



ANALISIS PERILAKU PROKRASTINASI TERHADAP PENGERJAAN TUGAS AKHIR SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TEKNIK BANGUNAN UNIVERSITAS NEGERI MALANG

Yasinta Oktaviana Putri¹ dan Tri Kuncoro²

¹Universitas Negeri Malang, yasinta.oktaviana.2005216@students.um.ac.id

²Universitas Negeri Malang, tri.kuncoro.ft@um.ac.id

Abstrak: Banyak mahasiswa di Prodi Pendidikan Teknik Bangunan Universitas Negeri Malang angkatan 2020 yang mengalami keterlambatan dalam mengerjakan skripsi akibat adanya perilaku prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas akhirnya. Berdasarkan informasi dari ketua program studi (kaprodi) Pendidikan Teknik Bangunan, pada 29 Februari 2024, mengatakan bahwa berdasarkan data di admin siacad dari 101 mahasiswa Pendidikan Teknik Bangunan angkatan 2020 baru 19,8% mahasiswa yang sudah mengajukan judul skripsi sedangkan sisanya sebanyak 80,2% mahasiswa belum mengajukan. Pada dunia akademik sendiri, penundaan tugas tersebut di istilahkan dengan prokrastinasi akademik. Secara sederhana, prokrastinasi akademik dipahami sebagai kegiatan menunda-nunda atau memperlambat dengan memundurkan pengerjaan tugas berangsur dari waktu ke waktu. Prokrastinasi merupakan suatu perilaku yang menimbulkan efek atau dampak buruk yang tentunya dapat merugikan tidak hanya kepada diri sendiri, tetapi juga kepada orang lain yang berada disekitarnya. Pada penelitian ini menghasilkan suatu temuan penelitian yaitu permasalahan yang menjadi penyebab munculnya perilaku prokrastinasi pada mahasiswa program studi Pendidikan Teknik Bangunan angkatan 2020 Universitas Negeri Malang ini dikarenakan adanya dua faktor yaitu faktor internal seperti rasa malas yang muncul, mood yang kurang baik juga mempengaruhi pengerjaan skripsi, faktor fisik yang kurang baik, kelelahan, atau bahkan rasa cemas dan faktor eksternal yang berasal dari luar diri ini seperti adanya pengaruh dari teman, keluarga, maupun tempat menuntut ilmu (universitas). Prokrastinasi dapat menimbulkan efek atau dampak buruk yang tentunya dapat merugikan tidak hanya kepada diri sendiri, tetapi juga kepada orang lain yang berada disekitarnya, contohnya kurang optimal dalam pekerjaannya, mendapat sanksi konsekuensi dari dosen dan lain sebagainya. Perilaku mahasiswa program studi Pendidikan Teknik Bangunan angkatan 2020 dalam mengatasi bentuk prokrastinasi yang tengah dialami adalah dengan lebih memberikan semangat kepada diri sendiri, mengingatkan tanggung jawab yang seharusnya dijunjung tinggi, serta mengerjakan skripsi di luar rumah baik itu di kampus ataupun di kafe untuk memacu diri mengerjakan.

Kata kunci: Perilaku, Prokrastinasi, Mahasiswa

1. PENDAHULUAN

Banyak mahasiswa di Prodi Pendidikan Teknik Bangunan Universitas Negeri Malang angkatan 2020 yang mengalami keterlambatan dalam mengerjakan skripsi akibat adanya perilaku prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas akhirnya. Berdasarkan informasi dari ketua program studi (kaprodi) Pendidikan Teknik Bangunan, pada 29 Februari 2024, mengatakan bahwa berdasarkan data di admin siacad dari 101 mahasiswa Pendidikan Teknik Bangunan angkatan 2020 baru 19,8% mahasiswa yang sudah mengajukan judul skripsi sedangkan sisanya sebanyak 80,2% mahasiswa belum mengajukan.

Pada dunia akademik sendiri, penundaan tugas tersebut di istilahkan dengan prokrastinasi akademik. Secara sederhana, prokrastinasi akademik dipahami sebagai kegiatan menunda-nunda atau memperlambat dengan memundurkan pengerjaan tugas berangsur dari waktu ke waktu. Prokrastinasi merupakan suatu perilaku yang menimbulkan efek atau dampak buruk yang tentunya dapat merugikan tidak hanya kepada diri sendiri, tetapi juga kepada orang lain yang berada disekitarnya.

Oleh karena itu, berdasarkan hasil observasi secara singkat yang telah dilakukan peneliti mengenai hal ini maka diperlukan penelitian terkait perilaku prokrastinasi untuk

nantinya dijadikan sebagai bahan referensi dalam upaya menangani kasus dan perilaku prokrastinasi itu sendiri, selain itu agar kedepannya pihak kampus dapat memberikan perhatian lebih lagi kepada mahasiswanya yang tengah memprogres pengerjaan tugas skripsi. Tidak hanya itu, penelitian tentang perilaku prokrastinasi ini diharapkan dapat memberikan perspektif baru dan berharga untuk memahami tantangan yang di hadapi mahasiswa PTB dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi mereka.

2. METODE

Jenis yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan menggambarkan fenomena agar lebih detail (Rahmadi, 2011). Sedangkan pendekatan pada penelitian ini yaitu menggunakan pendekatan *Mixed Method* yaitu penelitian campuran dengan melakukan pengumpulan data melalui kualitatif dan kuantitatif secara bersama-sama dalam satu penelitian yang sama. Penelitian ini menggunakan metode kombinasi *mixed methods sequential explanatory* yaitu tahap pertama penelitian menggunakan metode kuantitatif yaitu melakukan pengumpulan data dan analisis kuantitatif dan pada tahap kedua melakukan pengumpulan dan analisis data kualitatif (Ismail Pane dkk., 2021).

Teknik pengumpulan data yang dilakukan untuk melakukan penelitian ini yaitu: (1) Observasi langsung dilapangan untuk mengamati lingkungan secara analitis dengan cara 3M, yaitu melihat, mengamati, dan juga mencermati. (2) Wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan mengajukan beberapa pertanyaan lisan kepada orang yang dijadikan subjek wawancara dengan metode terstruktur dengan menyiapkan bahan pertanyaan sebagai pedoman wawancara agar lebih efektif pada saat proses wawancara berlangsung (3) Dokumentasi adalah sebuah catatan peristiwa yang telah terlewatkan berupa teks, gambar, ataupun audio (4) Menyebarkan angket atau kuesioner Memberikan pertanyaan dengan tertulis yang dikemas di dalam google formulir serta dibagikan kepada responden untuk diisi.

