



FAKTOR PENYEBAB PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA FITK ANGKATAN 2021 UIN RADEN FATAH PALEMBANG

Ines Tasya Jadidah^{*1}, Bella Graceva Canavallia², Etiara Neva Dita³,
Fifi Nur Hidayanti⁴, Siska Pratiwi⁵

^{1,2,3,4,5} Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan,
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

Email: inestasyajadidah@radenfatah.ac.id¹, bellagracevacanavallia0503@gmail.com², nevaditaetiara@gmail.com³,
fifinhy179@gmail.com⁴, Sp1024652@gmail.com⁵

ARTICLE HISTORY

Received:

30 November 2023

Revised

05 December 2023

Accepted:

09 December 2023

Online Available:

30 December 2023

Kata Kunci:

Sikap, Prokrastinasi
Akademik, Mahasiswa

Keywords:

*Behavior, Academic
Procrastination,
Student*

*Correspondence:

Name: Ines Tasya

Jadidah

E-mail:

inestasyajadidah@radenfatah.ac.id

Abstract.

Judul yang peneliti pilih dalam penelitian kali ini adalah Faktor Penyebab Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa FITK Angkatan 2021 UIN Raden Fatah Palembang. Penelitian ini dilatar belakangi dari kebiasaan atau perilaku yang sering sekali kita jumpai dikalangan para mahasiswa yang suka menunda-nunda pekerjaan dan tugas yang sebenarnya bisa diselesaikan pada saat itu juga. Namun, tak sedikit mahasiswa terjebak dalam perilaku prokrastinasi ini. Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor penyebab perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa dengan subjek penelitian sesuai dengan judul yang peneliti pilih yaitu para mahasiswa FITK Angkatan 2021 UIN Raden Fatah Palembang. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif data diambil dari beberapa responden dengan menggunakan angket/kuisisioner dan wawancara sebagai instrument penelitian. Penelitian dilaksanakan dalam ruang lingkup FITK UIN Raden Fatah Palembang. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebanyak 89,5% mahasiswa terjebak dalam sikap prokrastinasi. Hal tersebut ditimbulkan dari dua faktor yakni Faktor internal yang merupakan faktor dari dalam diri individu yang terdiri dari rasa malas, tidak mood, tidak semangat dan lelah. Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor dari luar diri individu terdiri dari penumpukan tugas, lingkungan dan kesibukan. Perilaku prokrastinasi tersebut memberikan dampak negatif terhadap kehidupan mahasiswa seperti panik, hasil tidak maksimal, tidak menguasai materi dan tergesa-gesa dalam pengerjaan tugas tersebut.

Abstract

The title that researchers chose for this research is Factors Causing Academic Procrastination Behavior in FITK Class of 2021 Students at UIN Raden Fatah Palembang. This research is based on habits or behavior that we often encounter among students who like to procrastinate on work and assignments that can actually be completed at that time. However, quite a few students are trapped in this procrastination behavior. The purpose of this research is to determine the factors that cause students' academic procrastination behavior with the research subjects according to the title chosen by the researchers, namely FITK students Class of 2021, UIN Raden Fatah Palembang. This research uses descriptive qualitative methods, data taken from several respondents using questionnaires and interviews as research instruments. The research was carried out within the scope of FITK UIN Raden Fatah Palembang. Based on the results of research conducted, it shows that as many as 89.5% of students are trapped in a procrastination attitude. This arises from two factors, namely internal factors which are factors within the individual consisting of feeling lazy, not in the mood, not enthusiastic and tired. Meanwhile, external factors are factors from outside the individual consisting of an accumulation of tasks, environment and busyness. This procrastination behavior has a negative impact on students' lives, such as panic, not achieving optimal results, not mastering the material and rushing through assignments.

PENDAHULUAN

Penelitian ini didasarkan pada sikap yang suka menunda-nunda pekerjaan dikalangan mahasiswa. Dalam dunia ilmiah sikap ini disebut sebagai Prokrastinasi. Mahasiswa merupakan sebuah gelar kebanggaan bagi siapapun yang menyandanya. Selain menjadi suatu kebanggaan gelar sebagai mahasiswa juga memiliki tantangan tersendiri.

