dan mendapatkan izin untuk penelitian dari dosen pembimbing, maka penulis melakukan penelitian selama **10 hari pada tanggal 1-15 juni 2019** dengan jumlah responden sebanyak 289 mahasiswa dari fakultas psikologi Universitas Islam Riau.

C. Hasil Analisis Data

1. Deskripsi Subjek Penelitian

a. Profil Subjek

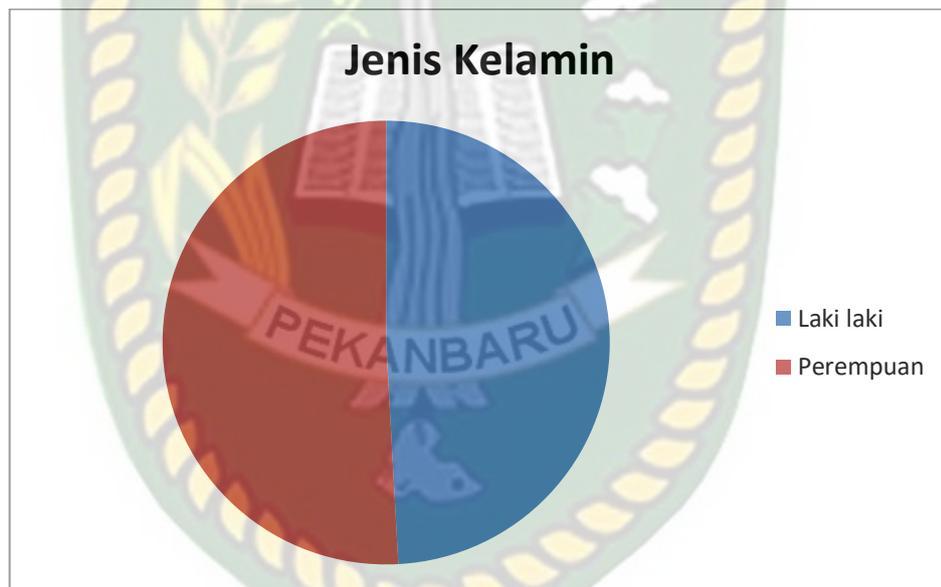
1.) Jenis Kelamin

Distribusi tabel berdasarkan jenis kelamin responden

Tabel 4.2
Profil responden berdasarkan jenis kelamin

No	Jumlah	Persentase
1	142	49%
2	147	51%
Total	289	100%

Berdasarkan tabel 4.2 jumlah responden jenis kelamin laki-laki berjumlah 142 orang responden dan jenis kelamin perempuan berjumlah 147 orang responden.



Gambar 4.1
Grafik Pie Berdasarkan Jenis Kelamin

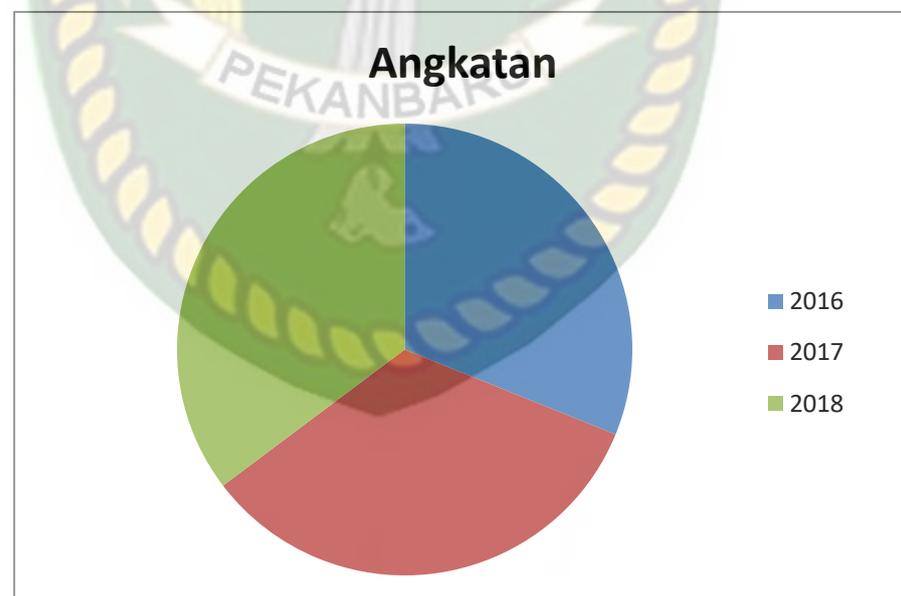
2.) Angkatan (Tahun Masuk Kuliah)

Distribusi tabel berdasarkan angkatan responden

Tabel 4.3
Profil Responden Berdasarkan Angkatan

		Jumlah	Persentase
Valid	2016	90	31%
	2017	97	34%
	2018	102	35%
	Total	289	100%

Berdasarkan tabel 4.3 jumlah responden angkatan 2016 berjumlah 90 orang responden, angkatan 2017 berjumlah 97 orang responden, dan angkatan 2018 berjumlah 102 orang responden. Sehingga angkatan mayoritas terdapat pada tahun 2018.