Untuk menganalisis data hasil penelitian maka peneliti melakukannya dalam beberapa tahap yaitu: (1) Reduksi data merupakan peringkasan data atau merangkum data dengan memilah hal-hal intinya saja, difokuskan terhadap hal yang penting saja. (2) Penyajian data bisa dalam bentuk grafik, tabel, chart, uraian singkat, dan sejenisnya. (3) Kesimpulan atau verifikasi, dengan adanya kesimpulan ini memungkinkan memuat jawaban atas fokus penelitian yang telah dirumuskan sejak awal. (4) Menggunakan *software* Nvivo. Sedangkan untuk menguji keabsahan data maka cara yang digunakan adalah sebagai berikut:

- (a) Triangulasi sumber yaitu dapat diartikan sebagai pengujian kredibilitas data
- (b) Triangulasi teknik dapat diartikan peneliti memakai teknik pengumpulan data yang berbeda untuk memperoleh data dari sumber yang sama, dimana teknik pengumpulan data yang dimaksud adalah dengan adanya observasi, wawancara, dan dokumentasi.
- (c) Triangulasi waktu merupakan pengujian kredibilitas atau keabsahan dengan menggunakan cara melakukan cek pada observasi, wawancara, atau teknik lainnya yang digunakan pada waktu atau situasi yang berbeda

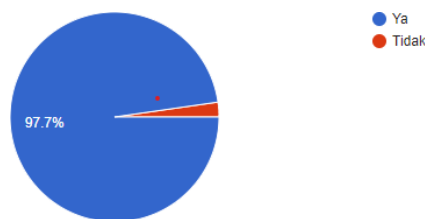
3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor apa saja yang menjadi penyebab terjadinya perilaku prokrastinasi serta perilaku seperti apa yang dilakukan oleh Mahasiswa Pendidikan Teknik Bangunan Universitas Negeri Malang angkatan 2020 untuk mengatasi perilaku prokrastinasi yang dialami tersebut. Dari data yang telah

diperoleh dapat diketahui jika sebanyak 97,7% mahasiswa mengalami adanya distraksi tersebut, sedangkan sisanya sebanyak 2,3% mahasiswa tidak mengalami distraksi atau penundaan terhadap skripsinya.

3.1 Prokrastinasi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan Angkatan 2020 Universitas Negeri Malang

Prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas akhir skripsi dalam pandangan mahasiswa prodi Pendidikan Teknik Bangunan dianggap sebagai hal yang cenderung lumrah oleh khususnya sebagian besar mahasiswa, khususnya mahasiswa angkatan 2020 yang menjadi subjek penelitian ini. Blunt dalam (Motie dkk., 2013) turut mengungkapkan jika kebiasaan prokrastinasi atau menunda-nunda ini disertai dengan penundaan tugas dan pekerjaan serta mempunyai konsekuensi yang tidak menyenangkan. Dalam penelitian terkait prokrastinasi ini peneliti juga melakukan survey kepada mahasiswa Pendidikan Teknik Bangunan angkatan 2020 terkait apakah mereka mengalami penundaan seperti terdistraksi melakukan hal atau kegiatan lainnya saat mengerjakan skripsi.



Gambar 3. 1 Banyaknya Mahasiswa yang Mengalami Penundaan
(Sumber: Data yang diolah, 2024)

Perilaku menunda-nunda atau prokrastinasi terhadap tugas akhir skripsi adalah perilaku mahasiswa yang dilakukan dengan sadar yang mengikutsertakan elemen pengetahuan, perilaku, sifat, maupun emosional. Meskipun dilaksanakannya secara sadar, tetapi orang yang melakukan prokrastinasi menolak sadar jika dirinya selama ini telah melakukan hal-hal yang mengindikasikan bahwa dirinya telah melakukan prokrastinasi. Dari informan yang telah diwawancarai masing-masing memiliki pandangan yang hampir sama terkait dengan perilaku prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas akhir skripsi. Contohnya saja mayoritas informan menganggap jika prokrastinasi merupakan hal yang lumayan wajar dilakukan demi untuk mendapatkan mood, mendapatkan inspirasi baru, ataupun untuk menenangkan diri sesaat untuk meredakan rasa jenuh jika terus menerus berada didepan laptop untuk mengerjakan beban skripsinya.

Untuk mendukung pernyataan-pernyataan yang telah disampaikan oleh informan maka peneliti melakukan survey dengan perolehan data yaitu sebanyak 97,7% mahasiswa Pendidikan Teknik Bangunan mengatakan jika mereka mengalami adanya distraksi tersebut, sedangkan sisanya sebanyak 2,3% mahasiswa tidak mengalami distraksi atau penundaan terhadap skripsinya. Selain itu, dari hasil survey yang dilakukan juga memberikan fakta bahwa masih terdapat 18.2% mahasiswa yang sering melakukan penundaan terhadap skripsinya.

3.2 Faktor Penyebab Munculnya Perilaku Prokrastinasi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan Angkatan 2020 Universitas Negeri Malang

3.2.1 Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dan muncul dari dalam diri individu. Ada beberapa hal yang menjadi penyebab munculnya faktor internal ini adalah dikarenakan beberapa hal sebagai berikut ini.

a. Kondisi Fisik

Menurut penuturan informan UF prokrastinasi ia lakukan karena adanya faktor kondisi fisik yang sangat mempengaruhi terhadap pengerjaan skripsi. Pendapat tersebut turut diperkuat oleh penelitian terdahulu yang dilakukan Roza (2020), dimana kondisi fisik dapat berupa kesehatan ataupun kecacatan tubuh. Berikut sebagaimana hasil wawancara informan UF yang menjelaskan jika rasa lelah dapat menimbulkan kemalasan dan menunda mengerjakan skripsi:

“kalo misal lagi ngerasa cape banget itu tuh jadi males mau ngerjain skripsi. Jangankan mau ngerjain, sekedar buka laptop aja itu rasanya gak ada tenaga gitu. Jadi yaa lebih milih buat rebahan dengan alasan biar badan enakan dan ngeredain capek.” (Kode: 1.UF.W.01.9-07-2024)

Kondisi fisik yang buruk sering kali mempengaruhi kinerja seseorang, apabila tubuh merasa sakit tidak jarang perilaku prokrastinasi akan muncul. Gangguan terhadap kondisi fisik yang dipaksakan untuk mengerjakan suatu hal justru akan menyebabkan pekerjaan yang dikerjakan menghasilkan hal yang kurang maksimal, sebagaimana wawancara informan FK dan SF.

“ketika aku lagi di fase dimana keadaan fisik ku terganggu aku tidak bisa dipaksa untuk mengerjakan sesuatu, walaupun di paksa mungkin hasilnya tidak akan maksimal.” (Kode: 3.FK.W.14-15.11-07-2024)

“...waktu mengerjakan di saat kondisi badan/ kesehatan ada yang terganggu, maka rasa untuk menunda-nunda pekerjaan itu sangat besar. Jadi hasil waktu mengerjakan kurang maksimal.” (Kode: 2.SF.W.08.11-07-2024)

Adanya gangguan sederhana serta kelelahan terhadap fisik menjadi salah satu penyebab perilaku prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas akhir skripsi muncul. Kelelahan menyebabkan menjadi lemahnya kondisi fisik seseorang, begitu pula dengan menurunkan kemampuan otak dalam berpikir karena kekurangan energi serta daya yang tidak berfungsi sehingga memerlukan penundaan terhadap pengerjaannya. Ke tiga informan ini memberikan penjelasan bahwasannya kondisi badan atau fisik yang kurang sehat mengharuskan diri untuk istirahat terlebih dahulu dan melakukan prokrastinasi atau menunda sementara waktu.