Hal tersebut dikarenakan terdapat banyak tugas, tanggung jawab serta ekspektasi dan harapan orang tua yang ditanggung. Mahasiswa dapat pula dimaknasi sebagai kaum intelektual yang diharapkan mampu membawa perubahan, memberikan dampak positif bagi sekitar dan dituntut untuk mampu menyelesaikan suatu persoalan serta tugas dan tanggung jawabnya.

Mahasiswa yang menempu Pendidikan S1 umumnya berusia 19-23 tahun dimana kisaran usia tersebut merupakan usia fase dewasa muda. Menurut Erickson fase dewasa muda merupakan kebutuhan untuk membuat komitmen dengan menciptakan sebuah hubungan tersebut. Aspek-aspek yang diperlukan dalam mempertahankan hubungan tersebut menurut Santrock Yakni yang pertama perkembangan kognitif yang menggambarkan efisiensi dalam mempertahankan informasi yang baru, berubah dari mencari pengetahuan menjadi menerapkan. Kedua Perkembangan sosio-emosional yang menggambarkan hubungan individu dengan lingkungannya yang terdiri dari 3 fase: fase pertama menjadi dewasa dan hidup mandiri, fase kedua kehidupan baru membentuk keluarga baru dan fase ketiga menjadi keluarga sebagai orang tua dan memiliki anak.

Melihat fase-fase tersebut menggambarkan bahwasanya manusia akan memiliki tanggung jawab dalam setiap fasenya. Begitupun kehidupan sebagai mahasiswa yang akan dihadapkan dengan tuntutan, tugas dan tanggung jawab baru tidak hanya perihal akademik saja namun pula mampu menunjukkan penyesuaian diri terhadap lingkungan dan pola kehidupan yang baru seperti berorganisasi serta mampu menjalin hubungan interpersonal dilingkungan sosial. Mahasiswa yang dapat menyesuaikan diri dengan peran sosialnya yang baru akan memiliki kemampuan mengatur dirinya apabila nanti menghadapi tuntutan tugas dan tanggung jawab yang berbeda di dalam dan di luar kampus. Misalnya mampu mengatur tugas-tugas yang ada dan juga mampu mengatur antara kegiatan dikampus dan diluar kampus.

Adler (2007) menyatakan bahwa setiap orang memiliki kekuatan untuk bebas menciptakan gaya hidupnya sendiri-sendiri. Manusia memiliki tanggung jawabnya sendiri mengenai siapa dirinya, apa yang dilakukan dan bagaimana ia bertindak laku. Manusia memiliki kendali atas dirinya dan memiliki kekuatan kreatif untuk mengontrol setiap kegiatan dalam hidupnya, memiliki tanggung jawab atas apa yang menjadi tugasnya, berjuang untuk mencapai apa yang menjadi tujuannya serta mengembangkan kemampuan bersosialnya.

Kegiatan pembelajaran pada dunia perkuliahan tentunya berbeda pada saat masih sekolah dimana mulai dari proses pembelajaran, materi dan sistem pembelajarannya yang lebih kompleks, luas dan mendalam dari apa yang diberikan pada saat sekolah. Gie (1979) memberikan pendapat bahwa hal yang sangat mendukung seseorang berhasil dalam proses belajar adalah cara belajar yang baik.

Cara tersebut tidak dapat dilakukan hanya dari satu pihak, melainkan dilakukan oleh kedua belah pihak yaitu dosen dan mahasiswa. Dalam mengajar dosen harus mampu membangun interaksi dan komunikasi dengan mahasiswa sehingga mahasiswa merasa nyaman saat belajar. Begitupula dengan mahasiswa harus mampu mengikuti kegiatan pembelajaran dengan baik seperti mengerjakan dan menyelesaikan tanggung jawabnya.

