

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Dalam sebuah perguruan tinggi, perkuliahan merupakan kegiatan yang wajib untuk diikuti oleh setiap mahasiswa. Dalam perkuliahan ada bermacam-macam kegiatan yang wajib untuk dikerjakan oleh mahasiswa, diantaranya adalah mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen di setiap matakuliah baik itu tugas kelompok maupun tugas individu, menghadiri kelas di setiap dosen mengajar sesuai dengan matakuliah yang sedang diambil, membaca materi untuk mempersiapkan materi yang akan diajarkan oleh dosen dan masih banyak lagi kegiatan perkuliahan yang lainnya. Dengan adanya bermacam-macam kegiatan perkuliahan, maka mahasiswa harus memiliki mental yang kuat dalam melaksanakan kegiatan perkuliahan tersebut. Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh The (dalam Tjundjing 2001: 72-73) bahwa seorang mahasiswa perlu memiliki sikap mental dan perilaku tertentu yang dianggap perlu agar dapat bertahan terhadap berbagai kesukaran dan jerih payah di perguruan tinggi, dimana sikap mental itu antara lain adalah adanya tujuan belajar, minat terhadap pelajaran, kepercayaan terhadap diri sendiri dan keuletan.

Banyaknya kegiatan perkuliahan yang wajib diikuti oleh setiap mahasiswa tersebut dapat mempengaruhi sikap mental mahasiswa sehingga menyebabkan tidak

sedikit mahasiswa yang sering mengalami hambatan ketika mengerjakan pekerjaan perkuliahan tersebut. Berdasarkan fenomena yang ditemukan oleh peneliti melalui interview yang dilakukan kepada 10 orang mahasiswa di lingkungan Fakultas Psikologi ternyata semua mahasiswa tersebut sering melakukan penundaan ketika mengerjakan kegiatan perkuliahan. Penundaan yang sering dilakukan oleh mahasiswa antara lain mengerjakan tugas yang sangat dekat dengan tenggat waktu walaupun mahasiswa tersebut memiliki waktu luang yang cukup panjang, penundaan belajar ketika menghadapi ujian (belajar satu hari sebelum menjelang ujian), menunda membaca materi untuk persiapan perkuliahan. Bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhirnya (skripsi) penundaan sering terjadi yang berdampak pada keterlambatan menyelesaikan skripsi dalam kurun waktu yang telah ditentukan. Contoh-contoh diatas menunjukkan seringnya mahasiswa melakukan penundaan terkait dengan kegiatan perkuliahan.

Dalam dunia pendidikan serangkaian perilaku penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa tersebut disebut perilaku prokrastinasi. Menurut Vestersvelt (dalamTjundjing 2006: 18) perilaku prokrastinasi merupakan kebiasaan menunda-nunda dan bermalas-malasan sehingga baru memulai, mengerjakan dan menyelesaikan tugas atau belajar mendekati tenggat waktu yang telah ditentukan Lefton (2001: 349) mendefinisikan prokrastinasi sebagai perilaku yang memiliki kecenderungan untuk menunda-nunda pekerjaan seperti mencoba lepas sesaat dari tanggung jawab, sengaja memperlambat pekerjaan dan bahkan mencari pembenaran

untuk menyelesaikan tugas tidak tepat pada waktu yang telah ditentukan. Burka dan Yuen (1988: 121-122) membagi prokrastinasi menjadi dua yaitu prokrastinasi di bidang akademik dan prokrastinasi non akademik. Prokrastinasi di bidang akademik meliputi beberapa aktivitas yaitu penundaan mengerjakan tugas, penundaan membaca untuk mempersiapkan materi kelas, penundaan belajar untuk ujian, penundaan melengkapi syarat-syarat kelulusan (misalnya menyelesaikan tugas perkuliahan, tesis dll), penundaan menghadiri kelas. Sedangkan prokrastinasi non akademik meliputi beberapa aktivitas yaitu penundaan mengerjakan pekerjaan rumah tangga, penundaan mengerjakan pekerjaan kantor, penundaan melakukan perawatan diri (melakukan olah raga, menjaga kebersihan diri, berhenti merokok, memotong rambut), penundaan melakukan hubungan sosial (mengunjungi saudara, bertemu seseorang untuk menyelesaikan masalah, menghubungi teman, hadir tepat waktu saat pertemuan sosial, bersikap asertif).