Kondisi fisik dari individu menjadi faktor internal yang penting dan utama dalam hubungannya terhadap perilaku prokrastinasi yang dialaminya. Apabila kondisi fisik seseorang kurang fit atau kurang sehat maka akan mengakibatkan kelambatan daya tangkap jika dibandingkan dengan orang yang sehat. Diri yang sehat akan dapat mengerjakan pekerjaan apapun dengan lebih cepat dan lebih benar. Dalam hal ini tiga informan dalam wawancara atau interview menyampaikan penjelasan bahwasannya kondisi fisik yang kurang sehat serta kelelahan akan memberikan pengaruh terhadap daya kemampuan otak untuk berpikir. Hal ini dikarenakan kekurangan energi serta daya yang tidak berfungsi sehingga memerlukan waktu untuk menunda pekerjaan.

Kondisi fisik atau badan yang kurang sehat mengharuskan diri untuk istirahat dan berhenti terlebih dahulu dari segala macam bentuk pekerjaan sehingga melakukan prokrastinasi untuk sementara waktu.

Untuk menjaga kesehatan fisik hendaknya mahasiswa dapat mengatur kegiatan yang dilakukannya, mengurangi kegiatan yang kurang penting yang menyebabkan kondisi fisik menurun. Selain itu hendaknya juga mengimbangi dengan mengonsumsi makanan atau minuman yang sehat agar daya tahan tubuh terjaga. Mahasiswa juga diharapkan mengurangi beban pikiran agar tidak menjadi pemicu dalam menuurunya daya tahan fisik.

b. Kondisi Psikologi

Kondisi psikologis atau jasmani juga memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi pengerjaan tugas akhir skripsi yang memberikan dampak serius pada keterlambatan kelulusan. dari data interview atau wawancara yang di peroleh menjelaskan bahwa dalam mengerjakan skripsi diperlukan adanya kesehatan mental atau yang sering disebut dengan mental health. Pendapat serupa juga disampaikan Agung dan Budiani (2013) bahwa stres yang dialami mahasiswa dalam menyusun skripsi dapat memunculkan reaksi perilaku negative seperti menunda-nunda atau prokrastinasi. Sebagaimana wawancara dengan SF berikut ini:

“ya karena saat mengerjakan skripsi itu juga perlu adanya mental health, agar waktu mengerjakan skripsi bisa sesuai target. Meskipun hasil target yang di capai sedikit, itu tidak masalah buat saya.” (Kode: 2.SF.W.08-09.11-07-2024)

Pernyataan ini diperkuat juga oleh pernyataan dari informan FK yang merupakan teman dari SF di perkuliahan, berikut pernyataannya:

“Secara kesehatan fisik dan mental aku tidak merasa ada kendala. Tapi memang kalo masalah mental itu sangat-sangat pengaruh ya, contohnya aja kalo lagi ngerasa down karena ke distract sama masalah lain itu pasti pengaruh juga ke skripsi bahkan kerjaan lain. Kalo aku pikir sih ga cuma SF yang ngerasa mental health itu penting, tapi bagi aku ya jelas sama penting juga.” (Kode: 3.FK.W.14.11-07-2024)

Pernyataan diatas juga semakin diperkuat oleh statement yang kembali disampaikan oleh UF berikut ini:

“Ngomongin masalah mood itu kan hubungannya sama psikis manusia tuh, jadi menurutku mahasiswa perlu banget buat peregangan sama pikirannya sebelum ngelakuin sesuatu hal terutama skripsi yang sangat menguras pikiran.” (Kode: 1.UF.W.01.9-07-2024)

Terdapat statement yang disampaikan oleh informan DS selaku kaprodi Pendidikan Teknik Bangunan, berikut merupakan pendapat yang disampaikan oleh DS:

“...intinya kalo secara fisik gak terlalu ya, saya yakin mereka sehat kok, lebih ke psikologis aja karena faktor untuk menyemangati untuk mendorong mahasiswa. Makanya saya itu sering mengatakan “kalo bisa 7 kenapa harus 8, kalo bisa 8

kenapa harus 9” itu sebenarnya untuk mendorong mereka ya sebenarnya.” (Kode: 4.DS.W.21.22-7-2024)

Kondisi psikologi ini dapat meliputi banyak hal yang ada kaitannya dengan perasaan, emosional, sikap serta sifat seseorang. Oleh karena itu, kondisi psikologi seseorang ini juga dapat mempengaruhi terjadinya prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas akhir skripsi. Pada kenyataannya yang tengah dialami oleh mahasiswa program studi Pendidikan Teknik Bangunan angkatan 2020 kondisi psikologi yang dapat mengakibatkan timbulnya perilaku prokrastinasi dibagi menjadi dua yaitu yang pertama, perlu adanya kesehatan mental (mental health). Kesehatan mental yang baik akan menambah kefokuskan untuk mengerjakan segala pekerjaan apapun khususnya skripsi, semakin fokus seseorang maka akan semakin mudah juga bagi orang tersebut mencapai target yang ingin dia capai. Kedua, perasaan yang kurang baik serta mood yang buruk dan tidak stabil juga dapat menyebabkan pikiran seseorang menjadi tidak fokus. Pikiran yang tidak dapat fokus itulah yang akan mengakibatkan seseorang melakukan tindakan menunda-nunda terhadap pekerjaan (prokrastinasi) demi untuk mendapatkan kembali perasaan serta mood yang lebih baik. Merlinda (2023) mengatakan jika faktor psikis yang dapat mempengaruhi prokrastinasi dibagi menjadi 2 macam yaitu pertama banyaknya masalah dalam diri individu, dan kedua perasaan kurang baik serta emosional yang kurang stabil.

c. Kecemasan

Mahasiswa sering kali merasakan kecemasan pada saat mengerjakan skripsi. Pendapat serupa turut disampaikan oleh Zahratul Fitriah (2016), dimana bentuk kecemasan tersebut dapat berupa kecemasan terhadap waktu penyelesaian dan ketidak sukaan terhadap topik. Berikut ini merupakan salah satu bentuk kecemasan yang dialami oleh informan UF.

“Lumayan sering sih ngerasain cemas tuh, lebih-lebih sekarang kan udah semester 8 dan belum juga sempro. Liat temen-temen udah banyak yang sempro dan bahkan beberapa uda ada yang siding tuh jadi makin stress. Akibat dari ngerasa cemas dan khawatir tuh kalo aku sendiri sih ada 2 macam, pertama makin rajin ngerjain skripsi dan yang kedua malah bikin makin males karena udah ngerasa minder duluan jadi kaya patah semangat gitu.” (Kode: 1.UF.W.0.9-07- 2024)

Informan SF juga turut menyampaikan bentuk kecemasannya dalam mengerjakan skripsi, dimana SF merasa takut setelah melakukan bimbingan bersama dosen pembimbing dan mendapatkan banyak revisi terkait skripsinya.