Prayitno, mengungkapkan bahwa salah satu kunci kesuksesan mahasiswa di dunia perkuliahan adalah sejauh mana mahasiswa itu mampu mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugasnya yang diberikan dosen dengan baik dan tepat waktu. Namun, tak sedikit mahasiswa masih memiliki sifat yang suka menunda-nunda tugas yang diberikan.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang diungkapkan dalam jurnal "Hubungan self efficacy dan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas kuliah" yang memaparkan hasil penelitian Ji Won Youdi dari Universitas Korea yang menyatakan bahwa sebanyak 569 orang mahasiswa yang diteliti atau dalam bentuk persen sebesar 56,39% mahasiswa memiliki sikap prokrastinasi akademik.

Definisi prokrastinasi menurut Newton (2014) adalah *"the act of replacing high-priority actions with tasks of lower priority, or doing something from which one derives enjoyment, and thus putting off important tasks to a later time"* yang intinya prokrastinasi merupakan suatu tindakan yang mengubah kegiatan yang utama dengan kegiatan yang tidak begitu penting namun dianggap menyenangkan. Sama halnya dengan yang diungkapkan Husetiya (2013) bahwa Prokrastinasi akademik merupakan penundaan pekerjaan yang sengaja dilakukan dan berulang-ulang dalam menyelesaikan suatu pekerjaan atau tugas dalam bidang akademik.

Burka dan Yuen menyatakan bahwa manusia yang prokrastinasi memiliki ciri-ciri antara lain, (1). procrastinator lebih suka menunda pekerjaan atau tugas-tugasnya, (2). Berpendapat lebih baik mengerjakan nanti daripada sekarang dan menunda pekerjaan bukanlah masalah, (3). Terus mengulang perilaku prokrastinasi dan (4). Pelaku Prokrastinasi akan kesulitan dalam mengambil keputusan. Mengutip dari website American Psychological Association seorang Profesor di departemen Psikologi di Universitas Durham Inggris. Ia menyatakan bahwa penundaan bukan masalah kemalasan ataupun manajemen waktu yang tidak baik melainkan penundaan ini berkaitan dengan pengaturan emosi diri. Apabila manusia berada dititik benar-benar tidak menyenangkan atau stress.

Dalam pandangan ilmu agama Islam pun melarang manusia untuk menunda-nunda suatu pekerjaan yang semestinya dikerjakan sebagaimana yang disampaikan oleh Rasulullah SAW *"Gunakanlah lima perkara sebelum datang lima perkara lainnya, gunakanlah masa mudamu sebelum masa tuamu, masa hidupmu sebelum datang kematianmu, waktu laungmu sebelum waktu sibukmu, waktu sehatmu sebelum waktu sakitmu dan waktu kayamu sebelum waktu miskinmu"* (HR. Hakim). Berdasarkan hadis tersebut menunjukkan bahwasanya manusia harus mampu memanfaatkan dan mempergunakan waktu sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang menjadi tanggung jawab manusia tersebut. Sebab tidak ada yang dapat menjamin bahwa masih dapat hidup dihari esok.

Mengutip dari jurnal *"Prokrastinasi akademik dalam perspektif Islam"* hasil survei yang dilakukan penulis jurnal pada bahwa terdapat 40% mahasiswa yang bersikap prokrastinasi rendah dan sebanyak 60% mahasiswa yang bersikap prokrastinasi tinggi. Sedangkan hasil dari penelitian Putri, Wiyanti dan Priyatama (2012) menunjukkan bahwa 11,58% mahasiswa memiliki sikap prokrastinasi yang rendah, sebanyak 74,74% mahasiswa bersikap prokrastinasi sedang dan sebanyak 13,68% bersikap prokrastinasi tinggi.