Berdasarkan pembagian tersebut maka penundaan yang dialami oleh mahasiswa (mengerjakan tugas, belajar dalam menghadapi ujian, membaca materi untuk persiapan perkuliahan) termasuk dalam kategori prokrastinasi akademik. Hal ini diperkuat oleh (Solomon dan Rothblum, 1984, Prokrastinasi, par 9) yang menyebutkan enam area akademik yang sering diprokrastinasi oleh pelajar yaitu: penundaan ketika mengerjakan tugas mengarang (menulis makalah, laporan); penundaan belajar menghadapi ujian (ujian tengah semester, akhir semester, atau

ulangan mingguan); penundaan membaca; penundaan dalam kinerja administratif (menyalin catatan, daftar peserta praktikum) dan menghadiri pertemuan.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Beswick, Rothblum, dan Mann (dalam Tjundjing 2006: 20) fenomena prokrastinasi banyak terjadi dikalangan mahasiswa, dimana 46% mahasiswa selalu atau hampir selalu berprokrastinasi dalam pengerjaan tugas penulisan, 35% mahasiswa mengaku bahwa pengerjaan tugas tersebut selalu atau hampir selalu menimbulkan masalah, sekitar 62% mahasiswa berniat menurunkan kecenderungan prokrastinasi mereka dalam pengerjaan tugas. Penelitian ini juga didukung oleh Fritzsche, Young, dan Hickson, 2003 (dalam Tjundjing 2006: 22) bahwa prokrastinasi ini merupakan fenomena yang menarik banyak perhatian tidak hanya disebabkan oleh besarnya proporsi mahasiswa yang mengaku berprokrastinasi namun juga disebabkan oleh dampak- dampak negatif yang mengikutinya. Dampak-dampak negatif tersebut dapat ditemui pada bidang akademik (penurunan nilai dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas akademik), ataupun dibidang kesehatan fisik ataupun psikis (merasa stres dan lebih sering menjalani perawatan kesehatan, khususnya menjelang akhir semester).

Hasil interview yang didapatkan dari beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi bahwa, mereka melakukan prokrastinasi dalam pengerjaan tugas awalnya karena *deadline* pengumpulan tugas yang masih lama sehingga mereka lebih memilih untuk melakukan hal-hal lain yang membuat mereka melupakan sejenak untuk mengerjakan tugas misalnya bersantai. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera

menyelesaikan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas yang lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan seperti membaca (majalah, koran dll), nonton atau mengobrol yang dapat menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan (Ferrari, dkk, 1995, Prokrastinasi, par 8). Tingkat kesulitan tugas yang berbeda-beda mulai dari tingkat kesulitan yang tinggi hingga tingkat kesulitan yang rendah juga berpengaruh pada mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi, namun pada fenomena yang ada meskipun tugas tersebut sulit maupun mudah mahasiswa tersebut tetap melakukan penundaan (*pending*). Pikiran juga berpengaruh pada seorang prokrastinator yang memiliki pikiran bahwa *deadline* pengumpulan tugas masih lama sehingga mereka menganggap dapat ditunda sebentar dan memilih untuk menunda besok sebagai hari yang baik untuk mengerjakan tugas. Menurut Bruno (1998: 14) prokrastinasi merupakan kecenderungan ke arah penundaan yang melibatkan kebiasaan mental melihat besok sebagai hari yang baik untuk melakukan sesuatu dari pada hari ini. Alasan lain yang sering dilontarkan adalah terlalu banyaknya tugas yang harus dikerjakan, yang juga dapat memicu kebosanan dan stres sehingga mempengaruhi *mood* mereka untuk mengerjakan tugas, hingga rasa malas untuk mengerjakan secepatnya karena tugas yang diberikan sangat sulit. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Milana (2008: 78) yaitu tentang kelelahan emosional (*emotional exhaustion*) terhadap prokrastinasi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, terdapat hubungan jika seseorang yang mengalami *burn out* semakin tinggi maka

semakin tinggi pula tingkat prokrastinasinya, dengan sumbangan efektif sebesar 14,29% sehingga *burn out* cukup berkontribusi terhadap prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi.