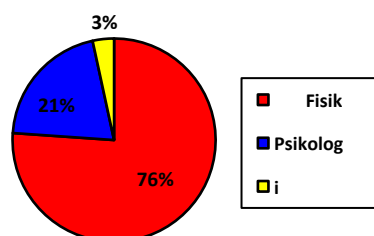
“Rasa cemas pasti ada, apalagi saat bimbingan dan banyak revisi. Dari kecemasan tersebut, saat mau merevisi jadi timbul rasa takut dalam benak saya “ini sudah betul atau belum ya? Sesuai apa yg di mau dospemnya apa ga ya?”. Nah dari itu jadi skripsi saya menjadi lama selesainnya.” (Kode: 2.SF.W.09.11-07-2024)

Kecemasan lainnya juga disampaikan oleh FK, kecemasan tersebut berupa takut apabila skripsinya tidak terselesaikan tepat pada waktunya. Roza (2020) dalam

penelitiannya turut menyatakan bahwasanya kecemasan akan hal yang berlebihan justru akan menghambat pengerjaan skripsi.

“Yang aku takutin kalo skripsiku selesai ga tepat waktu, yaa emang udah telat tapi seenggaknya gak terlalu kelamaan juga dan berharapnya lebih cepet lebih baik. Akibatnya dari kebanyakan takut atau cemas jadinya malah sering kepikiran dan malah jadi takut salah buat ngerjain skripsinya.” (Kode: 3.FK.W.15.11-07-2024)

Sedangkan menurut survey yang dilakukan pada seluruh mahasiswa Pendidikan Teknik Bangunan angkatan 2020 juga turut memperkuat data dari informan. Adapun data tersebut menyebutkan 76% mahasiswa memilih fisik sebagai kendala utama dalam penundaan skripsi, 21% memilih kendala psikologis, dan 3% memilih kecemasan sebagai kendala utama dalam faktor internal yang menjadi penyebab penundaan terhadap skripsi.



Gambar 3. 2 Diagram Kendala dalam Faktor Internal 2
(Sumber: Data yang diolah, 2024)

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti dapat mengetahui bahwasanya kecemasan dapat terjadi karena tiga hal sebagai berikut ini yang pertama, kecemasan terjadi karena adanya rasa minder terhadap teman yang sudah memiliki pencapaian di atasnya. Selain itu penundaan juga kerap terjadi karena merasa memiliki ketakutan akan tidak terselesaikannya skripsi yang pada akhirnya menjadi beban pikiran yang berakibat pada penundaan skripsi. Kecemasan akan hal belum terjadi sering kali memberikan efek buruk berupa beban pikiran yang mengakibatkan stress (Wahyudi, 2022). Kedua, timbulnya rasa takut setelah melakukan bimbingan bersama dosen pembimbing dan mendapatkan banyak revisi terkait skripsinya yang menyebabkan semakin lama untuk menyelesaikan skripsi. Ketiga, kecemasan tersebut berupa takut apabila skripsinya tidak terselesaikan tepat pada waktunya.

3.2.2 Faktor Eksternal

a. Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga meliputi cara didik orang tua, hubungan dalam keluarganya, kondisi rumah, ekonomi, dan kepekaan orang tua terhadap anak. Roza Anggia., dkk (2020) menyampaikan jika mahasiswa yang belajar akan menerima pengaruh dari keluarga berupa: cara orang tua mendidik, relasi antara anggota keluarga, suasana rumah tangga dan keadaan ekonomi keluarga. Pada mahasiswa yang telah sampai pada tingkat akhir biasa orang tua akan cenderung memberikan tekanan lebih kepada anak-anaknya agar segera menyelesaikan studinya. Informan FK menjelaskan dalam wawancaranya, jika dia mendapatkan tekanan dari orang tuanya.

“Iya jelas ada tekanan, apalagi kan ayahku itu pengajar. Jadi pasti dia sangat keras kalo sama pendidikanku.” (Kode: 3.FK.W.16.11-07-2024)

Harapan dari keluarga dapat menciptakan stres, yang dapat mengarahkan siswa untuk menunda-nunda sebagai mekanisme koping (Hooda & Saini, 2016). Selain dari pernyataan diatas, informan SF juga menyampaikan terkait bentuk tekanan yang di alaminya dari keluarga.

“Pastinya iya ada tekanan, walaupun itu tidak memberatkan diri saya, tapi tetep aja namanya tekanan kalo lama-lama kan yaa bikin sumpek dan jenuh.” (Kode: 2.SF.W.10.11-07-2024)

Berikut ini merupakan salah satu contoh tekanan yang didapatkan oleh informan SF:

“Jangan HP an mulu!!! skripsimu wes gak karu-karuan malah HP an terus, arep dadi opo? opo arep ngendog nde UM ora lulus-lulus”, dan itu juga berimbas pada skripsi saya yang molor banget.” (Kode: 2.SF.W.10.11-07-2024)

Selain itu juga ada pendapat dari DS selaku dosen juga memberikan statement pendukung terkait betapa pentingnya peran keluarga terhadap kelangsungan kehidupan seorang anak, khususnya pada saat krisis pengerjaan skripsi ini.

“Pasti pasti!! Jadi peran keluarga itu penting. Sampe ada ortu yang laporan kalo anaknya tinggal skripsi aja gak mau ngerjain. Mahasiswa itu mohon maaf “ada yang sudah dewasa ada yang belum pola pikirnya, kaya kalau dia punya malu dia akan berpikir kenapa sih orang tua ku harus ikut campur, ada juga yang masih kayak SMA yang perlu motivasi dan perlu dorongan” jadi peran keluarga itu penting.” (Kode: 4.DS.W.21.22-7-2024)

Terkadang ada orang tua yang memiliki pola asuh otoriter yang mengakibatkan anak kurang bisa untuk menyampaikan keinginannya, serta berada dalam tekanan dan kekangan atau keterpaksaan. Hal ini turut di dukung oleh pernyataan Angarita (2012) yang mengatakan jika prokrastinasi merupakan akibat dari pola asuh orang tua yang otoriter. Roza Anggia., dkk (2020) menyampaikan jika mahasiswa yang belajar akan menerima pengaruh dari keluarga berupa cara orang tua mendidik, relasi antara anggota keluarga, suasana rumah tangga dan keadaan ekonomi keluarga. Lingkungan keluarga meliputi cara didik orang tua, hubungan dalam keluarganya, kondisi rumah, ekonomi, dan kepekaan orang tua terhadap anak. Sering kali orang tua yang memiliki sifat acuh pada anak dengan jarang memberikan perhatian justru akan mencetak atau membentuk kepribadian anak yang acuh pula. Rasa acuh orang tua tersebut juga yang membuat anak menjadi merasa kurang memegang tanggung jawabnya sebagai anak maupun sebagai pribadi. Begitu pentingnya pola asuh orang tua ini sangat memberikan pengaruh besar pula terhadap kepribadian anak. Semakin otoriter pola asuh orang tua makan anak akan semakin jenuh dan berakhir dengan melakukan kegiatan lain yang mereka anggap jauh lebih menyenangkan. Sebaliknya, apabila orang tua memiliki pola asuh demokratis maka akan memberikan ruang bagi anak untuk membagi masalahnya, pengalaman, keinginan, harapan atau bahkan kesulitan yang kini tengah anak hadapi. Saling keterbukaan antara anak dan orang tua ini lah yang menyebabkan adanya

komunikasi yang baik, sehingga akan dapat saling bermusyawarah atau bertukar pendapat mengenai setiap keputusan yang diambil dalam melanjutkan studi. Sehingga studi bisa dijalani dengan perasaan yang suka serta tanpa adanya keterpaksaan didalamnya.

b. Lingkungan Sekolah

Lingkungan universitas juga dinilai dapat memberikan pengaruh kepada kelangsungan pengerjaan skripsi karena terdapat sangkut pautnya dengan dosen pembimbing skripsi. Faktor kampus yang mempengaruhi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi mencakup relasi antar pengajar, relasi antara mahasiswa dan mahasiswa, waktu bimbingan (Roza, 2020) Selain itu, beban mahasiswa Pendidikan Teknik Bangunan angkatan 2020 sangatlah banyak dimulai dengan diharuskannya mengikuti kkn, praktik industri (PI), dan juga praktik mengajar disekolah (PPL).

