

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Bahasan

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi dibidang tugas menulis sebanyak 92,2% (95 mahasiswa). Hal ini juga serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Premadyasari (2012), tugas membuat laporan atau makalah dipilih sebagai tugas yang sering ditunda, dikarenakan tugas-tugas tersebut membutuhkan waktu yang lama dalam mengerjakan, rumit dalam tata penulisan serta menggunakan berbagai teori. Peneliti lain juga mengungkapkan hal serupa, yaitu hasil penelitian yang dilakukan oleh Carton (dalam Ursia dkk, 2013), yaitu terdapat hubungan antara tugas yang sulit dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa, sedangkan untuk tugas yang ringan akan diselesaikan terlebih dahulu.

Jenis tugas belajar untuk persiapan ujian sebanyak 38 mahasiswa (36,5%) dalam kategori rendah. Hal ini disebabkan karena mahasiswa tidak selalu melakukan prokrastinasi akademik dibidang jenis tugas yang ini. Berdasarkan pengakuan seorang mahasiswa, mengatakan bahwa jarang melakukan penundaan untuk belajar menghadapi ujian, karena untuk memenuhi kelulusan minimal nilai C, jika lebih rendah dari nilai yang ditetapkan maka akan mengulang mata kuliah tersebut di tahun berikutnya, dan juga tentu hal ini akan mempengaruhi lamanya masa studi. Ada hal lain yang menjadi faktor dari mahasiswa jarang melakukan prokrastinasi akademik, dan hanya melakukan prokrastinasi akademik disaat tertentu saja (Larasati dan Sugiasih, 2019).

Sebanyak 52 mahasiswa (50,5%) yang melakukan prokrastinasi pada tugas membaca. Berdasarkan pengakuan seorang mahasiswa membaca merupakan hal yang sangat membosankan, bahkan jika ada tugas-tugas yang berkaitan dengan membaca maka akan dengan terpaksa melakukannya. Peneliti melihat bahwa ini merupakan salah satu prokratinasi dari

dalam diri individu, mengenai motivasi intrinsik. Hal ini dilakukan oleh mahasiswa tersebut karena kurangnya motivasi dari diri sendiri, sehingga hal ini akan berdampak bagi perkembangan kemampuan kognitif maupun sosialnya. Davis & Nastron (dalam Rumiani, 2006) juga mengungkapkan, bahwa individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi akan bekerja keras, berorientasi pada setiap tujuan yang telah ditentukan dan sangat menghindari melakukan penundaan terhadap suatu tugas. Hal ini juga serupa dengan penelitian yang dilakukan Solomon dan Rothblum sebanyak 30,1% dari 323 mahasiswa yang melakukan prokrastinasi dibidang ini. Hal ini juga menjadi prokrastinasi paling tinggi di lakukan oleh Fakultas Ilmu Keolahragaan UNESA sebanyak 93% mahasiswa (Purnama, 2014). Hal ini tentu sangat merugikan bagi mahasiswa yang melakukan prokratinasi, yaitu mengakibatkan kurangnya referensi dan pengetahuan lainnya, berdasarkan wawancara yang dilakukan di UIN Sunan Gunung Djati (Fauziah, 2016).

Pada tugas akademik administrasi, sebanyak 44 mahasiswa (42,7%) yang melakukan prokrastinasi tugas menulis dalam kategori sedang. Hal ini dibuktikan dengan wawancara yang dilakukan kepada mahasiswa X setidaknya pernah melakukan prokrastinasi akademik bidang administrasi setidaknya hampir setiap semester. Penundaan yang dilakukan yaitu melakukan penundaan pembayaran uang kuliah, dan menunda mengembalikan buku perpustakaan. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Jannah dan Muis (2014) yaitu sebanyak 160 mahasiswa (52%) yang melakukan penundaan pada jenis tugas administrasi.

Pada tugas menghadiri pertemuan, yaitu sebanyak 43 mahasiswa (41,7%) yang melakukan prokrastinasi pada tugas menghadiri pertemuan. Menurut penuturan seorang mahasiswa, hal ini dikarenakan dalam perkuliahan terdapat 35% kesempatan untuk tidak hadir di setiap mata kuliah sehingga hal ini tentu saja akan dimanfaatkan bagi beberapa orang. Hal ini juga dibuktikan dalam penelitian Rengganis (2017) yaitu, sebanyak 172

mahasiswa (56%) melakukan prokrastinasi tugas akademik secara umum.

