

**ANALISIS PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK  
PADA MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
UIN SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO ANGKATAN TAHUN 2016**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto Sebagai Syarat untuk Menulis Skripsi**

**Oleh:**

**Armila Agustine**

**1917101003**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Armila Agustine

NIM : 1917101003

Jenjang : Strata Satu (S1)

Fakultas : Dakwah

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Purwokerto, 4 April 2023  
Yang Menyatakan



**Armila Agustine**  
**NIM. 1917101003**

# PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
FAKULTAS DAKWAH  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553 [www.uinsaizu.ac.id](http://www.uinsaizu.ac.id)

## PENGESAHAN

Skripsi Berjudul :

**Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016**

Yang disusun oleh **Armila Agustine** NIM. 1917101003 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Jurusan **Konseling dan Pengembangan Masyarakat** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari **Rabu tanggal 12 April 2023** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S.Sos)** dalam **Bimbingan dan Konseling Islam** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Agung Widodo, M. A  
NIP. 19930662 220193 1 015

Sekretaris Sidang/Penguji II

Turhamah, S.Sos.I.,M.S.I.  
NIP. 19870202 201903 1 011

Penguji Utama

Dr. Alief Budiyo, M.Pd  
NIP. 19790217 200912 1 003

Mengesahkan,  
Purwokerto, 18-4-2023  
Wakil Dekan I



Dr. Muskinul Fuad, M.Ag  
NIP: 19741226 200003 1 001

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Pengajuan Munaqosah Skripsi  
Sdri. Armila Agustine

Purwokerto, 4 April 2023

Lamp : -

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Di Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan bimbingan, koreksi dan perbaikan seperlunya maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Armila Agustine

NIM : 1917101003

Fakultas : Dakwah

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016

Dengan ini kami mohon agar skripsi tersebut dapat diajukan dalam sidang munaqosyah. Demikian atas perhatian Bapak kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamulaikum Wr. Wb.*

Purwokerto, 4 April 2023  
Pembimbing,



**Ageng Widodo.M.A**  
**NIP. 1993066222019031015**

## MOTO

*“So remember Me, I will remember you”<sup>1</sup>*



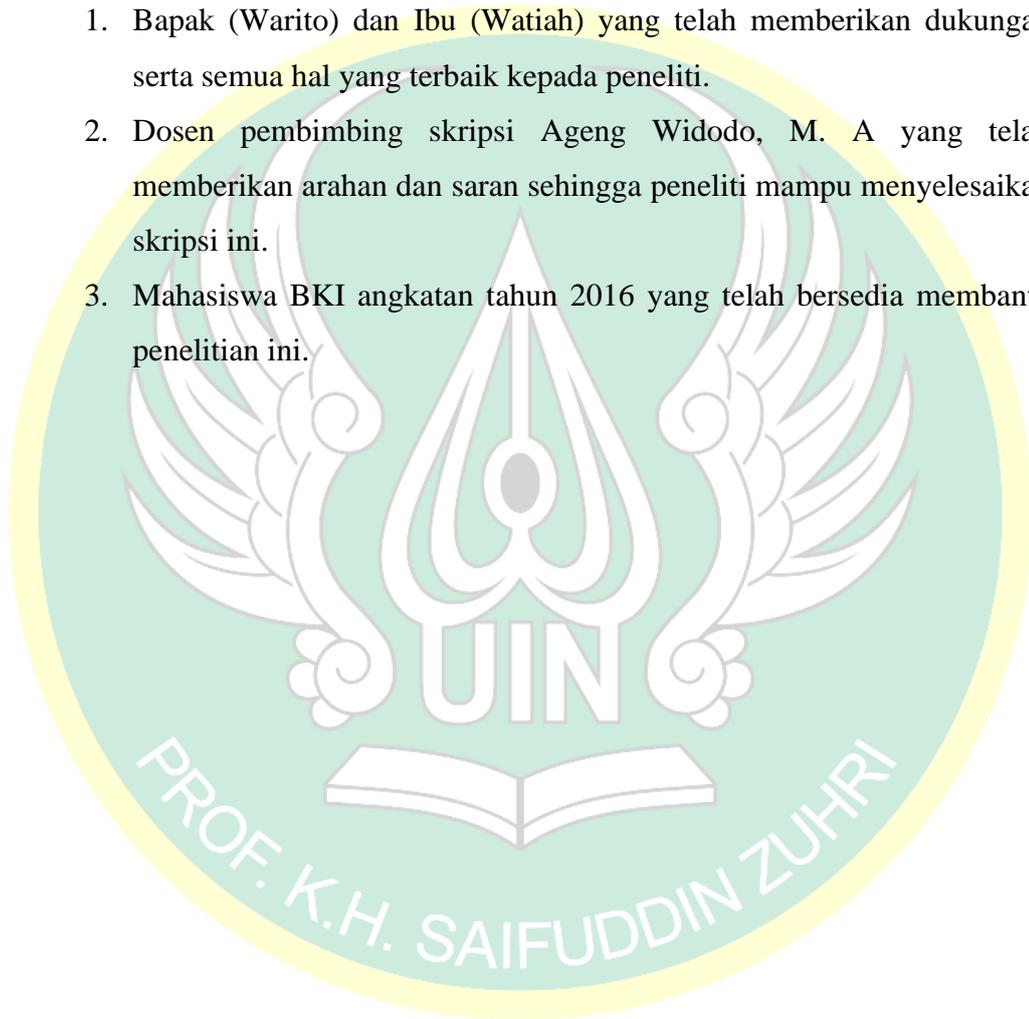
---

<sup>1</sup> Q.S. Al-Baqarah: ayat 152

## PERSEMBAHAN

Dengan penuh bahagia atas nikmat syukur yang diberikan oleh Allah SWT sehingga dengan ridho Nya peneliti mampu menyelesaikan skripsi. Sholawat serta salam peneliti junjungkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW. Skripsi ini peneliti persembahkan kepada :

1. Bapak (Warito) dan Ibu (Watiah) yang telah memberikan dukungan serta semua hal yang terbaik kepada peneliti.
2. Dosen pembimbing skripsi Ageng Widodo, M. A yang telah memberikan arahan dan saran sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini.
3. Mahasiswa BKI angkatan tahun 2016 yang telah bersedia membantu penelitian ini.



# **ANALISIS PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING ISLAM UIN SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO ANGKATAN TAHUN 2016**

Armila Agustine

NIM 1917101003

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam  
Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat  
Fakultas Dakwah  
Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri  
Purwokerto

## **ABSTRAK**

Prokrastinasi merupakan perilaku menunda dalam memulai dan menyelesaikan suatu tugas secara sengaja meskipun mengetahui perilaku menundanya dapat berdampak buruk. Prokrastinasi akademik adalah suatu kecenderungan perilaku dalam diri individu untuk menghabiskan waktu, menunda atau secara sengaja tidak segera menyelesaikan tugas akademik yang seharusnya diselesaikan dan umumnya dilakukan secara berulang-ulang. Aspek-aspek yang mempengaruhi terjadi perilaku prokrastinasi menurut teori Tucman ialah menyia-nyaiakan waktu, penundaan dalam proses penyelesaian, kesulitan dan penghindaran terhadap sesuatu yang tidak disukai, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan skripsi. Penelitian ini membahas apa saja perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan Tahun 2016 di UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto. Sehingga tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto angkatan Tahun 2016.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif untuk mengetahui secara mendalam tentang perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI angkatan Tahun 2016. Pengumpulan data melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Metode analisis data dilakukan dengan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat beberapa perilaku prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto angkatan tahun 2016 yaitu adanya pembuangan waktu atau ketidakdisiplinan dalam manajemen waktu, penundaan dalam proses, kesulitan dalam penyelesaian skripsi, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain. Adapun faktor yang menyebabkan terjadi perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yaitu secara internal: kondisi fisik dan kondisi psikis. Sedangkan, secara eksternal: kondisi keluarga dan lingkungan. Selain itu, terdapat juga faktor pencegah terjadinya perilaku prokrastinasi akademik yakni menentukan prioritas, membangun motivasi diri, mengelola waktu dengan baik, menentukan target penyelesaian skripsi dan dukungan lingkungannya.

**Kata Kunci** : Perilaku, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa

# **ANALYSIS OF ACADEMIC PROCRASTINATION BEHAVIOR IN ISLAMIC COUNSELING GUIDANCE STUDENTS OF UIN SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO CLASS OF 2016**

Armila Agustine

NIM 1917101003

*Islamic Guidance and Counseling Study Program  
Department of Counseling and Community Development  
Faculty of Dakwah  
State Islamic University Professor Kiai Haji Saifuddin Zuhri  
Purwokerto*

## **ABSTRACT**

*Procrastination is the behavior of delaying in starting and completing a task intentionally despite knowing that delaying behavior can have a negative impact. Academic procrastination is a behavioral tendency in individuals to spend time, delay or intentionally not complete academic tasks that should be completed and are generally done repeatedly. Aspects that influence the occurrence of procrastination behavior according to Tucman's theory are wasting time, delays in the completion process, difficulties and avoidance of something that is not liked, the time gap between plans and actual performance and doing activities that are more enjoyable than doing a thesis. This study discusses the behavior of academic procrastination carried out by Islamic Counseling Guidance students class of 2016 at UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto. So the purpose of this study was to determine the behavior of academic procrastination in students of Islamic Counseling Guidance at UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto class of 2016.*

*This study used a qualitative approach with a descriptive research type to find out in depth about academic procrastination behavior in BKI students class of 2016. Data collection was through observation, interviews and documentation. The method of data analysis is done by data reduction, data presentation and drawing conclusions. The results of this study indicate that there are several academic procrastination behaviors in Islamic Counseling Guidance Students of UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto class of 2016, namely time wasting or indiscipline in time management, delays in the process, difficulties in completing thesis, time gap between plans and actual performance, and carrying out other activities. The factors that cause academic procrastination behavior in students are internally: physical condition and psychological condition. Meanwhile, externally: family and environmental conditions. In addition, there are also factors preventing the occurrence of academic procrastination behavior, namely setting priorities, building self-motivation, managing time well, setting thesis completion targets and environmental support.*

**Keywords:** *Behavior, Academic Procrastination, Students*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas keberkahan dan nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT yang telah memberikan nikmat iman, islam, dan ikhsan. Tidak lupa pula sholawat serta salam peneliti curahkan kepada nabi Muhammad SAW yang telah menjadi teladan baik bagi ummat-Nya. Semoga skripsi ini mampu memberikan manfaat kepada pembaca dengan skripsi berjudul “Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016” sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Sosial. Dalam proses penyelesaian skripsi ini peneliti menyadari belum sempurna sehingga kritik dan saran sangat dibutuhkan.

Skripsi ini dapat terselesaikan tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari beberapa pihak, dengan hormat peneliti memberikan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Moh. Roqib, M. Ag rektor Universitas Islam Negeri Prof. Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Prof. Dr. H. Abdul Basit, M. Ag Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto
3. Nur Azizah, S. Sos.I., M. S. I ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Universitas Islam Negeri Prof. Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto
4. Ageng Widodo, M. A dosen pembimbing yang selalu memberikan semangat, kritik serta saran. Semoga beliau selalu diberikan kesehatan dan keberkahan oleh Allah SWT
5. Segenap dosen serta staff Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah membantu secara akademik serta administrasi.
6. Mahasiswa BKI angkatan 2016 yang telah membantu penyelesaian skripsi ini terutama kepada Nada dan Viola.
7. Bapak Warito, Ibu Watiah, dan keluarga yang telah memberikan dorongan dan semangat sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.

8. Aditya Syifa, Afi Zahrotun, Fadila Elma, Nur Vika, Kanaya Viola, Fatimah Az-Zahro yang telah memberikan semangat, dukungan dan kebahagiaan di kehidupan penulis.
9. Kepada teman-teman BKI angkatan 2019 dan teman-teman diluar kelas terima kasih atas pelajaran dan pengalaman yang menyenangkan selama kuliah.
10. Kepada teman-teman KPMDB Purwokerto yang telah mengisi warna dikehidupan penulis.
11. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Peneliti mengungkapkan terima kasih serta mohon maaf apabila terdapat kesalahan dalam penulisan secara tidak sengaja. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang lebih baik serta keberkahan. Aamiin.

Purwokerto, 4 April 2023  
Penulis

**Armila Agustine**  
**NIM. 1917101003**

PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	i
<b>PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	iii
<b>MOTO</b> .....	iv
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>A. Latar Belakang Masalah</b> .....	1
<b>B. Penegasan Istilah</b> .....	6
<b>C. Rumusan Masalah</b> .....	9
<b>D. Tujuan Penelitian</b> .....	9
<b>E. Manfaat Penelitian</b> .....	9
<b>F. Kajian Pustaka</b> .....	10
<b>G. Sistematika Penulisan</b> .....	16
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	17
<b>A. Perilaku</b> .....	17
<b>B. Prokrastinasi Akademik</b> .....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	38
<b>A. Pendekatan dan Jenis Penelitian</b> .....	38
<b>B. Tempat dan Waktu Penelitian</b> .....	39
<b>C. Data dan Sumber Data</b> .....	39
<b>D. Subjek dan Objek Penelitian</b> .....	41
<b>E. Teknik Pengumpulan Data</b> .....	42
<b>F. Metode Analisis Data</b> .....	43
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	46
<b>A. Gambaran Umum Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam     Fakultas Dakwah</b> .....	46
<b>B. Profil Subjek Penelitian</b> .....	50

<b>C. Perilaku Prokrastinasi Akademik .....</b>	<b>53</b>
<b>D. Faktor penyebab dan upaya mengatasi perilaku prokrastinasi akademik .....</b>	<b>60</b>
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>62</b>
<b>A. Simpulan .....</b>	<b>62</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>63</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>70</b>



## DAFTAR TABEL

Table 1 Panduan Wawancara .....	70
Table 2 Hasil Wawancara Nada .....	73
Table 3 Hasil Wawancara Viola .....	85



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Wawancara Nada 1.....	90
Gambar 1.2 Wawancara Viola 1 .....	90



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah tolak ukur terbentuknya generasi muda supaya siap sedia berdampingan di era globalisasi dan tuntutan zaman. Pendidikan memiliki andil yang serius serta beralas dalam usaha mewujudkan manusia yang bermutu di Indonesia. Tujuan secara keseluruhan guna melahirkan generasi muda yang mempunyai kemampuan berpikir yang kreatif dan produktif. Tetapi pada realitanya tidak mudah terealisasikan. Terdapat aspek yang menajadi penghambat terjadi kemajuan ini salah satunya ialah prokrastinasi. Menurut Syah, pendidikan pada hakekatnya adalah upaya pengembangan potensi manusiawi mahasiswa melalui dorongan dan mewadahi aktivitas belajarnya. Peningkatan karakteristik SDM merupakan tujuan dari pendidikan di Indonesia. UU terkait sistem pendidikan nasional no. 20 tahun 2003 menetapkan tugas dan misinya sebagai berikut: Pendidikan di Indonesia bertujuan untuk menumbuhkan kemampuan beriman dan bertakwa kepada Tuhan, mengembangkan kemampuan yang berkaitan dengan pendidikan, kehidupan masyarakat, dan membentuk budi pekerti serta citra bangsa yang bermartabat, warga bangsa yang kreatif, mandiri dan konsisten.<sup>2</sup>

Salah satu hal paling penting dalam melahirkan kebahagiaan dunia akhirat adalah dengan menuntut ilmu. Manusia tidak bisa melakukan segalanya tanpa adanya ilmu. Dalam menjalani kehidupan sehari-hari memerlukan ilmu misalnya dalam mencari nafkah, beribadah dan bahkan makan minumpun membutuhkan ilmu. Sehingga menimba ilmu ialah suatu kewajiban yang tidak bisa dihindari apalagi sebagai hamba Allah SWT. Wajib hukumnya menuntut ilmu. Bagaimana seseorang mendapatkan kebahagiaan

---

<sup>2</sup> Hidayat, Syarif dan Asroi. 2013. “*Manajemen Pendidikan Substansi dan Implementasi dalam Praktik Pendidikan di Indonesia*”. Tangerang: Pustaka Mandiri.

dan keselamatan di dunia akhirat jika tidak memahami kewajibannya sebagai hamba Allah SWT.<sup>3</sup>

Al-Quran dan hadits menjabarkan bahwa menuntut ilmu dan segala yang berhubungan dengan kewajiban menuntut ilmu banyak sekali dijelaskan. Al-Qur'an beserta hadits mendorong seorang muslim untuk menimba ilmu. Menurut Islam, ilmu ialah kelebihan yang membuat manusia lebih tinggi martabatnya dari insan lain untuk memimpin khalifah. Berulang kali dijabarkan dalam kitab suci Allah dan hadits bahwa Muslim yang berwawasan memiliki derajat yang lebih tinggi.<sup>4</sup> Semua Muslim hukumnya wajib untuk menuntut ilmu. Tatkala Allah SWT. Sudah menyampaikan perintah yang mensyariatkan atas suatu hal, maka kita harus mematuhi-Nya. Allah SWT berfirman:<sup>5</sup>

قَوْلَ الْمُؤْمِنِينَ إِذَا دُعُوا إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ لِيَحْكُمَ بَيْنَهُمْ أَنْ يَقُولُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا وَأُولَئِكَ إِنَّمَا كَانُوا هُمُ الْمُفْلِحُونَ ٥١

Artinya, “Hanya ucapan orang-orang Mukmin, yang apabila mereka diajak kepada Allah dan Rasul-Nya agar Rasul memutuskan (perkara) diantara mereka, mereka berkata, “kami mendengar, dan kami taat”. Dan mereka itulah orang-orang yang beruntung”. (QS. An-Nur 24: 51)<sup>6</sup>

Mahasiswa diharuskan berdiri sendiri dan konsisten terhadap sistem pendidikannya di tingkat perguruan tinggi dengan berbekal keterampilan, penguasaan dan motivasi untuk melakukannya sendiri tanpa paksaan. Mahasiswa merupakan setiap orang yang menuntut ilmu diperguruan tinggi yang mempunyai tanggung jawab ketika perkuliahan berlangsung dan menyelesainya kuliahnya. Mahasiswa tidak akan terputus dari kegiatan belajar dan tugas kuliah, entah itu bersifat akademik ataupun non akademik. Pada tiap tahapan memiliki waktu tempuh masing-masing dan di penghujung studinya diwajibkan untuk merampungkan semua perkuliahan yang wajib diambil serta

<sup>3</sup> Lubis, Z. (2016). "Kewajiban Belajar". Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumut Medan.

<sup>4</sup> Iryani, E. (2017). “Al-Qur'an dan Ilmu Pengetahuan”. *Jurnal Universitas Batanghari Jambi*, 17(3).

<sup>5</sup> Khasanah Wilkhadatun. (2021). “Kewajiban Menuntut Ilmu dalam Islam”. *Jurnal Riset Agama*, 1 (2).

<sup>6</sup> Al-Qur'an Indonesia <https://quran-id.com>

menyempurnakan tugas akhir skripsi selaku ketentuan mendapatkan gelar sarjana (S1).<sup>7</sup> Skripsi ialah suatu karangan tulis ilmiah yang ditulis mahasiswa dari hasil penelitian sarjana S1 yang didalamnya mengkaji terkait hasil penelitian lapangan atau hasil penelitian kepustakaan dan fenomena bidang ilmu tertentu. Skripsi yang dibuat harus berkenaan disiplin ilmu yang ditekuni di program studinya. Mahasiswa yang menempuh semester akhir sudah seharusnya menyelesaikan skripsi sebagai tugas akhirnya. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi umumnya mempunyai kekhawatiran tersendiri dalam menyelesaikan skripsi.<sup>8</sup>

Karena waktu dan sulitnya sistem penyelesaian skripsi jelas memerlukan tenaga, anggaran, durasi dan kepedualian yang banyak. Biasanya mahasiswa diberikan tenggat dalam penyelesaian skripsi kurun waktu satu semester. Namun, pada kenyataannya sebagian mahasiswa membutuhkan durasi waktu lebih dari itu. Mahasiswa pun harus lebih berpikir kreatif dan lebih berani dalam menyatakan fakta serta realita yang ada dalam setiap pemikiran dengan tugas akademiknya. Tugas akademik yang dimaksud adalah penyelesaian tugas kuliah, laporan praktikum dan penyelesaian tugas akhir atau skripsi. Menjadi mahasiswa yang akan dituntut seperti itu dengan membangkitkan daya nalar bagi mahasiswanya. Apabila mahasiswa tidak mempunyai tanggung jawab pada dirinya terlebih tidak pandai dalam mengelola waktu dengan efektif akibatnya tugas tidak rampung cepat atau biasanya mengalami penundaan atau prokrastinasi. Seorang mahasiswa seharusnya mempunyai kepandaian dalam mengelola dirinya, terlebih pada aspek akademik, contohnya mengelola durasi belajar, menggarap pekerjaan kuliah yang harus dirampungkan, dapat mengelola waktu antara dalam kampus dengan aktivitas diluar kampus.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> Hastuti, R. Y., Sukandar, A., & Nurhayati, T. (2016). "Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Stikes Muhammadiyah Klaten". *Motorik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(22).

<sup>8</sup> Tim Penusunan Karya Tulis Ilmiah STAIN, 2013.

<sup>9</sup> Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2012). "Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Muria Kudus". *Jurnal Psikologi: Pitutur*, 1(2).