Gambar 4.2
Grafik Pie Berdasarkan Angkatan

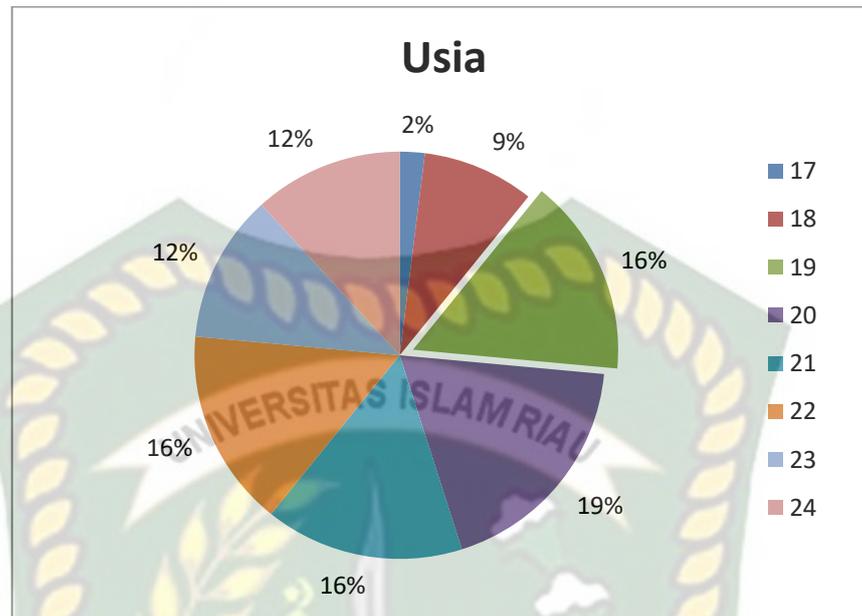
3.) Profil Responden Berdasarkan Usia

Distribusi tabel berdasarkan usia responden

Tabel 4.4
Profil responden berdasarkan Usia

		Jumlah	Persentase
Valid	17	5	2%
	18	25	9%
	19	45	16%
	20	55	19%
	21	45	16%
	22	45	16%
	23	34	12%
	24	35	12%
	Total	289	100%

Berdasarkan tabel 4.3 jumlah responden berusia 17 tahun berjumlah 5 orang responden, responden berusia 18 tahun berjumlah 25 orang responden, responden berusia 19 tahun berjumlah 45 orang responden, responden berusia 20 tahun berjumlah 55 orang responden, responden berusia 21 tahun berjumlah 45 orang responden, responden berusia 22 tahun berjumlah 45 orang responden, responden berusia 23 tahun berjumlah 34 orang responden, responden berusia 24 tahun berjumlah 25 orang responden.