Hal ini dapat berbeda karena sesuai dengan tempat dan situasi yang berbeda. Namun, hal tersebut menunjukkan bahwa sikap prokrastinasi masih diterapkan oleh kalangan mahasiswa. Maka, penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengulas faktor-faktor penyebab sikap prokrastinasi di kalangan mahasiswa khususnya mahasiswa PGMI Angkatan 2021 UIN Raden Fatah Palembang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan menggunakan metode kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif merupakan pendekatan penelitian untuk mendeskripsikan permasalahan dan fokus penelitian. Penelitian Kualitatif ini dilakukan berdasarkan spesifikasi objek penelitian dan untuk memperoleh informasi komprehensif yang mengandung realitas sosial. Dalam penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data deskriptif sebanyak mungkin yang akan dituangkan dalam bentuk laporan dan uraian. Dengan pendekatan kualitatif deskriptif maka analisis data yang diperoleh dalam bentuk kata-kata, gambar atau perilaku.

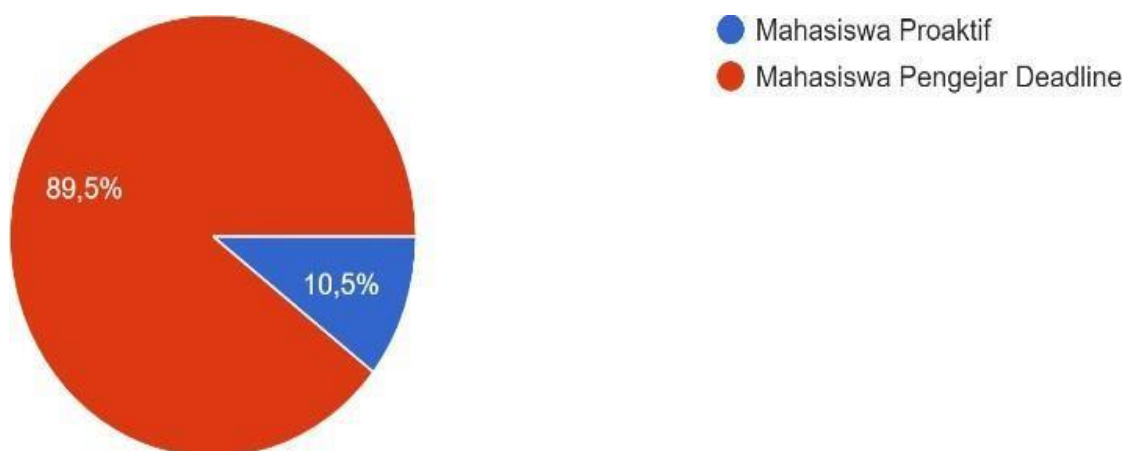
Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif Prodi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Fatah Palembang Angkatan 2021. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua Instrumen yaitu Angket dan Wawancara.

1. Angket. Angket atau kuisioner ini merupakan salah satu Teknik dalam pengumpulan data penelitian yang dilakukan secara tidak langsung bertanya kepada responden). Instrumen penelitian ini menurut Sutopo (2006) merupakan sejumlah pertanyaan yang harus dijawab atau direspon oleh responden. Responden memiliki kebebasan untuk memberikan jawaban atau respon sesuai dengan apa yang dialami oleh responden. Tujuan dari dilakukannya angket ini adalah untuk mengetahui problem dari subjek terkait perilaku prokrastinasi.
2. Wawancara. Dalam mengambil data selanjutnya peneliti menggunakan instrumen wawancara yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang belum diketahui kejelasan data yang diperoleh melalui angket.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini akan memaparkan faktor-faktor apa saja yang menjadi penyebab mahasiswa memiliki perilaku prokrastinasi. Peneliti terlebih dahulu menjabarkan

penjelasan untuk point pertama yaitu tipe mahasiswa dalam mengerjakan tugas kuliah.



Gambar.1 Tipe Mahasiswa dalam mengerjakan tugas

Berdasarkan hasil data yang peneliti dapatkan terdapat 89,5% mahasiswa mempunyai tipe pengejar deadline dan hanya sebesar 10,5% mahasiswa yang memiliki tipe proaktif dalam mengerjakan tugas. Berdasarkan hasil data tersebut menggambarkan bahwasanya sebagian besar mahasiswa terjebak dalam sikap Prokrastinasi akademik. Berdasarkan data menunjukkan bahwa sebanyak 26,3% mahasiswa sangat sering dalam menunda mengerjakan tugas dan sebanyak 73,7% kadang-kadang namun sering menunda mengerjakan tugas.