Selain prokrastinasi dalam mengerjakan tugas, prokrastinasi yang sering dilakukan mahasiswa adalah belajar menghadapi ujian, baik kuis, ujian tengah semester maupun ujian akhir semester. Peneliti menemukan banyak mahasiswa melakukan belajar dengan sistem kebut semalam atau istilah yang paling dikenal adalah SKS. Belajar dengan sistem tersebut merupakan salah satu contoh dari perilaku prokrastinasi dalam belajar. Sistem belajar ini biasanya dilakukan pada saat satu hari sebelum ujian atau bahkan tidak tidur sampai larut malam. Alasan utama mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam belajar karena mereka sudah terbiasa belajar dengan sistem kebut semalam. Mereka beranggapan jika belajar dalam waktu dekat materi yang dipelajari mudah diserap. Alasan lainnya karena banyaknya tugas perkuliahan yang harus dikerjakan, sehingga mereka menunda untuk belajar. Beberapa mahasiswa mengatakan bahwa, keinginan untuk belajar adalah tergantung dari dosen yang mengajar. Apabila dosen pengajar dirasa tidak enak dalam mengajar mahasiswa cenderung untuk malas atau tidak *mood* untuk belajar yang akhirnya melakukan penundaan dalam belajar.

Prokrastinasi akademik yang sering dilakukan oleh mahasiswa sebenarnya memiliki akibat atau konsekuensi yang buruk terutama bagi kondisi fisik, kondisi psikologis dan penurunan hasil prestasi akademik yang diperolehnya. Dari hasil

interview yang dilakukan oleh peneliti pada 10 mahasiswa Fakultas Psikologi, ketika melakukan penundaan mereka sering mengalami kondisi kondisi fisik dan psikis yang buruk yaitu gugup, panik, stress, resah, ada perasaan takut dan khawatir jika tidak dapat menyelesaikan tugas tepat pada waktunya, merasa cemas dan gelisah, emosi tidak stabil karena *deadline* pengumpulan tugas sudah dekat, terkadang kepikiran terus, ada perasaan bersalah atau menyesal mengapa tidak dikerjakan jauh hari sebelumnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Tjundjing 2006: 17) dimana penundaan cenderung dapat menurunkan kinerja karena menimbulkan efek-efek negatif bagi kesehatan fisik ataupun psikis bagi individu tersebut.

Prokrastinasi ini juga dapat menyebabkan suatu tugas terselesaikan tetapi hasilnya tidak memuaskan disebabkan karena individu terburu-buru dalam menyelesaikan tugas tersebut untuk mengejar *deadline*, terlambat mengumpulkan tugas hingga tidak mengumpulkan tugas, dimana seharusnya hal itu tidak perlu terjadi seandainya tugas tersebut dilakukan jauh hari sebelum batas waktu yang telah ditetapkan. Pada siswa atau pelajar prokrastinasi ini dapat merusak kinerja akademik seperti kebiasaan buruk dalam belajar, motivasi belajar yang rendah dan rasa percaya diri yang rendah untuk dapat menyelesaikan tugasnya. Steel (2006, *procrastination and you*, par 2). Menurut Van Eerde (dalam Tjundjing, 2006: 20) prokrastinasi dapat menyebabkan penurunan nilai dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas akademik.

