

Persepsi Mahasiswa BKPI UIN Sumatera Utara Medan tentang Prokrastinasi Akademik (Kajian Permasalahan Umum Psikologi Pendidikan)

Selamat Pasaribu¹, Rizki Assingkily²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia
e-mail: selamatpasaribu@gmail.com¹, rizkiassingkily@gmail.com²

Abstrak

Penundaan tugas menjadi masalah laten di kalangan mahasiswa. Sehingga tidak jarang, tugas tidak optimal dan dikerjakan dalam durasi singkat melalui sistem *copy-paste*. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan persepsi mahasiswa BKPI FITK UIN Sumatera Utara Medan tentang prokrastinasi akademik. Adapun jenis penelitian ialah kualitatif dengan metode studi deskriptif. Informan penelitian ini ialah mahasiswa BKPI-1 Semester IV. Pemerolehan data dilakukan menggunakan teknik wawancara, observasi, dan studi dokumen. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan teknik reduksi, penyajian data, dan penarikan simpulan. Akhirnya, data dinyatakan valid usai uji triangulasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa BKPI mempersepsikan prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan yang sulit ditinggalkan oleh mahasiswa. Meskipun begitu, mereka optimis bahwa kebiasaan buruk ini dapat diperbaiki dengan cara menjadwalkan pengerjaan tugas secara berkala, meluangkan waktu untuk menyelesaikan penugasan kuliah, berkolaborasi dengan teman sejawat, dan berani berkonsultasi dengan dosen terkait tugas-tugas yang diberikan.

Kata kunci: *Persepsi Mahasiswa, Prokrastinasi Akademik.*

Abstract

Procrastination is a latent problem among students. So it is not uncommon, tasks are not optimal and are done in a short duration through a copy-paste system. This study aims to describe student perceptions of BKPI FITK UIN North Sumatra Medan about academic procrastination. The type of research is qualitative with descriptive study method. The informants of this research were students of BKPI-1 Semester IV. Data collection was carried out using interview, observation, and document studies. Furthermore, the data were analyzed using reduction techniques, data presentation, and drawing conclusions. Finally, the data was declared valid after the triangulation test. The results of this study indicate that BKPI students perceive procrastination as a habit that is difficult for students to abandon. Even so, they are optimistic that this bad habit can be corrected by regularly scheduling assignments, taking time to complete college assignments, collaborating with colleagues, and daring to consult with lecturers regarding the assignments given.

Keywords : *Student Perception, Academic Procrastination.*

PENDAHULUAN

Prokrastinasi akademik (perilaku menunda-nunda pekerjaan) merupakan permasalahan umum yang terjadi pada peserta didik dalam kajian psikologi pendidikan. Prokrastinasi akademik disebabkan oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Perilaku menunda penyelesaian studi ini, akan berdampak negatif bila dibiarkan terhadap peserta didik.

Menurut Daulay (2019: 139), prokrastinasi akademik menjadikan siswa mengalami keterlambatan penyelesaian tugas dan studi, menurunkan motivasi belajar dan konsentrasi, meningkatnya kecemasan dan rasa kurang percaya diri. Lebih lanjut, perilaku menunda

tugas memberi dampak negatif bagi mahasiswa, yakni sikap jenuh dengan “tumpukan tugas” dan penurunan prestasi akademik (Assingkily & Rangkuti, 2020). Bahkan, Anggawijaya (2014: 1-12) menambahkan bahwa mahasiswa yang prokrastinasi akademik cenderung memperoleh *bullying* dari teman sebaya karena keterlambatan penyelesaian studi.

Pencegahan sikap prokrastinasi akademik yang melanda kalangan mahasiswa merupakan tindakan fundamental yang harus diberikan oleh dosen terhadap mahasiswa. Sebab, tidak jarang pimpinan tingkat program studi atau jurusan pada perguruan tinggi menyesalkan beberapa mahasiswa yang harus menamatkan studi sarjana lebih dari 8 semester (4 tahun). Tentu, ini menunjukkan rasio yang tidak seimbang antara mahasiswa baru dan mahasiswa yang selesai studi.

