

PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS
AGAMA ISLAM UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH METRO

Hariyanti Halima^{1*}, Cahaya Khaeroni², Prabowo Adi Widayat³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Metro, Lampung, Indonesia

*Corresponding author. Jln. Ki Hajar Dewantara No.116 Iringmulyo, Kota Metro, 34112, Lampung, Indonesia.

E-mail: hariyantihalimah96@gmail.com^{1*)}
c.khaeroni@gmail.com²⁾
kangbowo@gmail.com³⁾

Abstrak

Perilaku prokrastinasi mengacu pada kecenderungan seseorang yang menunda penyelesaian tugas atau pekerjaan, perilaku prokrastinasi yang tak hanya berlaku di kalangan masyarakat umum, melainkan juga kerap ditemui di komunitas akademik, khususnya di antara mahasiswa. Menunda-nunda penyelesaian tugas-tugas seperti makalah, review jurnal ilmiah, dan skripsi menjadi kebiasaan yang tidak jarang terjadi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendalami bentuk-bentuk perilaku prokrastinasi akademik dan faktor-faktor yang mempengaruhinya pada mahasiswa Fakultas Agama Islam pada Tahun Akademik 2019-2022. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan psikologis, yang termasuk dalam jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Untuk mengumpulkan data, penelitian ini menggunakan teknik kuisioner, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan rumus perhitungan presentase dan tabel kriteria indikator. Selanjutnya, penelitian ini menetapkan sampel penelitian sebanyak 80 responden yang merupakan mahasiswa Fakultas Agama Islam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku akademik mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Metro menunjukkan tingkat prokrastinasi yang cukup tinggi. Terdapat dua bentuk perilaku prokrastinasi yang diamati, pertama functional procrastination, yaitu penundaan dalam mengerjakan tugas karena mahasiswa ingin memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat yang dimaksud karena adanya prioritas yang lebih penting seperti karena sakit atau mencari referensi. Hasil presentase menunjukkan tingkat kecenderungan functional procrastination adalah sebagai berikut: Sangat Sering 28%, Sering 18%, Kadang-Kadang 17%, dan Tidak Pernah 38%.

Kata Kunci: Mahasiswa, Perilaku Akademik, Prokrastinasi.

Abstract

Procrastination behavior is a phenomenon that does not only apply among the general public, but is also often found in the academic community, especially among students. Postponing the completion of tasks such as papers, scientific journal reviews, and theses is a habit that is not uncommon. Therefore, this study aims to explore the forms of academic procrastination behavior and the factors that influence it in students of the Faculty of Islamic Religion in the 2019-2022 Academic Year. This research uses quantitative methods with a psychological approach, which is included in the type of quantitative descriptive research. To collect data, this study uses questionnaires, interviews, and documentation. Data analysis techniques use percentage calculation formulas and indicator criteria tables. Furthermore, this study determined a research sample of 80 respondents who were students of the Faculty of Islamic Religion. The results showed that the academic behavior of students at the Islamic Faculty of Muhammadiyah Metro University showed a fairly high level of procrastination. There are two forms of procrastination behavior observed, the first is functional delay, namely delays in doing assignments because students want to obtain more complete and accurate information due to more important priorities such as illness or seeking references. The percentage results show the level of functional procrastination tendency is as follows: Very often 28%, Often 18%, Sometimes 17%, and Never 38%.

Keywords: Academic Behavior, college students, Procrastination.



This is an open access article under the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

PENDAHULUAN

Mahasiswa sebagai subjek pendidikan sejatinya tidak pernah terlepas oleh aktivitas belajar dan keharusan mengerjakan tugas-tugas akademik. Dalam konteks perguruan tinggi, hal yang diharapkan adalah mahasiswa dapat menunjukkan perilaku produktif, termasuk menyelesaikan tugas perkuliahan tepat waktu (Nurjan, 2020). Oleh karena itu, setiap penundaan atau keterlambatan dalam menyelesaikan tugas harus dihindari dan tidak boleh diabaikan begitu saja.

Berhubungan dengan manusia yang berkualitas yang mencerminkan kedisiplinan dalam mengatur waktu, dalam ilmu psikologi terdapat fenomena yang dikenal sebagai prokrastinasi (Sandya & Ramadhani, 2021). Prokrastinasi yang dalam bahasa Inggris disebut *procrastination* berasal dari kata bahasa latin *procrastinare*. Kata *procrastinare* merupakan dua akar kata yang dibentuk dari awalan *pro* yang berarti maju atau bergerak maju, dan akhiran *crastinus* yang berarti keputusan hari esok. Prokrastinasi mengacu pada kecenderungan seseorang untuk menunda penyelesaian tugas atau pekerjaan. Fenomena ini dapat ditemui di berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam lingkup akademis, yang secara historis menjadi fokus (Santri, 2022).