“50:50 menurut saya, meskipun univ juga menyediakan perpustakaan untuk memudahkan mahasiswa untuk mencari referensi. Di sisi lain sistem skripsi di fakultas ini perlu adanya perombakan. Melihat di fakultas lain di mana pada semester 4 atau 5 ataupun 6, para mahasiswanya sudah pada melakukan sempro melalui matkul wajibnya dan pada semester 8 tinggal sidang. Jadi ini mungkin bisa menekan angka penundaan skripsi bisa menurun. Ada lagi yaitu program magang dan kkn yang di lakukan pada semester 7 yang membuat fokus mengerjakan skripsi menjadi menurun. Ya meskipun beberapa orang bisa membagi fokusnya, tetapi tidak semua mahasiswa bisa melakukan hal tersebut.”
(Kode: 2.SF.W.12.11-7-2024)

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sjamsuar (2022), mengatakan jika mahasiswa mengaku terkadang beberapa dosen pembimbing dan penguji sulit ditemui sehingga mahasiswa terkadang merasa patah semangat dalam pengerjaan skripsinya. Permasalahan terkait dosen pembimbing yang sulit untuk ditemui ini di perkuat oleh pernyataan FK berikut ini:

“Tapi ya kadang dari segi dosen juga yang agak menghambat, sulit ditemuin.”
(Kode: 3.FK.W.18.11-7-2024)

Pernyataan terkait sulitnya dosen untuk ditemui juga dibenarkan oleh Dr. Ir. Dwi Siswahyudi, MT, akan tetapi beliau juga menyampaikan jikalau tipikal dosen yang demikian memiliki perbandingan yang cukup jauh dibandingkan dengan dosen yang mempermudah para mahasiswanya.

“Saya kira gini, tipikal dosen memang macam macam. Sebenarnya dosen yang bagus itu saling menentukan jadwal, dan itu sudah dilakukan oleh beberapa dosen di UM, jadi istilahnya gini “mencari dosen sulit itu tidak ada”. Menurut saya justru mahasiswa sekarang itu kurang tangguh, kenapa saya bilang kurang tangguh “alahh gaonok dosen e” nahh itu lanjut diam, mestinya harus berusaha. Jadwalnya dosen itu dikampus itu kapan, hari apa saja, kalau sudah tanya pak kapan saya bisa ketemu pak?. Kalau mahasiswa sekarang itu engga, ohh gak ketemu yasudah langsung pulang, jadi itu namanya kurang tangguh”.

Sedangkan terkait dengan tekanan kepada mahasiswa yang dilakukan atau diberikan oleh pihak jurusan bahkan universitas menurut Dr. Ir. Dwi Siswahyudi, MT adalah agar mahasiswanya segera menyelesaikan masa studinya dan lulus.

“Pasti ada tekanan, kita memang harus ngasi tekanan biar cepet lulus.” (Kode: 4.DS.W. 23.22-7-2024)

Lingkungan universitas juga dinilai dapat memberikan pengaruh kepada kelangsungan pengerjaan skripsi karena terdapat sangkut pautnya dengan dosen pembimbing skripsi. Sering kali mahasiswa merasa malas untuk melanjutkan progresnya mengerjakan skripsi jika dosen pembimbing sulit untuk ditemui. . Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sjamsuar (2022), mengatakan jika mahasiswa mengaku terkadang beberapa dosen pembimbing dan penguji sulit ditemui sehingga mahasiswa terkadang merasa patah semangat dalam pengerjaan skripsinya. Tetapi terdapat pendapat pula yang disampaikan oleh kepala program studi (kaprodi) yang menyatakan bahwasanya dari persentase dosen yang sulit dihubungi hanya beberapa tipikal dosen yang demikian. Sehingga sebagai mahasiswa hendaknya kita tidak boleh menyamaratakan tipikal setiap dosen yang ada.

Pada kasus ini alangkah baiknya jika dosen pembimbing lebih ketat lagi dalam membimbing mahasiswanya. Hal ini dilakukan serta merta agar mahasiswa lebih bertanggung jawab pada skripsinya. Dosen juga harus lebih memonitoring mahasiswanya dengan memberikan tenggat waktu terhadap pengerjaan skripsi maupun merevisi skripsinya. Jika intensitas bimbingan rendah maka akan memperlambat proses pengerjaan skripsi dan mempersulit mahasiswa untuk menyelesaikannya tepat waktu (Pasaribu et al., 2016). Selain itu untuk dukungan akademik lainnya seperti tempat mengerjakan skripsi, fasilitas perpustakaan, wifi sudah memadai dan membantu mahasiswa mempermudah mengerjakan skripsinya.

c. Lingkungan Pertemanan

Lingkungan tempat tinggal menjadi salah satu faktor terjadinya prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas akhir skripsi serta menyebabkan keterlambatan kelulusan. Mahasiswa melakukan penundaan pada tugas akademik karena seringnya mahasiswa mengerjakan tugas secara bersamaan dengan teman sekelas yang lainnya, sehingga ketika teman yang lain sedang sibuk dengan kegiatan lain maka individu menjadi malas untuk mengerjakannya dan akan mengerjakan tugas ketika teman yang lain juga mengerjakan (Avico & Mujidin, 2014 p.62). Berikut ini merupakan pernyataan yang disampaikan oleh UF mengenai pengaruh yang dibawa oleh teman.

“Temen tuh kalo bagi aku ngaruh banget, kenapa gitu karena biasanya temen suka ngajak ngelakuin kegiatan-kegiatan yang cenderung ninggalin skripsian. Contohnya NGOPI!!” (Kode: 1.UF.W.03-04.9-07-2024)

Selain informan UF, informan lainnya yaitu FK dan SF juga menyatakan bahwa pengaruh teman sangatlah besar terhadap timbulnya perilaku prokrastinasi terhadap pengerjaan skripsi. Pengaruh tersebut dikarenakan sulitnya saat ingin menolak ajakan teman untuk melakukan kegiatan lain seperti ngopi, nonton, atau futsal.

“Menurutku sih temen cukup ngaruh karena beberapa kali ajakan temenku menggoyahkan imanku buat gak ngerjain skripsi.” (Kode: 3.FK.W.17.11-07-2024)

Pernyataan terkait lingkungan pertemanan yang dapat menjadi penghambat skripsi ini juga diperkuat oleh Dr. Ir. Dwi Siswahyudi, MT selaku kaprodi Pendidikan Teknik Bangunan.