Gambar 4.3
Grafik Pie Berdasarkan Usia

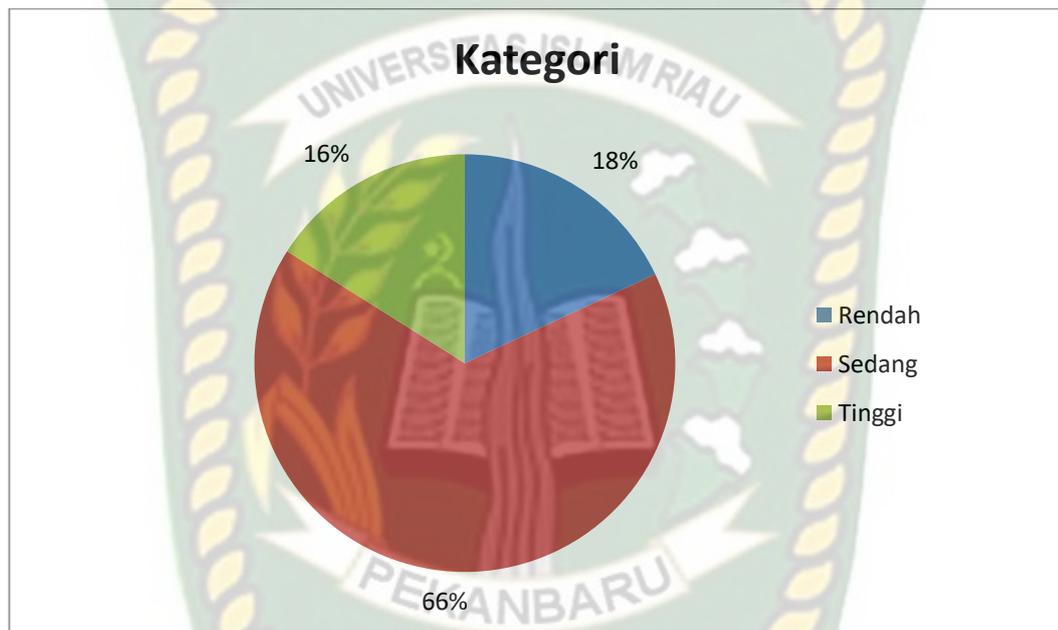
4.) Deskripsi Data

Deskripsi data penelitian prokratinasi akademik di Universitas Islam Riau, Setelah dilakukan skoring dan analisis data data oleh penulis maka diperoleh hasil analisis seperti tabel dibawah ini:

Tabel 4.5
Deskripsi Tabel Berdasarkan Kategori

No	Kategori	Jumlah	Persentase
1	Rendah	51	18%
2	Sedang	192	66%
3	Tinggi	46	16%
Total		289	100%

Deskripsi data penelitian setelah dilakukan skoring dan diolah dengan menggunakan *SPSS 23 For Windows* untuk mengukur tingkat prokrastinasi akademik Universitas Islam Riau.



Gambar 4.4
Grafik Pie Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Kategori

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan penulis, prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa dan mahasiswi Universitas Islam Riau tergolong sedang dengan jumlah persentase 66%, hasil tersebut dapat dilihat dari tabel 4.5 persentase prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa dan mahasiswi Universitas Islam Riau dalam kategori rendah sebanyak 51 Mahasiswa dengan persentase 18%, kategori sedang sebanyak 192 Mahasiswa dengan persentase 66% dan kategori tinggi sebanyak 46 Mahasiswa dengan persentase 16%.

Tabel 4.6
Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
1. Laki-laki	142	103.56	12.551	1.053
2. Perempuan	147	102.22	10.321	.851

Berdasarkan analisis data yang dilakukan oleh penulis bahwa prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa lebih tinggi daripada mahasiswi, dapat dilihat berdasarkan tabel 4.6 nilai *Mean* mahasiswa sebesar 103.56 sedangkan *Mean* mahasiswi sebesar 102.22.

Tabel 4.7
Deskripsi Hasil Penelitian Berdasarkan Angkatan

Angkatan	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
2016	20 (22%)	59 (66%)	11 (12%)	90
2017	22 (23%)	55 (57%)	20 (21%)	97
2018	9 (9%)	78 (76%)	15 (15%)	102
Total				289

Hasil analisis yang dilakukan oleh penulis bahwa, persentase prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa berdasarkan angkatan sebagai berikut:

- a. Angkatan 2016 kategori rendah persentase 22% dengan jumlah responden 20 orang, kategori sedang 66% dengan jumlah responden 59 orang dan kategori tinggi 12% dengan jumlah responden 11 orang.
- b. Angkatan 2017 kategori rendah persentase 23% dengan jumlah responden 22 orang, kategori sedang 57% dengan jumlah responden 55 orang dan kategori tinggi 20% dengan jumlah responden 20 orang.

- c. Angkatan 2018 kategori rendah persentase 9% dengan jumlah responden 9 orang, kategori sedang 76% dengan jumlah responden 78 orang dan kategori tinggi 15% dengan jumlah responden 15 orang.

Tabel 4.8
Deskripsi Hasil Penelitian Berdasarkan Angkatan Secara Menyeluruh dengan Mean

Angkatan	Mean
2016	103.90
2017	107.99
2018	105.57

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan oleh penulis bahwa mahasiswa dan mahasiswi yang melakukan prokrastinasi akademik yang paling tinggi adalah angkatan 2017 dengan jumlah *Mean* 107.99 dan yang paling rendah melakukan prokrastinasi akademik mahasiswa/mahasiswi 2016 dengan jumlah *Mean* 103.90.