Berdasarkan pada kenyataannya prokrastinasi akademik menjadi isu yang paling menonjol di kalangan mahasiswa saat ini. Fenomena 'era kaum rebahan' merujuk pada perilaku di mana mahasiswa sering menunda pengerjaan tugas hingga mendekati deadline, meskipun waktu yang diberikan oleh dosen sebenarnya cukup (Nasution, 2021). Sikap santai ini akhirnya menyebabkan pengerjaan tugas terburu-buru dengan menerapkan 'sistem kebut semalam' yang merugikan

kesehatan. Tentu saja, hal ini menjadi perdebatan dan permasalahan sentral di dunia Perguruan Tinggi.

Hasil penelitian Bruno menunjukkan bahwa sekitar 60% mahasiswa mengalami prokrastinasi, bahkan perilaku tersebut telah dianggap sebagai kebiasaan dalam kehidupan mahasiswa (Saman, 2017). Penelitian Ellis dan Knaus juga menunjukkan bahwa 80% - 95% dari mahasiswa terlibat dalam perilaku prokrastinasi dan hampir 50% mahasiswa (Sari & Nugroho, 2021). Prokrastinasi ini awal mula pertama ditulis oleh Milgram bahwa masyarakatnya membutuhkan komitmen tinggi dan deadline untuk menurunkan timbulnya prokrastinasi (Nurjan, 2020).

Mahasiswa telah mengerti dan paham bahwa tugas-tugas yang ada merupakan tugas yang penting dan harus segera di selesaikan, namun mereka memilih untuk menunda dalam mengerjakan tugas tersebut dengan alasan bahwa jangka waktu pengumpulan tugas tersebut masih lama dan lebih memilih untuk mengerjakan tugas apabila telah mendekati waktu pengumpulan.

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan tugas maupun skripsi. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, takut untuk memulai mengerjakan maupun melakukan kegiatan- kegiatan yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas.

Prokrastinasi saat ini sangat umum dan sering terjadi dalam setiap kegiatan manusia (Wangid, 2019). Prokrastinasi menjadi penting untuk diteliti karena selain memiliki frekuensi

yang tinggi, prokrastinasi memberikan banyak kerugian terhadap pelakunya, baik kerugian materiil maupun immateriil. Prokrastinasi diberi label sebagai perilaku yang mengganggu dan berbahaya.

Dalam konteks mahasiswa Fakultas Agama Islam, perilaku prokrastinasi dapat memiliki dampak negatif terhadap kemajuan akademik mereka. Untuk itu, penting untuk mengidentifikasi dan memahami tingkat prokrastinasi yang ada di kalangan mahasiswa guna merancang strategi untuk mengatasi masalah ini.

Mahasiswa yang telah merasakan akibat negative dari prokrastinasi pasti ingin menghilangkan perilaku tersebut. banyak mahasiswa mengira bahwa prokrastinasi akan hilang dengan sendirinya jika mereka hanya mengatur pola pikirnya saja, hal ini termasuk pemikiran irasional. Prokrastinasi akan hilang jika sudah mengetahui akar dari penyebab prokrastinasi akademik adalah dengan memahami segala bentuk perilaku prokrastinasi dan memahami faktor faktor yang melatar belakangi terjadinya perilaku menunda nunda.

Alasan dari pemilihan lokasi Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Metro sebagai objek populasi adalah mahasiswa Fakultas Agama Islam (FAI) angkatan 2019-2022 pertimbangan peneliti mengambil populasi mahasiswa mahasiswi diambil dari 3 prodi agar dilihat secara keseluruhan semua angkatan Berdasarkan hasil dari keadaan ini sangat cocok untuk melihat bagaimana kejenuhan dan penundaan tugas mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir, dan berdasarkan latar belakang masalah diatas timbul pertanyaan, bagaimana deskripsi data dari perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Agama Islam (FAI).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei dan wawancara, dan informasi dikumpulkan dari responden dengan menggunakan kuisioner atau angket. Penelitian ini disebut penelitian survei karena penelitian ini bertujuan untuk melihat perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Agama Islam Angkatan 2019-2022.

Lokasi penelitian Lokasi penelitian ini di lakukan di Universitas Muhammadiyah Metro yang terletak di Iringmulyo, Kec. Metro Timur, Kota Metro, Lampung. Objek penelitian dalam penelitian ini adalah Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Metro. Adapun yang menjadi subjek penelitian dengan variabel tunggal atau mandiri, yang menjadi objek penelitian dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Agama Islam.

Populasi adalah wilayah generalisasi meliputi objek atau subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang di identifikasikan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya populasinya adalah seluruh Angkatan 2019,2020,2021,2022. Sampel adalah sebagian dari jumlah yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2009). Berkaitan dengan teknik pengambilan sampel.