“...mohon maaf juga ya, faktor lingkungan di kost-kost an itu juga faktor lingkungan, lingkungan teman dan kost gak mendukung ya percuma...” (Kode: 4.DS.W.24.22-7-2024)

Lingkungan tempat tinggal menjadi salah satu faktor terjadinya prokrastinasi terhadap pengerjaan tugas akhir skripsi serta menyebabkan keterlambatan kelulusan. Sering kali teman mengajak untuk melakukan kegiatan kurang penting seperti bermain, ngopi, futsal, atau ajakan lainnya yang sulit untuk di tolak. Perilaku ketidakmampuan dalam menentukan dan juga mengambil keputusan mengakibatkan diri sendiri larut pada ajakan teman-teman untuk melakukan suatu hal yang kurang berguna. Pendapat diatas turut diperkuat pada penelitian relevan sebelumnya yang berbunyi ketidakmampuan dalam mengambil keputusan mengakibatkan diri larut dalam ajakan teman yang kurang berguna (Merlinda, 2020). Selain itu dengan tidak dapat mengambil keputusan sendiri sama halnya dengan kurangnya mempunyai prinsip pada diri sendiri. Kurangnya prinsip tersebut mengakibatkan diri kurang memiliki rasa tanggung jawab pada tugas yang seharusnya lebih utama dilakukan, hingga pada akhirnya hal yang lebih berguna ditinggalkan demi melakukan hal lainnya yang kurang berguna. Dengan selalu mengiyakan ajakan teman, maka akan berakibat semakin molornya progress skripsi mahasiswa. Akan tetapi terdapat pula sisi baik dari adanya lingkungan pertemanan yang sehat, dengan adanya lingkungan pertemanan yang sehat akan dapat membawa pengaruh positif pula bagi mahasiswa. Dengan adanya pertemanan yang sehat ini mahasiswa dapat saling menjadi tutor sebaya.

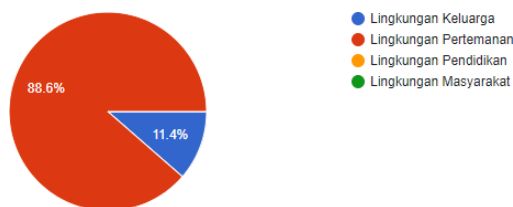
d. Lingkungan Masyarakat

Lingkungan masyarakat tempat tinggal asal dari para informan juga dijadikan sebagai salah satu faktor penghambat pada pengerjaan skripsi. Hal ini dikarenakan beberapa informan merasa jika tekanan dari luar juga dapat mempengaruhi tingkah laku dari informan. Hal demikian ini lah yang dapat merusak mood dari informan dan berakibat mengalihkan pada kegiatan tidak penting lainnya dengan dalih memperbaiki mood. Octafiani (2020) mengatakan bahwa faktor lingkungan masyarakat memanglah memberikan pengaruh kepada seseorang dikarenakan dapat menimbulkan stress.

“Lumayan ada tekanan sih, kaya misal tetangga atau saudara yang suka banding-bandingin sama orang lain tuh jadi bikin ga mood.” (Kode: 1.UF.W.06.9-07-2024)

Pernyataan terkait adanya tekanan dari masyarakat tempat tinggal informan yang telah disampaikan oleh UF ini tidak terlalu berpengaruh pada informan lainnya, dikarenakan tempat asal informan lainnya yang mayoritas berada didaerah perkotaan yang memiliki gaya hidup individualisme sehingga jarang bersinggungan langsung dengan para informan. Sebagai data pendukung dalam penelitian ini terdapat informasi yang peneliti dapatkan melalui survey kepada seluruh mahasiswa Pendidikan Teknik

Bangunan angkatan 2020, bahwasanya sebanyak 88.6% mahasiswa memilih lingkungan pertemanan sebagai kendala utama dalam faktor eksternal ini sedangkan sisanya sebanyak 11.4% mahasiswa memilih lingkungan keluarga sebagai gangguan utamanya pada faktor eksternal.



Gambar 3. 3 Diagram Kendala dalam Faktor Eksternal
(Sumber: Data yang diolah, 2024)

Lingkungan tempat tinggal sejatinya memiliki pengaruh terhadap timbulnya perilaku prokrastinasi pada seorang individu, hal ini terjadi apabila lingkungan masyarakat kurang mendukung dan terkesan memberikan tekanan (Agustine, 2023). Lingkungan masyarakat tempat tinggal asal dari para informan juga dijadikan sebagai salah satu faktor penghambat pada pengerjaan skripsi. Hal ini dikarenakan beberapa informan merasa jika tekanan dari luar juga dapat mempengaruhi tingkah laku dari informan. Tidak menutup kemungkinan pula masyarakat sekitar seperti tetangga atau sanak saudara memberikan perbandingan-perbandingan pada setiap pencapaian diri dengan pencapaian orang lain. Hal demikian ini yang dapat merusak mood dari informan dan berakibat mengalihkan pada kegiatan tidak penting lainnya dengan dalih memperbaiki mood. Octafiani (2020) mengatakan bahwa faktor lingkungan masyarakat memanglah memberikan pengaruh kepada seseorang dikarenakan dapat menimbulkan stress. Pengaruh yang disebabkan oleh faktor lingkungan masyarakat ini tidak semuanya relate pada informan. Hal ini terjadi karena faktor tempat tinggal informan yang berada diperkotaan dan di perdesaan.

Pada faktor eksternal ini memiliki keterkaitan antar komponen-komponen lingkungannya. Selain itu antara faktor eksternal dan faktor internal memiliki keterkaitan yang erat, hal ini dapat dilihat dari apabila keadaan pada lingkungan baik itu rumah, pendidikan, teman, maupun masyarakat tidak baik dan menyebabkan adanya tekanan maka akan mengakibatkan buruknya kesehatan psikologis seseorang. Seperti yang telah disampaikan diatas, apabila kesehatan psikologis terganggu makan tidak akan menutup kemungkinan akan terganggunya pula kesehatan fisik.

3.3 Perilaku Mahasiswa Prodi Pendidikan Teknik Bangunan Angkatan 2020 Universitas Negeri Malang Dalam Menangani Bentuk Prokrastinasi

Dalam setiap tindakan maupun perilaku mahasiswa yang menunda-nunda dalam mengerjakan skripsinya, pasti di dalam lubuk hatinya terdapat keinginan untuk senantiasa dapat segera menyelesaikan skripsinya sehingga dapat segera lulus. Dari wawancara yang telah peneliti lakukan dengan informan, terdapat berbagai macam cara yang dilakukan sebagai upaya untuk menangani bentuk prokrastinasi yang mereka lakukan sendiri baik dalam keadaan sadar ataupun tidak. Selain memberikan motifasi kepada diri sendiri, informan juga menyampaikan agar memegang teguh prinsip diri terutama jika muncul ajakan-ajakan untuk melakukan hal yang tidak penting.