Oleh sebab itu, untuk mengetahui lebih rinci faktor penyebab perilaku Prokrastinasi akademik pada mahasiswa FITK UIN Raden Fatah Palembang sebagai berikut. Terdapat beragam pernyataan alasan mahasiswa mengapa mereka memilih untuk menunda mengerjakan tugasnya. Ada yang menjawab takut salah, moodnya kurang bagus, malas, sudah terbiasa mengerjakan mendekati deadline, ingin hasil tugas yang sempurna, mager, terlalu capek karena aktifitas kampus, bingung mau mengerjakan yang mana dulu karena ada terlalu banyak tugas, tugasnya yang sulit, ada pekerjaan lain, perlu waktu yang lama dalam pengerjaan tugas, kurang bersemangat dan kurang berentusias dalam mengerjakan tugas serta ikut-ikutan teman jika temannya belum mengerjakan maka ia ikut belum mengerjakan juga.

Bahwa prokrastinasi masuk ke dalam golongan permasalahan regulasi diri yaitu cenderung untuk menunda atau menghindari tugas yang harus diselesaikan pada saat itu. Mc Carthy (2005) mendefinisikan prokrastinasi sebagai kecenderungan untuk menunda atau menghindari secara keseluruhan dari tanggung jawab, keputusan dan tugas yang seharusnya dilakukan serta umumnya baru akan dikerjakan pada waktu-waktu terakhir pengumpulan tugas.

Ghufron dan Risnawita (2010) mengatakan bahwa perilaku prokrastinasi ini dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi keadaan fisik, keadaan psikologis, dan cara berpikir. Faktor

eksternal meliputi pola asuh orang tua, pengawasan orang tua, dan kondisi lingkungan. Menurut Ferrari dan Mc.Cown (1997) ada dua hal yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi yaitu faktor dari dalam diri atau internal dan faktor dari luar diri atau eksternal.

Berdasarkan hasil dari data yang diperoleh faktor yang mempengaruhi mahasiswa dalam perilaku Prokrastinasi akademiknya, antara lain :

Faktor Internal :

- a. Kondisi mental atau Psikologis Kondisi ini berkaitan dengan emosi manusia. Pengertian emosi sendiri diartikan oleh Wade (2007) sebagai stimulus yang mencakup perubahan tubuh dan wajah, fungsi dan efisiensi otak, evaluasi kognitif, perasaan dan sebagai kecenderungan untuk melakukan suatu tindakan secara keseluruhan terbentuk dari kebudayaan yang ada. Individu dengan mental yang baik maka akan berfikir secara positif dan juga mampu bergerak cepat dengan cermat. Namun, individu yang sedang memiliki mental yang kurang baik, maka ia akan merasa berada dibawah tekanan dan akan memiliki rasa takut, khawatir dan cemas sehingga akan muncul pemikiran negative yang mengakibatkan individu tersebut memilih menunda mengerjakan tugas. Berkaitan dengan hasil data penelitian seperti tidakbersemangat, kurang mood dalam mengerjakan tugas yang menjadikan individu menunda tugasnya sampai merasakan mood yang baik sehingga memiliki motivasi untuk mengerjakan tugas-tugas kuliah kembali. Hal ini ada hubungannya dengan psikis atau psikologi batin dalam diri individu.
- b. *Percieved Ability* (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki) merupakan salah satu faktor perilaku Prokrastinasi akademik. Meskipun tidak secara langsung berhubungan dengan diri sendiri, namun keraguan terhadap kemampuan diri sendiri akan menyebabkan seseorang berperilaku Prokrastinasi akademik. Seperti alasan yang diperoleh dari data rasa takut salah dan rasa takut gagal menjadikan seseorang menghakimi dirinya “tidak mampu”. Sebab itu, seseorang berusaha untuk menghindari tugas yang dimilikinya untuk menghindari kegagalan atau kesalahan. Sejalan dengan teori Bandura (1997) mengatakan bahwa efikasi diri merupakan hasil proses kognitif individu berupa keyakinan, penilaian dan penghargaan terhadap sejauh mana individu mengevaluasi kemampuannya dalam melakukan suatu tugas. Bandura mengatakan bahwa efikasi diri merupakan faktor penting atau kunci sumber Tindakan manusia (*human agency*) “apa yang individu pikirkan, percaya dan rasakan mempengaruhi bagaimanaindividu bergerak”. Berkaitan dengna penelitian maka jelas kecenderungan mahasiswa yang takut salah dan gagal membuatnya merasa tidak mampu sehingga muncul perilaku menunda tugas. Blunt, Pychyl dan Ferrary (2010) menyatakan bahwa efikasi diri yang rendah erat kaitannya dengan prokrastinasi akademik.
- c. Regulasi Diri. Schunk (2012) menyatakan bahwa individu yang mampu menerapkan pengaturan diri mampu menjaga kepercayaan terhadap diri