Tabel 4.9
Deskripsi Hasil Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
17		8 (80%)	2 (20%)	10
18	2 (10%)	15 (75%)	3 (15%)	20
19	4 (13%)	23 (74%)	4 (13%)	31
20	3 (7%)	32 (78%)	6 (15%)	41
21	10 (21%)	29 (62%)	8 (17%)	47
22	12 (24%)	26 (52%)	12 (24%)	50
23	9 (21%)	27 (64%)	6 (14%)	42
24	11 (23%)	32 (67%)	5 (10%)	48

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan oleh penulis bahwa usia 17 tahun melakukan prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori sedang persentase 80% dengan jumlah 8 orang responden dan kategori tinggi persentase 20% dengan jumlah 2 orang responden. Usia 18 tahun melakukan prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori rendah persentase 10% dengan jumlah 2 orang responden, kategori sedang persentase 75% dengan jumlah 15 orang responden dan kategori tinggi persentase 15% dengan jumlah 3 orang responden.

Usia 19 tahun melakukan prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori rendah persentase 13% dengan jumlah 4 orang responden, kategori sedang persentase 74% dengan jumlah 23 orang responden dan kategori tinggi persentase 13% dengan jumlah 4 orang responden. Usia 20 tahun melakukan prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori rendah persentase 7% dengan jumlah 3 orang responden, kategori sedang persentase 78% dengan jumlah 32 orang responden dan kategori tinggi persentase 15% dengan jumlah 6 orang responden.

Usia 21 tahun melakukan prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori rendah persentase 21% dengan jumlah 10 orang responden, kategori sedang persentase 62% dengan jumlah 29 orang responden dan kategori tinggi persentase 17% dengan jumlah 8 orang responden. Usia 22 tahun melakukan prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori rendah persentase 24% dengan jumlah 12 orang responden, kategori sedang

persentase 52% dengan jumlah 26 orang responden dan kategori tinggi persentase 24% dengan jumlah 12 orang responden.

Usia 23 tahun melakukan prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori rendah persentase 21% dengan jumlah 9 orang responden, kategori sedang persentase 64% dengan jumlah 27 orang responden dan kategori tinggi persentase 14% dengan jumlah 6 orang responden. Usia 24 tahun melakukan prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori rendah persentase 23% dengan jumlah 11 orang responden, kategori sedang persentase 67% dengan jumlah 32 orang responden dan kategori tinggi persentase 10% dengan jumlah 5 orang responden.

3. Pembahasan

Mahasiswa yang tidak dapat membagi waktunya dengan baik, akan kesulitan dalam mengerjakan semua hal yang sudah menjadi tanggung jawabnya. Akibatnya, banyak pekerjaan yang seharusnya selesai tepat waktu, menjadi tertunda, baik itu dalam hal belajar, maupun mengerjakan tugas. Perilaku menunda-nunda pekerjaan tersebut sering disebut dengan istilah prokrastinasi. Istilah prokrastinasi pertama digunakan oleh Brown dan Holtzman (dalam Rizvi, 1997) merujuk pada suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Jadi, yang dimaksud dengan prokrastinasi akademik yaitu menunda-nunda pekerjaan di bidang akademis Arumsari (2009).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis dengan jumlah responden mahasiswa dan mahasiswi sebanyak 289 orang responden dan Prokrastinasi Akademik yang dilakukan oleh Mahasiswa Universitas Islam Riau termasuk dalam kategori sedang dengan jumlah persentase 66% . Deskripsi data berdasarkan jenis kelamin pada tabel 4.6 bahwa laki-laki lebih tinggi melakukan prokrastinasi akademik dengan jumlah nilai *mean* sebesar 103.56 sedangkan mahasiswi dengan nilai *mean* sebesar 102.22. Analisis berdasarkan angkatan mahasiswa dan mahasiswi yang melakukan prokrastinasi akademik paling tinggi adalah angkatan 2017 dengan nilai *mean* 107.99 dan nilai yang paling rendah melakukan prokrastinasi akademik mahasiswa dan mahasiswi 2016 dengan jumlah nilai *mean* 103.90.