Lazimnya, kebiasaan menunda menyelesaikan tugas (prokrastinasi akademik) pada mahasiswa bermula dari penundaan tugas ilmiah sederhana (makalah atau artikel ilmiah), tugas kelompok, dan tugas individu per matakuliah. Kebiasaan semacam inilah yang terbawa hingga tugas akhir (penyelesaian studi) dalam menyusun skripsi. Kebanyakan dari mahasiswa yang lambat menyelesaikan studi disebabkan faktor konsep diri yang sering menunda suatu pekerjaan, bukan pada konsep pengetahuan, wawasan, atau kemampuan menulis mahasiswa.

Menurut Steel (2004), penundaan pengerjaan suatu tugas akademik, akan menghasilkan pekerjaan yang tidak optimal. Hal ini didasarkan pada ketidakkonsentrasian dan sikap terburu-terburu dalam menghadapi pengerjaan tugas. Lebih lanjut, Nugrasanti (2006) menerangkan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku yang menunjukkan gagalnya mahasiswa dalam merancang konsep diri menuju cita-cita di masa akan datang.

Mahasiswa BKPI sebagai salah satu program studi pada FITK UIN Sumatera Utara Medan menunjukkan rasio yang baik setiap tahun ajaran dalam menamatkan mahasiswa. Atas dasar ini, peneliti berupaya memperdalam analisa dengan bertanya kepada sejumlah mahasiswa BKPI terkait persepsi mereka tentang definisi, dampak, dan pencegahan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa. Dengan demikian, akan diperoleh suatu konsep telaah tentang prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa.

Sejatinya, penelitian tentang prokrastinasi akademik telah dibahas dari berbagai sudut pandang oleh peneliti terdahulu. Di antaranya tentang manajemen waktu belajar (Kartadinata & Sia, 2008: 109-119), konsistensi belajar mahasiswa (Suriyah & Tjundjing, 2007: 352-274), faktor yang mempengaruhi penundaan pengerjaan tugas (Fauziah, 2015: 123-132), penurunan prestasi belajar (Ramadhan & Winata, 2016: 154-159), konsep diri dan efikasi diri akademik (Khotimah, *et.al.*, 2016: 60-67; Sagita, *et.al.*, 2017: 43-52), penyelesaian studi dan konsep perfeksionisme (Wulan & Abdulah, 2014; Nanik, 2008: 256-276), serta karakteristik mahasiswa yang suka menunda tugas akademik (Munawaroh, *et.al.*, 2017: 26-31).

Mencermati uraian di atas, dipahami bahwa kajian prokrastinasi membahas tema-tema seputar konsep diri dan penyelesaian studi. Kemudian, titik fokus kajian ini lazim diteliti pada kalangan mahasiswa atau juga siswa jenjang sekolah menengah atas yang dipandang dewasa untuk menentukan sikap akademik. Begitupun, kajian tentang persepsi mahasiswa tentang prokrastinasi akademik belum diteliti secara khusus dan mendalam. Atas dasar ini, peneliti berupaya meneliti *gap analysis* tersebut, yang dirangkum dalam judul, “*Persepsi Mahasiswa BKPI FITK UIN Sumatera Utara Medan tentang Prokrastinasi Akademik (Kajian Permasalahan Umum Psikologi Pendidikan)*”.

METODE PENELITIAN

Tulisan ini bertujuan membahas mengenai persepsi mahasiswa BKPI UIN Sumatera Utara Medan tentang prokrastinasi akademik. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi deskriptif (Assingkily, 2021). Informan penelitian ini ialah mahasiswa BKPI-1 Semester IV. Pemerolehan data dilakukan menggunakan teknik wawancara, observasi, dan studi dokumen. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan teknik reduksi, penyajian data, dan penarikan simpulan. Akhirnya, data dinyatakan valid usai uji triangulasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Prokrastinasi Akademik: Definisi dan Karakteristik

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku atau sikap seseorang yang suka menunda-nunda pengerjaan tugas dan penyelesaian studi. Hal ini didasarkan pada kurangnya perencanaan peserta didik dalam proses penyelesaian studi yang disebabkan berbagai faktor internal, khususnya konsep diri (Damri, 2017: 74-95). Kebiasaan menunda akademis ini, lazimnya karena mahasiswa merasa tugas sebagai suatu beban dan tidak terasa manfaat bagi dirinya.