Menurut Suharsimi Arikunto ialah jika subjeknya kurang dari 100 orang sebaiknya diambil semuanya, jika subjeknya besar atau lebih dari 100 orang dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih (Arikunto, 2011).

Dalam penelitian ini peneliti mengambil 15% dari jumlah mahasiswa yaitu dengan hitungan $15\% \times 530 = 80$ mahasiswa/responden. Jenis sampel yang digunakan penyusun dalam

penelitian ini adalah *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel yang diambil dengan pertimbangan tertentu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil data yang sudah peneliti kumpulkan dengan menggunakan metode kuesioner, wawancara, observasi, yang peneliti lakukan dimulai dari 05 Juni 2023 hingga 20 Juli 2023. Penelitian ini bertempat di Lokasi penelitian ini di lakukan di Universitas Muhammadiyah Metro Khususnya Fakultas Agama Islam yang terletak di Iringmulyo, Kec. Metro Timur. Adapun hasil dan pembahasan dalam penelitian ini yaitu:

1. Bentuk Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Agama Islam

Berdasarkan hasil tanggapan dari 80 responden terhadap bentuk-bentuk perilaku prokrastinasi, dapat ditarik beberapa kesimpulan yang relevan. Berikut adalah ringkasan temuan tersebut:

Disfunctional Procrastination (penundaan tanpa tujuan dan merugikan) 62% responden menyatakan perilaku ini "Sangat Sering." 17% menyatakan perilaku ini "Sering." 14% menyatakan perilaku ini "Kadang-Kadang." 8% menyatakan perilaku ini "Tidak Pernah."

Functional Procrastination (penundaan dengan tujuan dan tidak merugikan) 28% responden menyatakan perilaku ini "Sangat Sering." 18% menyatakan perilaku ini "Sering." 17% menyatakan perilaku ini "Kadang-Kadang." 38% menyatakan perilaku ini "Tidak Pernah."

Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku *Disfunctional Procrastination* perilaku penundaan tanpa tujuan dan merugikan dapat menyebabkan berbagai masalah

dalam kehidupan seseorang. Biasanya, orang yang mengalami jenis prokrastinasi ini cenderung menunda tugas-tugas penting atau tanggung jawab yang pada akhirnya dapat mengakibatkan stres, kecemasan, dan hasil yang kurang memuaskan. Mereka mungkin sering kali merasa terjebak dalam siklus penundaan yang sulit untuk diatasi.

2. Faktor-Faktor Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa Fakultas Agama Islam

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Agama Islam dapat dilihat dari presentase setiap indikator yang diukur.

Indikator Pertama: Malas, Indikator ini mencerminkan tingkat kecenderungan seseorang untuk malas. Persentase yang disajikan menunjukkan seberapa sering orang tersebut cenderung menjadi malas. Sangat Sering (57%) Sebagian besar dari populasi yang diteliti sering kali menunjukkan perilaku malas, Sering (19%) Sebagian kecil dari populasi menunjukkan perilaku malas secara teratur, Kadang-kadang (36%) Lebih dari sepertiga populasi kadang-kadang menunjukkan perilaku malas, Tidak Pernah (9%) Sebagian kecil dari populasi yang tidak pernah menunjukkan perilaku malas.

Indikator Kedua: Kesulitan Tugas Indikator ini menilai tingkat kesulitan yang dihadapi oleh seseorang dalam menyelesaikan tugas-tugas. Sangat Sering (57%) Sebagian besar dari populasi sering menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas, Sering (23%) Sebagian kecil dari populasi mengalami kesulitan dalam tugas-tugas mereka, Kadang-kadang (13%) Sebagian kecil dari populasi kadang-kadang mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas, Tidak Pernah (8%) Sebagian kecil dari

populasi yang tidak pernah mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas

Indikator Ketiga: Buruknya Pengelolaan Waktu. Indikator ini mencerminkan tingkat buruknya pengelolaan waktu seseorang. Sangat Sering (60%) Mayoritas dari populasi cenderung sering mengalami masalah dalam pengelolaan waktu, Sering (21%) Sebagian kecil dari populasi sering menghadapi masalah dalam mengatur waktu, Kadang-kadang (14%) Sebagian kecil dari populasi kadang-kadang mengalami masalah dalam pengelolaan waktu, Tidak Pernah (5%) Sebagian kecil dari populasi yang tidak pernah mengalami masalah dalam pengelolaan waktu.

Indikator Keempat: Perfeksionis Indikator ini menilai tingkat perfeksionisme seseorang, Sangat Sering (52%). Mayoritas dari populasi cenderung memiliki sifat perfeksionis secara sering, Sering (27%) Sebagian kecil dari populasi cenderung memiliki sifat perfeksionis, Kadang-kadang (10%) Sebagian kecil dari populasi kadang-kadang menunjukkan sifat perfeksionis, Tidak Pernah (11%) Sebagian kecil dari populasi yang tidak memiliki sifat perfeksionis.