Selanjutnya ada tugas akademik secara umum, yaitu sebanyak 59 mahasiswa (57, 3%) dalam kategori rendah. Berdasarkan penuturan salah seorang mahasiswa jika melakukan penundaan dalam tugas kelompok, akan merasa sungkan dengan teman-teman yang lain. Hal ini serupa dengan pendapat Santrock (dalam Pradinata & Susilo, 2010) yaitu bahwa salah satu aspek yang penting dalam membentuk mahasiswa adalah adanya dukungan sosial dari teman sebaya.

Berdasarkan analisis tambahan yang dilakukan peneliti terkait usia dan jenis kelamin. Berdasarkan usia, mahasiswa yang berada pada usia 20 tahun keatas cenderung melakukan prokrastinasi hampir disetiap jenis-jenis tugas. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zusya dan Akmal (2016) bahwa semakin lama seseorang menjadi mahasiswa atau usia yang lebih tua akan sering melakukan prokrastinasi, hal ini dikarenakan mahasiswacenderung merasa malas dalam mengerjakan tugas-tugas akademiknya. Selanjutnya faktor jenis kelamin juga mempengaruhi prokrastinasi. Dalam penelitian ini dibuktikan bahwa laki-laki lebih dominan melakukan prokrastinasi, misalkan pada tugas menulis dari 17 mahasiswa laki-laki 16 diantaranya melakukan prokrastinasi pada tingkat sangat tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aini dan Mahardayani (2012) bahwa laki-laki cenderung melakukan prokrastinasi pada tugas-tugas yang tergolong mudah, akan tetapi jika ada tugas yang sulit maka mereka akan meyakini diri terlebih dahulu apakah mampu menyelesaikan tugas-tugas tersebut sampai batas waktu yang ditentukan.

Peneliti menemukan bahwa dalam penelitian ini terdapat beberapa kelemahan, yaitu:

1. Penggunaan alat ukur yang masih memerlukan pengkajian lebih lanjut sehingga dapat lebih sesuai dengan kebutuhan atau karakteristik subjek yang digunakan dalam penelitian.

2. Pengisian menggunakan *google form* sehingga ada keterbatasan dalam pemberian skalanya, karena peneliti tidak dapat memberikan penjelasan secara langsung ketika ada pertanyaan dalam pengisian skala oleh subyek.
3. Jumlah sampel yang mengisi skala tidak mewakili semua program studi yang ada di Universitas.

5.2 Simpulan

Hal-hal yang dapat disimpulkan berdasarkan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Pengaruh masing-masing jenis tugas pada prokrastinasi akademik berdasarkan persentase kategori.
 - a. Tugas menulis

Pada jenis tugas ini sebanyak 92,2% (95 mahasiswa) tergolong menunda tugas menulis sangat tinggi, 5,8% (6 mahasiswa) subjek dengan tingkat tinggi, 1% (1 mahasiswa) dengan tingkat sedang. Hal ini menunjukkan bahwa aspek tugas menulis pada mahasiswa tergolong tinggi dan sangat tinggi.
 - b. Tugas belajar menghadapi ujian

Pada jenis tugas ini sebanyak 2,9% (3 mahasiswa) tergolong menunda belajar untuk ujian sangat tinggi, 12,5% (13 mahasiswa) subjek dengan tingkat tinggi, 33,7% (35 mahasiswa) dengan tingkat sedang, 36,5% (38 Mahasiswa) melakukan penundaan pada tingkat rendah dan 12,5% (13 Mahasiswa) melakukan penundaan pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa aspek belajar untuk persiapan ujian pada mahasiswa tergolong rendah dan sedang.
 - c. Tugas membaca

Pada jenis tugas membaca sebanyak 10,7% (11 Mahasiswa) melakukan penundaan pada aspek tugas membaca sangat tinggi, 50,5% (52 Mahasiswa) melakukan penundaan pada kategori sedang, 23,3% (24 Mahasiswa)

melakukan penundaan pada kategori rendah dan sebanyak 14,6% (15 Mahasiswa) melakukan penundaan pada kategori sangat rendah. Maka dapat diketahui bahwa mahasiswa melakukan penundaan tugas membaca pada kategori sedang.