Menurut Rizvi, *et.al.* (1997), prokrastinasi akademik sebagai perilaku buruk peserta didik dalam penyelesaian tugas akademik, merupakan implikasi dari ketidaksenangan atau tidak terpenggilnya hati mereka dalam mencintai suatu matakuliah dan komponen yang menyertainya. Lebih lanjut Jannah (2014) menambahkan, bahwa prokrastinasi akademik juga didasari sikap mahasiswa yang memandang remeh suatu tugas, dapat dikerjakan dalam waktu singkat (sebelum *deadline*), dan kurang menghargai kualitas waktu penugasan.

Adapun karakteristik prokrastinasi dapat ditandai melalui 4 (empat) tindakan berikut, yakni (1) suka menunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas, (2) terlambat dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas, (3) terlalu lamban menyela durasi waktu rencana mengerjakan tugas dengan aksi nyata, dan (4) tidak memprioritaskan tugas. Ini menunjukkan bahwa tidak ada keseriusan pelajar dalam menyelesaikan tugas, merasa terbebani, serta memandang tugas sebagai sesuatu yang tidak penting sehingga aprioriti (Aziz, 2015: 269-291).

Lebih lanjut, keempat karakteristik tersebut diuraikan sebagai berikut: *Pertama*, suka menunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas. Lazimnya, mahasiswa merasa aman bila tugas yang diberikan dosen “panjang durasinya”. Sehingga, dapat dikerjakan H-1 atau H-2 waktu pengumpulan tugas. Kebiasaan menunda untuk memulai mengerjakan tugas menjadikan hasil yang tidak optimal, sehingga terkesan terburu-buru dalam menyelesaikan tugas (Nisa, *et.al.*, 2019: 29-34).

Kedua, terlambat dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas. Lazimnya, mahasiswa menganggap bantuan teman dan *searching* via *Google* akan membantu pengerjaan tugas dalam waktu yang singkat. Dengan demikian, mereka memandang tidak perlu cepat untuk mengerjakan tugas, sehingga tidak sadar bahwa waktu pengumpulan tugas sudah lewat dan terlambat mengumpulkan tugas.

Ketiga, terlalu lamban menyela durasi waktu rencana mengerjakan tugas dengan aksi nyata. Lazimnya, mahasiswa memandang suatu tugas harus diselesaikan dengan perfeks (atau sempurna). Padahal, tugas terbaik ialah tugas yang tuntas, bukan tugas yang masih dalam angan-angan. Dengan demikian, penugasan tidak hanya masuk dalam “keranjang rencana”, melainkan “aksi nyata” untuk dikerjakan semaksimal mungkin sesuai durasi pengerjaan yang diberikan dosen.

Keempat, tidak memprioritaskan tugas. Lazimnya, ini terjadi pada mahasiswa disebabkan oleh faktor hiburan yang melalaikan, semisal bermain *game online*, bersantai ria dengan teman-teman, sehingga tidak menganggap tugas sebagai salah satu prioritas dalam perjalanan studi mahasiswa (Kurniawan, 2017). Dengan demikian, mahasiswa semacam ini rentan lambat dalam menyelesaikan studi.

Dampak Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik bersumber dari rangkaian pemikiran, penghayatan, dan tingkah laku mahasiswa sehingga menunda pengerjaan suatu tugas. Lazimnya, mahasiswa ketika diberi tugas oleh dosen, langsung berencana menyelesaikannya dalam tempo waktu tertentu. Namun, ketika tugas tersebut tidak langsung dikerjakan dan menumpuk, maka menjadikan mahasiswa merasa tugas sebagai beban (Reza, 2015: 39-44).

Sikap asertif pada mahasiswa, seringkali menjadi faktor eksternal yang mempengaruhi keterlambatan penyelesaian tugas. Asertif bermakna sulit menolak permintaan orang lain, segan menolak ajakan teman, padahal dirinya sendiri tidak berkesempatan memenuhi ajakan atau permintaan tersebut. Sehingga, dalam diri

mahasiswa terjadi disorganisasi waktu. Lambat laun, akan mengalami stres dan kelelahan sehingga frustrasi dengan beban penugasan yang telah menumpuk (Daulay, 2019: 144).