Pada umumnya, perilaku prokrastinasi terjadi pada proses akademik formal. Prokrastinasi kerap kali terjadi dikalangan mahasiswa, baik saat mengerjakan tugas ataupun dalam menggarap tugas akhir (skripsi). Pada kenyataannya untuk menyelesaikan tugas kuliah, tugas akhir atau skripsi tidak mudah. Banyak tantangan, kendala, dan hambatan yang harus di hadapi oleh mahasiswa. Salah satu faktor yang mengakibatkan keterlambatan dalam tugas akademik adalah penundaan atau prokrastinasi. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi ketika sedang mengerjakan skripsi tidak hanya berpengaruh pada lamanya pengerjaan namun juga pada lambannya masa studi yang harus ditempuhnya. Penundaan yang dilakukan dalam prokrastinasi tidak muncul begitu saja. Kebanyakan dari yang melakukan penundaan memiliki alasan kenapa menunda pekerjaan atau tidak mampu menyelesaikan tugas yang diterimanya bahkan sengaja tidak mengerjakan tugasnya. Knaus mengatakan penundaan untuk tidak segera memulai atau mengerjakan suatu pekerjaan kuliah oleh mahasiswa ialah indikasi dari prokrastinasi. Penundaan dalam menyelesaikan pekerjaan yang diberikan kampus dikelompokkan sebagai bentuk prokrastinasi akademik menurut Ziesat dkk. Prokrastinasi adalah sebutan dalam referensi ilmiah psikologi mengungkapkan pada perbuatan disiplin waktu. Lay mendeskripsikan prokrastinasi ialah penundaan dalam melakukan hal-hal yang semestinya dilakukan guna mencapai tujuan.<sup>10</sup>

Terdapat enam area akademik yang berpotensi mengakibatkan prokrastinasi akademik menurut Solomon dan Rothblum *pertama*, skripsi ialah karya ilmiah hasil dari peneliatian laboratorium, perpustakaan dan lapangan. *Kedua*, hasil peneliatian wajib diujikan sebagai syarat lulusnya mahasiswa. *Ketiga*, dalam penulisan mahasiswa harus membaca literatur sebagai referensi. *Keempat*, secara administrasi skripsi adalah unsur yang harus diambil mahasiswa tingkatan strata satu (S1). *Kelima*, prosedur skripsi mengharuskan mahasiswa sering melakukan diskusi bimbingan skripsi dengan

---

<sup>10</sup> Imro'atin H. (2022). "Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di MTS Al-Khairiyah Natar". Skripsi. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Universitas Islam Negeri Raden Intan: Lampung.

dosbing. *Keenam*, skripsi merupakan tugas akademik yang tidak bisa dilewatkan mahasiswa untuk mendapatkan gelar strata satu (S1).<sup>11</sup>

Perilaku penundaan akademik atau prokastinasi menurut Ferrari dkk bisa dimanifestasikan dalam penunjuk yang bisa dihitung dan dicermati dengan karakteristik tertentu yaitu pengunduran untuk melakukan dan merampungkan, keterlembatan dalam menggarap, ketimpangan antara metode dan kemampuan aktual, dan mengerjakan aktivitas yang lebih disukai. Ferrari dan Morales juga mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik memiliki dampak negatif bagi sang pelaku, yakni banyak waktu terbuang sia-sia tanpa hasil yang bermanfaat serta mengakibatkan produktivitas rendah dan etos kerja individu.<sup>12</sup>

Menurut Yosefhin dkk yang menjadi salah satu faktor prokrastinasi akademik mahasiswa ialah takut akan kegagalan, yang merupakan dukungan menjauhi kekalahan terlebih dampak buruk berupa masalah. Individu gampang khawatir mengalami gagal, contohnya dalam proses penyelesaian akademik dan ketika menjelang ulangan. Menurut Ackerman dan Gross prokrastinasi memiliki faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain dorongan yang rendah, *locus of control*, perfeksionis, pengelolaan waktu yang lemah, serta beberapa menurut Ferrari & McCown yakni efikasi diri yang rendah, pemahaman, kekhawatiran dan ketakutan akan kegagalan.<sup>13</sup>

Berdasarkan program kampus bahwa setiap mahasiswa khususnya pada program studi BKI di Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto angkatan tahun 2016 dapat menyelesaikan studinya selama 8 semester. Namun karena adanya kendala dan alasan lainnya membuat mahasiswa menunda untuk memulai ataupun menyelesaikan studinya. Penundaan yang dimaksud dalam penelitian ini ialah menunda dalam memulai

---

<sup>11</sup> Soleh, M., Burhani, M. I., & Atmasari, L. (2020). "Hubungan antara Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri". *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(2).

<sup>12</sup> Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). "Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi". *Jurnal SosioHumaniora*, 5(1).

<sup>13</sup> Soleh, M., Burhani, M. I., & Atmasari, L. (2020). "Hubungan antara Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri". *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(2).

dan menyelesaikan skripsi. Berdasarkan data yang diperoleh terdapat 11 Mahasiswa BKI angkatan 2016 yang belum lulus dan sesuai dengan dalam kriteria penelitian ini. Namun berdasarkan hasil dikonfirmasi dan kesediaannya hanya ada 2 Mahasiswa yakni Nada usia 24 tahun dan Viola (samaran) berusia 25 tahun. Sedangkan 9 mahasiswa lainnya menolak karena mereka terlalu sibuk sehingga tidak dapat meluangkan waktunya dan karena tidak bersedia tanpa mengungkapkan alasannya. Pemilihan Mahasiswa BKI angkatan Tahun 2016 sebagai subjek penelitian karena pada semester ini merupakan semester terakhir bagi mereka untuk menyelesaikan studinya.

Bersumber hasil *survey* dengan beberapa mahasiswa aspek yang menyebabkan mahasiswa melakukan penundaan mengerjakan skripsi ialah membuang-buang waktu, penundaan dalam proses penyelesaian, kesulitan dan penghindaran terhadap sesuatu yang tidak disukai, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan kegiatan yang menurutnya lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan tugas. Selain itu juga karena mahasiswa memiliki kesibukan lain yaitu bekerja sehingga sulit mengatur waktu antara bekerja dengan mengerjakan skripsi.<sup>14</sup>

Bersumber pada yang telah dijelaskan, peneliti tertarik meneliti terkait dengan **“Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016”**.

## **B. Penegasan Istilah**

### **1. Analisis**

Analisis sebagai usaha memeriksa dan mengatur secara tersusun hasil pengamatan, Tanya jawab dan lainnya untuk mengembangkan pengetahuan peneliti terkait masalah yang diamati dan menampilkannya sebagai temuan bagi orang lain. Selanjutnya guna mengembangkan

---

<sup>14</sup> Wawancara mahasiswa

pengetahuan itu analisis mesti ditindak lanjuti dengan berusaha mencari makna.<sup>15</sup>

Analisis data merupakan kegiatan mengklasifikasikan, memisahkan, menyaring sesuatu untuk dikategorikan dan digolongkan atau dikelompokkan sesuai dengan kriteria tertentu kemudian diteliti, dicari definisi dan kaitannya. Analisis juga dapat dimaknai sebagai kajian yang dilakukan untuk meneliti sebuah objek penelitian secara mendalam.<sup>16</sup> Dalam penelitian ini analisis yang dimaksud untuk menganalisis perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI UIN Saifuddin Zuhri angkatan tahun 2016.

## 2. Perilaku

Perilaku adalah respon atau perhatian seseorang terhadap stimulus atau lingkungan. Perilaku adalah sebuah aktivitas makhluk hidup khususnya manusia yang memiliki cakupan yang sangat luas diantaranya bepergian, berdiskusi, bersedih, tersenyum, berproses, belajar dan lain sebagainya.<sup>17</sup> Perilaku dalam penelitian ialah perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI 2016.

## 3. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah penundaan mengerjakan pekerjaan di lingkup pendidikan dengan sengaja dilakukan secara berulang meskipun pelaku mengetahui dampak buruk yang terjadi. Terdapat enam area akademik yang berpotensi mengakibatkan prokrastinasi akademik menurut Solomon dan Rothblum *pertama*, skripsi ialah karya ilmiah hasil dari penelitian laboratorium, perpustakaan dan lapangan. *Kedua*, hasil penelitian wajib diujikan sebagai syarat lulusnya mahasiswa. *Ketiga*, dalam penulisan mahasiswa harus membaca literatur sebagai referensi.

<sup>15</sup> Rijali, A. (2019). "Analisis data kualitatif". *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33).

<sup>16</sup> Tianingrum, R., & Sopiany, H. N. (2017). "Analisis Kemampuan Pemahaman Matematis Siswa SMP pada Materi Bangun Ruang Sisi Datar". In *Prosiding Seminar Nasional Matematika Dan Pendidikan Matematika*.

<sup>17</sup> Iswanto, I., Sutardjo, S., & Miftah, M. (2018). "Analisis Persepsi Dan Perilaku Masyarakat Terhadap Kepatuhan Ketentuan Daya Angkut (Studi Pada Mobil Barang Bak Muatan Terbuka)". *Jurnal Keselamatan Transportasi Jalan (Indonesian Journal of Road Safety)*, 5(2).

*Keempat*, secara administrasi skripsi adalah unsur yang harus diambil mahasiswa tingkatan strata satu (S1). *Kelima*, prosedur skripsi mengharuskan mahasiswa sering melakukan diskusi bimbingan skripsi dengan dosen. *Keenam*, skripsi merupakan tugas akademik yang tidak bisa dilewatkan mahasiswa untuk mendapatkan gelar strata satu (S1).

Gejala prokrastinasi akademik biasanya terjadi akibat adanya keinginan untuk menunda untuk memulai, mengerjakan dan menyelesaikan suatu kegiatan, sehingga prokrastinasi akademik dapat dijelaskan sebagai penundaan yang terjadi di lingkungan akademik. Prokrastinasi adalah sebutan dalam ilmu psikologi yang menampilkan pada perilaku disiplin waktu.<sup>18</sup> Dalam penelitian ini ialah penundaan mahasiswa dalam memulai dan menyelesaikan skripsi.

#### 4. Mahasiswa

Mahasiswa adalah orang-orang calon sarjana yang kaitannya dengan sekolah tinggi, dibimbing dan diharapkan melahirkan calon-calon cendekiawan. Bagi Sarwono mahasiswa merupakan setiap individu yang terdaftar secara resmi guna memperoleh wawasan di perguruan tinggi dengan batas usia kisaran 18-30 tahun.<sup>19</sup>

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menempuh pendidikan di kampus guna memperoleh wawasan, ilmu, keterampilan, pengalaman dan gelar sarjana strata satu (S1).<sup>20</sup> Dalam hal ini adalah Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto yang akan menjadi subjek penelitian ini khususnya angkatan tahun 2016.

---

<sup>18</sup> Fauziah, H. H. (2015). "Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung". *Psychic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2).

<sup>19</sup> Burhani, I. I., & Kumaidi, M. A. (2016). "*Pemakaian prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta*". (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

<sup>20</sup> Asiyah, N. (2013). "Pola asuh demokratis, kepercayaan diri dan kemandirian mahasiswa baru". *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2).

### **C. Rumusan Masalah**

Bersumber latar belakang yang sudah dijelaskan, peneliti menemukan rumusan masalah yang nantinya akan dijadikan rujukan pemecahan dalam proses penelitian. Akan halnya perumusan masalah sebagai berikut:

Bagaimana Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016 ?

### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dilakukannya penelitian ini guna mengetahui Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016.

### **E. Manfaat Penelitian**

Hasil yang diinginkan dalam penelitian ini dapat memberi faedah baik dari segi teoritis ataupun praktisnya:

#### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Penelitian ini harapannya dapat memberikan tambahan informasi, perspektif dibidang BK terkhusus bidang BKI, kaitannya dengan perilaku prokrastinasi akademik.
- b. Peneliti berharap hasil dari penelitian bisa dijadikan rujukan bagi peneliti yang meneliti variabel yang sama dan dapat mengembangkan penelitian supaya penelitian terkait prokrastiansi akademik dapat semakin meningkat sehingga dapat diketahui mengenai prokrastinasi akademik dan metode penyelesaiannya.

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Instansi Pendidikan, Diharapkan mampu mendukung dan sebagai bahan evaluasi antisipatif tanda-tanda munculnya perilaku prokrastinasi akademik dan cara mengatasinya.
- b. Bagi mahasiswa, dapat digunakan untuk menambah pengetahuan tentang prokrastinasi akademik.

## F. Kajian Pustaka

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang nantinya akan dijadikan rujukan atau referensi bagi peneliti. Referensi ini dicari yang berhubungan dan sesuai dengan tema permasalahan penelitian ini yakni “Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016”.

Pertama, penelitian terdahulu dari Astri Haryati dan Rudi Santoso tahun 2020 yang berjudul “*Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Aktif Berorganisasi*”. Penelitian ini membahas prokrastinasi akademik yang seringkali dilakukan oleh mahasiswa. Prokrastinasi yang dimaksud ialah menunda dalam pengerjaan tugas kuliah. Hal ini disebabkan karena mahasiswa tidak dalam mengelola waktu dan terlambat mengumpulkan tugas hingga batas waktu yang telah ditentukan. Mahasiswa yang aktif berorganisasi juga melakukan prokrastinasi. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui gambaran dari kondisi mahasiswa yang berorganisasi dan mempunyai kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan data bagi peningkatan pada kajian ilmu psikologi yang berkaitan dengan penundaan dibidang pendidikan yang terjadi pada mahasiswa yang aktif di organisasi mahasiswa dan membagikan pengetahuan pada mahasiswa terkait hal-hal yang berpengaruh terhadap perkuliahan sehingga dapat memiliki manajemen waktu yang efektif dan kehidupan kuliah menjadi seimbang. Subjek penelitian ini dilakukan pada 127 mahasiswa yang berorganisasi. Metode penelitian yang digunakan ialah penelitian kuantitatif deskriptif dan data diperoleh dengan menggunakan kuesioner prokrastinasi akademik dengan reliabilitas sebesar 0,921. Hasil yang diperoleh sebanyak 74% mahasiswa dalam kelompok sedang, 13,4% kelompok tinggi dan 12,6% pada kelompok rendah yang melakukan prokrastinasi akademik.<sup>21</sup>

Persamaan penelitian ini dengan penelitian selanjutnya ialah membahas terkait dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa. Sedangkan

---

<sup>21</sup> Haryanti, A., & Santoso, R. (2020). “Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Aktif Berorganisasi”. Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi, 1 (1).

perbedaannya, penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif deskriptif dan teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner terkait dengan variabel prokrastinasi akademik. Lalu pembahasan pada penelitian ini berfokus pada prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa yang aktif berorganisasi. Sedangkan penelitian selanjutnya menggunakan metode kualitatif deskriptif, teknik pengumpulan data dengan observasi dan wawancara. Kemudian fokus pembahasannya ialah perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI angkatan 2016.

Kedua, penelitian yang ditulis oleh Wahyudi Jisaid, Nurdin, Rahmawati, Sitti Fauziah, Muh. Ikhsan yang berjudul “*Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*” tahun 2022. Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang terjadi di lingkungan akademik yang berhubungan dengan tugas-tugas kuliah. Tujuan penelitian ini untuk meneliti terkait dengan perilaku penundaan pada mahasiswa. Hasil yang diperoleh ialah perilaku prokrastinasi mempunyai dampak positif dan negatif. Penelitian disimpulkan bahwa penundaan yang dilakukan berdampak positif jika diimbangi dengan pengembangan pengetahuan atau literasi yang berkaitan dengan pekerjaan yang ditugaskan. Tetapi, penundaan yang umumnya terjadi pada mahasiswa berdampak negatif karena biasanya penundaan yang dilakukan dengan sesuatu yang kurang produktif.<sup>22</sup>

Persamaan penelitian ini ialah membahas terkait perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Perbedaan penelitiannya, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka, sumber penelitian ini mencakup sumber primer dan sekunder yang meliputi referensi terkait tema utama yang berasal dari jurnal, literatur, dan arsip hasil penelitian lainnya. Teknik pengumpulan data dengan studi pustaka dan teknik analisisnya melalui tahapan inventarisasi, klasifikasi dan analisis data. Sedangkan penelitian selanjutnya menggunakan pendekatan kualitatif dengan

---

<sup>22</sup> Jisaid, W., Fauziah, S., & Ikhsan, M. (2022, September). “Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa”. In *Gunung Djati Conference Series*.

jenis penelitian deskriptif dan pengumpulan data melalui observasi dan wawancara.

Ketiga, jurnal yang ditulis oleh Nur K. N., Hamid, Dian, dan Riska tahun 2019 yang berjudul “*Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan*”. Faktor yang mempengaruhi penundaan diantaranya pengelolaan waktu, sulit berkonsentrasi dan pemahaman rendah, khawatir akan gagal dan tidak percaya pada kemampuan diri. Penelitian dilakukan guna melihat hubungan antara manajemen waktu dengan penundaan akademik. Diperoleh hasil 50,7% (37 responden) dengan pengelolaan waktu rendah, 1,36% (1 responden) dengan penundaan akademik rendah, 10,95% (8 responden) prokrastinasi akademik sedang, dan 38,35% (28 responden) prokrastinasi tinggi. Maka disimpulkan bahwa pengelolaan waktu sangat berdampak pada prokrastinasi akademik, dimana semakin tinggi pengelolaan waktu maka semakin rendah penundaan yang dilakukan dan sebaliknya.<sup>23</sup>

Persamaan penelitian ini ialah membahas tentang penundaan akademik pada mahasiswa. Namun dalam penelitian ini berfokus pada hubungan antara pengelolaan waktu dengan penundaan yang dilakukan mahasiswa keperawatan di Universitas Aisyah Pringsewu Lampung. Sedangkan pada penelitian selanjutnya berfokus pada perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa BKI angkatan 2016 di UIN Purwokerto. selanjutnya perbedaan penelitian ini ialah pada jenis penelitian yang digunakan yakni penelitian kuantitatif dengan kuesioner. Lalu pada penelitian selanjutnya menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif.

Keempat, penelitian dari Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia yang ditulis Nopita, Dian Mayasari dan Insan Suswanto yang berjudul “*Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMPS Abdi Agape Singkawang*” tahun 2021. Tujuan penelitian ini untuk melihat perilaku penundaan dibidang akademik dan penyebab terjadinya pada siswa SMP Abdi Agape Singkawang. Berdasarkan hasil analisis yang diperoleh dari lapangan adalah

---

<sup>23</sup> Khoirun N.N, Hamid M., Dian A. W., Riska H. P. (2019). “Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan”. *Journal of Psychological Perspective*, 1(1).

perilaku penundaannya ialah menunda dalam mengerjakan tugas, pengumpulan tugas terlambat, siswa melakukan hal yang lebih menarik seperti mengobrol di kelas, mengusik teman dan main game online. Kemudian penyebab terjadinya ialah disebabkan karena siswa tidak paham informasi pekerjaan yang ditugaskan, ketidaksukaan terhadap mata pelajaran tertentu, mengikuti teman untuk tidak mengerjakan tugas dan rendahnya minat belajar.<sup>24</sup>

Persamaan penelitian ini ialah menggunakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Sedangkan perbedaannya ialah subjek penelitiannya siswa SMPS Abdi Agape Singkawang. Lalu fokus penelitian ini pada perilaku penundaan dan penyebab terjadinya perilaku prokrastinasi akademik pada siswa. Kemudian subjek Penelitian selanjutnya mahasiswa Bimbingan Konseling Islam 2016 UIN SAIZU Purwokerto yang belum lulus. Lalu fokus penelitiannya pada perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menunda dalam mengerjakan tugas akhir.

Kelima, penelitian dari Sohrab Abdi Zarrin, Esther Gracia dan Maria Paula Paixao yang berjudul "*Prediction of Academic Procrastination by Fear of Failure and Self Regulation*" tahun 2020. Tujuan penelitian ini untuk meneliti ketakutan akan kegagalan dan pengaturan diri dalam hubungannya dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi ialah perilaku problematis dengan dampak buruk bagi mahasiswa. Banyaknya fenomena ini dikalangan mahasiswa dan dampak negatif terhadap prestasi akademik mereka maka dibutuhkan banyak perhatian dan penelitian tentang masalah ini. Diperoleh hasil penelitian yang mengungkapkan perbedaan signifikan antara mahasiswa pria dan wanita, dimana skor prokratinasi akademik lebih tinggi pada mahasiswa pria dibandingkan dengan mahasiswa wanita, kemudian mahasiswa perempuan memperoleh skor tinggi dalam ketakutan akan kegagalan dan regulasi diri dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki. Disimpulkan bahwa pentingnya strategi pembelajaran pengaturan diri dan

---

<sup>24</sup> Nopita, N., Mayasari, D., & Suwanto, I. (2021). "Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Smps Abdi Agape Singkawang". *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 6(1).

ketakutan akan kegagalan dalam mencegah terjadinya prokrastinasi akademik.<sup>25</sup>

Terdapat persamaan yaitu fokus pembahasan pada penundaan akademik yang terjadi pada mahasiswa. Namun pada penelitian ini lebih menjelaskan hubungan antara takut akan kegagalan, self regulation dan prokrastinasi akademik. Sedangkan perbedaan penelitian ini bersifat deskriptif-korelasi yang menguji hubungan antara ketakutan akan kegagalan, pengaturan diri dan penundaan akademik. Sedangkan pada penelitian selanjutnya yaitu penelitian deskriptif kualitatif untuk mengetahui perilaku penundaan akademik pada mahasiswa secara mendalam.

Keenam, penelitian yang ditulis Dewi Shinta yang berjudul “*Hubungan Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*” tahun 2021. Tujuannya guna melihat hubungan resiliensi akademik dan dukungan social dengan penundaan akademik mahasiswa. Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti dimana bagi srata satu fakultas psikologi di kampus ini ialah masa studi maksimal 7 tahun sehingga bagi mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan studinya akan terkena sanksi *Drop Out* oleh pihak kampus. Hal ini menjadi alasan peneliti menggunakan subjek penelitian mahasiswa angkatan 2015 dan 2016. Dari hasil survei awal, mahasiswa yang masih aktif dan sedang menyusun skripsi ialah 71 mahasiswa dan sisanya sudah diwisuda. Dapat diartikan 71 mahasiswa tersebut telah melampaui masa studi lebih dari 5 tahun atau dapat diindikasikan melakukan penundaan. Populasi dari mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2015 dan 2016 berjumlah 424 orang, sedangkan sampelnya sebanyak 128 mahasiswa. Teknik pengambilah sampel yang digunakan ialah *accidental sampling* atau siapa saja yang secara kebetulan bertemu peneliti dan sesuai dengan kriteria dapat dijadikan sebagai sampel sebagai sumber data. Kemudian metode yang

---

<sup>25</sup> Zarrin, S.A., Gracia, E. & Paixai, M. P. (2020). “Prediction of Academic Praocrastination by Fear of Failure dan Self-Regulation”. *Educational Sciences: Theory & Praticce*, 20(3).

digunakan ialah metode kuantitatif dengan skala psikologis sebagai alat pengumpulan data.<sup>26</sup>

Data diperoleh dari hasil analisis data (i) ditemukan hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi akademik diantaranya koefisien  $R = -0,885$  dan koefisien penentu  $R^2 = 0,784$ ,  $p < 0,05$  yang artinya semakin rendah resiliensi akademik maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik, begitu pula sebaliknya. (ii) Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik, koefisien  $R = -0,454$ , koefisien penentu  $R^2 = 0,206$ ,  $p < 0,05$ , yaitu semakin lemah dorongan sosial maka prokrastinasi akademik semakin tinggi, dan sebaliknya hal yang sama juga berlaku. (iii) Terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi akademik dan dorongan sosial dengan prokrastinasi akademik, koefisien  $F$  sebesar 218,390,  $p < 0,050$ . Pada saat yang sama, penundaan akademik didorong oleh ketahanan akademik dan tingkat keterlibatan suport sosial ialah 79,6%. Selebihnya 20,4% prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh faktor lain yaitu: faktor internal (kondisi fisik dan psikis yang tidak sehat) dan faktor eksternal (status sosial ekonomi, pola asuh, teman sebaya, kesibukan kerja).<sup>27</sup>

Persamaannya ialah pembahasan terkait dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, namun penelitian ini lebih memfokuskan pada hubungan resiliensi dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir di Universitas Medan Area fakultas Psikologi angkatan 2015 dan 2016. Selanjutnya, yang membedakan penelitian ini dengan yang selanjutnya terletak pada penggunaan pendekatan penelitian yakni dengan penelitian metode kuantitatif skala psikologi sebagai teknik pengambilan data dan *accidental sampling* sebagai teknik pengumpulan sampel penelitian. Sedangkan penelitian selanjutnya menggunakan penelitian kualitatif deskriptif untuk mengetahui suatu keadaan secara mendalam, transparan dan mendetail.