Dalam mengerjakan tugas, ketika individu tersebut mendapatkan tekanan-tekanan dalam pengerjaan tugas karena batas pengumpulan tugas mulai dekat, mereka akan menghadapi keadaan emosional yang tidak menyenangkan misalnya, perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, panik, dan takut akan gagal dalam proses pengerjaan tugas Ellis dan Knaus (dalam Ferrari 1995: 82). Para prokrastinator biasanya mempunyai tidur yang tidak sehat, mempunyai depresi yang kronis, menjadi penyebab stress dan berbagai penyebab penyimpangan psikologis lainnya (Glenn, 2008, *Procrastinate*, par3). Bagi mahasiswa yang sering melakukan prokrastinasi dalam belajar dari fenomena yang ditemukan oleh peneliti, beberapa mahasiswa mengeluhkan materi yang dipelajari cepat hilang ketika berhadapan dengan ujian. Menurut Suminar (2002: 31) prokrastinasi dalam belajar (belajar dengan sistem kebut semalam) akan membuat materi yang dipelajari tidak mencapai tahap pengingatan yang baik, ingatan yang digunakan adalah ingatan jangka pendek yang mudah terlepas dari otak, karena pelupaan yang dialami akan berlangsung lebih cepat jika suatu informasi tidak digunakan atau dilatih lagi, dengan demikian proses lupa akan terjadi sejalan dengan waktu (Majalah Psikologi edisi V 2002: 35). Hal ini terbukti pada mahasiswa yang mengatakan bahwa jika materi yang telah dipelajari diulas kembali di semester yang akan datang mereka akan mengatakan sudah lupa sehingga mahasiswa tersebut harus mempelajari kembali materi yang telah diajarkan di semester sebelumnya.

Beberapa mahasiswa pun menyadari konsekuensi negatif tersebut sehingga mereka menyadari bahwa dengan melakukan prokrastinasi hasil yang didapatkan menjadi tidak maksimal sehingga beberapa mahasiswa menyadari dan berkeinginan untuk mengurangi perilaku menunda-nunda, walaupun dorongan untuk menunda-nunda terkadang menjadi godaan dalam menyelesaikan tugas maupun belajar lebih awal. Berikut ini adalah kutipan hasil wawancara salah satu mahasiswa yang memiliki keinginan untuk mengurangi perilaku menundanya.

*“Saya sebenare pengen gak nunda-nunda lagi terutama kalau ngerjain tugas ama belajar, dulu saya sering nunda-nunda hasilnya jadi gak maksimal biar gak nunda-nunda biasanya tugas itu saya cicil tapi yaitu penyakitnya terkadang kambuh lagi (menunda-nunda) biasanya kalau mood lagi gak enak buat ngerjain tugas ya saya tunda bentar. Gak moodnya biasanya karena tugasnya sulit, lagi ada masalah (sama pacar, temen dan keluarga), dan biasanya kalau uda capek ama suntuk”R (21 tahun)*

Dari kutipan di atas terlihat bahwa adanya kesadaran dan keinginan beberapa mahasiswa untuk dapat mengurangi perilaku menundanya karena ketika mereka melakukan penundaan hasil yang diperoleh tidak dapat maksimal, namun terkadang dorongan untuk menunda masih tetap ada. Dengan adanya hasil interview yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa Fakultas Psikologi tersebut ternyata salah satu faktor penyebab prokrastinasi yang dilakukan karena adanya pengontrolan diri yang kurang dari mahasiswa tersebut yang menimbulkan suasana hati (mood) yang

buruk. Steel (2003, *The nature of procrastination*, par 3). Suasana hati ini biasanya disebut sebagai emosi. Kontrol diri ini berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya, (Goleman, 1995: 90). Menurut Albin (1986: 11) emosi adalah perasaan seseorang alami yang dapat dibedakan antara lain sedih, gembira, kecewa, semangat, marah, benci dan cinta. Sebutan yang seseorang berikan pada perasaan tertentu dapat mempengaruhi bagaimana seorang individu berpikir mengenai perasaan tersebut dan bagaimana seseorang akan bertindak. Dengan adanya definisi emosi tersebut, menurut Goleman (1996: XIII) individu yang dapat mengontrol emosi dengan baik akan memiliki kemampuan dalam pengendalian diri, semangat dan ketekunan serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dengan sangat baik. Kemampuan pengontrolan emosi inilah yang dapat mempengaruhi keputusan untuk melakukan prokrastinasi.