Bila perihal ini terjadi, maka satu-satunya jalan “pintas” yang sering diambil mahasiswa ialah mencontek milik teman atau meng-copy paste hasil tugas dari internet. Perilaku yang dibiasakan semacam inilah dapat mengantarkan mahasiswa jenuh belajar dan memandang pendidikan sebagai suatu hal yang aprioritas dalam hidup (Oematan, 2013: 1-7). Untuk itu, dibutuhkan bimbingan pendidik (dosen) dalam membantu mahasiswa untuk kembali pada jalur proses belajar yang menyenangkan dan persiapan bekal menghadapi dunia kerja di masa akan datang.

Adapun dampak negatif dari prokrastinasi akademik ialah menyebabkan mahasiswa terlambat menyelesaikan studi, disorganisasi waktu, disorganisasi lingkungan, kurang percaya diri, dan menjadi karakter (buruk). Dengan demikian, mahasiswa sebagai individu yang dipandang dewasa, seyogianya menemukan konsep diri untuk mencapai karir, kesejahteraan, cita-cita, dan target di masa akan datang.

Pencegahan Prokrastinasi Akademik: Persepsi Mahasiswa BKPI UIN Sumatera Utara Medan

Berdasarkan hasil wawancara peneliti terhadap mahasiswa BKPI UIN Sumatera Utara Medan, diperoleh keterangan berikut:

Mutiara Aulia (BKPI-1/IV)

“...iya benar Pak menurut saya prokrastinasi akademik itu ga bagus bagi mahasiswa. Namanya saja menunda-nunda, maka bisa jadi banyak yang tertinggal. Tugas yang harusnya siap 2-3 hari, ditunda, malah 1 hari sebelum jadwal kumpul tugas. Tentu, ini kebiasaan buruk yang harus di jauhi mahasiswa.”

Ayidah Nasution (BKPI-1/IV)

“...menurut saya Pak, cara terbaik untuk mencegah prokrastinasi akademik adalah eksekusi tugas secepat mungkin. Sebab, yang paling sulit dari suatu tugas itu sebenarnya bukan antara soal dan jawaban Pak. Kalau saya melihatnya, malah yang sulit itu ialah memulai untuk menjawab (mengerjakan tugas).”

Fahmil Abdillah (BKPI-1/IV)

“...kalau saya sih pak mengaku masih suka nunda-nunda tugas, tapi sejak pandemi kemarin kayaknya banyak kali waktu luang. Jadi, saya selalu luangkan waktu tugas dikerjakan malam hari, siang hari membantu orang tua karena di kampung. Akhirnya, sekarang sudah tidak suka menunda tugas lagi pak. Intinya, manajemen waktu (meluangkan waktu) aja sih pak.”

Afghan Bai Asy Ari Rambe (BKPI-1/IV)

“...cara efektif menurut saya Pak, yaitu manajemen waktu, jangan sampai besok mau dikumpul baru dikerjakan. Memang, awalnya sulit, tapi kalau sudah dibiasakan alhamdulillah nyaman, tidak terburu-buru, dan mudah-mudahan hasilnya pun maksimal.”

Berdasarkan uraian di atas, dipahami bahwa mahasiswa BKPI 1 Semester IV mengakui bahwa prokrastinasi akademik adalah bahaya laten bagi kepribadian mahasiswa. Untuk itu, mereka menawarkan perlunya manajemen waktu bagi mahasiswa dalam memprioritaskan penyelesaian tugas perkuliahan. Dengan demikian, karakter disiplin akan melekat pada diri mahasiswa.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian temuan (hasil dan pembahasan) di atas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa BKPI mempersepsikan prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan yang sulit ditinggalkan oleh mahasiswa. Meskipun begitu, mereka optimis bahwa kebiasaan buruk ini dapat diperbaiki dengan cara menjadwalkan pengerjaan tugas secara berkala, meluangkan waktu untuk menyelesaikan penugasan kuliah, berkolaborasi dengan teman sejawat, dan berani berkonsultasi dengan dosen terkait tugas-tugas yang diberikan. Dengan demikian,