---

<sup>26</sup> Shinta, D. (2021). "Hubungan Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area", (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

<sup>27</sup> Shinta, D. (2021). "Hubungan Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area", (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

Dari penelitian-penelitian terdahulu yang sudah dipaparkan dan di simpulkan bahwa prokrastinasi terjadi disebabkan oleh beberapa faktor dan kendala yang membuat seseorang melakukan perilaku prokrastinasi atau penundaan dalam memulai ataupun menyelesaikan tugasnya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang diatas ialah “Analisis perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan konseling Islam di Universitas Islam Negeri Saifuddin Zuhri Purwokerto angkatan tahun 2016”.

### **G. Sistematika Penulisan**

Sistematika kepenulisan skripsi terdiri dari 5 BAB yaitu:

#### **BAB I** Pendahuluan

Meliputi: Latar Belakang Masalah, Penegasan Istilah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Telaah Pustaka, Sistematika Pembahasan.

#### **BAB II** Landasan Teori

Berisi : Perilaku, Prokrastinasi Akademik.

#### **BAB III** Metode Penelitian

Berisi : Pendekatan dan Jenis Penelitian, Subjek dan Objek, Metode Pengumpulan Data, Metode Analisis Data.

#### **BAB IV** Hasil dan Pembahasan

Berisi: Gambaran Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah, Gambaran Umum Subjek, Penyajian Data, Analisis Data.

#### **BAB V** Penutup

Meliputi: Kesimpulan, Saran-saran atau Rekomendasi serta Penutup.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Perilaku**

##### **1. Pengertian Perilaku**

Perilaku adalah reaksi dari semua bentuk pengetahuan dan hubungan antara pribadi dengan sekitarnya yang terjadi dalam bentuk wawasan, tingkah laku dan aktivitas. Dapat dikatakan, perilaku adalah respon individu pada dorongan yang berasal dari luar ataupun dalam dirinya, dapat bersifat pasif dan aktif. Perilaku yang aktif dapat dilihat, sedangkan yang pasif tidak nampak, misalnya wawasan, pandangan atau motivasi.<sup>28</sup>

Menurut Ensiklopedia Amerika, yang dikemukakan oleh Roberts Y. Kwick perilaku dapat dipahami sebagai suatu tindakan yang didalamnya terdapat tanggapan suatu organisme terhadap lingkungannya, dalam hal ini juga berarti bila ada tanggapan atau rangsangan maka muncullah tingkah laku baru sehingga kemungkinan besar akan terjadi suatu rangsangan yang menghasilkan perilaku tertentu. Perilaku menurut Teori dari Petty Cocopio yakni penilaian umum yang dilakukan orang pada dirinya dan juga melalui objek atau masalah yang telah dibuatnya.<sup>29</sup>

Chaplin memberikan definisi perilaku dalam dua makna. Pertama, perilaku secara luas dideskripsikan sebagai segala sesuatu yang dialami individu. Definisi yang kedua, dalam pengertian sempit yakni segala sesuatu yang melibatkan reaksi-reaksi yang dapat diamati. Sarwono mendefinisikan perilaku sebagai sesuatu yang dilakukan oleh seseorang terhadap orang lainnya. Sedangkan Morgan menjelaskan

---

<sup>28</sup> Jaarvis, M. (2019). *“Teori-teori psikologi: Pendekatan modern untuk memahami perilaku, perasaan, dan pikiran manusia”*. Nusamedia.

<sup>29</sup> Sulistiyorini, S. (2021). “Perilaku Individu dalam Lembaga Pendidikan Islam”. *An-Nuha: Jurnal Kajian Islam, Pendidikan, Budaya dan Sosial*, 8(1).

perilaku tidak seperti pikiran atau perasaan, adalah sesuatu yang nyata yang bisa diamati, diingat atau dipelajari.<sup>30</sup>

Dalam sosiologi, perilaku adalah sebuah gerakan sosial individu yang sangat primer sebab perilaku dipandang bagai sesuatu yang tidak diarahkan kepada individu lain. Perilaku menurut seorang ahli psikologi Skinner ialah reaksi atau respon individu terhadap sebuah rangsangan atau stimulus dari luar. Teori Skinner yang disebut dengan teori S-O-R (Stimulus, Organisme-Respon) dimana perilaku muncul melewati mekanisme stimulus terhadap organisme, selanjutnya organisme tersebut merespons. Skinner mendeskripsikan perilaku sebagai sebuah kegiatan yang dikerjakan oleh individu dalam rangka memenuhi ambisi, kehendak, kemauan, hasrat dan lain sebagainya. Kegiatan ini mencakup:<sup>31</sup>

- a. Aktivitas psikologis: pengawasan, ketertarikan, berpikir yang dimaknai dengan pemahaman.
- b. Aktivitas emosi: merasakan, menilai yang dimaknai sikap (afeksi)
- c. Kegiatan konasi: ambisi, kemauan yang dimaknai tindakan (*practice*).

Bersumber dari yang sudah dijelaskan diatas, bahwa perilaku berasal dari dalam diri individu dan dipengaruhi oleh dua faktor yaitu

- a. Faktor diluar yakni dorongan yang berasal dari luar diri individu, faktor luar ialah lingkungan, baik lingkungan fisik ataupun non fisik (masyarakat, adat, politik ataupun ekonomi).
- b. Faktor didalam yakni respon dalam diri individu. Respon dorongan dari luar bisa berupa ketertarikan, observasi, pandangan, stimulus, imajinasi, sugesti dan lain sebagainya.

---

<sup>30</sup> Jaarvis, M. (2019). "Teori-teori psikologi: Pendekatan modern untuk memahami perilaku, perasaan, dan pikiran manusia". Nusamedia.

<sup>31</sup> Lu, Y., & Hamu, Y. A. (2022). "Teori Operant Conditioning Menurut Burrhusm Frederic Skinner". *Jurnal Arrabona*, 5(1).

## 2. Jenis-jenis perilaku

- a. Perilaku refleks adalah perilaku yang terjadi secara spontan terhadap rangsangan yang mempengaruhi tubuh. Perilaku ini terjadi secara otomatis dengan sendirinya. Rangsangan yang diterima oleh organisme atau individu tidak sampai ke susunan saraf pusat atau otak sebagai pusat kesadaran yang merupakan pusat kendali perilaku manusia. Rangsangan yang diterima penerima berasal dari jaringan tanpa melalui pusat kesadaran atau otak.
- b. Perilaku non refleks adalah perilaku yang dikendalikan atau diatur oleh pusat kesadaran atau otak. Dalam hal ini, respon yang diterima stimulus dan kemudian diteruskan ke otak sebagai pusat kesadaran, kemudian respon terjadi melalui efektor. Proses yang terjadi di otak atau di pusat kesadaran disebut proses psikologis, perilaku yang didasarkan pada proses psikologi inilah disebut aktivitas psikologis.<sup>32</sup>

## 3. Bentuk-bentuk perilaku

Skinner membagi perilaku menjadi dua dilihat bentuk respon, diantaranya sebagai berikut:<sup>33</sup>

- a. Perilaku terbuka (*overt Behavior*): respon individu terhadap stimulan dalam bentuk gerakan jelas atau gamblang. Respon tersebut dalam bentuk reaksi atau praktik yang dengan gampang bisa diawasi atau disaksikan individu lain.
- b. Perilaku tertutup (*covert Behavior*): respon individu terhadap motivasi dalam bentuk terselubung atau tertutup yakni kepedulian, perspektif, wawasan atau pemahaman, dan sikap yang

---

<sup>32</sup> Muliani, A., & Ari Fkahrur Rizal, A. (2022). "Pengaruh Edukasi Audiovisual terhadap Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi di SMP Negeri 6 Loakulu Masa Pandemi".

<sup>33</sup> Prambudi, S., & Hoiriyah, N. (2019). "Penerapan Teori Operant Conditioning BF Skinner dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) di Sekolah". *Studi Islam*.

ada pada diri seseorang yang menerima dorongan tersebut dan tidak dapat dilihat dengan jelas oleh orang lain.

#### 4. Determin Perilaku

Menurut Notoatmodjo Faktor penentu atau determin perilaku, seseorang sangat sulit untuk ditentukan karena perilaku ialah dampak dari beragam faktor, baik dalam maupun luar (lingkungan). Salah satu teori yang terkenal tentang pembentukan perilaku ialah “*Teori Precede-Procede*” yang dipopulerkan oleh Lawrence Green tahun 1980. Menurut Lawrence dkk mengemukakan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh dua faktor pokok, yaitu faktor perilaku (*behaviour causes*) dan faktor diluar perilaku (*non behaviour causes*).<sup>34</sup>

Selanjutnya terdapat lima determin perilaku menurut teori Shenandu B Kar. Pertama, adanya dorongan hati (*intention*) manusia untuk bergerak berdasarkan dengan rangsangan atau objek dari luar dirinya (*behavior intention*). Kedua, adanya *support* dari masyarakat sekitar (*social support*) di kehidupan manusia dimasyarakat. Perilaku tersebut biasanya membutuhkan pengakuan dari lingkungan sekitar agar merasa nyaman dengan perilaku tersebut. Ketiga, tersediaanya informasi (*accessibility of information*) yang berkaitan dengan tindakan yang akan diambil oleh individu tersebut. Keempat, adanya keleluasaan personal (*personal outonomy*) untuk menarik sebuah keputusan. Kelima, keadaan dan suasana (*action situation*) yang memungkinkan untuk bertindak.<sup>35</sup>

---

<sup>34</sup> Mahyarni, M. (2013). “*Theory of reasoned action dan theory of planned behavior* (Sebuah Kajian Historis tentang Perilaku)”. *Jurnal El-Riyasah*, 4(1).

<sup>35</sup> Ayu Khoriantari, D. (2022). “*Gambaran Sikap dan Perilaku Remaja Putri dalam Konsumsi Tablet FE di Masa Pandemi Covid 2019 di SMA N 1 Bantul*” (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).

Secara garis besar terdapat dua faktor yang mempengaruhi perilaku manusia, diantaranya:

a. Faktor Biologis

Wilson mengatakan bahwa perilaku sosial diatur oleh aturan yang deprogram secara genetik ke dalam jiwa manusia. Dua diantaranya menunjukkan efek biologis pada perilaku manusia, yakni:<sup>36</sup>

- 1) Adanya perilaku bawaan manusia tertentu, bukan pengaruh lingkungan atau suasana, lebih dikenal dengan sebutan naluri.
- 2) Ada motif biologis, seperti kebutuhan untuk mempertahankan kelangsungan hidup dengan menghindari rasa sakit dan bahaya.

b. Faktor Sosiopsikologis

Seseorang memperoleh beberapa karakteristik dari proses sosial yang mempengaruhi perilakunya. Fitur-fitur ini dibagi menjadi tiga bagian, yaitu:<sup>37</sup>

- 1) Komponen afektif atau aspek emosional berkaitan erat dengan proses sosial
- 2) Komponen kognitif adalah aspek intelektual yang berhubungan dengan apa yang diketahui orang
- 3) Komponen konotatif yaitu aspek kehendak yang terkait dengan kebiasaan dan kemauan.

Terdapat 3 faktor yang menentukan perilaku menurut Green, diantaranya:<sup>38</sup>

- a. Faktor predisposisi (*predidposing factors*) yakni suatu perilaku terjadi dengan mudah disebabkan karena faktor-faktor.

---

<sup>36</sup> Marhaban, N. (2019). "Karakteristik Manusia Komunikatif". *Al-Hikmah Media Dakwah, Komunikasi, Sosial dan Kebudayaan*, 10(2).

<sup>37</sup> Ubaidillah, A. (2016). "Konsep dasar komunikasi untuk kehidupan". *AL IBTIDA': Jurnal Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 4(2).

<sup>38</sup> Mayasari, O. P., Ikalius, I., & Aurora, W. I. D. (2021). "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Masyarakat Dalam Pencegahan Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenali Besar Kecamatan Alam Barajo". *Medical Dedication (Medic): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1).

- b. Faktor penunjang (*enabling factors*) melingkupi seluruh karakteristik kawasan dan seluruh faktor produksi atau sarana yang memantu atau mengizinkan sebuah perilaku.
- c. Faktor penguat atau pendukung (*reinforcing factors*) yakni faktor penguat terhadap suatu perilaku yang terjadi diantaranya figur masyarakat, kawan, hukum, peraturan, dan lain sebagainya.

#### 5. Pembentukan Perilaku

Berdasarkan pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang dilandasi oleh pemahaman akan lebih kekal daripada perilaku yang tidak didasari dengan pemahaman menurut Notoatmodjo dan Damayanti. Penulisan Roger mengatakan bahwa terjadi proses berurutan sebelum orang menarik perilaku baru pada diri orang tersebut, yaitu:

- a. *Awareness* : seorang individu (subjek) sadar dalam arti dapat mengetahui stimulus (objek) terlebih dahulu.
- b. *Interest* : orang ini tertarik kepada stimulus yang ditawarkan. Sikap mulai muncul.
- c. *Evaluation* : seseorang mulai berpikir apakah rangsangan ini baik untuknya atau tidak. Berarti sikap responden mulai membaik
- d. *Trial* : orang (subjek) mulai mencoba perilaku baru tergantung pada apa yang diinginkan stimulus.
- e. *Adoption* : orang (subjek) tersebut berperilaku sesuai dengan pemahaman, kesadaran dan sikapnya terhadap stimulus.

Sedangkan menurut Alvin terdapat 3 cara pembentukan perilaku diantaranya:<sup>39</sup>

- a. **Habit/kebiasaan**

Pembentukan perilaku kebiasaan atau yang disebut dengan habit, yakni membiasakan diri dengan perilaku yang ada pada

---

<sup>39</sup> Muliani, A., & Ari Fkahrur Rizal, A. (2022). "Pengaruh Edukasi Audiovisual terhadap Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi di SMP Negeri 6 Loakulu Masa Pandemi".

diri sendiri. Misalnya seperti membiasakan diri bangun pagi, rutin berolahraga, sarapan pagi dan lain sebagainya.

b. Pemahaman

Suatu bentuk perilaku dengan pemahaman bahwa perilaku pertama dapat memberikan pemahaman kepada individu. Misalnya, membesarkan anak, belajar dengan giat, dan memahami bahwa belajar dengan giat membuat anak Anda lebih pintar. Pembentukan perilaku dalam proses ini didasarkan pada teori belajar kognitif, belajar dengan pemahaman. Seorang psikolog bernama Kohler menjelaskan bahwa pemahaman adalah hal terpenting dalam proses belajar.

c. Model

Suatu bentuk perilaku dengan menjadi panutan oleh seseorang dengan harap perilaku seseorang akan berubah sesuai dengan gambaran atau model yang diperlihatkan. Misalnya, orang tua tidak perlu merokok saat mengajari anaknya untuk tidak merokok. Jenis pembentukan perilaku ini terkait dengan teori pembelajaran sosial yang ditemukan oleh Bandura. Anda dapat menggunakan satu atau tiga metode untuk operasi pencetakan secara bersamaan. Dengan menggunakan metode ini, perilaku tersebut dapat terjadi, dan pembentukan perilaku memakan waktu dan berulang, yaitu 23 berulang sampai perilaku yang diharapkan dipancarkan oleh seseorang.

6. Domain Perilaku

Menurut Benyamin Bloom dalam Notoatmodjo, perilaku dibagi kedalam 3 domain, area yakni: kognitif (pengetahuan), afektif (sikap) dan psikomotor (tindakan). Teori ini dimodifikasi dalam

perkembangannya untuk pengukuran hasil pendidikan kesehatan, yakni:<sup>40</sup>

a. Pengetahuan

Pengetahuan adalah domain yang berperan penting dalam terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan sendiri mempunyai makna hasil temuan individu terhadap objek dengan indra yang mereka punya (indra penglihatan, penciuman, pendengaran, perasa dan sebagainya).

b. Sikap

Sikap adalah kemauan atau dorongan untuk bergerak, sikap bukan sebuah perbuatan namun merupakan pilihan perilaku atau reaksi tertutup. Sedangkan menurut Newcomb, seorang psikolog sosial mengungkapkan sikap ialah kehendak atau kesediaan untuk bertindak bukan realisasi dari motif tertentu. Sikap merupakan reaksi atau tindakan yang terbuka, tetapi cenderung menjadi perilaku interaktif yang tertutup.

c. Tindakan

Sikap tidak secara otomatis terwujud dalam tindakan tetapi faktor atau kondisi pendukung yang memungkinkan suatu sikap menjadi sebuah perbuatan, diantaranya fasilitas.

## **B. Prokrastinasi Akademik**

### **1. Pengertian Prokrastinasi**

Kata prokrastinasi bersumber dari bahasa latin *procrastination* meliputi kata *pro* yang berarti “mendorong” “memajukan” dan kata *crastinus* yang berarti “keputusan besok” atau disatukan menjadi ”menunda-nunda” maupun ”pindah kehari berikutnya”. Watson anteseden berpendapat prokrastinasi berhubungan dengan khawatir, kalah, tidak suka dengan pekerjaan yang ditugaskan, menolak,

---

<sup>40</sup> Kusumawardani, N. (2020). “Pengaruh Pendekatan Make A Match untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Ibu Dalam Pencegahan ISPA Pada Balita di Posyandu Punggul-Sidoarjo”. (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).

memberontak, memiliki watak bergantung dan sulit menetapkan keputusan. Menurut Steel mengungkapkan bahwa prokrastinasi merupakan aktivitas yang ditunda secara sengaja walaupun individu tersebut mengetahui sebenarnya tindakan menundanya bisa berakibat buruk. Menurut Solomon dan Ruthblum merupakan penundaan dalam memulai dan menyelesaikan yang dilakukan secara sengaja. Dengan kata lain, prokrastinasi merupakan tindakan yang disengaja. Dapat diartikan bahwa diri sendiri ialah aspek yang mengakibatkan penundaan dalam mengerjakan dan penyelesaian tugas.<sup>41</sup>

Prokrastinasi dibedakan menjadi dua, diantaranya prokrastinasi akademik dan non-akademik. Menurut Tuckman, mendefinisikan prokrastinasi akademik merupakan suatu kecondongan kelakuan dalam diri individu untuk menyia-nyiakan waktu, menunda atau dengan sengaja tidak segera menyelesaikan tugas yang harusnya dikerjakan. Tuckman juga mengemukakan bahwa seseorang yang beranggapan bahwa dirinya sebagai orang yang menyia-nyiakan waktu, menanggalkan, menghindari tugas, pencari kesenangan dan orang yang menyalahkan bahkan membencu orang yang membuat mereka menggunakan waktunya untuk hal-hal yang diminta oleh orang lain cenderung meragukan kompetensi mereka dalam melakukan suatu hal dan biasanya mengeluarkan upaya yang lebih sedikit dalam melakukan sesuatu secara sukarela yang bisa memberi mereka balasan.<sup>42</sup> Menurut Ferrari dan Morales mengatakan bahwa prokrastinasi akademik memberikan dampak negatif bagi mahasiswa yaitu membuang waktu tanpa ada hasil yang bermanfaat. Sedangkan prokrastinasi akademik

---

<sup>41</sup> Ghufron, M. N. (2014). "Prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari regulasi diri dalam belajar". *Quality*, 2(1).

<sup>42</sup> Suhadianto, S., & Pratitis, N. (2020). "Ekpolorasi Faktor Penyebab, Dampak dan Strategi untuk Penanganan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa". *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2).

ialah penundaan yang berkaitan dengan kegiatan sehari-hari atau tugas non-formal.<sup>43</sup>

Menurut Silver mengungkapkan bahwa individu yang menunda-nunda tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mengetahui dengan tugas yang diberikan. Mereka hanya menunda penyelesaiannya sehingga memakan waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas yang menyebabkan dia gagal menyelesaikan tugasnya tepat waktu.<sup>44</sup> Milgram, Mey tal dan Levison mengatakan prokrastinasi akademik merupakan salah satu dari lima jenis penundaan, empat lainnya adalah penundaan umum atau penundaan rutinitas kehidupan, penundaan neurotis dan penundaan kompulsif atau disfungsi.<sup>45</sup>

Selanjutnya, Ferrari & McCown merumuskan definisi prokrastinasi bisa dilihat dari bermacam uraian spesifik, yakni: (1) prokratinasi hanya berupa tindakan pengunduran tempo, yakni semua perilaku pengunduran tempo dalam mengerjakan sesuatu tanpa mempersoalkan tujuan dan alasan penundaan disebut prokratinasi, (2) prokrastinasi berupa sebuah kultur yang dilakukan seseorang saat diberikan pekerjaan dan umumnya diiringi dengan kepercayaan yang keliru, (3) prokratinasi selaku suatu sifat kepribadian, bukan hanya perilaku penundaan saja, prokrastinasi juga membawa komponen perilaku ataupun bentuk mental lain yang diketahui secara langsung atau tidak langsung.<sup>46</sup>

Bersumber dari penjelasan beberapa ahli diatas, prokrastinasi akademik merupakan suatu perbuatan mengulur untuk memulai atau merampungkan suatu tugas dalam dunia pendidikan secara sengaja dan

---

<sup>43</sup> Astuti, Y., Nisa, H., Sari, K., & Kumala, I. D. (2021). "Perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. *Seurune*": *Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(2).

<sup>44</sup> Nuryadi, A. (2017). "Self Control Dan Self Efficacy Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa". *Jurnal Adiraga*, 3(2).

<sup>45</sup> Nafeesa. (2018). "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah". *Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*, 4(1).

<sup>46</sup> Burhani, I. I., & Kumaidi, M. A. (2016). "*Pemaknaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta*" (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

mengubahnya menjadi kegiatan lain yang lebih menyenangkan dan biasanya dilakukan dengan berulang-ulang sehingga menjadi kerutinan meskipun sang pelaku tahu risikonya.

## 2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Tuckman, aspek prokrastinasi akademik merupakan gambaran umum tentang kecenderungan menunda dan kecenderungan untuk menghindari tugas-tugas yang sulit atau tidak menyenangkan.<sup>47</sup> Terdapat tiga aspek prokrastinasi akademik menurut Tuckman, antara lain:<sup>48</sup>

- a. Membuang waktu, individu yang lebih sering membuang waktunya daripada mengerjakan tugas untuk sesuatu yang tidak diprioritaskan dan kurang bermanfaat.
- b. Penghindaran terhadap tugas, seseorang yang kesulitan menyelesaikan tugas yang tidak menarik dan memutuskan menyisihkan pekerjaan tersebut apabila memungkinkan.
- c. Menyalahkan orang lain, individu yang cenderung menyalahkan orang-orang di sekitarnya ketika mengalami kesulitan atau masalah terkait dengan penundaan.

Aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari, Johnson, dan McCown terdiri dari 4 aspek diantaranya:<sup>49</sup>

- a. Penundaan dalam proses. Sebuah keadaan dimana individu menyadari bahwa mempunyai tugas untuk segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, namun dia menunda-nunda untuk memulai mengerjakan atau menunda-menunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika di sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

---

<sup>47</sup> Astuti, Y., Nisa, H., Sari, K., & Kumala, I. D. (2021). "Perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa". *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(2).

<sup>48</sup> Rahmadiyah, A. N. (2022). "Hubungan Self Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA di Masa Pandemi Covid-19". (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).

<sup>49</sup> Mujahidah, A., & Mudjiran, M. (2019). "Hubungan antara Ketakutan Akan Kegagalan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir". *Jurnal Riset Psikologi*, 2019(2).