“Kalo aku sih lebih ke ngomong sama diri sendiri “woyy kamu tuh uda mau abis waktunya, uda lewat 4 taun masa gaada kemajuan sama sekali, kalo ngga di selesain sekarang mau kapan lagi?” misal keluarga atau bahkan temen udah mendukung tapi kalo kita sendiri yang ga berusaha bangkit ya sama aja gak bakalan selesai itu skripsinya. Jadi intinya sekarang harus lebih mengutamakan skripsi aja si.” (Kode: 1.UF.W.07.9-07-2024)

Selain motifasi SF mengatan juga untuk menentukan target, karena dengan adanya target akan senantiasa informan gapai bagaimanapun itu caranya.

“Untuk target sendiri pastinya akhir tahun 2024 harus selesai, apapun godaannya tahun ini harus selesai. Bicara agar mencapai target tersebut ya harus mengurangi rasa malas dalam pengerjaan, mengurangi scroll medsos, mengurangi rasa takut ketemu dosbing, dan faktor-faktor lainnya. !!!lawan rasa malas!!!” (Kode: 2.SF.W.13.11-7-2024)

Pendapat lain disampaikan oleh FK mengenai bagaimana caranya dalam menangani bentuk prokrastinasi yang dialaminya. Cara tersebut yaitu dengan mengerjakan skripsi diluar rumah seperti contohnya di café ataupun di kampus. Cara selanjutnya yang dilakukan oleh informan untuk mengurangi perilaku penundaan terhadap pengerjaan skripsi adalah dengan membuat prioritas waktu. Dalam setiap tindakan maupun perilaku mahasiswa yang menunda-nunda dalam mengerjakan skripsinya, pasti di dalam lubuk hatinya terdapat keinginan untuk senantiasa dapat segera menyelesaikan skripsinya sehingga dapat segera lulus.

Terdapat berbagai macam cara yang dilakukan sebagai upaya untuk menangani bentuk prokrastinasi yang mereka lakukan sendiri baik dalam keadaan sadar ataupun tidak. Pertama yaitu memberikan motifasi terhadap diri sendiri dinilai sangat penting untuk memberikan pengingat agar selalu melakukan tugas yang sudah seharusnya dilakukan. Motivasi merupakan daya penggerak dari dalam yang mendorong seseorang untuk melakukan aktivitas demi mencapai tujuan (Andani dan Oktaviani, 2018). Kedua, selain memberikan motifasi kepada diri sendiri, juga agar memegang teguh prinsip diri terutama jika muncul ajakan-ajakan untuk melakukan hal yang tidak penting sebisa mungkin untuk menolak dan lebih mengutamakan tanggung jawab utamanya yaitu menyelesaikan skripsinya. Ketiga, berusaha mengerjakan skripsi diluar rumah dengan tujuan agar memiliki inspirasi baru dan menghindari distraksi yang dapat muncul di dalam rumah sehingga progress skripsi lebih cepat. Ke empat, membagi atau menentukan prioritas waktu dalam mengerjakan skripsi dengan melakukan kegiatan lainnya. Menentukan target dapat berguna untuk memonitoring diri agar dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu (Timpe, 2019).

3.4 Dampak Perilaku Prokrastinasi Terhadap Prestasi Akademik Maupun Karir Masa Depan

Dari analisis literatur yang peneliti lakukan, peneliti mendapatkan fakta bahwa kebiasaan mengulur-ulur atau menunda pekerjaan apapun itu dapat mengakibatkan hal negative dalam kehidupan pelakunya baik saat ini maupun kedepannya.

- a. Timbulnya rasa penyesalan serta rasa bersalah pada diri akibat sering menunda pengerjaan tugas

- b. Akibat sedikitnya waktu yang bisa digunakan untuk memperbaiki, akhirnya tugas yang dikerjakan menjadi kurang optimal.
- c. Mahasiswa mendapatkan sanksi sebagai konsekuensi yang diberikan dosen akibat mahasiswa tidak mengerjakan tugas sesuai dengan tenggat waktu yang telah diberikan.

Menurut Tri Cahyono (2020) dampak perilaku prokrastinasi ada dalam beberapa hal. Pertama perilaku prokrastinasi bisa menjadi penyebab keterlambatan dalam menyelesaikan tugas atau proyek yang telah diberikan. Perilaku ini dapat mempengaruhi timeline serta berpengaruh pada kemampuan untuk mencapai pada target yang sudah ditentukan sehingga berdampak buruk bagi karir. Kedua, orang yang sering melakukan prokrastinasi seringkali melakukan kegiatan lain yang kurang penting dan tidak bermanfaat, hal ini dapat menurunkan produktivitas dalam dirinya. Ketiga, prokrastinasi yang berlangsung lama tanpa adanya usaha untuk menanganinya maka akan dapat berakibat merusak karir bahkan berpotensi kehilangan pekerjaannya.

4. SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang telah dijabarkan pada bab-bab sebelumnya maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut ini:

1. Permasalahan yang menjadi penyebab munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi Pendidikan Teknik Bangunan angkatan 2020 Universitas Negeri Malang ini dikarenakan adanya dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal.
 - a. Faktor internal seperti rasa malas yang muncul, *mood* yang kurang baik juga mempengaruhi pengerjaan skripsi, faktor fisik yang kurang baik, kelelahan, atau bahkan rasa cemas turut menjadi faktor internal atau dari dalam diri yang menyebabkan terhambatnya skripsi.
 - b. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri ini seperti adanya pengaruh dari teman, keluarga, maupun tempat menuntut ilmu (universitas). Contoh dari faktor ini adalah adanya tekanan dari keluarga, ajakan-ajakan bermain dari teman, bahkan beberapa juga dikarenakan adanya tekanan dari masyarakat sekitar.
2. Perilaku mahasiswa program studi Pendidikan Teknik Bangunan angkatan 2020 Universitas Negeri Malang dalam mengatasi bentuk prokrastinasi yang tengah dialami adalah dengan cara: Pertama yaitu memberikan motifasi terhadap diri sendiri dinilai sangat penting untuk memberikan pengingat agar selalu melakukan tugas yang sudah seharusnya dilakukan. Kedua, selain memberikan motifasi kepada diri sendiri, juga agar memegang teguh prinsip diri terutama jika muncul ajakan-ajakan untuk melakukan hal yang tidak penting sebisa mungkin untuk menolak dan lebih mengutamakan tanggung jawab utamanya yaitu menyelesaikan skripsinya. Ketiga, berusaha mengerjakan skripsi diluar rumah dengan tujuan agar memiliki inspirasi baru dan menghindari distraksi yang dapat muncul di dalam rumah sehingga progress skripsi lebih cepat. Ke empat, membagi atau menentukan prioritas waktu dalam mengerjakan skripsi dengan melakukan kegiatan lainnya.