Perilaku prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan untuk menunda-nunda atau menangguhkan tugas-tugas penting yang seharusnya dilakukan pada waktu yang tepat. Dalam konteks mahasiswa Fakultas Agama Islam, perilaku prokrastinasi dapat memiliki dampak negatif terhadap kemajuan akademik.

Berdasarkan hasil analisis presentase keempat indikator pada pernyataan angket nomor 11-20, didapatkan presentase rata-rata sebesar 58%. Rata-rata ini mencerminkan kecenderungan perilaku prokrastinasi yang ada di kalangan mahasiswa

Fakultas Agama Islam. Angka ini menunjukkan bahwa mayoritas responden cenderung sering atau sangat sering mengalami perilaku prokrastinasi dalam menjalankan tugas-tugas akademik mereka. Presentase perilaku prokrastinasi "Sangat Sering" mencapai 58%, dapat disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Agama Islam berada pada tingkat yang tinggi. Jumlah responden yang sering atau sangat sering mengalami prokrastinasi cukup besar, yang dapat menjadi perhatian serius bagi pihak akademik dan pembimbing mahasiswa.

Hasil penelitian yang mencakup bentuk perilaku prokrastinasi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya pada mahasiswa Fakultas Agama Islam menyoroti beberapa hal penting. Perilaku prokrastinasi yang termasuk dalam dua kategori, yakni disfungsional (tanpa tujuan dan merugikan) dan fungsional (dengan tujuan dan tidak merugikan), menunjukkan mayoritas responden mengalami perilaku disfungsional prokrastinasi yang dapat membawa dampak negatif, seperti stres dan hasil yang kurang memuaskan.

Selain itu, faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi, seperti kecenderungan menjadi malas, kesulitan dalam menyelesaikan tugas, buruknya pengelolaan waktu, dan perfeksionisme, menunjukkan adanya pola perilaku prokrastinasi yang signifikan di antara mahasiswa Fakultas Agama Islam. Presentase rata-rata perilaku prokrastinasi sebesar 58% menegaskan kecenderungan yang tinggi dalam menunda-nunda tugas-tugas akademik, dengan mayoritas responden mengalami tingkat prokrastinasi "Sangat Sering".

Data ini memberikan gambaran bahwa tingkat prokrastinasi di kalangan mahasiswa Fakultas Agama Islam perlu menjadi perhatian serius. Penyuluhan,

bimbingan, atau program-program yang memfokuskan pada manajemen waktu, mengatasi perfeksionisme yang berlebihan, serta membantu mahasiswa mengatasi kecenderungan prokrastinasi dapat menjadi langkah-langkah yang efektif dalam meningkatkan kinerja akademis mereka dan mengurangi dampak negatif dari perilaku prokrastinasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini melibatkan 80 mahasiswa dari tiga program studi yang mengungkap perilaku prokrastinasi akademik. Hasilnya menunjukkan bahwa sekitar 45% dari keseluruhan populasi cenderung melakukan prokrastinasi, khususnya pada tugas-tugas yang dianggap sulit atau membutuhkan banyak waktu. Meskipun demikian, tidak semua bentuk prokrastinasi bersifat merugikan; ada prokrastinasi fungsional yang bisa bermanfaat. Dalam penelitian ini, temuan menunjukkan bahwa sekitar 51% dari mahasiswa cenderung melakukan prokrastinasi, yang bisa dianggap sebagai tingkat yang cukup tinggi.

Saran yang dapat diberikan terkait penelitian ini yaitu dengan meningkatkan kesadaran mahasiswa tentang dampak prokrastinasi dengan workshop, menyediakan pelatihan manajemen waktu, dukungan psikologis, sistem pemantauan dini, membuat tugas yang terstruktur, serta memberikan edukasi tentang prokrastinasi yang bermanfaat. Keterlibatan mahasiswa dalam merancang solusi juga dapat membantu mengurangi kecenderungan prokrastinasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2011). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurjan, S. (2020). Analisis teoritik prokrastinasi akademik mahasiswa. *Muaddib: Studi Kependidikan dan Keislaman*, 1(1), 61-83.
- Saman, A. (2017). Analisis prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 55-62.
- Sandya, S. N., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh intensitas bermain game online terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 202.
- Santri, P. (2022). *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Bimbingan dan Konseling dan Implikasi terhadap Layanan BK* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry Banda Aceh).
- Sari, R. E., & Nugroho, A. Y. F. (2021). Pelatihan problem focused coping untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *SOSIOHUMANIOR A: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 7(1), 24-33.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*, Bandung: CV. Alfabeta, 2009.
- Wangid, M. N. (2019). Prokrastinasi akademik: perilaku yang harus dihilangkan. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 2(2).