- b. Melakukan aktivitas lain yang lebih menarik dan menyenangkan dibanding mengerjakan tugas. Sebuah keadaan dimana individu lebih senang mengerjakan aktivitas lain dari pada menyelesaikan tugas. Seorang prokrastinator dengan sengaja mengisi waktu luangnya untuk melakukan hal yang lebih menyenangkan. Seseorang mungkin merasakan tugas tersebut sebagai beban sehingga ketika ditawari hal lain ia akan menerimanya dengan dalih *refresing*.
- c. Adanya pengunduran yang disengaja dalam menyelesaikan tugas. Prokrastinator lebih sering menggunakan waktu luangnya untuk mengerjakan sesuatu yang tidak berhubungan dengan tugas utamanya. Sebuah keadaan dimana prokrastinator memerlukan lebih banyak waktu untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun mengerjakan sesuatu yang tidak berhubungan dengan penyelesaian tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Ia lebih memilih hal tersebut karena dia merasa lebih mudah dilakukan dan tidak membutuhkan banyak persiapan dibanding dengan tugas utamanya, dalam hal ini menyelesaikan tugas, sehingga ia membutuhkan waktu lebih lama dari waktu yang disediakan.
- d. Ketidakseimbangan waktu antara agenda penuntasan tugas dengan kinerja aktual. Sebuah keadaan dimana pelaku penundaan kesulitan dalam mengerjakan sesuatu sesuai dengan *deadline* yang telah ditetapkan sebelumnya. Individu mungkin lebih merencanakan *deadline* waktu untuk sub tugas tertentu, namun pada waktu yang telah ditentukan tersebut, tugasnya belum selesai sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

Terdapat empat aspek Prokrastinasi menurut Millgram, Mey-Tal & Levinson, diantaranya: <sup>50</sup>

- a. Mengaitkan komponen penundaan, pada saat mengawali ataupun merampungkan pekerjaan. Mahasiswa pelaku prokrastinasi biasanya tidak segera mengambil langkah untuk menyelesaikan.
  - b. Menghasilkan dampak-dampak lain, contohnya telat mengerjakan tugas. Mahasiswa yang cenderung menunda akan lebih lama dan tergesa-gesa dalam menyelesaikan tugas.
  - c. Melibatkan suatu pekerjaan yang urgent untuk diselesaikan. Mahasiswa mengerti pekerjaan yang diberikan urgent untuk dikerjakan namun biasanya malah tidak lekas dikerjakan, bahkan menyelesaikan suatu pekerjaan yang kurang penting lainnya. Terjadi kondisi emosional yang tidak menyenangkan, contohnya perasaan khawatir, rasa bersalah, emosi hati dan panik. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi biasanya mengalami kegelisahan emosional.
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Munculnya Prokrastinasi Akademik
- Ada dua macam faktor terjadinya prokrastinasi menurut Ferrari & McCown, yaitu: <sup>51</sup>

a. Faktor Internal

1) Kondisi fisik

Keadaan fisik seseorang akan menimbulkan perilaku prokrastinasi. Karena biasanya orang yang kurang sehat akan sulit untuk mengerjakan sesuatu, akibatnya mereka akan menunda tugasnya.

---

<sup>50</sup> Ramadhan, J., & Maghfiroh, M. U. "Disiplin Perspektif Dolet Unaradjan: Solusi Alternatif dalam Mengubah Mindset dan Perilaku Prokrastinasi Akademik".

<sup>51</sup> Burhani, I. I., & Kumaidi, M. A. (2016). "*Pemaknaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta*" (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

## 2) Kondisi psikologis

Keadaan psikologis merupakan bentuk personalitas yang dipunyai seseorang yang turut memunculkan perilaku prokrastinasi, contohnya trait keterampilan social yang terpantul pada *self regulation* dan fase kekhawatiran dalam interaksi sosial. Adapun aspek lain yang mengakibatkan munculnya perilaku penundaan, yakni gengsi, *self efficacy*, *self conscious*, control diri dan kritik diri.

### b. Faktor Eksternal

#### 1) Gaya pengasuhan orangtua

Dalam riset Ferrari & McCown mengemukakan tahap pembimbingan otoriter (sewenang-wenang) ayah mengakibatkan timbulnya perilaku penundaan serius pada subjek riset anak gadis, sedangkan tahap pembimbingan otoritatif (berkuasa) ayah membangun anak perempuan yang bukan procrastinator.

#### 2) Kondisi lingkungan *lenient* (toleran)

Rendahannya pengawasan menjadi faktor terjadinya prokrastinasi dibandingkan dengan kawasan yang pengawasannya tinggi.

#### 3) Keadaan lingkungan yang melandaskan pada hasil akhir

Kawasan yang lebih mementingkan hasil ketimbang usaha biasanya akan memunculkan prokrastinasi pada seseorang berbeda dengan kawasan yang lebih mengutamakan upaya, bukan hasilnya.<sup>52</sup>

Nolan menyebutkan beberapa alasan penundaan tersebut. Nolan mengidentifikasi beberapa kemungkinan alasan penundaan tersebut, seperti:<sup>53</sup>

---

<sup>52</sup> Burhani, I. I., & Kumaidi, M. A. (2016). "*Pemakaian prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta*" (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

<sup>53</sup> Shinta, D. (2021). "*Hubungan Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*", (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

a. Manajemen Waktu

Orang yang suka menunda-nunda mengungkapkan bahwa dia tidak bisa mengatur waktu dengan efektif. Ini menandakan keraguan tentang prioritas, tujuan, dan objektivitas para penunda. Karena keraguan ini, para penunda tidak memahami arah mana yang harus dituju terlebih dahulu, sehingga sering melakukan aktivitas lain di luar tujuan utamanya. Hal ini mencegahnya untuk dapat fokus menyelesaikan sesuatu, yang pada akhirnya mengacaukan pekerjaan dan menghalangi dia untuk menyelesaikannya pada waktu yang tepat.

b. Konsentrasi yang lemah atau tingkat kesadaran rendah

Penyebab kedua penundaan adalah konsentrasi yang buruk atau tingkat kesadaran yang lemah. Perbedaan dapat disebabkan karena distorsi lingkungan, contoh keributan, meja belajar yang tidak beraturan, atau melakukan tugas rumah di tempat tidur.

c. Kegelisahan dan kekhawatiran berkaitan dengan kegagalan

Tipe individu ini membuang lebih banyak waktu guna mencemaskan apa yang akan terjadi ketimbang memikirkan solusi untuk masalah tersebut.

d. Kurang yakin dengan kompetensi yang dimiliki

Biasanya individu pelaku penundaan disebabkan karena kurang ragu-ragu dengan kemampuan yang dimiliki dan khawatir membuat kesalahan. Individu yang memiliki karakter *moody* adalah orang yang kadang kala menunda tugasnya. Penyebab perilaku prokrastinasi muncul karena keinginan yang tidak wajar dan sikap perfeksionis individu.

Menurut Benard terdapat sepuluh faktor yang menyebabkan perilaku prokrastinasi, diantaranya:<sup>54</sup>

---

<sup>54</sup> Wahyuni, N. T., & Machali, I. (2021). Pengaruh Manajemen Waktu dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Penyusunan Skripsi Mahasiswa Kecamatan Kandis, Kabupaten Siak, Provinsi Riau. *HEUTAGOGIA: Journal of Islamic Education*, 1(2).

a. Kecemasan (*Anxiety*)

Menurut Benard, kecemasan seseorang dipengaruhi oleh stressfull attitude, yakni sebagai sikap dan persepsi seseorang dalam menanggapi suatu peristiwa yang dihadapinya. Kecenderungan orang untuk menilai situasi sebagai ancaman akan menyebabkan orang tersebut menjadi stress. Untuk menyebabkan respons emosional pada seseorang berupa peningkatan kecemasan. Bernard mengungkapkan bahwa semakin besar ketakutan seseorang, semakin besar kecenderungan individu tersebut menunda juga meningkat.

b. Kurang apresiasi untuk diri sendiri (*self-depreciation*)

Bernard mengungkapkan bahwa orang cenderung *self depreciation* yang lebih tinggi daripada dengan orang lainnya. Tingginya *self-depreciation* pada seseorang akan memunculkan perilaku individu yang gampang menyalahkan diri sendiri, meski hanya untuk hal sepele. Oleh karena itu, jika apa yang dilakukannya tidak sesuai dengan yang diharapkan, maka individu tersebut akan cenderung melakukannya yakni menyalahkan diri sendiri. Hal tersebut menyebabkan individu tidak yakin dengan kemampuannya. Individu tersebut menjadi lebih sulit untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugasnya.

c. Kurangnya toleransi terhadap ketidaknyamanan (*low discomfort tolerance*)

Ketika dihadapkan dengan tugas ataupun pekerjaan yang sulit, beberapa orang merasa lebih tertekan dari kebanyakan orang. Orang yang memiliki toleransi rendah terhadap ketidaknyaman akan lebih mudah untuk frustrasi ketika menjumpai stressor yang sama, Bernard menyebutnya "*sensation sensitive*". orang dengan perasaan senditif ini cenderung menghindari dan menarik siri dari pekerjaan yang membuatnya tidak nyaman.

d. Pencarian kesenangan (*pleasure seeking*)

Seseorang dengan tingkat pencarian kesenangan yang tinggi akan lebih memilih aktivitas yang menyenangkan baginya daripada dengan mengerjakan pekerjaan yang tidak disenangnya meskipun individu mengetahui bahwa pekerjaan tersebut penting.

e. Disorganisasi waktu (*time disorganization*)

Individu yang mampu mengelola waktu yang dimilikinya dengan efektif, akan menyebabkan dirinya menghabiskan waktunya dengan sia-sia sehingga banyak hal maupun tugas yang semestinya dapat dilakukan pada waktu tersebut tetapi habis untuk hal yang tidak berarti.

f. Disorganisasi lingkungan (*environmental disorganization*)

Keadaan lingkungan yang kurang mendukung serta suatu lingkungan dengan banyak gangguan, kacau atau tidak teratur menyebabkan orang sulit untuk fokus pada pekerjaan mereka dan membuat mereka menunda-nuda pekerjaan yang harusnya dilakukan saat itu.

g. Rendahnya pendekatan terhadap tugas (*poor task approach*)

Kurangnya pemahaman tentang tugas atau pekerjaan yang diberikan menyebabkan individu memberikan preferensi merasa sukut dan bingung untuk memulai pekerjaannya sehingga menyebabkan mereka menunda menyelesaikan tugas tersebut.

h. Kurangnya asertifitas (*lack of asertion*)

Sebagai contoh, orang yang kurang bisa mengungkapkan perasaanya dengan mengatakan tidak ketika orang lain meminta mereka melakukan sesuatu sekarang sedangkan individu sedang melakukan pekerjaan yang dikerjakannya akan menyebabkan individu kesulitan mengelola waktunya dan membuatnya menunda pekerjaannya.

i. Permusuhan terhadap orang lain (*hostility with others*)

Ketika individu mempunyai tugas yang harus dikerjakan dengan orang lain yang kurang disenanginya atau mendapat pekerjaan dari orang yang kurang disenanginya, hal tersebut akan menyebabkan individu enggan dalam melakukan pekerjaan tersebut disebabkan individu tidak menyukai seseorang yang memberikan tugas kepadanya atau bekerja sama dengannya sehingga hal tersebut mendorong individu untuk menunda tugas yang dipunyai. Penundaan juga bisa disebabkan oleh kemarahan individu kepada orang lain.

j. Stres dan kelelahan (*stress and fatigue*)

Keadaan stress dan kelelahan pada manusia akan membuat individu melakukan penundaan pada pekerjaannya.<sup>55</sup>

4. Bentuk-bentuk Prokrastinasi Akademik

Ferrari mengemukakan dua bentuk prokrastinasi akademik, diantaranya:<sup>56</sup>

- a. *Functional procrastination*, yakni penundaan yang bertujuan untuk mengembangkan pengetahuan terkait dengan tugas yang diberikan dengan lebih menyeluruh dan cermat.
- b. *Disfunctional procrastination*, yakni penundaan yang tidak memiliki target, berdampak negatif, dan memunculkan permasalahan. Terdapat dua bentuk penundaan dilihat dari tujuan mereka melakukan prokrastinasi, yakni:

- 1) *Decisional procrastination* adalah menunda dalam mengambil sebuah keputusan. Penundaan ini merupakan manifestasi kognitif dari penundaan untuk menghindari tugas ketika dihadapkan dengan situasi yang penuh tekanan.

---

<sup>55</sup> Nugrasanti, R. (2006).” *Locus of control* dan prokrastinasi akademik mahasiswa”. *Jurnal Provita*, 2(1).

<sup>56</sup> Shinta, D. (2021). “*Hubungan Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*”, (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

Penundaan diatur sebagai mekanisme koping untuk kontrol diri dalam membuat keputusan dalam kondisi stress. Jenis ini disebabkan oleh kurangnya kesadaran individu akan kegiatan yang saling bertentangan dan akhirnya menyebabkan penyelesaian masalah tertunda. Penundaan pengambilan keputusan berkaitan dengan proses lupa dan kognitif. Namun, tidak ada hubungannya dengan kurangnya kecerdasan individu.

- 2) *Avoidance procrastination* atau *behavioral procrastination* merupakan perilaku yang nampak dalam suatu penundaan. Menjauhi tugas yang tidak menarik dan susah dikerjakan dengan menunda mengerjakannya. Penundaan dilakukan bertujuan untuk mencegah terjadinya kegagalan dimasa mendatang dalam mengerjakan tugas. Jenis ini berkaitan dengan tipe *self presentation*, kemauan dengan melepaskan diri dari tugas yang menantang dan *impulsiveness*.

#### 5. Dampak Prokrastinasi Akademik

Terdapat dampak yang dialami oleh seseorang yang melakukan penundaan baik internal maupun eksternal. Secara internal, seseorang yang melakukan penundaan akan merasa kesal dan penyesalan hingga perasaan mengutuk diri dan putus asa yang sangat tinggi. Hal tersebut tidak Nampak ketika diperhatikan oleh orang lain yang melihatnya karena mereka terlihat baik-baik saja, tetapi sebenarnya yang dirasakan oleh individu yang melakukan penundaan ialah mereka yang berantakan pikirannya, stress dan benci pada dirinya. Sedangkan secara eksternal, seseorang yang menunda merasa terkejut saat merka tidak memikirkan dampak dari perilaku mereka sebelumnya. Mereka yang melakukan prokrastinasi mengalami penurunan besar baik di tempat kerja, sekolah, hubungan dengan oranglain, dilingkungan dan mereka telah tertinggal dari hal yang penting dalam hidupnya. Bersumber dari penjelasan tersebut, dampak yang dirasakan bagi individu yang melakukan penundaan ada dua,

yakni secara internal yang dirasakan langsung pada diri sendiri, sedangkan secara eksternal berupa kualitas hubungan dengan lingkungan atau orang lain.<sup>57</sup>

Dampak yang muncul dari perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yakni positif dan negatif. Dimana penundaan berdampak positif jika dilakukan dengan mengembangkan wawasan terkait dengan tugas kuliah yang diberikan dan membangkitkan motivasi dalam mengerjakan tugas. Namun umumnya penundaan berdampak negatif karena timbulnya perasaan frustrasi dan berdosa pada diri karena seringkali melakukan penundaan, kurang maksimal dalam mengerjakan tugas karena waktu yang terbatas dan terakhir adanya sanksi dari dosen ketika mahasiswa telat dan gagal menyelesaikan tugas sesuai dengan *deadline* yang telah ditetapkan. Prokrastinasi akademik pada mahasiswa dapat berpengaruh oleh beberapa hal, yaitu:<sup>58</sup>

- a. Area afektif, meliputi khawatir, bimbang, gugup, bingung, was-was, frustrasi, kesal, sentimen, sedih, resah, tegang dan lain sebagainya.
- b. Area kognitif seperti selalu kepikiran pada tugas yang belum diselesaikan dan menganggap diri sudah gagal.
- c. Perilaku seperti enggan melakukan tugas lain, telat masuk, telat menumpuk tugas dan tergesa-gesa.
- d. Fisik seperti kelelahan, sungkan makan, sakit kepala, berdebar-debar dan tubuh tumbang.
- e. Moral seperti meniru, menyalin dan menjiplak.
- f. Interpersonal seperti dipandang buruk oleh orang lain, enggan terhadap dosen dan diomeli dosen

---

<sup>57</sup> Suhadianto, S., & Pratitis, N. (2020). "Ekpolorasi Faktor Penyebab, Dampak dan Strategi untuk Penanganan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa". *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2).

<sup>58</sup> Jisaid, W., Fauziah, S., & Ikhsan, M. (2022, September). "Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa". In *Gunung Djati Conference Series*.

g. Dampak positif seperti merasa aman, tenang dan ditantang sementara.

Knaus mengungkapkan konsekuensi negatif dari perilaku penundaan yang mempengaruhi keberhasilan akademik dan pribadi individu, yakni:<sup>59</sup>

- a. Semangat belajar yang rendah
- b. Tekanan yang tinggi
- c. Menimbulkan penyakit
- d. Kekhawatiran yang tinggi

Knaus mengatakan bahwa prokrastinasi dapat berpengaruh bagi keberhasilan akademik dan pribadi seseorang. Jika penundaan ini terus dilakukan, sehingga memberikan dampak negatif bagi kehidupan akademik.

Sedangkan menurut Ursia, dampak negatif melakukan penundaan ialah membuang-buang waktu tanpa mendatangkan sesuatu yang bermanfaat. Selain itu menurut Tice dan Baumeister, prokrastinasi mengakibatkan tekanan dan membuat pengaruh bagi disfungsi psikologi seseorang. Seseorang pelaku prokrastinasi akan menemui deadline dan hal tersebut membuat mereka menjadi tertekan sehingga menyebabkan stress.<sup>60</sup>

---

<sup>59</sup> Shinta, D. (2021). "Hubungan Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area", (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

<sup>60</sup> Nafeesa. (2018). "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah". Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya, 4(1).

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

#### **1. Pendekatan Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam melakukan penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Menurut Denzin dan Lincoln, mengatakan jika penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan atas dasar suatu fenomena yang ada menggunakan ilmu alamiah dalam penafsirannya dan dilakukan menggunakan metode yang ada. Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang lebih memusatkan pada segi pemahan secara spesifik pada sebuah masalah yang dilakukan ataupun diteliti dan setiap perkara nya akan menemukan data maupun hasil yang berbeda-beda.<sup>61</sup>

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan ini tidak dalam bentuk hitungan, bukan survei statistik atau pernyataan komparatif. Pendekatan penelitian kualitatif lebih sering menjelaskan secara mendalam dan spesifik sehingga mampu memberikan pemahaman dan gambaran yang baik. Memusatkan pada proses pembahasan sehingga dapat menjelaskan ataupun menafsirkan secara spesifik sebuah peristiwa yang akan diteliti.<sup>62</sup> Pada penelitian ini dilakukan untuk memperoleh atau mengetahui terkait dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2016 di UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto.

#### **2. Jenis Penelitian**

Sedangkan jenis yang digunakan adalah pendekatan deskriptif yakni data yang dikumpulkan dalam berbagai bentuk, seperti kata-kata, foto atau gambar, dan bukan dalam bentuk angka. Angka hanya sebagai

---

<sup>61</sup>Johan Setiawan Albi Anggito, 2018,"*Metodologi Penelitian Kualitatif*", ed. oleh Ella Devi Lestari, 1 ed. (Sukabumi: CV Jejak,).

<sup>62</sup> Ismail Nurdin and Sri Hartati. (2019). "Metode Penelitian Sosial". Media Sahabat Cendekia: Surabaya.

penunjang, data yang didapatkan mencakup hasil wawancara secara mendalam, dokumentasi gambar, dokumen pribadi dan sebagainya. Pendekatan ini bertujuan untuk mengetahui keadaan di lapangan secara mendalam, transparan dan spesifik.<sup>63</sup> Jenis penelitian ini digunakan untuk mengetahui secara mendalam dan spesifik yang berkaitan dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI angkatan tahun 2016 di UIN SAIZU Purwokerto.

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat yang akan menjadi penelitian oleh penulis berada di Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang berlokasi di Jalan Ahmad Yani no. 40a, Karanganjing, Purwanegara, Kec. Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. UIN SAIZU ini merupakan salah satu perguruan tinggi di Purwokerto. Penelitian ini akan dilaksanakan bulan Januari sampai Maret 2023. UIN SAIZU dijadikan sasaran lokasi penelitian disebabkan karena peneliti bagian dari populasi yang di *sampling* yakni peneliti merupakan salah satu mahasiswa di kampus tersebut yang menemukan temuan yang harus diteliti. Temuan yang dimaksud ialah penundaan yang dilakukan dalam menyelesaikan tugas, tugas yang dimaksud dalam penelitian ini ialah tugas akhir atau skripsi sebagai syarat memperoleh gelar Srata Satu (S1).

## **C. Data dan Sumber Data**

### **1. Data**

Menurut Muhammad Idrus data adalah berbagai temuan atau informasi yang mempunyai keterkaitan dari tujuan penelitian yang dilakukan. Data merupakan sebagian dari informasi yang digunakan

---

<sup>63</sup> Julia Brannen, “*Memadu Metodologi Penelitian*”, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004)

untuk penelitian, karena menurutnya semua hasil informasi maupun keterangan yang terkumpul tidak pasti data penelitian.<sup>64</sup>

Fokus penelitian ini pada data Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016.

## 2. Sumber Data

### a. Sumber Data Primer

Umi Narimawati mengatakan jika data primer merupakan data yang bersumber dari sumber utama asli atau yang pertama. Temuan data ini didapatkan secara murni atau hasil yang didapatkan langsung dari lapangan ataupun dari informan yang dijadikan sebagai sumber informasi dalam proses pengumpulan data, sehingga tidak tersedia dalam bentuk file ataupun terkompilasi.<sup>65</sup> Data primer yang diperoleh dalam penelitian ini ialah hasil dari wawancara dengan 2 mahasiswa BKI UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto angkatan tahun 2016.

### b. Sumber Data Sekunder

Menurut Sugiyono sumber data sekunder merupakan data yang bersifat sebagai data pendukung atau penguat dari data primer, diperoleh secara tidak langsung mampu memberikan data kepada pengumpul data.<sup>66</sup> Sumber data sekunder penulis ini berasal dari berbagai literatur, seperti penelitian terdahulu, buku-buku atau dokumen-dokumen, jurnal ilmiah.

---

<sup>64</sup> Rahmadi, "Pengantar Metodologi Penelitian", Antasari Press, 2011.

<sup>65</sup> Nuning Indah Pratiwi, "Penggunaan Media Video Call Dalam Teknologi Komunikasi," *Jurnal Ilmiah Dinamika SosiaL*, vol. 1, No 2, Tahun 2017.

<sup>66</sup> Nuning Indah Pratiwi, "Penggunaan Media Video Call Dalam Teknologi Komunikasi," *Jurnal Ilmiah Dinamika SosiaL*, vol. 1, No 2, Tahun 2017.