Pengontrolan emosi sendiri merupakan salah satu komponen dari kecerdasan emosi. Menurut Goleman (1995: 34), kecerdasan emosi adalah kemampuan emosional yang dimiliki individu yang meliputi kemampuan mengontrol diri sendiri (*self kontrol*), memiliki semangat dan ketekunan (*zeal and persistance*), kemampuan memotivasi diri sendiri (*ability to motivate one self*), ketahanan menghadapi frustrasi, kemampuan mengatur suasana hati (*mood*), dan kemampuan menunjukkan empati, harapan serta optimisme. Kecerdasan emosi inilah yang berperan penting untuk mengontrol seseorang dalam bertindak. Hal ini diperkuat oleh Goleman (1996: 13) dengan pernyataannya bahwa kini semakin banyak bukti mengenai sikap etik dasar

dalam kehidupan, yaitu berasal dari kemampuan emosional yang melandasinya misalnya dorongan hati merupakan medium emosi yang merupakan benih dari semua dorongan hati yang memunculkan diri dalam bentuk tindakan.

Menurut Goleman (1995: 43-48) kecerdasan emosi memiliki beberapa aspek dimana setiap aspek tersebut sangat menentukan bagaimana seseorang untuk berpikir dan bertindak secara selaras. Aspek yang pertama yaitu mengenali emosi diri yang berfungsi untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu dan mampu mencermati perasaan yang muncul. kemampuan ini meliputi kesadaran diri, tenggelam dalam masalah, dan pasrah. Dari hasil interview yang dilakukan oleh peneliti, beberapa mahasiswa jika suasana hatinya sedang buruk mereka cenderung tenggelam dalam masalahnya sehingga suasana hati yang buruk tersebut akan berdampak ketika mereka menyelesaikan suatu tugas sehingga mereka lebih memilih untuk menunda mengerjakan tugasnya. Aspek yang kedua yaitu mengelola emosi merupakan kemampuan untuk menghibur diri sendiri dan melepaskan kecemasan. Individu yang memiliki kemampuan kurang baik dalam keterampilan mengelola emosi ini akan berusaha secara terus menerus melawan perasaan murung atau melarikan diri pada hal-hal negatif yang merugikan dirinya sendiri. Kemampuan ini meliputi mengendalikan perasaan, dan menenangkan emosi. Dari hasil interview yang dilakukan oleh peneliti, beberapa mahasiswa ketika melakukan penundaan, kecemasan dan gelisah sering melanda mereka sehingga mengakibatkan terpecahnya

konsentrasi ketika mengerjakan tugas dan akhirnya mereka lebih memilih untuk menundanya.

Aspek yang ketiga yaitu memotivasi diri sendiri merupakan kemampuan untuk menata emosi sekaligus sebagai alat untuk mencapai tujuan terhadap apa yang dikerjakan dan mendorong individu untuk berprestasi. Kemampuan ini meliputi mengendalikan dorongan, kekuatan untuk berpikir positif, dan optimisme. Dari hasil interview yang dilakukan oleh peneliti, beberapa mahasiswa jika menghadapi tugas yang sulit mereka cenderung menundanya. Alasan lainnya karena jika suasana hati sedang buruk mereka cenderung sulit untuk mengendalikan dorongannya untuk menunda dalam mengerjakan tugas. Oleh karena itu aspek yang ketiga ini penting dimiliki karena seorang individu yang memiliki kemampuan dalam mengatur suasana hatinya ketika menghadapi suatu masalah dengan tetap dapat berpikir secara jernih untuk menyelesaikan pekerjaan lainnya.