5. DAFTAR RUJUKAN

- Adon, M. J. (2021). Mahasiswa sebagai Agent of Changes dalam Mewujudkan New Normal sebagai Politik Bonum Commune di Masa Pandemi dalam Tinjauan

- Filsafat Politik Armada Riyanto. *JSSH (Jurnal Sains Sosial Dan Humaniora)*, 5(1), 23–33.
- Agung, G., & Budiani, M. S. (2013). Hubungan kecerdasan emosi dan self efficacy dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Character*, 1(2), 1-6.
- Agustine, A. (2023). Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Uin Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016. in Skripsi. <https://repository.uinsaizu.ac.id/id/eprint/19120>.
- Alvin, K. (2020). Memahami Perilaku dan Kejiwaan Manusia. Penerbit Lindan Bestari. https://www.google.co.id/books/edition/Memahami_Perilaku_dan_Kejiwaan_Manusia
- Angarita, L. (2012). Pendekatan terhadap konsep penundaan yang diperbarui. *Jurnal psikologi Ibero-Amerika: sains dan teknologi*, 5(2), 85–94. Diperoleh dari <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4905094.pdf%5Cn>
- Aremu, A. O., Williams, T. M., & Adesina, F. T. (2011). Influence of academic procrastination and personality types on academic achievement and efficacy of in-school adolescents in ibadan. *IFE Psychologia*, 19(1), 93-113. <http://dx.doi.org/10.4314/ifep.v19i1.64591>
- Aslinawati, E., N., & Mintarti, S.U. (2017). Keterlambatan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Angkatan 2012 (Studi Kasus Di Jurusan Ekonomi Pembangunan Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Malang). *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 10(1), 23–33. <https://dx.doi.org/10.17977/UM014v10i12017p023>
- Avico, R. S., & Mujidin. (2014). Hubungan Antara Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bengkulu Yang Bersekolah Di Yogyakarta. *Empathy*, 2(2), 62–65.
- Balkis, M., & Duru, E. (2007). The evaluation of the major characteristics and aspects of the procrastination in the framework of psychological counseling and guidance. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7(1), 376-385.
- Basri, A. S. 2017. Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Religiusitas. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*.
- Burhan, D. H. 2019. Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar). *Social Landscape Journal*.
- Dimas Assyakurrohim, D. I. 2023. Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer*.
- Elfredo Dwipa Regia, A. A. 2015. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Keterlambatan Penyelesaian Studi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan Jurusan Teknik Sipil FT-UNP.

- Endah T.P, A. W. (2020). Pemanfaatan NVivo Dalam Penelitian Kualitatif. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Handayani, S. W. R. I., & Suharnan., Abdullah, A. (2016) Hubungan stres dengan prokrastinasi pada mahasiswa. *Psikovidya*,1(20), 32-39.
- Hariyadi, S., Anto, A. H. F., & Sari, W. A. (2017). Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa S1 Psikologi Di Kota Semarang. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 34(2), 155–160. <https://doi.org/10.15294/jpp.v34i2.11752>
- Iqbal, M. 2022. Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Di Masa Pandemi Covid-19. in Skripsi.<http://repository.uir.ac.id/id/eprint/11918>.
- Ismail Pane, V. L. (2021). Desain Penelitian Mixed Method. Gorontalo: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini Anggota IKAPI (026/DIA/2021).
- Jannah, R. R. (2023). Peran Media Sosial Dalam Meningkatkan Pendapatan Usaha Mikro Kecil Dan Menengah (UMKM). Skripsi/Thesis Institut Agama Islam Negeri Curup, 71-103.
- Janssen, T. & Carton, J. (1999). The Effects of Locus of Control and Task Difficulty on Procrastination. *The Journal Of Genetic Psychology*, 160(4), 436-442.
- Kurniawan, D. E. 2017. Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Konseling Gusjigang* Vol. 3 No. 1 .
- Marhaban, N. 2019. Karakteristik Manusia Komunikatif. *Al-Hikmah Media Dakwah, Komunikasi, Sosial dan Kebudayaan*, 10(2).
- Merlinda, H. 2023. Identifikasi Masalah Prokrastinasi Akademik Penyelesaian Studi Mahasiswa Program Studi Teknik Sipil Muhammadiyah Banda Aceh. In Skripsi. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/30625>.
- Moeti . (2013). Development Of a Self-Regulation Package For Academic Procrastination And Evaluations Of Its Effectiveness. *The European Journal of Social and Behavioural Sciences*. EJSBS Volume IV, Issue I (e-ISSN: 2301-2218).
- Muliani, A., & Ari Fkahrur Rizal, A. 2022. “Pengaruh Edukasi Audiovisual terhadap Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi di SMP Negeri 6 Loakulu Masa Pandemi”.
- Octafiani, A. S. 2020. Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Perilaku Prokrastinasi pada Mahasiswa FKIP UHO yang Sedang Menyusun Skripsi.
- Pasaribu, M. X. N., Harlin, & Syofii, I. (2016). Analisis Kesulitan Penyelesaian Tugas Akhir Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Mesin

Live and Applied Science, Volume 5

- Universitas Sriwijaya. *Jurnal Pendidikan Teknik Mesin*, 3(1), 24–28.
<https://doi.org/10.36706/jptm.v3i1.5346>
- Pratiwi. 2017. Penggunaan Media Video Call Dalam Teknologi Komunikasi. *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial*.
- Putri Fachriani Sjamsuar, H. M. 2022. Pengaruh Konformitas Sebaya Terhadap Prokrastinasi Pengerjaan Skripsi Mahasiswa. *Jambura Guidance and Counseling Journal*.
- Rahayudin, F. 2020. Dampak Prokrastinasi Akademik Pada Keterlambatan Kelulusan Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. In *Skripsi*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/18041>.
- Rahmadi. (2011). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Antasari Press, Banjarmasin.
- Riski Untari, N. A. 2022. Faktor-Faktor Penghambat Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *Journal of Multidisciplinary Studies*.
- Rizal, A. A. F. 2020. Hubungan Perilaku Mencuci Tangan Perawat dengan Angka Kejadian Infeksi Nosokomial : Tradisional Literatur Review. 2(1), 139–143.
- Roza, A. (2020). Faktor Eksternal Penyebab Keterlambatan Mahasiswa Jurusan Teknik Sipil FT UNP Dalama Menyelesaikan Skripsi.
- Sari. 2013. Hubungan stres terhadap guru dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. *Empathy*, 1(2), 15-35.
- Sari, S. Z. 2014. Hubungan Dukungan Sosial Orangtua, Teman Dan Dosen Pembimbing Skripsi Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2009-2010 Universitas Islam Negeri Malang. *Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Siregar. 2022. Pengaruh Self-Management Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Pendidikan Konseling: Volume 4 nomor 1*.
- Slameto. 2013. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyorini, S. 2020. “Perilaku Individu dalam Lembaga Pendidikan Islam”. *An-Nuha: Jurnal Kajian Islam, Pendidikan, Budaya dan Sosial*, 8(1)
- Tambun, S. (2021). Peningkatan Kemampuan Melakukan Riset Kualitatif dengan Menggunakan Software. *Jurnal Pemberdayaan Nusantara*, 4-8.
- Wahyudi Jisaid, N. R. 2022. Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Gunung Djati Conference Series, Volume 14. Mercusuar 2022: Studi Keislaman dan Pemberdayaan Umat*.

Live and Applied Science, Volume 5

Wijaya, I. K. 2016. Buku Ajar Pengantar Skripsi. Universitas Udayana.

Yuliana, K. 2016. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Stres Mahasiswa Dalam Proses Penyusunan Skripsi. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.

Zahratul Fitriah, M. S. 2016. Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa FIP UNNES Angkatan Tahun 2009. Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application.