## D. Subjek dan Objek Penelitian

### 1. Subjek penelitian

Subjek penelitian ialah berupa manusia, flora, fauna, fenomena, kasus, pandangan hidup serta lainnya, maka gejala-gejala tersebut mampu dijadikan sumber data penelitian.<sup>67</sup> Dalam pemilihan informan penguji menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu penentuan atau pemilihan informan yang sesuai dengan kriteria tertentu.<sup>68</sup> Pemilihan subjek penelitian pada mahasiswa BKI 2016 yang belum lulus disebabkan karena pada semester 14 merupakan semester terakhir bagi mahasiswa BKI 2016 untuk menyelesaikan studinya, namun apabila mahasiswa tidak dapat menyelesaikan studinya maka akan ditindaklanjuti oleh pihak kampus dengan sanksi DO atau *drop out*. Berdasarkan data terdapat 11 mahasiswa BKI angkatan 2016 yang belum lulus namun berdasarkan hasil konfirmasi dan kesediaannya hanya ada 2 mahasiswa BKI 2016. Sehingga pada penelitian ini subjek penelitian berjumlah 2 Mahasiswa BKI angkatan 2016. Sedangkan 9 mahasiswa lain menolak tanpa adanya alasan yang jelas. Ada beberapa hal ataupun aspek dalam menentukan subjek dari adanya penelitian ini dan bertujuan agar dapat berfokus sehingga menghasilkan data yang sebenarnya. Kriteria Mahasiswa yang menjadi subjek yakni

- a. Nada berusia 24 tahun yang merupakan salah satu mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2016. Nada dipilih sebagai subjek penelitian karena beliau merupakan mahasiswa BKI angkatan 2016 yang belum lulus dan sedang menyusun skripsi Bab III.
- b. Viola (samaran) berusia 25 tahun yang merupakan salah satu mahasiswa BKI angkatan 2016. Viola dijadikan subjek penelitian

---

<sup>67</sup> Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RND", (Bandung: Alfabeta, 2014)

<sup>68</sup> Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "Panduan Penelitian Dan Pelaporan Penelitian Kualitatif", ed. Evi Martha and Agus Suswandono, ke 1 (Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB), 2018)

karena beliau merupakan mahasiswa BKI 2016 yang belum lulus dan sudah menyelesaikan skripsi namun belum di ACC.

## 2. Objek penelitian

Objek dalam suatu penelitian dapat dimaknai dengan berbagai hal yang akan dijadikan sebagai sasaran dalam penelitian. Tujuan dari adanya objek penelitian ialah supaya data yang diperoleh menjadilebih terarah. Objek sebagai sasaran yang akan diteliti supaya menghasilkan sebuah hasil dari adanya suatu masalah atau keadaan maupun sebagai gambaran menyeluruh tentang objek. Maka objek dalam penelitian ini ialah perilaku prokrastinasi akademik pada Mahasiswa BKI UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto angkatan tahun 2016.

## E. Teknik Pengumpulan Data

### 1. Observasi

Observasi adalah kemampuan manusia untuk mengamati lingkungan dengan bantuan panca indera mata dan panca indera lainnya untuk keperluan pengumpulan data penelitian. Observasi merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu secara analitis dengan 3M yaitu melihat, mengamati dan mencermati. Observasi juga didefinisikan sebagai proses dalam pengumpulan data yang diperlukan dalam penelitian guna memberikan kesimpulan atau analisis terhadap penelitian.<sup>69</sup> Observasi yang dilakukan dalam penelitian melihat kegiatan yang dikerjakan 2 mahasiswa BKI 2016 sehingga menyebabkan mahasiswa menunda dalam menyelesaikan skripsinya.

### 2. Wawancara

Teknik pengumpulan data dengan teknik wawancara atau *interview* dilaksanakan dengan melakukan hubungan baik dengan subjek ataupun individu yang terlibat didalam penelitian yang mempunyai informasi untuk menunjang hasil dari penelitian. Wawancara ialah teknik

---

<sup>69</sup> Sugiyono. (2019). "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif DAN R & D". Bandung: ALFABETA.

penghimpunan data dengan melakukan Tanya jawab secara tatap muka pewawancara dan subjek penelitian.<sup>70</sup> Dalam wawancara penulis melakukannya dengan wawancara secara mendalam yaitu pengumpulan data dalam penelitian kualitatif dengan mencari fakta maupun peristiwa yang sedang terjadi.<sup>71</sup> Wawancara pada penelitian ini dilakukan dengan 2 mahasiswa BKI angkatan 2016 untuk mengetahui perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan dan faktor apa saja yang menjadi penyebabnya.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah bukti yang diambil melalui handphone atau kamera yang selanjutnya dicetak untuk dijadikan sebagai data dokumentasi dalam penelitian. Bentuk dokumen dalam bentuk tulisan seperti diary, biografi, riwayat, cerita, peraturan dan kebijakan. Sedangkan dokumen dalam bentuk visual misalnya, gambar hidup, sketsa, foto dan lain-lain.<sup>72</sup> Dokumentasi dalam penelitian ini mengumpulkan dengan berbagai bentuk berupa foto, dokumen, hasil wawancara dengan 2 mahasiswa BKI angkatan 2016 dan data yang berkaitan dengan penelitian.

## F. Metode Analisis Data

Analisis data menurut Lexy J. Meolong adalah pengaturan data yang diperoleh sesuai dengan model, kategori dan paparan yang mendasar guna menemukan tema pembahasan yang nantinya digunakan dalam merumuskan hipotesis sesuai data yang terkumpul. Analisis bersifat kualitatif yakni dijelaskan dengan kalimat atau paragraf, yang selanjutnya dipilih menurut kategori untuk diambil kesimpulan.<sup>73</sup>

---

<sup>70</sup> Sugiyono. "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RND*". (Alfabeta: Bandung, 2017).

<sup>71</sup> Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "*Panduan Penelitian Dan Pelaporan Penelitian Kualitatif*", ed. Evi Martha and Agus Suswandono, ke 1 (Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB), 2018).

<sup>72</sup> Sugiyono, "*Memahami Penelitian Kualitatif*", ke 10 (Bandung: Alfabeta, 2014).

<sup>73</sup> Sugiyono. "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RND*". (Alfabeta: Bandung, 2017).

Metode analisis data penelitian ini menggunakan:

### 1. Reduksi Data

Mereduksi data ialah memilih, memusatkan dan merangkum pada pembahasan yang penting. Supaya dalam melakukan reduksi harus berkelanjutan agar menghasilkan dan memperoleh data maupun informasi yang dibutuhkan. Dan mereduksi data seorang peneliti harus bisa tetap konsentrasi pada topik pembahasan dan penelitian sehingga tidak membuang-buang waktu. Dengan kata lain proses reduksi dilakukan secara berkelanjutan ketika melakukan penelitian guna menghasilkan catatan-catatan inti dari data yang diperoleh dari hasil penggalan data.<sup>74</sup>

Oleh karena itu, tujuan dari reduksi data ini adalah untuk menyederhanakan data yang diperoleh selama penggalan data lapangan. Data yang diperoleh dengan data mining tentu saja merupakan data yang sangat kompleks, dan data yang tidak terkait dengan topik penelitian sering ditemukan, tetapi tercampur dengan data yang terkait dengan penelitian. Oleh karena itu, dengan kondisi data yang demikian, peneliti perlu menyederhanakan data dan membuang data yang tidak relevan dengan topik penelitian. Tujuan dari penelitian semacam itu tidak hanya untuk menyederhanakan data, tetapi juga untuk memastikan bahwa data yang diolah termasuk dalam ruang lingkup penelitian.<sup>75</sup>

### 2. Penyajian Data

Penyajian data adalah seperangkat informasi terstruktur yang darinya dapat ditarik kesimpulan. Langkah-langkah yang diambil dengan menyediakan seperangkat informasi terstruktur dari mana kesimpulan dapat ditarik. Hal ini dilakukan karena data yang

---

<sup>74</sup> Siyoto, Sandu, and Ali Sodik. (2015). "Dasar Metodologi Penelitian". Yogyakarta: Literasi Media Publishing.

<sup>75</sup> Siyoto, Sandu, and Ali Sodik. (2015). "Dasar Metodologi Penelitian". Yogyakarta: Literasi Media Publishing.

diperoleh selama penelitian kualitatif seringkali berbentuk naratif sehingga perlu disederhanakan tanpa mengurangi isinya.<sup>76</sup>

Penyajian data dilakukan untuk dapat melihat gambaran keseluruhan atau bagian-bagian tertentu dari gambaran keseluruhan. Sehingga pada bagian ini menyajikan data yang telah dikumpulkan untuk menunjang dan mendapatkan sebuah hasil tertentu.<sup>77</sup> Dalam penyajian data ini akan ditunjukkan hasil observasi maupun wawancara kepada mahasiswa BKI angkatan tahun 2016 terkait perilaku prokrastinasi akademik.

### 3. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan merupakan tahap akhir dari proses analisis data. Pada bagian ini peneliti menarik kesimpulan berdasarkan data yang diperoleh. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui apa arti dari data yang terkumpul dengan mencari persamaan atau perbedaannya. Kesimpulan dapat ditarik dengan membandingkan penerapan pernyataan subjek dengan implikasi yang terkandung dalam konsep yang mendasari penelitian.<sup>78</sup>

Dalam pengambilan kesimpulan menjelaskan terkait hal-hal yang diperoleh dari adanya penelitian. Selain itu pada bagian kesimpulan ini digunakan untuk menemukan hal-hal yang menunjukkan apa saja perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan tahun 2016 di Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

---

<sup>76</sup> Siyoto, Sandu, and Ali Sodik. (2015). "Dasar Metodologi Penelitian". Yogyakarta: Literasi Media Publishing.

<sup>77</sup> Siyoto, Sandu, and Ali Sodik. (2015). "Dasar Metodologi Penelitian". Yogyakarta: Literasi Media Publishing.

<sup>78</sup> Siyoto, Sandu, and Ali Sodik. (2015). "Dasar Metodologi Penelitian". Yogyakarta: Literasi Media Publishing.

## **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Gambaran Umum Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah**

#### **1. Sejarah pembentukan Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam**

Program studi Bimbingan Konseling Islam adalah salah satu jurusan yang ada di Fakultas Dakwah. Fakultas dakwah adalah salah satu fakultas yang saat ini dimiliki oleh Universitas Islam Negeri Profesor Kyai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto. Kemunculan fakultas dakwah tidak lepas dari dinamika kelembagaan yang mengiringi segenap perjalanan UIN. Pada awalnya institusi ini merupakan Fakultas Tarbiyah al-Djami'ah Sunan Kalijaga yang dibangun oleh Badan Wakaf al-Djami'ah Sunan Kalijaga pada 10 November 1962 dan diakte-notariskan pada 12 Desember 1962, kemudian menjadi IAIN Purwokerto sampai menjadi UIN Saifuddin Zuhri pada tanggal 11 Mei 2021. Selanjutnya, bersama Keputusan Menteri Agama No. 68 Tahun 1964 Fakultas tersebut dinegerikan dan menginduk kepada IAIN Al-Djami'ah Al-Hukumiyah, yang hari selanjutnya berganti nama menjadi IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Setelahnya, berdasarkan tinjauan geografis dan efisiensi pembinaan teknis kewilayahan, bersumber Keputusan Menteri Agama No. 385 Tahun 1993, dan Nomor 408 Tahun 1993, Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta di Purwokerto dialihkan dari IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta kepada IAIN Walisongo Semarang. Akan halnya serah terima pengindukan Fakultas Tarbiyah di Purwokerto dilaksanakan pada 13 Desember 1994. Sejak saat itu berganti menjadi Fakultas Tarbiyah Walisongo di Purwokerto. Kemudian, dengan Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 1997 tentang Pendirian Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri tertanggal 21 Maret 1997, maka fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo di Purwokerto menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Purwokerto, sebagai perguruan tinggi yang mandiri. Berdasarkan peraturan

presiden RI No. 139 tahun 2014 tepatnya pada 14 Oktober 2014 berubah dari STAIN menjadi IAIN Kemudian dengan keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2021 tentang Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto tanggal 11 Mei 2021, maka sekarang menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Presensi Fakultas dakwah dimulai dari tahun 1997 dengan berdirinya Fakultas dakwah di STAIN Purwokerto, yang dilandasi oleh perjanjian guna mewarnai dan berkontribusi dalam peningkatan dakwah Islam secara teori dan praktek. Cara ini dilakukan dengan mengembangkan para ahli dan praktisi yang kredibel, unggul, dan berpengalaman di bidang dakwah sehingga mampu menjadi agen perubahan sosial. Oleh sebab itu, Jurusan Dakwah STAIN Purwokerto berniat untuk mengupayakan pendidikan akademik dan profesional yang tujuannya untuk membentuk sarjana yang memiliki keahlian khusus dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) dan Komunikasi Penyiaran Islam (KPI).<sup>79</sup>

Pada awalnya jurusan dakwah hanya memiliki satu program studi, yakni Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI). Kemudian ditahun 2001 jurusan dakwah menyediakan Prodi baru, yakni Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI). Seiring berjalannya waktu dan berdasarkan keputusan Senat institut pada tahun 2008, Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam berganti menjadi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI). Setelah satu tahun pasca berubah dari STAIN menjadi IAIN, selanjutnya dibentuklah 2 Program studi baru yakni Manajemen Dakwah (MD) pada tahun 2015 dan Pengembangan Masyarakat Islam (PMI) pada tahun 2016. Pasca peralihan kelembagaan dari STAIN menjadi IAIN pada tahun 2014, kemudian beralih menjadi UIN pada tahun 2021. Sehingga Jurusan Dakwah berubah nama

---

<sup>79</sup> Tim Penyusun. (2019). *"Panduan Akademik Program Starta Satu (S-1) IAIN Purwokerto Tahun Akademik 2019/2020"*. Institut Agama Islam Negeri Purwokerto (IAIN): Purwokerto.

menjadi Fakultas Dakwah UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri dengan 2 Jurusan dan 4 Program Studi, diantaranya:<sup>80</sup>

- a. Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat, meliputi dua Prodi yakni Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) dan Pengembangan Masyarakat Islam (PMI).
- b. Jurusan Komunikasi dan manajemen yang meliputi dua Prodi yakni, Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI) dan Manajemen Dakwah (MD).

## 2. Visi dan Misi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

### Visi

“Di Tahun 2040 menjadi Program Studi yang Unggul, Progresif dan Integratif dalam Pengkajian dan Pengembangan Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam”.

### Misi

- a. Mengupayakan pendidikan dan pengajaran yang unggul di bidang ilmu dan wawasan bimbingan konseling Islam
- b. Melaksanakan eksplorasi di bidang ilmu bimbingan dan konseling Islam dengan progresif dan integratif berbasis keislaman, lokalitas dan keindonesiaan
- c. Memajukan model pengabdian masyarakat berlandas ilmu bimbingan dan konseling Islam
- d. Menciptakan kerjasama dengan berbagai lembaga (*stakeholders*) untuk mengembangkan mutu pembelajaran, penelitian dan pengabdian.<sup>81</sup>

---

<sup>80</sup> Tim Penyusun. (2022). “*Panduan Akademik UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Tahun Akademik 2022/2023*”. Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri: Purwokerto.

<sup>81</sup> Tim Penyusun. (2022). “*Panduan Akademik UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Tahun Akademik 2022/2023*”. Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri: Purwokerto.

### 3. Tujuan dan Sasaran Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

#### a. Tujuan

- 1) Menciptakan lulusan yang berakhlakul karimah, kompeten di bidang bimbingan dan konseling, serta mempunyai komitmen dakwah yang tinggi.
- 2) Menciptakan eksplorasi di bidang bimbingan dan konseling Islam secara progresif dan integratif.
- 3) Menghasilkan model-model pengabdian dan pendampingan masyarakat dengan pendekatan bimbingan dan konseling Islam.
- 4) Melaksanakan tata kelola prodi yang berstandar nasional dan internasional.

#### b. Sasaran

- 1) Terlaksananya proses belajar mengajar yang humanis, partisipatif dan kontekstual.
- 2) Terwujudnya suasana akademik yang kondusif dan komunikatif.
- 3) Meningkatnya SDM dalam bidang ilmu dakwah dan komunikasi.
- 4) Meningkatnya jumlah penelitian, publikasi, HAKI, Paten dalam bidang ilmu dakwah dan komunikasi.
- 5) Meningkatnya pemahaman, penghayatan dan pengamalan ajaran agama.
- 6) Tumbuhnya sikap kritis dan humanis dalam kehidupan masyarakat.
- 7) Terwujudnya komitmen terhadap nilai-nilai keadilan dan kemanusiaan dalam kehidupan bermasyarakat dan berbangsa.

8) Terwujudnya kerjasama dengan berbagai instansi/ lembaga dalam terwujudnya Tridharma Perguruan Tinggi<sup>82</sup>

#### 4. Profil Lulusan dan Gelar Akademik Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Orientasi dari lulusan Prodi BKI dapat menjadi figur Dai – konselor dengan pilihan profesi sebagai berikut: konselor di bidang pendidikan dan lembaga rehabilitasi, penyuluhan sosial keislaman, dan pembimbing rohani Islam, Lulusan Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam berhak untuk menyandang gelar S. Sos (Sarjana Sosial).<sup>83</sup>

### B. Profil Subjek Penelitian

#### 1. Subjek 1

Nama (samaran) : Nada  
Kelas : BKI C  
Angkatan : 2016  
Usia : 24  
Jenis Kelamin : Perempuan

Nada merupakan salah satu mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) di Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, berasal dari daerah Bumiayu Brebes tepatnya di Dusun Krajan Desa Negaradaha. Semasa kecil nada mulai menempuh pendidikan di TK Aisyah Bustanul Athfal yang kebetulan terletak di desa negaradaha dimana nada tinggal dan lulus tahun 2004. Kemudian, melanjutkan pendidikannya di SD 4 Negaradaha dari tahun 2004 sampai nada lulus tahun 2010. Setelah lulus, nada melanjutkan sekolah tingkat

---

<sup>82</sup> Tim Penyusun. (2022). “*Panduan Akademik UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Tahun Akademik 2022/2023*”. Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri: Purwokerto.

<sup>83</sup> Tim Penyusun. (2022). “*Panduan Akademik UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Tahun Akademik 2022/2023*”. Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri: Purwokerto.

pertamanya ke SMPN 1 Bumiayu dengan jarak sejauh 3,5 km. Kemudian tahun 2013 nada memutuskan melanjutkan sekolahnya ke SMAN 1 Bumiayu sampai tahun 2016 akhirnya nada lulus.

Setelah lulus SMA, nada awalnya tidak ingin kuliah di IAIN karena waktu itu nada tidak tahu jika di Purwokerto ada IAIN, yang nada tahu jika IAIN hanya ada di kota-kota besar saja. Kemudian, nada disarankan oleh kakaknya untuk berkuliah di IAIN Purwokerto. Akhirnya pada tahun 2016 nada mulai mendaftar kuliah di IAIN Purwokerto lewat jalur mandiri. Awalnya saat mendaftar nada ingin mengambil MPI, tetapi ternyata sudah tidak ada kuota. Kemudian kakaknya memberi saran supaya nada mengambil jurusan BKI. Setelah pengumuman keluar nada dinyatakan lolos tes mandiri dan akhirnya diterima di IAIN Purwokerto dengan jurusan BKI. Setelah diterima, awalnya nada ragu kuliah disini karena bukan niatan sendiri melainkan saran dari kakaknya. Namun, pada akhirnya nada mulai terbiasa dan sampai sekarang nada bisa melaluinya walaupun skripsinya nada tunda-tunda.

Nada perempuan berusia 24 tahun, nada anak ke 9 dari Sembilan bersaudara, bisa dikatakan nada adalah anak terakhir dikeluarganya. Dahulu ibunya sempat bekerja sebagai pedagang namun karena ibunya sudah berusia lebih dari 50-an akhirnya beliau memutuskan untuk berhenti berdagang dan menjadi ibu rumah tangga. Sedangkan sang ayah sudah meninggal beberapa tahun silam dan kini nada tinggal bersama ibu serta saudara-saudaranya.

Pada tahun 2021 tepatnya tanggal 15 Maret, saudaranya yang kebetulan seorang kepala sekolah menawarkan kepada nada untuk mengajar di TK karena pada saat itu hanya ada dua guru dan salah satunya memutuskan untuk pindah, akhirnya nada menyetujui penawaran tersebut sekalian nada mencari pengalaman didunia kerja. Hingga sekarang kesibukan nada selain kuliah yaitu mengajar di TK Aisiyah Bustanul Athfal Negaradaha, Bumiayu dekat dengan tempat tinggalnya

dan setiap hari selesai solat magrib nada mengajar ngaji anak-anak disekitar lingkungannya.

## 2. Subjek 2

Nama : Viola

Kelas : BKI C

Angkatan : 2016

Usia : 25

Jenis Kelamin : Perempuan

Viola merupakan mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Saifuddin Zuhri Purwokerto. Viola merupakan mahasiswa BKI angkatan tahun 2016 yang hingga sekarang belum lulus dan mengalami penundaan dalam menyelesaikan skripsi. Alasan viola mengambil jurusan BKI ialah pada awalnya dia berpikir untuk mengambil jurusan yang menurutnya tidak sulit ketika kuliah namun ternyata menurutnya semua jurusan sama-sama memiliki kesulitan masing-masing.

Viola menempuh pendidikan mulai dari TK hingga Sekolah menengah pertamanya di Jakarta. Kemudian pada tahun 2014 viola memutuskan untuk melanjutkan sekolahnya di SMA Jatilawang, Purwokerto dan pada tahun 2016 viola memutuskan untuk mendaftar kuliahnya di IAIN Purwokerto yang sekarang sudah berganti UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Viola merupakan anak tunggal di keluarganya. Ibunya bekerja sebagai penjual baju di Jakarta, sedangkan sang ayah sudah tiada. Kesibukan viola sehari-hari ialah bekerja di toko kue, dia sudah bekerja selama 1 tahun lebih. Alasannya viola memutuskan untuk bekerja ialah untuk membantu orang tuanya dan hal ini juga menjadi salah satu

alasannya menunda menyelesaikan skripsinya. Sebenarnya viola sudah menyelesaikan skripsinya tinggal menunggu di ACC oleh dosen pembimbing namun karena beberapa hal akhirnya viola memilih menundanya.

### **C. Perilaku Prokrastinasi Akademik**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh penulis terkait dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto. Prokrastinasi yang dimaksud dalam penelitian ini ialah penundaan dalam memulai dan menyelesaikan skripsi pada mahasiswa BKI angkatan Tahun 2016. Prokrastinasi akademik menurut Tuckman ialah gambaran umum tentang individu yang menunda suatu tugas serta kecenderungan untuk menghindari tugas yang sulit atau tidak menyenangkan baginya. Berdasarkan hasil wawancara berikut aspek-aspek dari perilaku prokrastinasi akademik, diantaranya:

#### **1. Pembuangan waktu**

Aspek ini merujuk pada gambaran seseorang mengenai kebiasaan dan kecenderungannya untuk menunda dan melakukan ataupun menyelesaikan pengerjaan suatu tugas dalam hal ini tugas akhir yakni skripsi. Mahasiswa yang lebih sering menyalahgunakan waktunya dari pada mengerjakan skripsi demi hal yang bukan prioritasnya dan kurang bermanfaat. Individu pelaku prokrastinasi biasanya akan mengulur-ngulur waktunya untuk melakukan berbagai kegiatan atau hal secara umum. Individu yang melakukan penundaan cenderung tidak bisa mengelola waktu dengan bijak. Karena hal tersebut membuat para penunda tidak paham dengan tujuan yang harusnya dicapai terlebih dahulu, akibatnya kerap kali mengerjakan kegiatan lain diluar tujuan primernya. Hal ini menyebabkan para penunda tidak dapat berkonsentrasi menyelesaikan tugasnya, alhasil

membuat mahasiswa terlambat menyelesaikan skripsinya tepat waktu.

