

Table Of Content

Journal Cover	2
Author[s] Statement	3
Editorial Team	4
Article information	5
Check this article update (crossmark)	5
Check this article impact	5
Cite this article	5
Title page	6
Article Title	6
Author information	6
Abstract	6
Article content	7

ISSN 2598-991X (ONLINE)

IJEMD



**INDONESIAN
JOURNAL OF
EDUCATION
METHODS
DEVELOPMENT**

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licences/by/4.0/legalcode>

EDITORIAL TEAM

Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

Article information

Check this article update (crossmark)



Check this article impact ^(*)



Save this article to Mendeley



^(*) Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

Academic Procrastination for Students of the Faculty of Psychology and Educational Sciences (FPIP) at the University

Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan (FPIP) di Universitas

Roudhotul Izzati, roudhotul0208@gmail.com, (0)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dwi Nastiti, dwinastiti@umsida.ac.id, (1)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

⁽¹⁾ Corresponding author

Abstract

The research motivated by phenomenon of students experiencing academic procrastination. This study aims to describe the picture of academicprocrastination that occurs in the Faculty of Psychology and Education, University of Muhammadiyah Sidoarjo (UMSIDA). This type of research uses a quantitative approach with a descriptive type of research. The research population is the students of the Faculty of Psychology and educational Sciences for the 2019-2020 academic year, totaling 2.000 students. The sample of this study was 249 students using the propotional random sampling technique. The research data collection technique used a psychological scale with a Likert scale type, namely the academic procrastination scale. The data analysis technique used descriptive statistics with the product moment correlation technique using the SPSS 19.0 for windows program. The results showed that overall all students of the Faculty of Psychology and educational Sciences (FPIP) at the University of Muhammadiyah Sidoarjo did academic procrastination, in this study it was 75,5%.

Published date: 2022-08-31 00:00:00

Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu cara untuk memperoleh ilmu dari berbagai pembelajaran. Pendidikan bisa didapatkan secara formal maupun non formal. Pendidikan formal seperti di perguruan tinggi memiliki peran yang sangat penting untuk menjadikan individu yang bermartabat, mandiri, tangguh, kreatif, mewujudkan diri menjadi individu tersebut sangatlah tidak mudah banyak proses dan pembelajaran yang harus dilalui. Selama pelajar maupun mahasiswa menuntut ilmu dilembaga pendidikan formal tidak terlepas untuk mengerjakan tugas-tugasnya [1].

Mahasiswa adalah individu yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi baik di universitas, institut maupun akademi. Mahasiswa dituntut dapat memenuhi tugas-tugasnya, baik yang bersifat akademik maupun non akademik. Namun pada kenyataannya, ketika mahasiswa menghadapi tugasnya timbul rasa malas untuk menyelesaikan tugas tersebut. Agar semua kegiatan-kegiatannya dapat berjalan dengan baik karena banyaknya tugas dan kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa maka diperlukannya manajemen waktu yang baik [2].

Dalam penyelesaian tugas-tugas studi, ada indikasi siapa saja bisa melakukan penundaan penyelesaian tugas. Sebagian orang memandang individu yang menunda-nunda tugas memiliki perilaku yang negatif dan dianggap tidak peduli terhadap kualitas tugas. Perilaku prokrastinasi akademik seringkali disebabkan oleh kebiasaan belajar dan manajemen waktu yang buruk, perasaan takut salah, perfeksionis (menuntut kesempurnaan) serta lemahnya motivasi belajar [3]. Prokrastinasi merupakan suatu masalah yang sangat serius dapat membawa konsekuensi bagi pelaku prokrastinasi (prokrastinator). Terdapat dua konsekuensi yaitu konsekuensi negatif dan konsekuensi positif, konsekuensi negatif dapat dibedakan menjadi dua yaitu konsekuensi internal dan eksternal. Secara internal, prokrastinasi dapat menimbulkan rasa frustrasi, emosi, dan rasa bersalah. Sedangkan secara eksternal, prokrastinasi berkorelasi negatif dengan prestasi akademik menyebabkan hilangnya kesempatan, dan hilangnya waktu secara sia-sia. Konsekuensi positif prokrastinasi bersifat sementara yaitu dapat mengatasi stres dan perasaan buruk tapi hanya untuk sementara waktu [4].

Prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan yang dilakukan seseorang dengan alasan irasional, bentuk penundaan yang dilakukan dengan alasan yang tidak rasional sehingga menimbulkan perasaan yang tidak nyaman bagi yang melakukannya [5]. Meskipun prokrastinator dapat menyelesaikan tugasnya dengan tepat waktu, namun kinerja seorang prokrastinator tidaklah maksimal atau tidak sempurna. Hal ini disebabkan karena perilaku prokrastinasi individu yang mengerjakan tugas di waktu yang sangat singkat sehingga tidak memiliki waktu untuk mengerjakan tugas secara sungguh-sungguh, teliti, cermat dan tidak mengecek kembali tugas yang telah dikerjakan.

Terdapat empat aspek prokrastinasi akademik dapat diukur dan diamati ciri-cirinya yaitu menunda untuk memulai mengerjakan maupun menyelesaikan tugas sampai tuntas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, mahasiswa cenderung memerlukan waktu yang lebih lama dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan [6]. Hasil penelitian terdahulu pada Universitas Negeri Surabaya menunjukkan 167 mahasiswa memiliki kategori sedang, 90 mahasiswa pada kategori tinggi, dan kategori rendah terdapat 50 mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik [7].

Mahasiswa masih banyak yang melakukan prokrastinasi meskipun prokrastinasi memiliki dampak yang negatif. Beberapa alasan mahasiswa melakukan prokrastinasi yaitu memilih kegiatan yang lebih menyenangkan dan menandatangani hiburan, kesulitan untuk mengerjakan tugas mana yang harus diselesaikan lebih dulu, kesulitan dalam mengatur waktu, terdapat gangguan dari lingkungan sekitar, memiliki kecemasan jika kemampuannya dievaluasi, ingin memberontak dan terhadap kekuasaan orang lain, merasa stress, dan kelelahan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif, bertujuan untuk mengetahui gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa FPIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa FPIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang berjumlah 2.000 mahasiswa. Sampel penelitian berjumlah 249 mahasiswa yang dipilih menggunakan tabel dengan taraf signifikansi 5%. Teknik sampling yang digunakan adalah *proportional random sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologi berupa skala regulasi emosi dan skala prokrastinasi akademik dengan model skala *likert* yang dimodifikasi dari peneliti sebelumnya. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS 19.0 for windows. Dalam metode ini pengkajiannya digambarkan melalui tabel, grafik, dan perhitungan persentase yang akan dijelaskan menggunakan kalimat deskriptif.

Hasil dan Pembahasan

	N	Min	Max	Mean Empirik	Std. Deviation	Mean Hipotetik	Std. Deviation Hipotetik	Status sebaran data
Prokrastinasi Akademik	294	54	95	70.41	7.026	62.5	12.5	Tinggi
Valid N	294							

(listwise)

Table 1. Deskriptif Statistik Prokrastinasi Akademik

Tabel diatas menunjukkan nilai minimum sebesar 54.00, nilai maximum sebesar 95.00, dengan nilai mean empirik (rata-rata) sebesar 70.41, dan standar deviasi sebesar 7.026, pada tabel 1 juga terdapat nilai mean hipotetik sebesar 62.5 dan std. Deviasi hipotetik sebesar 12.5 yang didapatkan dengan menghitung manual menggunakan rumus. Status sebaran data pada penelitian prokrastinasi akademik ini termasuk tinggi, hal ini dikarenakan nilai mean empirik > nilai mean hipotetik.