sendiri dalam melaksanakan tugas, mengevaluasi Tindakan dan memastikan bahwa Tindakan tersebut mempunyai efek positif serta mampu menjaga perubahan emosi secara positif. Solomon dan Rothblum (2016) berpendapat bahwa ketidakmampuan individu dalam mengatur waktu menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan suatu tugas. Keterampilan dalam manajemen waktu adalah cara untuk mengurangi penundaan tugas. Berkaitan dengan hasil data yang diperoleh bahwa tugas yang perlu waktu Panjang dalam pengerjaannya. Individu dapat memulai dengan melakukan *siste to do list* lalu menentukan tugas mulai dari yang urgent hingga yang waktu deadlinenya masih Panjang. Dengan kemampuan mengatur dan membagi waktu, maka akan membuat pengerjaan tugas lebih efisien.

Faktor Eksternal

- a. Kesibukan kegiatan dari dalam/luar kampus. Adanya kegiatan selain mengikuti mata kuliah seperti kegiatan organisai, kepanitiaan suatu acara, pekerjaan bagi yang telah bekerja dapat menjadi faktor penundaan pengerjaantugas oleh individu.
- b. Lingkungan. Faktor-faktor ini antara sulitnya tugas yang diberikan , sulit dalam mencari referensi tugas, lalu tidak ada fasilitas yang mendukung seperti laptop rusak, habis kuota atau tidak ada wifi dan ketigaikut- ikutan teman, missal teman belum mengerjakan maka ikut belum mengerjakan tugas pula.
- c. Penumpukkan tugas. Mempunyai tugas yang banyak baik tugas secara individu maupun kelompok dapat menyulitkan mahasiswa dalam menentukan tugas mana yang harus diprioritaskan yang pada akhirnya menyebabkan mahasiswa menunda-nunda dalam menyelesaikan tugasnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Bruno bahwa factor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu dan dapat terwujud dalam bentukbeban tugas yang berlebihan (*over loaded tasks*).

Akibat dari penundaan pengerjaan tugas tersebut pada deadline yang hampir tiba membuat para mahasiswa menerapkan SKS yaitu Sistem Kebut Semalam. SKS merupakan sebuah perilaku yang menjadi kebiasaan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas. Hal demikian terjadi disebabkan belajar dianggap menjadi beban bagi sebagian besar mahasiswa. Faktanya, SKS ini merupakan gaya belajar yang tidak baik, dengan sistem belajar kebut semalam memberikan dampak negatif bagi mahasiswa itu sendiri terhadap fisik dan otak.