Membuang waktu yang dipunyai demi mempersiapkan diri secara berlebihan, ataupun mengerjakan hal-hal yang tidak diperlukan dalam proses penyelesaian skripsi, tanpa mempertimbangkan batas waktu yang dimilikinya. Bersumber dari hasil wawancara, informan menunjukkan adanya perilaku menyia-nyiaakan waktunya memulai mengerjakan skripsi. Menurut Nada

*“.....berarti dari 2020 ya, berarti udah dua tahunan yah ditunda udah lama banget....”<sup>84</sup>*

Berdasarkan hasil wawancara dengan nada, menunjukkan bahwa adanya pembuangan waktu karena menunda menyelesaikan skripsinya. Nada kesulitan dalam mengelola waktunya dan kesulitan menentukan hal mana yang seharusnya nada kerjakan terlebih dahulu. Sehingga menyebabkan skripsi yang sudah nada kerjakan terbengkalai dan nada juga mengungkapkan bahwa karena terlalu lama berhenti menimbulkan perasaan malas untuk mulai kembali mengerjakan dan menyelesaikan skripsi. Secara tidak langsung orang yang suka menunda-nunda tidak dapat mengatur waktunya dengan bijak, hal ini menunjukkan ketidakjelasan tentang prioritas, tujuan dan objektivitas para prokrastinator. Hal tersebut diperkuat juga oleh informan lain, menurut Viola

*“..Hampir setengah taun kayaknya deh ...”<sup>85</sup>*

Pembuangan waktu ini muncul karena biasanya individu yang melakukan prokrastinasi sulit mengatur waktunya dengan efektif akibatnya skripsi tidak dapat selesai dengan cepat dan mengalami penundaan. Mereka biasanya melakukan hal lain selama penundaan terjadi dan mereka secara sadar mengulangi hal tersebut meskipun mahasiswa mengetahui resiko serta konsekuensinya jika menunda tugas dan dalam hal ini penundaan dalam menyelesaikan skripsinya.

---

<sup>84</sup> Wawancara, Nada mahasiswa BKI 2016, 19 Maret 2023

<sup>85</sup> Wawancara, Viola mahasiswa BKI 2016, 8 Februari 2023

Hal tersebut menjadi penghambat mereka untuk berkonsentrasi dalam menyelesaikan skripsinya, yang pada akhirnya mengacaukan dan membuat mereka tidak dapat menyelesaikannya dengan tepat waktu.

## 2. Penundaan dalam proses

Sebuah keadaan dimana individu menyadari bahwa mempunyai tugas yang harus diselesaikan, namun lebih memilih menundanya. Individu yang melakukan penundaan mengetahui bahwa tugas yang dijumpai harus cepat dikerjakan dan bermanfaat bagi dirinya, namun dia memilih menunda untuk mulai menggarapnya atau menunda untuk menyelesaikannya hingga selesai jika dia sudah mulai menggarap sebelumnya.

Berdasarkan wawancara dengan informan yang menunjukkan perilaku penundaan dalam proses penyelesaian skripsi. Menurut Nada

*“...Seharusnya dari semester delapan lalu. Tapi karena suatu hal jadi tertunda.”<sup>86</sup>*

Informan merasa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, informan juga merasa sangat terlambat atau lebih lamban dari teman-temannya karena hingga sekarang nada belum menyelesaikan skripsinya. Hal tersebut juga diungkapkan oleh informan lain yang merasa sangat lambat dengan temannya dan semester ini merupakan semester terakhir bagi mereka, jika tidak dapat menyelesaikan studinya maka akan ditindak lanjuti oleh pihak kampus yakni dengan sanksi *drop out* atau di DO dari kampus. Nada juga mengungkapkan bahwa seharusnya di semester delapan dia dapat menyelesaikan skripsinya dan dapat lulus tepat waktu. Namun karena suatu hal membuatnya menunda menyelesaikan skripsinya. Terkadang ketika sedang *down*, dia

---

<sup>86</sup> Wawancara, Nada Mahasiswa BKI

merasa sangat malas bahkan sekadar membuka laptop saja. Hal ini diperkuat oleh pernyataan informan lain. Menurut Viola

*“...tergantung mood juga sih kalau emang moodnya lagi baik ya bisa aja sehari langsung ngerjain..”<sup>87</sup>*

Informan mengungkapkan jika dalam diri sudah terdapat motivasi dan dorongan akan lebih bersemangat dalam memulai mengerjakan skripsinya bahkan akan lebih cepat selesai. Tetapi karena dalam diri tidak ada semangat atau dalam suasana hati yang kurang baik maka akibatnya akan timbul perasaan untuk menundanya. Karena stimulus dalam diri sangat berperan penting dalam mencegah terjadinya perilaku prokrastinasi.

### 3. Kesulitan dalam penyelesaian skripsi

Pada aspek ini merujuk pada kecenderungan untuk menyerah pada saat menjumpai tugas yang sulit dan kecenderungan untuk memilih kesenangan yang mudah diperoleh. Kesulitan yang biasanya dialami ketika mengerjakan tugas-tugas yang tidak disukainya dan jika memungkinkan akan berupaya untuk mengesampingkan hal yang tidak disukainya. Individu yang melakukan penundaan akan kesulitan menyelesaikan tugas yang tidak menyenangkan baginya dan menurutnya tugas atau sesuatu yang tidak disukainya seharusnya tidak ada. Apabila tugas tersebut tidak disukai dan seharusnya diselesaikan maka mereka akan memutuskan untuk menyingkirkan bahkan menghindari tugas tersebut. Dalam hal ini tugas yang dimaksud ialah tugas akhir atau skripsi. Bersumber dari hasil wawancara dengan informan. Menurut Nada

*“...Paling yang terutama sulit itu kan niatan dari diri sendiri..”<sup>88</sup>*

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan menunjukkan adanya kesulitan dalam mengerjakan skripsi. Kesulitan yang dimaksud ialah menumbuhkan niat dalam diri dan upaya membangkitkan semangat untuk memulai mengerjakan. Karena jika

---

<sup>87</sup> Wawancara, Viola Mahasiswa BKI

<sup>88</sup> Wawancara, Nada Mahasiswa BKI

dalam diri belum ada niatan untuk memulai maka hasilnya akan sia-sia. Bahkan membutuhkan waktu yang banyak untuk mengatasi kesulitan tersebut. Hal tersebut diperkuat juga oleh ungkapan informan lain. Menurut Viola

*“Biasanya 3 hari tapi kalau paling lama biasanya seminggu...”<sup>89</sup>*

Informan mengungkapkan butuh waktu untuknya mengembalikan semangat dan motivasi agar mampu memulai mengerjakan kembali. Karena hal tersebut cukup sulit jika tidak dibantu oleh dorongan dalam diri dan tentunya dorongan dari luar. Karena semakin tinggi dorongan maka akan sangat berpengaruh terhadap pencegahan perilaku penundaan. Hal lain juga diungkapkan informan bahwa kesulitan yang mereka alami ialah dalam mengatur waktu antara kesibukan sehari-harinya dengan mengerjakan skripsi. Menurut Viola

*“Gak bisa membagi waktu antara kerja sama kuliah...”<sup>90</sup>*

Informan mengungkapkan kesulitannya dalam membagi waktu kesibukannya sehari-hari dengan kuliah. Viola bahkan sering menunda skripsinya karena terlalu sibuk bekerja dan tidak memiliki waktu luang untuk mengerjakan skripsinya. Viola juga mengungkapkan karena kesibukannya menjadikan dia malas untuk memulai mengerjakan skripsinya dan pada akhirnya ditunda-tunda hingga sekarang. Hampir setengah tahun viola melakukan penundaan, hal tersebut membuat dirinya *overthinking* karena viola sudah terlalu lama tidak membuka skripsinya dan viola juga hampir lupa dengan isi skripsinya. Viola merasa takut ketika nanti sidang dirinya tidak dapat menjawab, takut terlalu banyak revisi dan semua pikiran negatifnya lain yang membuat viola *stuck* dan sulit untuk melanjutkan skripsinya.

---

<sup>89</sup> Wawancara, Viola Mahasiswa BKI

<sup>90</sup> Wawancara, Viola Mahasiswa BKI

#### 4. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Kondisi dimana *procrastinator* kesulitan dalam mengerjakan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditetapkan sebelumnya. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung sering mengalami keterlambatan dalam menuntaskan *deadline* yang ditetapkan, baik oleh orang lain ataupun agenda-agenda yang dibuat oleh dirinya. Dari hasil wawancara, informan mengungkapkan bahwa kesulitan dalam mengatur waktu rencana penyelesaian skripsinya. Menurut Nada

*“...ya mungkin 1-2 bulan bisa selesai, itu sama ujian-ujianya ya...”<sup>91</sup>*

Informan merasa skripsinya dapat selesai tepat waktu sesuai dengan program kampus yakni 8 semester setiap mahasiswa dapat menyelesaikan studinya. Namun karena banyaknya kendala dalam proses penelitian dan faktor internal yaitu kurangnya motivasi atau dorongan dalam diri membuat mahasiswa tidak memiliki semangat untuk mengerjakannya. Hal tersebut juga diperkuat oleh pernyataan informan lain. Menurut Viola

*“...tergantung mood juga sih kalau emang moodnya lagi baik ya bisa aja sehari langsung ngerjain”<sup>92</sup>*

Informan merasa jika moodnya baik maka akan berdampak baik juga pada proses penyelesaian skripsi. Viola juga mengungkapkan dapat selesai dengan cepat jika kondisi fisik dan tentunya psikisnya baik. Viola mengatakan dirinya sering mengalami mood yang kurang baik, terkadang juga rasa malas yang sering muncul menjadi salah satu penghambat viola untuk memulai mengerjakannya. Biasanya viola membutuhkan waktu 3 hari bahkan bisa sampai seminggu lebih untuknya memulai mengerjakan kembali. Hal tersebut diperkuat oleh ungkapan informan lain. Menurut Nada

---

<sup>91</sup> Wawancara, Nada Mahasiswa BKI

<sup>92</sup> Wawancara, Viola Mahasiswa BKI

*“...jatuh sakit hingga akhirnya dirawat inap dan pemulihan hampir sebulan lebih..... Iya udah ngaruh di psikis akhirnya kita jadi malas ...”<sup>93</sup>*

Informan merasa kondisi fisik sangat berpengaruh penting terhadap kelancaran proses penyelesaian skripsi. Karena biasanya orang yang kondisi fisiknya kurang baik akan sulit untuk mengerjakan sesuatu, akibatnya mereka akan menunda mengerjakannya. Begitu pula pada kondisi psikologis seseorang akan mempengaruhi terjadi perilaku prokrastinasi. Semakin tinggi motivasi yang dimiliki seseorang ketika menghadapi tugas, maka akan semakin rendah kecenderungan seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik.

#### 5. Melakukan aktivitas lain selain belajar

Perilaku yang biasanya dilakukan oleh seseorang yang menunda dalam mengerjakan tugas, mereka lebih memilih mengerjakan atau melakukan kegiatan yang menurutnya menyenangkan dan disukai daripada mengerjakan tugas atau pekerjaan yang diberikan meskipun mereka mengetahui tugas tersebut penting. Mengerjakan tugasnya, namun memakai waktu yang dipunyai guna melakukan kegiatan lain yang dilihat lebih menarik dan membawa hiburan. Hal ini diperoleh dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan informan.

Menurut Nada

*“....terus pas 2021 ada saudara yang kebetulan beliau kepala sekolah TK, terus narik saya untuk ikutan ngajar di TK..... Alhamdulillah dijalani sampai sekarang yaa Alhamdulillah enjoy. Nah karena keasyikan lupa deh sama skripsi dan ya bisa dibilang penyakit malasnya kambuh karena lama ngga ngerjain skripsi.”<sup>94</sup>*

Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan bahwa Nada melakukan penundaan akademik dan mengisi waktu luangnya dengan melakukan kegiatan sehari-hari yakni mengajar di TK yang menurutnya lebih menyenangkan sehingga membuatnya menunda

---

<sup>93</sup> Wawancara, Nada Mahasiswa BKI

<sup>94</sup> Wawancara, Nada Mahasiswa BKI

menyelesaikan skripsinya, ditambah jika ada agenda atau acara di sekolah maupun diluar sekolah yang menyita waktu lebih banyak sehingga setelah pulang dari agenda tersebut membuat Nada kecapean, malas untuk berpikir yang menyebabkan nada menunda mengerjakan skripsinya hingga nada benar-benar memiliki semangat kembali untuk melanjutkannya. Hal lain juga diungkapkan oleh informan lainnya. Menurut Viola

*“...udah terlalu lama gak mikirin skripsi ya, jadi udah malas aja. Udah pengen cari uang yang banyak..”<sup>95</sup>*

Informan merasa sudah terlalu lama menjadikannya malas dan lebih menyukai bekerja karena dapat menghasilkan uang. Hal tersebut karena viola tidak ingin merepotkan ibunya sudah capai bekerja sehingga viola memutuskan untuk bekerja membantu ibunya dan menghasilkan banyak uang. Hal ini menyebabkan viola sudah malas untuk memikirkan skripsi. Bahkan viola juga mengungkapkan lebih senang bekerja dan menghabiskan waktunya pergi bersama teman dari pada mengerjakan skripsi yang membutuhkan otak untuk berpikir.

#### **D. Faktor penyebab dan upaya mengatasi perilaku prokrastinasi akademik**

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan menunjukkan bahwa adanya faktor penyebab mahasiswa melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Menurut Nada

*“...jatuh sakit, akhirnya rawat inap dan pemulihan selama lebih dari sebulan. Iya udah ngaruh di psikis akhirnya kita jadi malas gitu kan iya udah sampe sekarang nyesel...”<sup>96</sup>*

Secara internal faktor penyebabnya ialah kondisi fisik dan psikis. Nada mengatakan bahwa dirinya sempat jatuh sakit yang mengharuskan dirinya dirawat di rumah sakit selama beberapa hari

---

<sup>95</sup> Wawancara, Viola Mahasiswa BKI

<sup>96</sup> Wawancara, Nada Mahasiswa BKI

dan nada membutuh waktu pemulihan selama hampir sebulan lebih. Akibat lamanya masa pemulihan membuat dirinya menunda untuk melanjutkan skripsinya. Selain itu, munculnya rasa malas dan kurangnya motivasi atau dorongan dalam diri yang rendah menjadi faktor penyebab perilaku prokrastinasi muncul.

Hal tersebut juga dialami oleh informan lain. Menurut Viola

*“Cuman aku terlalu overthinking aja jadi bikin stuck di tempat.”<sup>97</sup>*

Informan sering merasa *overthinking* berkaitan dengan kegagalan atau memikirkan hal-hal negatif lainnya dan membuat dirinya menjadi *stuck* dan tidak mudah melanjutkan skripsinya. Selain itu, viola juga mengaku sangat malas untuk menyelesaikan skripsinya padahal sebenarnya viola sudah menyelesaikan skripsinya tinggal menunggu diacc namun karena malas merevisi hal-hal yang kurang membuat dirinya menunda.

Sedangkan secara eksternal yang menjadi penyebab munculnya perilaku prokrastinasi ialah kondisi keluarga. Hal ini diperkuat oleh pernyataan informan. Menurut Viola

*“...semenjak orang tua pisah, aku jadi berusaha buat menghasilkan uang yang banyak..”<sup>98</sup>*

Informan merasa harus membantu perekonomian keluarganya dan tidak ingin menjadi beban keluarga sehingga viola memutuskan untuk bekerja. Hal tersebut juga dialami oleh nada karena ingin membantu orang tua dan kebetulan diberikan tawaran untuk bekerja akhirnya menjadikan mereka sulit mengatur waktu antara bekerja dan fokus pada skripsinya. Mereka mengalami kesulitan dalam menentukan prioritas mana yang harus utamakan sehingga membuat dirinya lebih sering melakukan aktivitas lain diluar tujuan utamanya.

Berdasarkan faktor-faktor penyebab terjadinya perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa BKI 2016 ini,

---

<sup>97</sup> Wawancara, Viola Mahasiswa BKI

<sup>98</sup> Wawancara, Viola Mahasiswa BKI

terdapat upaya untuk mengatasi penundaan yakni dengan membuat skala prioritas dimana menentukan mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu apakah skripsi atau mengerjakan kesibukan lain, meningkatkan pengelolaan diri, meningkatkan motivasi atau dorongan untuk memulai dan menyelesaikan skripsi, lebih pandai dalam mengatur waktu yang efektif, menentukan target untuk penyelesaian skripsi dan dukungan dari keluarga serta lingkungan sekitar.



## **BAB V PENUTUP**

### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang analisis perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016 menunjukkan bahwa adanya perilaku prokrastinasi yakni pembuangan waktu atau ketidaksiplinan dalam manajemen waktu yang dilakukan mahasiswa BKI angkatan 2016 dalam memulai dan menyelesaikan tugas atau dalam proses penyelesaian skripsi. Selanjutnya, penundaan dalam proses yang mahasiswa sadari bahwa tugas yang diberikan penting dan harus cepat diselesaikan namun mereka memilih untuk menundanya yang menyebabkan mahasiswa tidak dapat menyelesaikannya tepat waktu. Selain itu kesulitan dalam penyelesaian skripsi, kesulitan yang mahasiswa alami ialah terlalu *overthinking* sehingga membuat menjadi *stuck* dan sulit untuk melanjutkan skripsinya, mahasiswa merasa khawatir ketika menghadapi sidang dikarenakan sudah terlalu lama menunda dan pikiran negatif lainnya yang menjadikan alasan mahasiswa menunda skripsinya. Kemudian kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, situasi dimana mahasiswa tidak dapat menyelesaikan skripsinya sesuai dengan rencana waktu yang ditetapkan, baik oleh dirinya ataupun orang lain. Perilaku penundaan yang terakhir ialah melakukan aktivitas lain selain belajar, mahasiswa lebih memilih mengerjakan hal yang mereka sukai yang dianggap lebih menarik dan membawa hiburan dibandingkan dengan mengerjakan skripsi yang menurutnya membutuhkan konsentrasi dan keseriusan dalam mengerjakannya.

Adapun faktor penyebab terjadinya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yaitu secara internal, kondisi fisik yaitu ketahanan tubuh dimana apabila kondisi fisik kurang baik akan

menjadikan seseorang sulit untuk mengerjakan sesuatu terlebih bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi akan lebih sulit untuk berkonsentrasi, kondisi psikis yaitu kurangnya tanggung jawab pada diri, terlalu *overthinking*, kecemasan yang berlebihan dan takut gagal ketika menghadapi sidang skripsi. Sedangkan, secara eksternal kondisi keluarga dan lingkungan. Selain itu, terdapat juga faktor pencegah terjadinya perilaku prokrastinasi akademik yakni menentukan prioritas utama yang harus dikerjakan terlebih dahulu, membangun motivasi diri agar tidak mudah malas dan bersemangat dalam mengerjakan tugas, mengelola waktu dengan baik, menentukan target penyelesaian tugas atau skripsi dan dukungan lingkungan sekitar.

## **B. Saran**

1. Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat peneliti berikan bagi Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto diharapkan dapat memberikan sosialisasi bagaimana menghindari perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa sehingga dapat meminimalisir terjadinya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa saat mengerjakan tugas khususnya bagi mahasiswa yang sedang berjuang menyelesaikan skripsinya.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi mahasiswa baik secara teoritis maupun praktis untuk mencegah terjadinya perilaku prokrastinasi akademik dan diharapkan mahasiswa lebih mampu mengutamakan prioritas, tujuan dan diharapkan dapat mengelola waktu dengan baik serta mampu menghindari perilaku prokrastinasi pada saat memulai dan menyelesaikan skripsi sesuai dengan target yang akan dicapai.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian supaya penelitian terkait dengan perilaku prokrastinasi

akademik dapat semakin meningkat. Peneliti dapat melakukan penelitian pada prodi lain atau membuat perbandingan antara mahasiswa yang tinggal di pondok dengan mahasiswa yang tinggal di kostan.



## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2012). "Hubungan antara kontrol diri dengan Prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Muria Kudus". *Jurnal Psikologi: Pitutur* 1(2).
- Al-Qur'an Indonesia <http://quran-id.com>
- Andarini, S. R. (2013). "Hubungan antara distress dan dukungan sosial Dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi". *Jurnal Talenta*, 2(2).
- Anwar, M. F. (2019). *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*. Deepublish.
- Asiyah, N. (2013). "Pola asuh demokratis, kepercayaan diri dan kemandirian Mahasiswa baru". *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2).
- Astuti, Y., Nisa, H., Sari, K., & Kumala, I. D. (2021). "Perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa". *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(2).
- Ayu Khoriantari, D. (2022). "*Gambaran Sikap dan Perilaku Remaja Putri dalam Konsumsi Tablet FE di Masa Pandemi Covid 2019 di SMA N 1 Bantul*" (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Burhani, I. I., & Kumaidi, M. A. (2016). "*Pemaknaan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa semester akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta*". (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Dessy Anwar. (2002). "Kamus Lengkap Bahasa Indonesia". Surabaya: Amelia.
- Fauziah, H. H. (2015). "Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung". *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2).
- Ghufron, M. N. (2014). "Prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari regulasi diri dalam belajar". *Quality*, 2(1).
- Hartosujono, H. (2012). "Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa Ditinjau dari Locus Of Control". *Jurnal Spirits*, 3(1).
- Hastuti, R. Y., Sukandar, A., & Nurhayati, T. (2016). "Hubungan antara tingkat Kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang menyusun skripsi di stikes muhammadiyah klaten". *Motorik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(22).

- Haryanti, A., & Santoso, R. (2020). "Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Aktif Berorganisasi". *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1 (1).
- Hidayat, S., & Asroi, M. P. S. (2013). "Implementasi dalam Praktik Pendidikan di Indonesia". *Tangerang: Pustaka Mandiri*.
- Imro'atin H. (2022). "Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Cognitive Behavior Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di MTS Al-Khairiyah Natar*". Skripsi. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Universitas Islam Negeri Raden Intan: Lampung.
- Iryani, E. (2017). "Al-Qur'an dan Ilmu Pengetahuan". *Jurnal Universitas Batanghari Jambi*, 17(3).
- Islami, R. M., & Sa'di, K. (2021). "Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Kemandirian Belajar Anak di Luar Sekolah pada Masa Covid 19 di Perumahan Kekerri Indah". *Transformasi: Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Non Formal Informal*, 7(1).
- Ismail Nurdin and Sri Hartati. (2019). "Metode Penelitian Sosial". Media Sahabat Cendekia: Surabaya.
- Iswanto, I., Sutardjo, S., & Miftah, M. (2018). "Analisis Persepsi Dan Perilaku Masyarakat Terhadap Kepatuhan Ketentuan Daya Angkut (Studi Pada Mobil Barang Bak Muatan Terbuka)". *Jurnal Keselamatan Transportasi Jalan (Indonesian Journal of Road Safety)*, 5(2).
- Jaarvis, M. (2019). "Teori-teori psikologi: Pendekatan modern untuk memahami perilaku, perasaan, dan pikiran manusia. Nusamedia".
- Jisaid, W., Fauziah, S., & Ikhsan, M. (2022, September). "Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa". In *Gunung Djati Conference Series*.
- Julia Brannen, "Memadu Metodologi Penelitian", (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004).
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, "Panduan Penelitian Dan Pelaporan Penelitian Kualitatif", ed. Evi Martha and Agus Suswandono, ke 1 (Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB), 2018)
- Khasanah Wilkhadatun. (2021). "Kewajiban Menuntut Ilmu dalam Islam". *Jurnal Riset Agama*, 1 (2).