Berdasarkan gambaran umum masalah perilaku prokratinasi akademik pada mahasiswa dan mahasiswi Universitas Islam Riau, diketahui bahwa rata-rata persepsi masalah perilaku prokratinasi akademik yaitu adanya perilaku mahasiswa yang sering menunda pekerjaan demi mementingkan aktivitas menyenangkan, serta mahasiswa lebih cenderung dalam menunda-nunda mengerjakan tugas akibat lalai, tidak belajar sebelum perkuliahan, serta tidak memiliki perencanaan kinerja yang baik, sehingga mahasiswa menganggap bahwa kuliah hanyalah sekedar duduk, belajar dan pulang. Perilaku prokrastinasi akademik ini menjadi semakin tinggi dilakukan oleh mahasiswa dibandingkan dengan mahasiswi.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Ellis dan Knaus (2002) menyatakan bahwa 46% sampai 95% dari mahasiswa secara tetap melakukan prokrastinasi dalam tugas-tugas perkuliahan. Penelitian menemukan bahwa lebih lama mahasiswa berkuliah, semakin mereka cenderung untuk melakukan prokrastinasi. Jadi bisa dikatakan bahwa penyebab mundurnya masa studi seorang mahasiswa di perguruan tinggi dikarenakan ia melakukan prokrastinasi akademik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hana (2015) mahasiswa yang melakukan prokrastinasi dengan sengaja tidak segera mengerjakan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang ia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti bermain, membaca majalah, atau buku cerita, nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya. Sehingga menyita waktu yang ia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Sehingga apabila prokrastinasi akademik mahasiswa dan mahasiswi semakin sering dilakukan maka tingkat disiplin pada mahasiswa semakin rendah dan akan menjadi masalah serius dimasa yang akan datang. Semakin rendah tingkat prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa maka semakin kecil jumlah pelaku prokrastinasi (prokrastinator), maka sebaliknya semakin tinggi tingkat prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa maka semakin besar jumlah pelaku prokrastinasi (prokrastinator).

Data dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap 14 mahasiswa dan mahasiswi semester akhir Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, yang mana 14 mahasiswa dan mahasiswi tersebut memiliki permasalahan akademik. Mahasiswa dan mahasiswi tersebut terancam *droup out*, Adapun permasalahan yang dialami oleh mahasiswa tersebut yaitu keterlambatan dalam menyelesaikan mata kuliah, bekerja, ekonomi, tidak adanya teman *sharing* terhadap permasalahan yang mereka alami dan mengaku kesulitan dalam memilih serta menentukan tema skripsi.

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusuma (2010) bahwa kecendrungan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik lebih tinggi dibandingkan mahasiswi yaitu $87.55 > 84.47$. Adanya fenomena-fenomena yang membuat aspek-aspek prokratinasi seperti kelambanan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kineja aktual , serta lebih memilih aktivitas yang menyenangkan daripada harus mengerjakan tugas.

Hasil yang sama juga dikemukakan oleh penelitian Subekti (2014) bahwa perilaku prokratinasi akademik mahasiswa cenderung lebih tinggi daripada prokratinasi akademik mahasiswi dengan alasan rendahnya *self esteem* dan kesulitan membuat keputusan serta adapula alasan perilaku prokrastinasi akademik ini lebih tinggi dilakukan oleh mahasiswi karena adanya pemberontakan dan ketergantungan.

Dengan adanya hasil tersebut, bisa memberi gambaran kecenderungan perilaku prokratinasi akademik lebih banyak mahasiswa dibandingkan

mahasiswi. Penulis menyadari dalam penelitian ini masih terdapat kekurangan dan kelemahan selama penelitian, kurangnya perhatian penulis terhadap jumlah item yang banyak sehingga membuat responden jenuh dalam mengisi kuesioner. Kelemahan tersebut bisa dijadikan suatu perbaikan untuk penelitian selanjutnya guna memaksimalkan hasil penelitian kedepannya.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis dan sebagaimana tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Gambaran Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Islam Riau. Maka dari hasil penelitian penulis dapat memberikan kesimpulan bahwa Prokrastinasi Akademik yang dilakukan oleh Mahasiswa lebih tinggi dari Mahasiswi, dapat dilihat berdasarkan tabel 4.6 nilai *Mean* mahasiswa sebesar 103.56 sedangkan *Mean* mahasiswi sebesar 102.22. Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh Mahasiswa Universitas Islam Riau dalam kategori sedang dengan jumlah persentase 66%.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh penulis, maka penulis memberikan saran :

1. Bagi Mahasiswa

Saran untuk mahasiswa hendaknya agar selalu disiplin dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas kuliah, dapat mengatur waktu antara kegiatan akademik dan kegiatan diluar akademik agar tidak terjadi benturan terhadap kegiatan akademik, karena salah satu penyebab terjadinya prokrastinasi adalah kegagalan mahasiswa dan mahasiswi dalam mengatur waktu dan gagal dalam memprioritaskan antara kegiatan yang penting dan tidak penting, sehingga tugas akademik menjadi terbengkalai dan menumpuk.