Aspek yang keempat yaitu mengenali emosi orang lain merupakan kemampuan dalam keterampilan bergaul. Kemampuan ini dibutuhkan untuk menangkap sinyal-sinyal sosial mengenai kebutuhan-kebutuhan yang diperlukan atau dikehendaki orang lain. Kemampuan ini diperlukan karena salah satu tugas dalam kegiatan perkuliahan adalah mengerjakan tugas secara berkelompok, dari hasil interview yang dilakukan peneliti beberapa mahasiswa ketika mengerjakan tugas kelompok mereka cenderung menunda karena ada beberapa anggota kelompok yang dirasa kurang enak ketika diajak untuk mengerjakan tugas misalnya A merupakan

salah satu anggota kelompok yang suasana hatinya sedang buruk akibatnya A menjadi tidak maksimal dalam pengerjaan tugas karena ia tidak dapat berkonsentrasi. Aspek yang kelima yaitu membina hubungan, aspek yang ke lima ini penting dimana dalam bekerja di sebuah kelompok harus bekerja sama agar tujuan dapat tercapai bersama-sama oleh karena itu setiap individu perlu memahami satu sama lain.

Dengan demikian mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosi yang baik dapat mengontrol perilakunya, termasuk dalam melakukan prokrastinasi akademik. Namun pada fenomena yang ada banyak mahasiswa yang tetap melakukan prokrastinasi akademik karena mereka cenderung tidak mampu mengontrol keinginannya untuk menunda suatu pekerjaan.

Lewat beberapa rujukan di atas mengenai kecerdasan emosi maka, apabila individu tersebut memiliki kecerdasan emosi yang baik maka individu tersebut akan mampu mengendalikan dirinya sehingga tidak memiliki kebiasaan untuk menunda ketika menyelesaikan pekerjaan.

Dari penelitian mengenai prokrastinasi akademik yang dilakukan, peneliti berpendapat bahwa peneliti-peneliti sebelumnya belum meneliti prokrastinasi akademik dari segi kecerdasan emosi. Adapun penelitian-penelitian tersebut antara lain hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan *Conscientiousness* (Surijah, 2007) dan hubungan antara kelelahan emosional (*Emotional Exhaustion*) dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Milana,

2008). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini yaitu hubungan antara kecerdasan emosi dan prokrastinasi akademik.

## **1.2 Batasan Masalah**

1. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik dan kecerdasan emosi. Prokrastinasi dalam penelitian ini adalah penundaan yang dilakukan pada lingkup akademik terutama yang berhubungan dengan perkuliahan dan tugas-tugas akademik mahasiswa dan bukan segala penundaan pekerjaan sehari-hari dalam lingkup hidup manusia.
2. Penelitian ini adalah penelitian korelasi atau studi hubungan.
3. Subjek yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya mengingat adanya fenomena mahasiswa yang sering melakukan prokrastinasi dalam setiap kegiatannya yang berhubungan dengan proses akademiknya antara lain: mengerjakan tugas, belajar untuk ujian baik kuis, ujian tengah semester dan akhir semester, membaca untuk persiapan perkuliahan baik termasuk membaca *text book*, mencari referensi dan hal ini dapat diketahui melalui hasil interview yang dilakukan pada mahasiswa.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Masalah yang dirumuskan oleh peneliti adalah “ Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa?

### **1.4. Tujuan penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kecerdasan emosi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

#### **1.5.1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pengembangan teori psikologi khususnya teori psikologi pendidikan yaitu mengenai sejauh mana prokrastinasi akademik mahasiswa dalam mengerjakan kegiatan perkuliahannya dan psikologi perkembangan khususnya mengenai kecerdasan emosi yang dimiliki oleh mahasiswa.

#### **1.5.2. Manfaat Praktis**

##### **1. Subjek penelitian**

Memberikan masukan tentang seberapa jauh kecerdasan emosi yang dimiliki sehingga dapat mempengaruhi dalam melakukan prokrastinasi akademik.

## 2. Dosen pengampu matakuliah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang prokrastinasi akademik yang sering dilakukan oleh mahasiswa, sehingga dengan adanya penelitian ini pihak Dosen pengampu matakuliah tersebut dapat mengantisipasi permasalahan tentang adanya perilaku prokrastinasi agar tidak menjadi kebiasaan dalam belajar mahasiswa yang dapat menghambat proses belajar selanjutnya dan dapat mencegah perilaku prokrastinasi sebagai sebuah kebiasaan dalam kehidupan selanjutnya.