- Khoirun N.N, Hamid M., Dian A. W., Riska H. P. (2019). "Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan". *Journal of Psychological Perspective*, 1(1).
- Kusumawardani, N. (2020). "*Pengaruh Pendekatan Make A Match untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Ibu Dalam Pencegahan ISPA Pada Balita di Posyandu Punggul-Sidoarjo*". (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).
- Lu, Y., & Hamu, Y. A. (2022). "Teori Operant Conditioning Menurut Burrhusm Frederic Skinner". *Jurnal Arrabona*, 5(1).
- Lubis, Z. (2016). "Kewajiban Belajar". *Ihya al-Arabiyah: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Arab*, 2(2).
- Nafeesa. (2018). "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah". *Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*, 4(1).
- Nopita, N., Mayasari, D., & Suwanto, I. (2021). "Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Smps Abdi Agape Singkawang". *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 6(1).
- Nugrasanti, R. (2006). "Locus of control dan prokrastinasi akademik Mahasiswa". *Jurnal Provitae*, 2(1).
- Nuning Indah Pratiwi. (2017). "Penggunaan Media Video Call dalam Teknologi Komunikasi". *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial*, no. 2(1).  
<https://doi.org/10.38043/jids.v1i2.219>.
- Nuryadi, A. (2017). "Self Control Dan Self Efficacy Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa". *Jurnal Adiraga*, 3(2).
- Mahyarni, M. (2013). "Theory of reasoned action dan theory of planned behavior (Sebuah Kajian Historis tentang Perilaku)". *Jurnal El-Riyasah*, 4(1).
- Marhaban, N. (2019). Karakteristik Manusia Komunikatif. *Al-Hikmah Media Dakwah, Komunikasi, Sosial dan Kebudayaan*, 10(2).
- Mujahidah, A., & Mudjiran, M. (2019). "Hubungan antara Ketakutan Akan Kegagalan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir". *Jurnal Riset Psikologi*.
- Muliani, A., & Ari Fkahrur Rizal, A. (2022). "Pengaruh Edukasi Audiovisual terhadap Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi di SMP Negeri 6 Loakulu Masa Pandemi".

- Putri, A. L. D. (2018). "Hubungan antara antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga". *Skripsi. Salatiga: Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana*.
- Rahmadi. (2011). "Pengantar Metodologi Penelitian". Antasari Press.
- Rahmadiyah, A. N. (2022). "*Hubungan Self Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA di Masa Pandemi Covid-19*". (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Ramadhan, J., & Maghfiroh, M. U. "Disiplin Perspektif Dolet Unaradjan: Solusi Alternatif Dalam Mengubah Mindset dan Perilaku Prokratinasi Akademik".
- Retnawati, H. (2017, September). "Teknik Pengambilan Sampel". In *Disampaikan Pada Workshop Update Penelitian Kuantitatif, Teknik Sampling, Analisis Data, Dan Isu Plagiarisme*.
- Rijali, A. (2019). "Analisis data kualitatif". *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33).
- Shinta, D. (2021). *Hubungan Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Siyoto, Sandu, and Ali Sodik. (2015). "Dasar Metodologi Penelitian". Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Soleh, M., Burhani, M. I., & Atmasari, L. (2020). "Hubungan antara Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri". *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(2).
- Sugiyono. (2014). "*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RND*". Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan". Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RND*". Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif DAN R & D". Bandung: ALFABETA.

- Suhadianto, S., & Pratitis, N. (2020). "Eksplorasi Faktor Penyebab, Dampak dan Strategi untuk Penanganan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa". *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2).
- Soleh, M., Burhani, M. I., & Atmasari, L. (2020). "Hubungan antara Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri". *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(2).
- Sulistiyorini, S. (2021). "Perilaku Individu dalam Lembaga Pendidikan Islam". *An-Nuha: Jurnal Kajian Islam, Pendidikan, Budaya dan Sosial*, 8(1).
- Syaifullah, A. S., & Nurtjahjanti, H. (2019). "Hubungan antara locus of control dengan stres kerja pada karyawan pabrik garment PT. Sri Rejeki Isman Sukoharjo". *Jurnal Empati*, 7(4).
- Tianingrum, R., & Sopiany, H. N. (2017). "Analisis Kemampuan Pemahaman Matematis Siswa SMP pada Materi Bangun Ruang Sisi Datar". In *Prosiding Seminar Nasional Matematika Dan Pendidikan Matematika*.
- Tim Penyusunan Karya Tulis Ilmiah STAIN, 2013.
- Tim Penyusun. (2019). "Panduan Akademik IAIN Purwokerto Tahun Akademik 2019/2020". Institut Agama Islam Negeri Purwokerto (IAIN): Purwokerto.
- Tim Penyusun. (2022). "Panduan Akademik UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Tahun Angkatan 2022/2023". Universitas Islam Negeri Prof. K. H. Saifuddin Zuhri: Purwokerto.
- Ubaidillah, A. (2016). "Konsep dasar komunikasi untuk kehidupan". *AL IBTIDA': Jurnal Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 4(2).
- Wahyuni, N. T., & Machali, I. (2021). Pengaruh Manajemen Waktu dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Penyusunan Skripsi Mahasiswa Kecamatan Kandis, Kabupaten Siak, Provinsi Riau. *HEUTAGOGIA: Journal of Islamic Education*, 1(2).
- Wawancara, Nada mahasiswa BKI 2016, 19 Maret 2023
- Wawancara, Viola mahasiswa BKI 2016, 8 Februari 2023
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). "Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi". *Jurnal SosioHumaniora*, 5(1).
- Yusuf, A. M. (2014). "Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, & Penelitian Gabungan". Jakarta: Prenada Media Group.

Zarrin, S.A., Gracia, E. & Paixai, M. P. (2020). “Prediction of Academic Praocrastination by Fear of Failure dan Self-Regulation”. *Educational Sciences: Theory & Praticce*, 20(3).



## LAMPIRAN

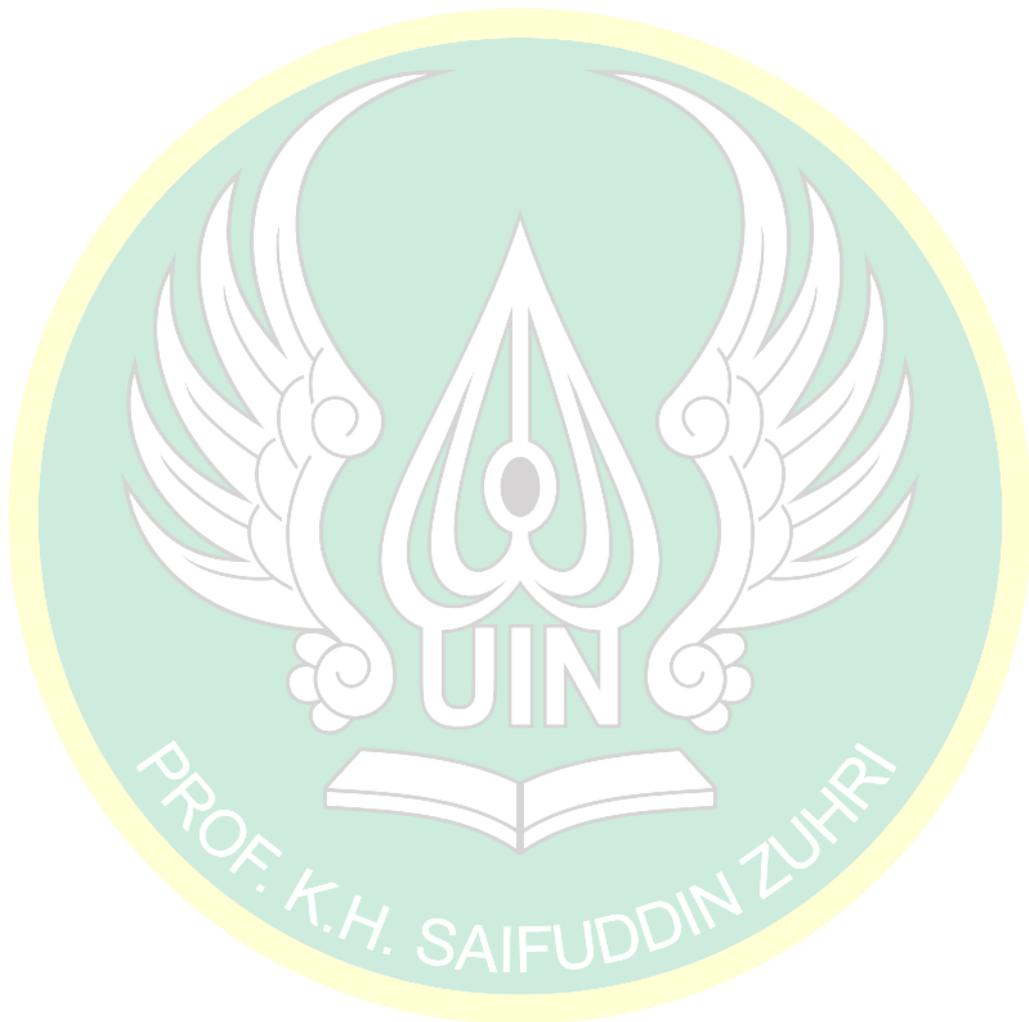
Nama :  
Kelas :  
Angkatan :  
Usia :  
Jenis Kelamin :  
Lokasi Wawancara :  
Hari/Tanggal :

*Table 1 Panduan Wawancara*

No.	Aspek	Pertanyaan
1	Pembuangan Waktu	<ol style="list-style-type: none"><li>1) Secara akademik, semestinya skripsi anda selesainya kapan?</li><li>2) Seberapa sering anda melakukan penundaan dalam memulai dan menyelesaikan skripsi, serta apa alasannya?</li><li>3) Mengapa anda belum menyelesaikan skripsi?</li><li>4) Bagaimana kesulitan yang anda alami dalam membuat dan menyelesaikan skripsi?</li><li>5) Biasanya berapa lama rata-rata waktu yang anda butuhkan untuk melakukan penundaan untuk mengatasi kesulitan tersebut?</li><li>6) Berapa lama rata-rata waktu yang anda habiskan ketika melakukan penundaan untuk memulai dan menyelesaikan skripsi? Dan apa yang anda lakukan ketika melakukan penundaan tersebut?</li></ol>

2	Penundaan dalam proses	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Apakah anda merasa tertinggal atau lebih lamban dengan teman-teman yang lain dalam memulai dan menyelesaikan skripsi dan kenapa hal tersebut bisa terjadi?</li> <li>2) Hal apa saja yang biasanya anda persiapkan terlebih dahulu ketika akan memulai mengerjakan skripsi?</li> </ol>
3	Kesulitan dan penghindaran dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Apakah anda merasa keberatan dalam menyelesaikan skripsi? Mengapa?</li> <li>2) Sebernarnya anda menyukai atau tidak dalam menyelesaikan skripsi? mengapa?</li> <li>3) Apakah dengan menunda mengerjakan skripsi membuat anda menja di tertekan dan apa saja yang menyebabkan tekanan tersebut?</li> <li>4) Hal apa yang membuat anda bersemangat untuk melanjutkan skripsi?</li> <li>5) Bagaimana cara anda mengatasi penundaan skripsi saat ini?</li> </ol>
4	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Bagaimana rencana-rencana yang anda persiapkan untuk memulai dan menyelesaikan skripsi?</li> <li>2) Berapa lama waktu yang anda butuhkan untuk memulai mengerjakan skripsi setelah membuat rencana pengerjaan?</li> </ol>
5	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Apakah anda sering melakukan aktivitas lain sehingga anda menunda untuk mengerjakan skripsi dan saja contoh dari aktivitas tersebut?</li> <li>2) Bagaimana anda membagi waktu untuk megerjakan skripsi dan melakukan aktivitas sehari-hari?</li> <li>3) Apa kesulitan yang anda temui saat membagi waktu mengerjakan skripsi dan melakukan aktivitas lain?</li> <li>4) Bagaimana perasaan anda dalam situasi saat ini?</li> <li>5) Bagaimana perasaan anda saat tidak dan sedang mengerjakan skripsi?</li> </ol>
6	Faktor penyebab dan upaya mengatasi prokrastinasi akademik	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Secara internal, apa yang menjadi alasan faktor penyebab anda melakukan penundaan dalam memulai dan menyelesaikan skripsi? Baik segi fisik maupun psikis.</li> <li>2) Secara eksternal, apa yang menjadi alasan faktor penyebab melakukan</li> </ol>

		<p>penundaan dalam memulai dan menyelesaikan skripsi? Baik segi fasilitas, lingkungan, keluarga dll.</p> <p>3) Bagaimana dukungan orang tua atau orang terdekat anda dalam menyelesaikan skripsi?</p> <p>4) Bagaimana upaya yang anda lakukan agar tidak melakukan penundaan dalam memulai dan menyelesaikan skripsi?</p>
--	--	---



## Hasil Wawancara

Nama : Nada  
Kelas : BKI C  
Angkatan : 2016  
Usia : 24  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Lokasi Wawancara : SMK Muhammadiyah Bumiayu  
Hari/Tanggal : Minggu, 19 Maret 2023

Table 2 Hasil Wawancara Nada

No.	Nama	Transkrip	Ide Pokok
1	Penulis	Bagaimana kabar kakak sekarang?	
2	Nada	Alhamdulillah sehat, baik	
3	Penulis	Alhamdulillah, Kalau boleh tau kesibukan sehari-hari kakak apa yah?	
4	Nada	Ngajar di TK	
5	Penulis	Kakak kuliah sambil kerja? Lalu, adakah alasan kakak kenapa memutuskan untuk bekerja?	
6	Nada	Sedikit cerita ya. Sebenarnya waktu habis ngajuin proposal, jatuh sakit terus pulang ke rumah, terus corona libur kan, terus ditawarkan saudara suruh ikut ngaja di TK akhirnya saya tertarik mencobanya, lumayan juga buat menambah pengalaman didunia kerja dan kebetulan TK nya juga deket dari rumah.	Perilaku : 1. Pembuangan waktu 2. Penundaan dalam proses 3. Melakukan aktivitas lain selain belajar
7	Penulis	Sejak kapan kakak ngajar di TK?	
8	Nada	Tanggal 15 Maret 2021 udah dua tahunan berarti	

9	Penulis	Bagaimana kesibukan kakak sehari-hari selain bekerja?	
10	Nada	Selain itu, yaaa karena ini lagi nyelesain skripsi. Ya nyelesain skripsi gitu ya, pagi kerja di TK terus kalau malem habis magrib itu ngajar ngaji juga.	
11	Penulis	Oh iya kak, bisakah kakak menjelaskan bagaimana riwayat pendidikan kakak dari dulu hingga sekarang?	
12		Oh iya, dulu kebetulan TK nya di TK Aisyah Bustanul Athfal Negaradaha, terus sekolah dasarnya di SD 4 Negaradaha, kemudian di SMPN 1 Bumiayu, terus SMA nya di SMAN 1 Bumiayu. Dan sekarang masih dari dalam proses di UIN SAIZU Purwokerto.	
13	Penulis	Dulu daftar kuliah jalur apa kak? Dan alasan kakak kenapa mengambil jurusan BKI?	
14	Nada	Eee... ceritanya ee lumayan sih. Eeee sebenarnya, gini masuk lewat tes jalur mandiri. Awalnya ngga tau, awalnya niatnya ngga mau di IAIN karena ngga tau kalau di Purwokerto ada IAIN, taunya ada di jogja, di jakarta gitu ya. Taunya di kota-kota besar gitulah. Dan dapat informasi dari kakak "da kamu kan SPAN-PTKIN yang disekolah ngga ke jaring" terus akhirnya "itu aja kuliah di IAIN" terus "IAIN mana?" "IAIN Purwokerto" gitu katanya. Terus katanya ngambil BK dan itu saran dari kakak. Terus "oh okelah" akhirnya daftar lewat online kan terus tes di IAIN tes tertuliskan gitu ya. Terus pas itu juga Alhamdulillah diterima. Waktu itu peminatan kan kayak yang di fakultas Tarbiyah rata-rata udah penuh kan. Waktu itu ada 3 peminatan yang diambil	

		termasuk MPI sama BKI. Itu awal yang pertama BKI, terus niatnya mau ngambil MPI terus tapi udah penuh, udah ngga ada kuota lagi. Dan ngambil yang lain. Tapi karena yang pertama disaranin ngambilnya BKI dan alhamdulillah diterima di IAIN dan pas banget keterimanya BKI. Awalnya sih kayak “gimana ya kuliah disini?” karena kan bukan karena niatan diri sendiri kan, itu karena saran dari kakaknya. Bismillah lah dijalani yaa Alhamdulillah bisa sampe sekarang ya walaupun skripsinya ditunda-tunda gitu.	
15	Penulis	Oooh berarti alasan kakak ngambil jurusan BKI karena saran dari kakaknya (saudara) ya.	
16	Nada	Iya awalnya saran dari kakak.	
17	Penulis	Ooh iya kak, kalau boleh tau kesibukan orang tua kakak bekerja atau bagaimana kak?	
18	Nada	Orang tua nggak kerja, sekarang kan tinggal ibu. Ayah udah nggak ada, tinggal ibu ya. Awalnya dulu bekerja sebagai pedagang tapi sekarang udah nggak karena udah sepuh juga, iya itu sih paling sekarang sebagai ibu rumah tangga biasa.	
19	Penulis	Oh iya kak, kalau boleh tau kakak tinggal dimana ya?	
20	Nada	Saya tinggal di Negaradaha, Bumiayu.	
21	Penulis	Oh di Negaradaha ya kak. Kalau boleh tau dikeluarga kakak anak ke berapa dari berapa bersaudara kak?	
22	Nada	Anak ke 9 dari Sembilan bersaudara, anak bontot, bisa dibilang anak bungsu lah	
23	Penulis	Kalau secara akademik, semestinya skripsi kakak selesainya kapan?	

24	Nada	Iya betul. <u>Seharusnya dari semester delapan</u> lalu. Tapi karena suatu hal jadi tertunda	Perilaku: Penundaan dalam proses
25	Penulis	Seberapa sering kakak melakukan penundaan dalam memulai dan menyelesaikan skripsi, serta apa alasannya?	
26	Nada	Yaaa karena ini udah berjalan berapa tahun ya. Terakhir itu, berarti dari 2020 ya, berarti udah <u>dua tahunan yah ditunda</u> udah lama banget. Ya sebenarnya karena apa ya namanya, <u>kalau orang udah berhenti lama ya kan yah</u> . Untuk memulai itu <u>kaya malas banget</u> harus mulai dari awal gitu kan terus karena udah terlalu lama berhenti jadi yaa itu malas memulai lagi gitu cuman karena mungkin ini aduh ini jangan sampe ini udah detik-detik terakhir ngga lulus akhirnya sekarang lagi dikejar	Perilaku: Pembuangan waktu
27	Penulis	Kalau boleh tau apa yang membuat kakak menunda dalam menyelesaikan skripsi?	
28	Nada	Eeee.. awalnya waktu itu karena sakit yaa. Sakit pulang terus ada covid. Nah awalnya belum ada kepikiran buat kerja, terus pas 2021 ada saudara yang kebetulan beliau kepala sekolah TK. Nah dulu gurunya cuman dua, karena yang satu pindah gitu yah. Akhirnya gurunya kurang terus narik saya untuk "da gimana mau ngajar tidak, masalahnya ini gurunya kurang satu". Terus saya iya udah deh tertarik buat ngajar, kaya coba deh ngajar TK gimana. Kebetulan TK nya deket rumah jadi apa salahnya nyoba sekalian belajar gitu. Eeee ya bisa dibidang apa namanya, yaaa belajar dibidang dunia kerja, gitu sih awalnya. Terus ya alhamdulillah sampe sekarang enjoy aja, kayak awalnya "gimana ya ngajar anak TK anak kecil" gitu kan takutnya ngga	Perilaku: 1. pembuangan waktu 2. melakukan aktivitas lain selain belajar

		sabar takutnya gimana gimana gitu kan. Tapi, Alhamdulillah dijalani sampai sekarang yaa Alhamdulillah enjoy. Nah <u>karena keasyikan lupa deh sama skripsi dan ya bisa dibilang penyakit malasnya kambuh karena lama ngga ngerjain skripsi</u>	
29	Penulis	Bagaimana kesulitan yang kakak alami dalam membuat skripsi?	
30	Nada	Kalau kesulitan sih ngga terlalu berarti, maksudnya ngga yang sulit banget ya. Paling yang terutama sulit itu kan niatan dari diri sendiri jadi apa ya membangun biar kita “ayo semangat” jadi apa ya.. membangun semangatnya itu gitu dan kita butuh motivasi biar kita itu semangatnya “ayo ayo” semangatnya lebih itu lagi lah, karena udah terlalu menunda juga. Paling itu sih dari diri sendiri terus kadang ya kalau masalah dengan kesibukan kerja itu kalau sebisa-bisanya kita sih untuk ngatur waktunya. Kalau misalnya bimbingan sih ngga anu banget. Bu azizah juga eeee selalu “ayuh mba ini udah bentar lagi mau ikut wisuda yang apa? Kapan?”. Iya paling itu sih <u>sebernarnya kalau kesulitan lebih ke diri sendiri, lebih ke internalnya sih.</u>	Perilaku: Kesulitan dalam tugas kuliah
31	Penulis	Berapa lama rata-rata waktu yang anda butuhkan untuk mengatasi kesulitan tersebut?	
32	Nada	Nah itu kadang kalau pas lagi malas, ngga itu sih sebenarnya ngga nentu ya kalau lagi malas ya malas aja. Tapi kalau lagi semangat iya bisa ngejar terus. Eee ngga nentu berapa lamanya, kadang itu misalkan hari ini lagi malas, ehh besoknya semangat lagi buat bikin skripsi. Jadi <u>ngga nentu sih waktunya berapa lama atau berapa hari.</u>	Perilaku: penundaan dalam proses
33	Penulis	Selama kakak menunda mengerjakan skripsi? Biasanya apa yang kakak	

		lakukan?	
34	Nada	Nah biasanya kalau lagi nunda itu kadang pas kita lagi ada kegiatan diluar. <u>Kadang kan kaya kemaren pernah pas abis kompre waktu itu, saya mau ngerjain eh ternyata banyak kegiatan sekolah.</u> Entah itu ke brebes atau ada temu sama guru-guru yang lain kaya gitu. Pokoknya seee agenda-agenda banyak diluar gitu. Akhirnya kan <u>pulang udah cape, udah malas kan buat mikir, kadang udahlah besok lagi besok lagi</u> akhirnya kaya gitu.	Perilaku: 1. Pembuangan waktu 2. Penundaan dalam proses
35	Penulis	Terus kak, apakah kakak merasa terlambat atau lebih lamban dalam memulai dan menyelesaikan skripsi dibandingkan dengan teman-teman kakak yang lain. Dan kenapa hal tersebut terjadi?	
36	Nada	<u>Sangat lambat sih</u> sebenarnya, padahal kan waktu sempro aja itu sebelum corona kan. Corona 2019 kan, itu sebelum itu saya ehh engga sempro berarti 2020 dan komprenya <u>malah kemaren 2022 kan.</u> Itu kan udah lama banget. Iyaa pastinya tertinggal, lambat, lama lah dari temen-temen yang lain gitu kan. Itu sih alasanya yang sudah disebutin diatas kaya gitu tok. Lebih ke internalnya gitu.	Perilaku : Penundaan dalam proses
37	Penulis	Ooh iyaya kak. Lalu, hal apa saja yang biasa kakak persiapkan untuk memulai mengerjakan skripsi?	
38	Nada	Pertama niat ya, bener-bener bertekad “ayo semangat” gitu kan. Jadi kedua, kita sampai mana dulu yang kira-kira bahannya udah ada, kita selesaikan terlebih dahulu. Makanya kaya kemaren, eee karena wawancara dulu akhirnya yang diselesaikan wawancaranya dulu. Akhirnya penulisannya dulu yang diselesaikan. Karena ini emang udah mepet juga	