B. Pembahasan

Hasil penelitian tentang prokrastinasi akademik pada mahasiswa FPIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo menunjukkan bahwa semua mahasiswa FPIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo pernah melakukan prokrastinasi akademik, tetapi dengan tingkat prokrastinasi yang berbeda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 75,5% mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam kategori sedang. Sedangkan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi dalam kategori tinggi sebesar 24,5%, yang artinya mahasiswa sering melakukan prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan tindakan menunda secara sengaja terhadap suatu pekerjaan meskipun mengetahui dampak dari penundaan tersebut, sehingga diperlukan sebuah motivasi didalam diri mahasiswa untuk meningkatkan minat belajar. Tapi kenyataannya sebagian mahasiswa memiliki motivasi rendah dalam belajarnya yang mana berdampak pada kegiatan akademiknya.

Prokratinasi akademik mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir pada penelitian ini terlihat dalam bentuk perilaku-perilaku seperti : (a) penundaan memulai, (b) kesenjangan waktu antara rencana mengerjakan dengan kinerja secara aktual, (c) keterlambatan menyelesaikan tugas dan aspek melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan [8]. Prokrastinasi akademik oleh mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir ini menyebabkan mahasiswa tidak mampu memenuhi target penyelesaian tugas akhir yang ditentukan.

Prokratinasi akademik memang sering dianggap sebagai perilaku yang mengacu pada arah negatif seperti membuang-buang waktu yang bermanfaat, menurunkan kinerja, dan dapat menyebabkan meningkatnya stres pada diri individu. Menurut teori behavioristik perilaku prokrastinasi akademik muncul akibat proses belajar sebelumnya. Apabila ada objek lain yang memberikan *reward* lebih menyenangkan dari pada objek yang diprokrastinasikan (mengerjakan tugas akhir), dapat memunculkan prokrastinasi akademik. Misalnya, seseorang akan cenderung lebih memilih bermain *video game* daripada harus mengerjakan tugas akhir. Hal tersebut mengakibatkan pengerjaan tugas akhir tertunda dalam penyelesaiannya. Hal ini terjadi karena ketika bermain *video game* individu akan mendapatkan rasa yang menyenangkan daripada harus mengerjakan tugas perkuliahan yang tidak menyenangkan [9]. Meskipun penundaan penyelesaian tugas dianggap sebagai suatu penyimpangan, tetapi prokratinasi akademik juga dapat diatasi melalui perubahan perilaku, pemikiran, dan motivasi.

Perbedaan tinggi rendahnya prokrastinasi akademik biasanya karena dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti faktor internal dan faktor eksternal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi mahasiswa adalah lingkungan, dan yang termasuk kedalam faktor lingkungan adalah tingkat kesulitan tugas, mencakup referensi yang susah, tugas terlalu rumit, tugasnya tidak dapat dipahami, serta tugas yang dianggap terlalu mudah juga membuat mahasiswa berhenti untuk mengerjakan [10]. Selain itu, perilaku prokrastinasi cenderung disebabkan oleh kelambanan dalam mengerjakan tugas. Kelambanan disini dimaksudkan perilaku mahasiswa yang berleha-leha dalam mengerjakan tugas kuliah. Anggapan mahasiswa bahwa waktu yang diberikan masih cukup banyak, sehingga responden memilih untuk menunda mengerjakan. Kemampuan dalam mengelola dan mengatur kegiatan sehari-hari dibutuhkan mahasiswa agar tidak mengganggu dan berdampak buruk terhadap tugas yang diberikan dosen. Mengemukakan bahwa ketidakmampuan mengelola dan memanfaatkan waktu merupakan salah satu ciri dari prokrastinasi akademik. Beberapa ahli memaknai penundaan sebagai suatu gangguan yang tidak dapat dihilangkan.

Peneliti lebih jauh melihat prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari semua mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik ternyata mahasiswa perempuan pada umumnya melakukan prokrastinasi akademik pada taraf sedang (87%). Sedangkan pada mahasiswa laki-laki melakukan prokrastinasi akademik pada kategori tinggi (40,7%). Ada perbedaan prokrastinasi berdasarkan jenis kelamin secara umum signifikan, karena perempuan dianggap lebih serius dan lebih tekun dalam menyelesaikan masalah ataupun pekerjaan sampai tuntas. Sedangkan laki-laki cenderung sering menganggap gampang tugas yang diberikan, sehingga tingkat penundaan lebih sering dilakukan oleh mahasiswa laki-laki [11].