Dari informasi yang responden berikan menunjukkan bahwa responden merasakan dampak yang cenderung negatif dari perilaku Prokrastinasi ini. Dampak yang responden rasakan antara lain merasa panik, tugas semakin menumpuk, tugas yang dikerjakan menjadi tidak maksimal, materi yang dipelajari menjadi kurang dikuasai serta menjadi tergesa-gesa pada saat mengerjakan tugas. Prokrastinasi ini dapat dilihat dari berbagai pespektif. Prokrastinasi ini dapat dilihat dari berbagai perspektif. Hal ini disebabkan prokrastinasi melibatkan berbagai unsur masalah yang

kompleks saling terkait satu sama lain. Prokratsinasi dapat diartikan sebagai sebuah sikap yang hanya menunda- nunda dalam mengerjakan tugas.

Namun, prokrastinasi dapat pula dimaknai sebagai pengindaran tugas akibat perasaan yang tidak senang terhadap tugas serta rasa takut gagal dalam mengerjakan tugas. Ellis dan Knaus mengatakan prokrastinasi merupakan sikap atau kebiasaan menunda yang tidak memiliki tujuan dan sikap menghindari tugas yang sebenarnya tidak perlu dihindari. Hal itu terjadi disebabkan adanya rasa ketakutan untuk gagal dan memiliki perspektif bahwa segala sesuatu yang dilakukan harus benar. Prokrastinasi merupakan perilaku yang menyandang semua kalangan tanpa memandang Batasan usia, jenis kelamin dan status. Faktanya ada banyak mahasiswa yang masih memiliki perilaku prokratinasi akademik ini.

KESIMPULAN

Hasil studi menunjukkan bahwa sebanyak 89,5% mahasiswa terjebak dalam perilaku Prokrastinasi yang dilatar belakangi oleh beberapa faktor baik secara internal maupun eksternal. Faktor internal merupakan faktor dari dalam diri individu antara lain malas, tidak mood, tidak semangat dan lelah. Faktor eksternal merupakan faktor dari luar diri individu terdiri dari penumpukkan tugas, lingkungan dan kesibukan. Dampak yang cenderung negative dari perilaku Prokrastinasi ini juga dirasakan oleh mahasiswa seperti panik, hasil tidak maksimal, tidak menguasai materi dan tergesa-gesa dalam pengerjaan tugas tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Fauziah, Hanah Hanifah, dkk. (2015), FAKOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UIN SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG". Jurnal Ilmiah Psikologi 02, No.02 : 123-126
- Wicaksono, Luhur. (2017), PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA". Jurnal Pembelajaran Prospektif 2, No 2 : 60-70
- Asri, Dahlia Novarianing. (2018), PROKRASTINASI AKADEMIK. Madiun : UNIPMA PRESS.
- Suseno, Ageng, dkk. (2020), PROKRASTINASI DAN POLA TIDUR MAHASISWA". Jurnal Penelitian Psikologi 11, No.02 :67
- Gunawan, Imam. (2016) METODE PENELITIAN KUALITATIF TEORI & PRAKTIK. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- You, Jiw Won. (2015), EXAMINING THE EFFECT OF ACADEMIC PROCRASTINATION ON ACHIEVMENT USING LMS DATA IN E-LEARNING". Journaling of Educational Technology and Society 18, No.03 (2015) : 64-74
- Iqbal, M. (2022), HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA DIMASA PANDEMI

COVID-19. Universitas Islam Riau.

ferrari j. r., & mc cown, j. (1997) PROCRASTINATION AND TASK. AVOIDANCE. THEORY, RESEARCH AND TREATMENT. New York : Plenum Press.

Ghufron, M. Nur. & Risnawati, Rini, S. (2010) TEORI-TEORI PSIKOLOGI. Yogyakarta : Ar- Ruzz Media.

Harmalsi. (2020), PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM PERSPEKTIF ISLAM. *Journal of Counseling & Development* 02, No. 01 : 84

L. J. Solomon & E.D Rothblum. (1984), ACADEMIC PROCRASTINATION : FREQUENCY AND COGNITIVE BEHAVIORAL CORRELATES”. *Journal of Counseling Psychology* :31