rasio mahasiswa baru dan mahasiswa tamat studi pada suatu program studi dapat seimbang.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggawijaya, S. (2014). Hubungan Antara Depresi dan Prokrastinasi Akademik. *Calyptra*, 2(2), 1-12. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/834>.
- Assingkily, M.S., & Rangkuti, M. (2020). Urgensitas Pendidikan Akhlak Bagi Anak Usia Dasar (Studi Era Darurat Covid-19). *Tazkiya*, 9(2). <http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/tazkiya/article/viewFile/836/632>.
- Assingkily, M.S. (2021). *Metode Penelitian Pendidikan: Panduan Menulis Artikel Ilmiah dan Tugas Akhir*. Yogyakarta: K-Media.
- Aziz, R. (2015). Model Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pascasarjana. *Journal of Islamic Education*, 1(2), 269-291. <http://repository.uin-malang.ac.id/335/>.
- Daulay, N. (2019). *Psikologi Pendidikan dan Permasalahan Umum Peserta Didik*. Medan: Perdana Publishing.
- 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), 74-95. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/1415>.
- Fauziah, H.H. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132. <http://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/view/453>.
- Jannah, M. (2014). Prokrastinasi Akademik (Perilaku Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Skripsi*, Universitas Negeri Surabaya. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/9055>.
- Kartadinata, I., & Sia, T. (2008). I Love You Tomorrow: Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu. *Anima: Indonesian Psychological Journal*, 23(2), 109-119. <http://repository.ubaya.ac.id/23843>.
- Khotimah, R.H., Radjah, C.L., & Handarini, D.M. (2016). Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri, dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 60-67. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/621>.
- Kurniawan, D.E. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 3(1). <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/1120>.
- Munawaroh, M.L., Alhadi, S., & Saputra, W.N.E. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 26-31. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/314>.
- Nanik, N. (2008). Perfeksionime, Prokrastinasi Akademik, dan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Anima: Indonesian Psychological Journal*, 2(3), 256-276. <http://repository.ubaya.ac.id/id/eprint/31260>.
- Nisa, N.K., Mukhlis, H., Wahyudi, D.A., & Putri, R.H. (2019). Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan. *Journal of Psychological Perspective*, 1(1), 29-34. <https://ukinstitute.org/journals/jopp/article/view/joppv1i104>.
- Nugrasanti, R. (2006). Locus of Control dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Provitae*, 2(1), 25-33. <https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=OVODLXSI4RoC&oi=fnd&pg=PA25&dq=Nugrasanti+locus+of+control&ots=lxIEAmYa0t&sig=agRnJGe3aZZMpZebfMJVDes3hYk>.

- Oematan, C.S. (2013). Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi-Universitas Surabaya. *Calyptra*, 2(1), 1-7. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/438>.
- Ramadhan, R.P., & Winata, H. (2016). Prokrastinasi Akademik Menurunkan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 1(1), 154-159. <https://ejournal.upi.edu/index.php/jpmanper/article/view/3260>.
- Reza, I.F. (2015). Hubungan Antara Motivasi Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, 12(1), 39-44. http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!@file_artikel_abstrak/Isi_Artikel_484918346_670.pdf.
- Rizvi, A., Prawitasari, J.E., & Soetjipto, H.P. (1997). Pusat Kendali dan Efikasi-Diri Sebagai Prediktor Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 2(3), 51-66. <https://journal.uii.ac.id/Psikologika/article/view/8433>.
- Sagita, D.D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017). Hubungan *Self Efficacy*, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik dan Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Bikotetik: Bimbingan dan Konseling Teori dan Praktik*, 1(2), 43-52. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jbk/article/view/1890>.
- Steel, P. (2004). *The Nature of Procrastination*. Canada: University of Calgary.
- Surijah, E.A., & Tjundjing, S. (2007). Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness. *Anima: Indonesia Psychological Journal*, 22(4), 352-374. https://www.researchgate.net/profile/Ide-Bagus-Siaputra/publication/275715751_Mahasiswa_Versus_Tugas_Prokrastinasi_Akademik_dan_Conscientiousness/links/55451c8b0cf23ff71686997a/Mahasiswa-Versus-Tugas-Prokrastinasi-Akademik-dan-Conscientiousness.pdf.
- Wulan, D.A.N., & Abdullah, S.M. (2014). Prokrastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi. *Jurnal Sosial Humaniora*, 5(1). <http://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/soshum/article/view/136>.