Peneliti juga menemukan gambaran tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari program studi di FPIP, yaitu menunjukkan bahwa semua mahasiswa di program studi melakukan prokrastinasi akademik. Dari semua prodi di FPIP, 60,5% mahasiswa program studi Psikologi memiliki mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi paling tinggi yaitu yang memiliki kecenderungan kuat berperilaku prokrastinasi akademik. Sedangkan, Program Studi PAUD merupakan program studi yang semua mahasiswanya (100%) melakukan prokrastinasi meskipun dalam taraf sedang, dan program studi yang mahasiswanya pada umumnya melakukan prokrastinasi adalah Program Studi TIK (97,1%), Pendidikan Bahasa Inggris (96%) dan PGSD (87,3%) meskipun pada taraf sedang.

Hasil penelitian prokrastinasi akademik ditinjau dari tingkat semester menunjukkan bahwa pada umumnya mahasiswa yang berada pada semester 8 (85,5%) dan 10 (6,3%) melakukan prokrastinasi akademik pada kategori sedang, bahkan ada yang melakukan prokrastinasi akademik pada taraf tinggi (14,5% dan 3,7%). Sedangkan 51% mahasiswa semester 6 melakukan prokrastinasi akademik pada kategori sedang dan 49% melakukan prokrastinasi akademik pada kategori tinggi. Banyaknya tugas yang didapatkan dan tuntutan akan menyelesaikan tugas dalam waktu yang hampir bersamaan dapat

menyebabkan prokrastinasi. Beban dan tuntutan tugas berbeda pada setiap semesternya, semakin tinggi tingkat semester yang dilalui akan semakin banyak dan sulit tugas tersebut terselesaikan [12]. Mahasiswa melakukan penundaan terhadap tugas yang diberikan dosen ini dikarenakan tugas yang diberikan cukup sulit dan cukup banyak sehingga mereka merasa terbebani untuk menyelesaikan dalam waktu hampir bersamaan. Banyaknya tugas yang didapatkan dan tuntutan akan menyelesaikan tugas dalam waktu yang hampir bersamaan dapat menyebabkan prokrastinasi. Beban dan tuntutan tugas tentu berbeda pada setiap semesternya, semakin tinggi tingkat semester yang dilalui akan semakin banyak dan sulit tugas tersebut terselesaikan. Kemampuan mahasiswa mengelola dan memanfaatkan waktu untuk penyelesaian tugas juga menjadi pendukung terjadi tidaknya tindakan prokrastinasi akademik oleh mahasiswa semester akhir.

Berdasarkan hasil perhitungan terhadap data penelitian masing-masing aspek prokrastinasi akademik, diketahui bahwa (51%) aspek prokrastinasi akademik dilakukan mahasiswa adalah aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, meskipun aspek-aspek lainnya seperti aspek penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan mengerjakan tugas, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan juga pernah dilakukan. Aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual menjadi ciri khas tindakan penundaan penyelesaian tugas akademik, Mahasiswa tidak segera menyelesaikan tugas, melainkan mengerjakan menjelang waktu pengumpulan. Menurut Milgram, dkk, motivasi individu bisa menjadi penyebab tindakan prokrastinasi, termasuk prokrastinasi akademik [13].

Pada aspek penundaan memulai dan menyelesaikan tugas 62,6% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik pada kategori sedang. Mahasiswa cenderung menunda untuk memulai mengerjakan tugas dengan alasan pertimbangan prioritas lain, seperti lebih mendahulukan tugas yang lebih mendesak atau yang lebih dekat dengan *deadline* saat itu. Pada aspek keterlambatan mengerjakan tugas termasuk pada kategori sedang yaitu sebesar 60,2%. Keterlambatan mengerjakan tugas terjadi karena mahasiswa melakukan penundaan mengerjakan tugas, sehingga waktu untuk menyelesaikan tugas menjadi berkurang. Hal ini menjadi dampak negatif yang muncul saat mahasiswa melakukan tindakan prokrastinasi akademik. Pada aspek melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan, termasuk dalam kategori sedang yaitu sebesar 65%. Prokrastinator sering menghabiskan waktu untuk kegiatan yang tidak penting seperti menonton tv, bermain hp, atau bermain bersama teman-teman yang mana aktivitas yang dilakukan tidak mendatangkan manfaat jika dibandingkan dengan mengerjakan tugas.