d. Tugas administrasi

Pada tugas ini sebanyak 1% (1 mahasiswa) tergolong menunda tugas administrasi tinggi, 21,7% (22 mahasiswa) subjek menunda dengan tingkat sedang, 43,7% (45 mahasiswa) melakukan penundaan dengan tingkat rendah, 33% (34 Mahasiswa) melakukan penundaan pada tingkat sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa aspek tugas administrasi pada mahasiswa tergolong rendah.

e. Tugas menghadiri pertemuan

Pada tugas akademik ini sebanyak 7,8% (8 mahasiswa) tergolong menunda tugas menghadiri pertemuan tinggi, 41,7% (43 mahasiswa) subjek menunda dengan tingkat sedang, 40,8% (42 mahasiswa) melakukan penundaan dengan tingkat rendah, 8,7% (9 Mahasiswa) melakukan penundaan pada tingkat sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa aspek tugas menghadiri pertemuan pada mahasiswa tergolong rendah dan sedang.

f. Tugas akademik secara umum

Pada jenis tugas ini sebanyak 2,9% (3 mahasiswa) tergolong menunda tugas akademik secara umum tinggi, 30,1% (31 mahasiswa) subjek menunda dengan tingkat sedang, 57,3% (59 mahasiswa) melakukan penundaan dengan tingkat sedang, 21,4% (22 Mahasiswa) melakukan penundaan pada tingkat rendah dan 8,7% (9 Mahasiswa) melakukan penundaan pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa aspek tugas akademik secara umum, termasuk pada kategori rendah.

5.3 Saran

Berikut beberapa saran yang dapat digunakan bagi kepentingan praktis dan teoritis:

a. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa agar bisa mengurangi tingkat prokrastinasi akademik, terutama dalam tugas menulis. Hal ini guna meningkatkan kualitas diri.

b. Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya agar dapat mengontrol kondisi ketika pengisian skala sehingga tidak berpengaruh terhadap secara signifikan terhadap hasil pengisian skala. Peneliti selanjutnya dapat lebih mengembangkan dengan melakukan analisis kuantitatif, uji beda ataupun uji hubungan dengan variabel yang serupa.

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), 65-71.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asfar, A.M.I & Asfar, A. M & Asfar, A & Kurnia, A. (2020). *Landasan Pendidikan: Hakikat dan Tujuan Pendidikan (Foundation Of Education: Essence and Educational Objectives)*. 10.13140/RG.2.2.22158.10566.
- Aziz, A., & Rahardjo, P. (2013). Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Menyusun Skripsi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto Tahun Akademik 2011/2012. *Psycho Idea*, 1.
- Azwar, S. (2011). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bavaria, N. R. (2018). Hubungan antara Kesadaran Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim. Riau.
- Bintaraningtyas, N., (2015). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA. Skripsi. Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Damri, D., Engkizar, E., & Anwar, F. (2017). Hubungan Self-Efficacy dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1).

- Fauziah, H. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2, 123-132. 10.15575/psy.v2i2.453.
- Febriani, R. O., & Erfantinni, I. H. (2020). Hybrid Active Learning untuk Menurunkan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI). *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 3(4), 388-397.
- Fibrianti, I. D. (2009). Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Skripsi. Psikologi*. Universitas Diponegoro. Semarang.
- Fikri, M, J. (2013). Hubungan Asertivitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim. *Skripsi. Psikologi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. Malang.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., & Martin, T. R. (1995). Procrastination, Negative Self-evaluation, and Stress in Depression and Anxiety. *In Procrastination and task avoidance (pp. 137-167)*. Springer, Boston, MA.
- Goleman, D. (2009). *Emotional Intelligence Why It Can Matter More Than IQ*. Bloomsbury. Publishing plc, 36 Soho Square, London.
- Gufron, M. N dan Risnawati, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hen, M., & Goroshit, M. (2020). The effects of decisional and academic procrastination on students' feelings toward academic procrastination. *Current Psychology*, 39(2).

- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jannah, M. dan Muis, T. (2014). Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 4(3).
- Kiswoyowati, A. (2011). Pengaruh Motivasi Belajar dan Kegiatan Belajar Siswa Terhadap Kecakapan Hidup Siswa. *Edisi Khusus*, (1), 120–126.
- Larasati, A. R dan Sugiasih, I. (2019). “*Hubungan Antara Kesadaran Diri dan Efikasi diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2016*”. Disertasi. Psikologi. Universitas Islam SultaN Agung. Semarang.
- Lee, S. Y., & Hall, N. C. (2020). Understanding Procrastination in First-Year Undergraduates : An Application of Attribution Theory.
- Litvinova, A., Kokurin, A., Ekimova, V., Koteneva, A., & Pozdnyakov, V. (2020). Procrastination as a Threat to the Psychological Security of the Educational Environment. *Behavioral Sciences*, 10(1).
- Mahmudi, M. H., & Suroso. (2014). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar. *Psikologi Indonesia*, 3(02).
- Marlina, A. (2014). Hubungan Antara Penilaian Kognitif Stressful Budaya Akademik Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa. Skripsi. Psikologi. Pendidikan Psikologi. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri : Definisi dan Faktor, 3(2).

- Nugrasanti, R. (2006). Hubungan antara Locus Of Control dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (*Doctoral dissertation, Universitas Tarumanagara*).
- Permana, B. (2019). Gambaran Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Darul Falah Cililin. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 2(3).
- Premadyasari, D. (2012). Prokrastinasi Task Aversiveness Tugas Makalah Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Calyptra*, 1(1).
- Purnama, S. H. O. F. I. (2014). Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 4(3).
- Rengganis, Y. N. (2017). Prokrastinasi Akademik (penundaan akademik) Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 7(2).
- Rothblum (1988). Psychological Antecedents of student procrastination. *Article Australian psychologist*. 23(2).
- Rumiani (2006). Prokrastinasi Akademik ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. Vol. 3(2).
- Sari, A. P. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Pada Mahasiswa yang Lambat dalam Penulisan Skripsi di FKIP Universitas Sanata Dharma. Sanata Dharma Yogyakarta.
- Sitti, A. R. B. M. (2019). Research paper. *Jurnal Hungarian Educational Research Paper*. Vol, 9(4).
- Soetjiati. (1997). Peserta Didik Jilid II. Surabaya: Press IKIP

- Soesilowindradini (1991) Psikologi Perkembangan (Masa Remaja). Surabaya: Penerbit Usaha Nasional.
- Solomon L. J dan Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and cognitive behavioral correlates. *Jurnal. Counselling psychology*. 31(4).
- Suhadianto, N. P. (2019). Eksplorasi faktor penyebab, dampak dan strategi untuk penanganan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *RAP (Riset Aktual Psikologi)*, 10(2).
- Susilo, J. D., & Pradinata, S. (2016). Prokrastinasi Akademik dan Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. *Jurnal Experientia*, 02
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*. 133(1)
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant, and decisional procrastinators: do they exist? *Personality and individual differences*, 48(8).
- Sugiyono. P. D. (2017). Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Triyono, T., & Khairi, A. M. (2019). Prokrastinasi Akademik Siswa SMA (Dampak Psikologis Dan Solusi Pemecahannya Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam). *Jurnal Al-Qalam: Jurnal Kependidikan*, 19(2).
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi Akademik Dan Self-Control Pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya- Academic Procrastination and Self-Control In Thesis Writing Students Of Faculty Of Psychology, Universitas Surabaya. *Makara seri sosial humaniora*, 17(1).
- Zakiyah, N., & dkk. (2010). Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Berasrama SMP Negeri 3 Peterongan Jombang. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*.
- Zahra, Y., & Hernawati, N. (2015). Prokrastinasi Akademik Menghambat Peningkatan Prestasi Akademik Remaja di

- Wilayah Perdesaan. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 8(3).
- Zelika, A., Koagouw, F. V., & Tangkudung, J. P. M. (2017). Persepsi Tentang Perayaan Pengucapan Syukur Minahasa (Studi Komunikasi Antar Budaya Pada Mahasiswa Luar Sulawesi Utara Di Fispol. *Acta Diurna Komunikasi*, 6(1).
- Zusya, A. R., & Akmal, S. Z. (2016). Hubungan Self-Efficacy Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang sedang menyelesaikan Skripsi. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2).