Membuat skala prioritas bisa dijadikan cara agar dapat mengatur waktu kegiatan dengan baik, sehingga mahasiswa dapat mengatur agenda kegiatannya mulai dari yang penting sampai dengan kegiatan yang tidak penting. Mahasiswa dan mahasiswi harus bisa mengatur kegiatan prioritas dan yang tidak prioritas, seperti tugas akademik dan lain-lainnya.

2. Untuk penelitian selanjutnya

Penulis menyadari didalam penelitian ini masih terdapat kelemahan dan kekurangan selama proses penelitian berlangsung, Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan topik pendidikan atau sejenis dengan tema prokrastinasi akademik disarankan agar dapat menghubungkan prokrastinasi akademik dengan variabel lain misalnya dengan meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik seperti pola asuh orangtua, kondisi lingkungan, dan lainnya. Sehingga hasilnya nanti dapat memaksimalkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa terutama pada Mahasiswa Universitas Islam Riau.

DAFTAR PUSTAKA

- Azar, F. S. (2013). Self Efficacy, Achievement Motivation, and Academic Procrastination as Predictors of Academic Performance. *US-China Education Review*, 3, 11, 847-857. ISSN 2161-6248.
- Azwar, S. (2003). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bungin, Burhan. 2011. *Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Kencana Predana Media Group
- Burka, J. B & Yuen, L. M. 2008. *Procrastination*. Cambridge: Da Capo Press
- Candra, Wibowo & Setyowani.(2014).Faktor-faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung. *Indonesia Journal Of Guidance And Conseling Theory And Aplication*.
- Djamarah, S. B. (2002). *Rahasia Sukses Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fauziah, Hana hanifah. 2015. *Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung*. *Psympatic, Jurnal Psikologi*. Vol 2, no 2, hal 123-132
- Gunawinata, V. A. R., Nanik, & Lasmono, H. K. 2008. Perfeksionisme, prokrastinasi akademik, dan penyelesaian skripsi mahasiswa. *Anima - Indonesian Psychology Journal*, 22(3), 256-276.
- Ghufron. M.N. (2003). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik. Skripsi
- Ghufron, M.N., & Risnawita. R.(2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Harriot, J. & Ferrari, J. R. (1996). Prevalence of Procrastination Among Sampels of Adults. *Psychological Reports*, 78, 611-616.
- Lee, E. (2005). The Relationship of Motivation and Flow Experience to Academic Procrastination in University Students, *the journal of genetic psychology* Vol. 166, pg 5 ,19 pgs.
- Prawitasari, E. J. (2012). *Psikologi Terapan. Melintas batas disiplin ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Rahardjo, W., Juneman & Setiani, Y. (2013). Computer Anxiety, Academic Stress, and Academic Procrastination on College Students. *Journal of Education and Learning*, Vol.7 (3) 147-152.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang* Vol.3, No. 2. (h.37-48).

- Rosario, P., Costa, M., Nunez, J.C., Gonzales-Pienda, J., Solano, P., & Valle, A. (2009). Academic Procrastination: Associations with Personal, School, and Family Variables. *The Spanish Journal of Psychology*, Vol. 12, No. 1, 118-127.
- Satiadarma, M. P. (2005). Self-Handicapping dan Prokrastinasi dalam Dunia Pendidikan. *Journal Provitae*. No 2: 35-47.
- Solomon, L.J., dan Rothblum, E.D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates". *Journal of Counseling Psychology*. 31, 504-510.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A *Meta-Analytic* and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, Vol. 133, No. 1, 65–94.
- Surijah & Tjunjing. (2007). Mahasiswa Versus Tugas : Prokrastinasi Akademik Dan *Conscientiousness*. *Indonesian Psychological Journal*. Vol.22, No.4 352-374
- Sugiyono . (2012). *Memahami Penelitian Kualitatif*". Bandung : ALFABETA
- Wangid, M. Nur & Sugyanto. (2013). Identifikasi Hambatan Struktural Dan Kultural Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, Vol.6, No.2
- Wolters, C. A. (2003). Understanding Procrastination from a Selfregulated Learning Perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95, 179 –187.