		<p>kan jadi, ya udahlah yang BAB 1-3 okeh itu dikesampingkan dulu. Terus kita lanjut BAB 4 langsung gitu. Jadi karena wawancara kan butuh waktu lama ya, kemaren aja dari November baru selesai itu Januari-Februari, itu lama banget. Kita eee chat narasumber tuh lama banget bahkan ada juga yang “oke iya bisa” tapi ternyata begitu kita chat “ini gimana, kapan?” dan ternyata zonk, dia ngga ngilang. Terus akhirnya (tanya Dospem) “Bu ini gimana?” terus “udah ngga papa mba seadanya saja”. Jadi kita kejar yang kira-kira membutuhkan waktu lama gitu. Dari penulisan butuh waktu lama, akhirnya itu dulu yang dikerjakan. Kalau masalah BAB yang diatas itumah tinggal kita cari dibuku bisa, gampang.</p>	
39	Penulis	Kalau boleh tahu kakak meneliti tentang apa?	
40	Nada	Pengembangan konselor lewat HMJ, Mitra Remaja gitu	
41	Penulis	Ooh berarti mahasiswa ?	
42	Nada	Iya, yang diteliti mahasiswa. Emang awalnya mahasiswa bahkan saya juga ganti, awalnya kuantitatif jadi kualitatif semua dari awal. Tapi untungnya yang jadi subjek tetep mahasiswa gitu.	
43	Penulis	Oalah begitu ya kak. Apakah kakak merasa keberatan dalam menyelesaikan skripsi? Kenapa?	
44	Nada	Sebenarnya ngga sih, karena itu sebuah kewajiban dan syarat bisa lulus kuliah. Sama aja kaya sekolah SD, SMP, SMA kan ada ujian yang wajib diikuti biar bisa lulus. Kalau engga ya, ngga bisa lulus gitu	
45	Penulis	Sebenarnya kakak menyukai atau tidak dalam mengerjakan skripsi?	

		Kenapa?	
46	Nada	Sebenarnya suka cuman mungkin karena malas jadi kaya “lah inilah itulah”. Sebenarnya suka, mungkin kurang sukanya itulah kalau misal penulisan, narasumber oke dia bisa tapi akhirnya zonk, udah dihubungi, udah dichat tapi dia malah lepas tanggung jawab. Itu sih yang bikin ngga sukanya. Soalnya kalau nunggu-nunggu orang yang seperti itu cuman buang-buang waktu, jadi iya udahlah mending ngga usah, gitu aja sih paling.	
47	Penulis	Oohh iyaya kak. Lalu, apakah dengan menunda skripsi membuat kakak menjadi tertekan dan apa saja yang menyebabkan tekanan tersebut?	
48	Nada	Sebenarnya iya, apalagi kakak (saudara) kuliahnya setelah saya masuk, tapi dia sekarang udah lulus dan saya belum. Kayak “duh gimana yah, kok saya yang duluan tapi malah kakak saya yang lulus”. Terus kakak saya bilang “gimana skripsinya, cepetan lulus” kayak gitu terus. Sebenarnya tertekan kadang “duh gimana ya?” mau mulai kadang malas, ngga mulai kapan selesai, bahaya ini udah kuliah lama, bayar banyak gitukan tapi ngga selesaikan sayangkan gitukan. Selama ini berarti kan waktunya terbuang sia-sia gitukan makanya Bismillah mulai lagi. Tertekan pasti karena kalau belum selesai itu beban banget.	
49	Penulis	Lalu adakah cara kakak mengatasi penundaan skripsi saat ini?	
50	Nada	Lawan malas itu dengan membulatkan tekad biar bisa cepet lulus, kegiatan yang sekiranya tidak terlalu penting ditinggalkan dulu. Dorongan dari orang terdekat juga,	

		seperti keluarga dan dosen pembimbing.	
51	Penulis	Lalu, bagaimana rencana-rencana yang kakak persiapkan dalam memulai dan menyelesaikan skripsi?	
52	Nada	Lebih ke fokus sih buat nyelesain skripsi, karena sudah saat-saat terakhir, diujung tanduk. yang lain dikesampingkan ya sekiranya misal ada tugas apa, tapi biasa diwakilkan ya wakulkan. Komunikasi juga dengan kepala sekolah biar tahu kondisi kita. Jadi tugas sekolah diselesaikan disekolah, dirumah tinggal fokus ke skripsi.	
53	Penulis	Oalah baik kak. Lalu berapa lama waktu yang kakak butuhkan untuk memulai mengerjakan skripsi setelah membuat rencana pengerjaan ?	
54	Nada	Sebenarnya sih kalau fokus dan untuk pengumpulan datanya bisa cepat, <u>ya mungkin 1-2 bulan bisa selesai</u> , itu sama ujian-ujianya ya. Tapi <u>karena sering tertunda-tunda dan waktu wawancara kemaren banyak kendala, jadi hampir 6 bulanan</u> , itu dihitung dari kompre. Kalau dari waktu pengumpulan datanya 3 bulanan. Syukur-syukur bulan ini bisa selesai.	Perilaku: Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual
55	Penulis	Oalah baik kak. Lalu bagaimana kakak membagi waktu untuk mengerjakan skripsi dan melakukan aktivitas sehari-hari kakak?	
56	Nada	Kalau ngajarkan pagi sampai siang, untuk ngerjain skripsi bisa habis ashar atau habis isya, karena habis magrib ngajar ngaji juga	
57	Penulis	Terus kak, Apa kesulitan yang kakak alami saat membagi waktu antara mengerjakan skripsi dan mengajar kak?	

58	Nada	Ya paling kalau pas lagi tugas keluar sampe ngep terus pas sekolah lagi ada acara, kaya waktu pas lagi akreditasi sekolah kan itu makan waktu banget ya. Itu capek kan, nah karena capek itu kadang jadi malas buat mikir	Perilaku: Melakukan aktivitas lain selain belajar
59	Penulis	Lantas bagaimana perasaan kakak dalam situasi saat ini?	
60	Nada	Pertama pasti menyesal karena menunda-nunda jadi banyak waktu terbuang percuma, kedua seneng bisa menyelesaikan skripsi, ya masih dalam tahap penyusunan sih	
61	Penulis	Oohh iyaya kak. Lalu, bagaimana perasaan kakak saat tidak dan sedang mengerjakan skripsi?	
62	Nada	kalau pas mengerjakan semangat banget, pokoknya sampai kadang bisa lembur dibela-belain yah malem kan biasanya. Malam kan santai, terus waktunya kan sepi sunyi jadi kayaknya buat konsentrasi itu bagus gitu enak gitukan. Tapi <u>kalau lagi down, lagi malas-malasnya mau buka laptop aja malasnya minta ampun, jangankan buka laptop dihp aja ada filenya mau nengok aja buat liat ini udah sampai mana kadang "lah malas, lah nanti aja udah"</u> kayak gitu. Mau liat tok be malas banget apalagi mau buka laptop. <u>Kalau lagi ngga ngerjain itu malas banget bawaannya.</u>	Perilaku: 1. Pembuangan waktu 2. Penundaan dalam proses
63	Penulis	Kalau secara internal kak, apa faktor yang menyebabkan kakak melakukan penudaaan ini? Baik fisik dan psikis kak.	
64	Nada	Nah itu berkesinambungan ya, fisik. Waktu itu saya habis bimbingan oke itu udah di acc judulnya, terus tinggal kita bikin proposal ya. Eh malah <u>jatuh sakit,</u> akhirnya malem langsung dibawa pulangkan karena dulu	Faktor penyebab prokrastinasi: 1. Sakit dan pemulihan sebulan lebih 2. Covid yang

		<p>ngekos, bolak-balik periksa, rawat jalan <u>akhirnya malah rawat inap</u>. Sebenarnya ngga lama rawat inapnya cuman karena pemulihan lama sampai satu bulan. Terus karena abis itu sebulan untuk mikir lagi, ada niatan “aku udah lama nih” terus <u>pas itu juga kan corona terus udah lama kan akhirnya oke mulai lagi, tapi otak itu buat mikir “aduh ngga bisa” kayak masih pusing akhirnya udahlah berenti dulu</u> kita ngga mikir itu dulu kita pemulihan bener-bener bahkan lebih dari sebulan pemulihan. Akhirnya karena terlalu lama, terus covid, kampus libur lama banget. Iya udah <u>ngaruh di psikis akhirnya kita jadi malas gitu kan iya udah sampe sekarang nyesel</u>, sebenarnya kenapa ngga dari dulu aja sih, kenapa baru sekarang semangatnya gitu.</p>	<p>menyebabkan kampus libur</p> <p>3. Malas mikir karena terlalu lama berhenti (menunda) mengerjakan skripsi</p>
65	Penulis	Kalau secara eksternalnya bagaimana kak?	
66	Nada	Kalau dari eksternalnya sih ngga terlalu sih, lingkungan juga engga. Malah lingkungan itu sebenarnya lebih mendukung biar cepet selesai. Itu emang datengnya dari internal sih, lebih ke diri sendiri gitu lho. Kalau dari lingkungan, keluarga, temen, terus kaya tadi dosen gitu mereka malah lebih ke memotivasi biar cepet selesai, biar kayak temennya udah pada selesai.	
67	Penulis	Lalu bagaimana dukungan orang terdekat kakak dalam proses menyelesaikan skripsi ini kak?	
68	Nada	Eeee orang terdekat iya otomatis keluarga, orang tua, kakak. Sebenarnya mereka lebih seringnya memotivasi biar “ayo da cepetan, udah sampai mana skripsinya? Udah selesai apa belum? ayo semangat, jangan malas nanti kamu sia-sia waktunya panjang banyak banget	

		waktu kamu selama beberapa tahun sia-sia ngga lulus” paling gitu sih. Lebih ke dukungan secara moril sih.	
69	Penulis	Ooohh iya kak. Bagaimana upaya kakak supaya tidak melakukan penundaan lagi?	
70	Nada	Nah itu, jadi udah ditanamin ke diri sendiri “nih kamu tuh waktunya udah mau habis, udah diujung tanduk, kalau kamu ngga selesai sekarang, berarti selama waktumu sia-sia” udah ditanamin ke diri sendiri seperti itu di hati, dipikiran pokoknya udah ngga ada waktu leha-leha, udah ngga ada waktu lagi buat santai-santai, pokoknya harus diselesaikan sekarang juga. Jadi kita menanamkan ke diri sendiri, bangun tekad yang kuat. Meskipun lingkungan sangat mendukung tapi kitanya udah malas, ya percuma ngga bakalan mempan gitukan. Berarti mei ya, ini maret udah harus selesai biar nanti april udah bisa munaqosah biar mei bisa wisuda, udah targetnya itu tok. Dulu kalau ada acara sekolah diluar suka pergi kan, terus sekarang kalau memang bisa diwakilkan okeh monggo diwakilkan jadi sekarang lebih fokusnya ke skripsi.	
71	Penulis	Jadi lebih mengutamakan skripsi ya kak	
72	Nada	Iya untuk saat ini, tapi tugas ngajar ya tetap dijalankan tinggal atur waktu saja	
73	Penulis	Oke kak, mungkin untuk sesi wawancara sudah cukup. Terima kasih atas waktu dan kesediaannya menjawab pertanyaan-pertanyaan tadi.	
74	Nada	Sama sama	

## Hasil Wawancara

Nama : Viola  
 Kelas : BKI C  
 Angkatan : 2016  
 Usia : 25  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Lokasi Wawancara : Video Call WhatsApp  
 Hari/Tanggal : Minggu, 8 Februari 2023

*Table 3 Hasil Wawancara Viola*

No.	Nama	Transkrip	Ide Pokok
1	Penulis	Boleh ceritakan kesibukan kakak sehari-hari?	
2	Viola	Sibuk menjadi budak korporat hehehe, maksudnya kerja di toko roti	
3	Penulis	Lalu, adakah alasan kakak untuk bekerja?	
4	Viola	Ada, karena ingin membantu ibu dan tidak ingin merepotkan ibu	
5	Penulis	Kalau boleh tau kakak sekarang tinggal dimana ?	
6	Viola	Di mess tempat kerja ku	
7	Penulis	Oalah begitu ya kak, lalu adakah apa alasan kakak kuliah mengambil jurusan BKI?	
8	Viola	Awalnya mikir ngambil jurusan yang ngga susah waktu kuliah sih tapi ternyata sama aja	
9	Penulis	Oalah iyaya kak. Kalau secara akademik, semestinya skripsi Kakak selesainya kapan?	
10	Viola	Semester 8 harusnya	
11	Penulis	Seberapa sering kakak melakukan penundaan dalam memulai dan menyelesaikan skripsi, serta apa alasannya?	

12	Viola	Kayaknya sering banget deh, alasannya klasik sih karena malas mikir	Penundaan dalam proses
13	Penulis	Oalah begitu ya kak. Kalau boleh tau apa alasan Kakak menunda mengerjakan skripsi?	
14	Viola	<u>Gak bisa membagi waktu antara kerja sama kuliah</u> sih, Sebenarnya bisa kayaknya cuman dasarnya aja yang malas, kalau mau mulai juga harus dari awal karena udah lama banget nunda juga	Kesulitan dan penghindaran
15	Penulis	Lalu, bagaimana kesulitan yang kakak alami dalam membuat dan menyelesaikan skripsi?	
16	Viola	kesulitannya dalam merangkai kata-kata ya buat skripsi, karena kita harus mikir banget dan harus dengan bahasa ilmiah juga ngga boleh sembarangan	Kesulitan dan penghindaran
17	Penulis	Biasanya butuh berapa lama kakak mengatasi kesulitan tersebut?	
18	Viola	<u>Biasanya 3 hari tapi kalau paling lama biasanya seminggu</u> , tergantung mood juga sih kalau emang moodnya lagi baik ya bisa aja sehari langsung ngerjain	1. Penundaan dalam proses 2. Kesenjangan waktu
19	Penulis	Berapa lama waktu yang kakak habiskan ketika melakukan penundaan? Dan apa yang kakak lakukan ketika melakukan penundaan tersebut?	
20	Viola	<u>Biasanya seminggu mungkin bisa lebih</u> , dan biasanya yang dilakukan ya bekerja sih kalau ngga ya bisa main sama temen	1. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual 2. Melakukan aktivitas lain belajar
21	Penulis	Apakah kakak merasa terlambat atau lebih lamban dalam memulai dan menyelesaikan skripsi dengan teman-teman yang lain dan kenapa hal tersebut bisa terjadi?	
22	Viola	Lebih lambat banget sih, ini aja hampir di	1. Pembuangan

		do kan. Karena jujur aja ya, aku udah malas mikirin skripsi. Sekarang malah kepengen cari kerja biar dapet uang yang banyak	waktu 2. Penundaan dalam proses
23	Penulis	Hal apa aja yang biasanya kakak persiapkan terlebih dahulu ketika akan memulai dan menyelesaikan skripsi?	
24	Viola	Niat, harus kekumpul dulu niat buat ngerjain skripsi, itu sih yang paling penting buat aku	
25	Penulis	Oalah iyaya paham Apakah Kakak merasa keberatan dalam menyelesaikan skripsi? Kenapa?	
26	Viola	Keberatan si engga ya, kan itu emang udah jadi kewajiban. <u>Cuman aku terlalu overthinking aja jadi bikin stuck di tempat</u>	Kesulitan dalam tugas kuliah
27	Penulis	Memang apa yang membuat Kakak jadi overthinking?	
28	Viola	<u>Soalnya aku udah lama banget gak buka skripsi ku lagi dan udah hampir lupa sama isinya malah.</u> Takut waktu ditanya gak bisa jawab, takut revisi banyak, takut dihajar pertanyaan yang gak bisa aku jawab waktu sidang. Negatif duluan pikirannya	kesulitan dalam tugas kuliah
29	Penulis	Berarti butuh waktu lagi ya kak sebelum mulai bimbingan buat baca2 skripsinya?	
30	Viola	Bener banget, cuma ya itu malas banget baca skripsi apalagi buat buka-buka skripsinya	
31	Penulis	Sebenarnya Kakak suka atau tidak dalam menyelesaikan skripsi? Mengapa?	
32	Viola	Suka gak suka sih. ngga sukanya mungkin karna udah <u>terlalu lama gak mikirin skripsi ya, jadi udah malas aja.</u> <u>Udah pengen cari uang yang banyak.</u> Suka ya mau ngga mau harus suka ngga sih, karna kan udah jadi kewajiban.	Melakukan aktivitas lain selain belajar
33	Penulis	Klo dari sisi nggak suka ya kak, ada nggak sih cara Kakak mengatasi rasa tidak suka dalam mengerjakan skripsi?	

34	Viola	Sejauh ini belum ada	
35	Penulis	Apakah dengan menunda skripsi membuat kakak menjadi tertekan dan apa saja yang membuat tekanan tersebut?	
36	Viola	Tertekan karena ibu pengen aku cepet-cepet lulus <u>tapi anaknya yang otaknya ngga bisa diajak kerjasama buat cepet lulus</u>	Kesulitan dalam tugas kuliah
37	Penulis	Terus gimana perasaan kakak dalam situasi saat ini?	
38	Viola	Gimana yaa jelasinnya, aku sendiri pun gak tau gimana perasaan aku saat ini. Cuman yang pasti aku lagi ngejar Mei yaa, soalnya nyawaku cuman sampe Mei aja	
39	Penulis	Berarti sekarang lagi berusaha biar nggak stuck ya kak. Lalu, Apakah Kakak udah ada planning kapan mulai ngerjain skripsinya?	
40	Viola	Sebenarnya aku udah niat february mulai bimbingan lagi tapi karena aku kerja ditoko roti yaa, apalagi bentar lagi puasa. Sekarang lagi sibuk bikin kue kering, jadi masih stuck lagi, InsyaAllah kalau gak ada kendala akhir february atau awal maret aku mulai lanjut lagi	
41	Penulis	Oalah kalau boleh tau udah berapa lama kakak kerja disana?	
42	Viola	Baru 1 tahun 3 bulan sih	
43	Penulis	Oalah lumayan lama ya kak, Berarti sebelum kerja sebenarnya udah mulai ngerjain skripsinya ya kak?	
44	Viola	Udah, skripsi ku sebenarnya udah kelar tinggal acc aja tapi yaa gitu masih suka revisian sebenarnya gak perlu sih kayaknya	
45	Penulis	Oalah udah selesai ternyata ya kak, berarti udah berapa lama Kakak nunda ngerjain skripsinya kak?	
46	Viola	Hampir setengah taun kayaknya deh	Pembuangan

			waktu
47	Penulis	Bagaimana kakak membagi waktu antara mengerjakan skripsi dan melakukan aktivitas sehari-hari kak?	
48	Viola	Kadang aku ijin kerja nggak masuk seharian atau nggak setengah hari, jadi siang sampai sore aku di kampus	
49	Penulis	Oalah iyaya kak Apakah ada kesulitan yang kakak temui saat membagi waktu antara skripsi dengan bekerja?	
50	Viola	<u>Kesulitan untuk memulai, karena aku kaya mulai dari awal, harus mempelajari lagi skripsiku</u>	Kesulitan dalam tugas kuliah
51	Penulis	Oalah begitu ya kak Lalu menurut kakak siapa yang menyebabkan skripsi kakak tertunda?	
52	Viola	<u>Diri sendiri sih, mungkin karena udah malas mikir skripsi dan udah enak kerja</u>	
53	Penulis	Secara internal dan eksternal, apa yang menjadi alasan faktor penyebab melakukan penundaan dalam memulai dan menyelesaikan skripsi?	
54	Viola	Kalau secara internal karena <u>malas mikir</u> aja sih jadinya nunda-nunda terus. Dan kalau dari eksternalnya semenjak orang tua pisah, aku jadi <u>berusaha buat menghasilkan uang yang banyak dan mungkin itu menjadi salah satu faktornya</u>	Faktor penyebab: 1. Malas berpikir 2. Masalah ekonomi
55	Penulis	Bagaimana dukungan orang tua atau orang terdekat kakak dalam menyelesaikan skripsi?	
56	Viola	Mereka siap bantu aku kapanpun saat aku ada kesulitan dalam mengerjakan skripsi	
57	Penulis	Lalu adakah cara kakak mengatasi penundaan skripsi saat ini?	
58	Viola	Belum menemukan si, makannya sampe sekarang masih stuck	Penundaan dalam proses
59	Penulis	Baik kak, untuk sesi wawancara sudah cukup. Terima kasih atas waktu dan kesediaannya.	
60	Viola	Iya sama sama	

*Dokumentasi Hasil Wawancara*



*Gambar 1.1 Wawancara Nada 1*



*Gambar 1.2 Wawancara Viola 1*

## CURRICULUM VITAE

### A. Biodata Pribadi

Nama : Armila Agustine  
Tempat, Tanggal Lahir : Brebes, 22 Agustus 2001  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Desa Purbayasa RT. 02 RW. 01 Kecamatan  
Tonjong Kabupaten Brebes  
E-mail : [armilaagst2208@gmail.com](mailto:armilaagst2208@gmail.com)  
No. HP : 087838823183

### B. Riwayat Pendidikan

Jenjang	Sekolah/Institusi	Tahun
SD	MI Mauhibul Athfal Purbayasa	2007-2013
SMP	SMPN 1 Tonjong	2013-2016
SMA	MAN 2 Brebes	2016-2019
PT	UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto	2019-2023

### C. Pengalaman Organisasi

1. Pengurus KPMDB UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Pengurus KPMDB Wilayah Purwokerto

### D. Motto

*"So remember Me, I will remember you"*

Q.S. Al-Baqarah: ayat 152

Purwokerto, 4 April 2023

  
(Armila Agustine)