Penelitian ini tidak lepas dari adanya limitasi atau keterbatasan. Pertama, peneliti hanya bertujuan mengetahui gambaran prokrastinasi akademik tanpa mencoba menggali faktor khusus yang mendasari mahasiswa melakukan tindakan prokrastinasi akademik, sehingga gambaran yang diperoleh dalam penelitian kurang lengkap. Kedua, peneliti tidak bisa memantau pengambilan data dengan google form, apakah subyek yang menjadi sampel penelitian memahami atau tidak aitem-aitem yang disusun peneliti, karena bisa berdampak pada jawaban subyek penelitian, apakah mewakili kondisi mereka yang sebenarnya atau tidak.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa FPIP di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo tahun akademik 2019-2020, tetapi dengan tingkat prokrastinasi yang berbeda. Peneliti menemukan beberapa fakta bahwa sebagian besar bahwa aspek perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa adalah aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual (51%). Program studi Psikologi memiliki mahasiswa yang sebagian besar (60,5%) dengan tingkat prokrastinasi paling tinggi. Selain itu, mahasiswa perempuan pada umumnya melakukan prokrastinasi akademik pada taraf sedang (87%), tetapi mahasiswa laki-laki hampir separuhnya melakukan prokrastinasi akademik pada kategori tinggi (40,7%). Terakhir, ada fakta bahwa pada umumnya mahasiswa yang berada pada semester 8 (85,5%) dan 10 ((6,3%) melakukan prokrastinasi akademik pada kategori sedang, bahkan ada sebagian kecil yang melakukan prokrastinasi akademik pada taraf yang tinggi (14,5% dan 3,7%).

References

1. Jannah, M., & Muis, D. T. (2014). Prokrastinasi Akademik (Perilaku Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 4(3), 1-8.
2. Saman, A. (2017). Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 55. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v0i0.3070>
3. Ilyas. (2017). Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMA Islam Terpadu (It) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta. *Jurnal An-Nida'*, 41(1), 71-82.
4. Vensi nita Ria Gunawinata, Nanik, dan H. K. L. (2008). Perfeksionisme prokratinasi akademik dan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa, 2008. *The Lancet Neurology*, 7(7), 579. [https://doi.org/10.1016/S1474-4422\(08\)70132-7](https://doi.org/10.1016/S1474-4422(08)70132-7)
5. Sebastian, I. (2013). Hubungan Antara Fear of Failure. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(1), 1-8.
6. Mawardi, K. (2019). Tingkat Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Aktif. *INSANIA : Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, 24(1), 120-130. <https://doi.org/10.24090/insania.v24i1.2801>
7. Jannah, M., & Muis, D. T. (2014). Prokrastinasi Akademik (Perilaku Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 4(3), 1-8.
8. Ghufron (2012). *Gaya Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
9. Jayusman, I., & Shavab, O. A. K. (2020). Aktivitas Belajar Mahasiswa Dengan Menggunakan Media Pembelajaran Learning Management System (Lms) Berbasis Edmodo Dalam Pembelajaran Sejarah. *Jurnal Artefak*, 7(1), 13.

<https://doi.org/10.25157/ja.v7i1.3180>

10. Fauziah, H. H. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132.
<https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>
11. Christianasari, K. D. (2016). Perbedaan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Laboratorium Salatiga ditinjau dari jenis kelamin. <http://repository.uksw.edu/handle/123456789/10140>
12. Darmadi. (2020). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Perbedaan Angkatan. *Psikologi*.
13. Nafeesa. (2018). ANTHROPOS : Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa Nafeesa. 4(1), 53-67