

**PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PRODI
BIMBINGAN DAN KONSELING DAN IMPLIKASI
TERHADAP LAYANAN BK**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**PUTRI SANTRI
NIM 150213066**

**Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Prodi Bimbingan dan Konseling**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2022 M / 1443 H**

**PROKRASINASI AKADEMIK MAHASISWA PRODI
BIMBINGAN DAN KONSELING DAN IMPLIKASI
TERHADAP LAYANAN BK**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas dan Keguruan (FTK)

Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh

Sebagai Beban Studi Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Dalam Ilmu Pendidikan

Bimbingan dan Konseling



Oleh

PUTRI SANTRI

NIM 150213066

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Prodi Bimbingan dan Konseling

Disetujui Oleh

جامعة الرانيري

AR-RANIRY

Pembimbing I

Mukhlis, M.Pd

NIP. 197211102007011050

Pembimbing II

Annisa Aprilivanti, M.Pd

NIP. -

**PROKRASITINASI AKADEMIK MAHASISWA PRODI
BIMBINGAN DAN KONSELING DAN IMPLIKASI
TERHADAP LAYANAN BK**

SKRIPSI

**Telah di Uji oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus
Serta Diterima sebagai Salah Satu Beban Studi Program Sarjana (S-1)
Dalam Ilmu Pendidikan Bimbingan dan Konseling**

Pada Hari/Tanggal:

Rabu, 27 Juli 2022 M
27 Dzulhijjah 1443 H

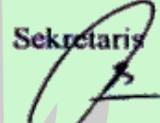
Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

Ketua,



Mukhlis, M.Pd
NIP. 197211102007011050

Sekretaris



Jailani, SE
NIP. 197305062006041002

Penguji I,



Annisa Aprilliyanti, S.Pd., M.Pd جامعة الرانيري
NIP. -

Penguji II,



Dr. Fakhri Yacob, M.Ed
NIP. 196704011991031006

AR-RANIRY

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry
Banda Aceh



Dr. Muslim Bazali, S.H., M.Ag
NIP. 19590301989031001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Putri Santri
NIM : 150213066
Prodi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Prodi Bimbingan dan
Konseling dan Implikasi Terhadap Layanan Bk

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penelitian skripsi ini, saya:

1. Tidak menggunakan ide orang lain tanpa mampu mengentahkan dan mempertanggung jawabkan
2. Tidak melakukan plagiasi terhadap naskah karya orang lain
3. Tidak menggunakan karya orang lain tanpa menyebutkan sumber asli atau tanpa izin pemilik karya
4. Tidak memanipulasi dan memalsukan data
5. Mengerjakan sendiri karya ini dan mampu bertanggung jawab atas karya ini

Bila dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan telah melalui pembuktian yang dapat dipertanggung jawabkan dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka siap dikenai sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas dan Keguruan UIN Ar-Raniry.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun



METERA
TEMPEK

349AKX071357410

Banda Aceh, 27 Juni 2022
Yang Menyatakan,

Putri Santri

ABSTRAK

Nama : Putri Santri
NIM : 150213066
Fakultas/Prodi : Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan dan Konseling
Judul : Prokrastinasi akademik mahasiswa bimbingan dan konseling dan implikasi terhadap Layanan BK
Tanggal sidang : 27 Juli 2022
Pembimbing I : Mukhlis, M.Pd
Pembimbing II : Annisa Apriliyanti, M.Pd
Kata kunci : Prokrastinasi Akademik, Layanan BK

prokrastinasi merupakan kecenderungan menunda untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas dalam bidang akademik secara tuntas, tentunya ini dianggap sebagai sesuatu yang menghambat proses belajar. Prokrastinasi banyak terjadi di kalangan mahasiswa termasuk pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Islam negeri Ar-Raniry. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling dan bagaimana implikasi dari layanan Bimbingan dan Konseling dalam menangani kebiasaan prokrastinasi ini. Populasi dari penelitian ini ialah mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling angkatan 2018, 2019 dan 2020 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, yang berjumlah 234 mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi rendah, sedang dan tinggi. Sample penelitian berjumlah 33 mahasiswa yang mewakili dari angkatan 2018, 2019 dan 2020. Sample dipilih melalui teknik *probability sampling* dan jenis *probability sampling* yang peneliti gunakan adalah *cluster random sampling*, setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih menjadi sample, dimana sample yang dipilih ini dapat mempresentasikan seluruh anggota populasi penelitian . Pengumpulan data yang digunakan adalah skala *likert*. Teknik analisis data menggunakan uji normalitas dan analisis deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry berada pada kategori sedang yaitu dengan persentase 79% atau sebanyak 26 orang dari 33 sample mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling yang diambil, dan upaya yang dapat diberikan untuk menangani prokrastinasi ini ialah dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling yaitu, layanan informasi, diskusi kelompok, konseling kelompok dan layanan konseling individual.

Kata Kunci : Prokrastinasi Akademik, Layanan BK

KATA PENGANTAR



Alhamdulillahirabbil'alamin segala puji hanya milik Allah Subhanahu wa Ta'ala, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi. Shalawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan alam Nabi Muhammad Shallallahu'alaihi Wa Sallam, keluarga dan para sahabatnya. Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada program Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Judul yang penulis ajukan adalah **“Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Dan Implikasi Terhadap Layanan BK”**.

Penyusunan dan penulisan dalam skripsi ini tidak terlepas dari bantuin, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Muslim Razali, Sh.M.Ag selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, pembantu dekan dan seluruh staf karyawan/karyawati FTK UIN AR-Raniry yang telah memberikan izin untuk melanjutkan studi di program Studi Bimbingan dan Konseling.

2. Ibu Muslima, S.Ag., M.Ed selaku ketua program studi dan Ibu Elviana, S.Ag., M.Si selaku wakil ketua Prodi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry.
3. bapak Mukhlis, M. Pd. selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan arahan serta nasihat kepada peneliti, semoga bapak dan seluruh keluarga selalu dalam lindungan Allaah
4. Ibu Annisa Apriliyanti, M.Pd selaku pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan serta motivasi yang sangat berharga. Terima kasih atas waktu yang selalu ibu luangkan, semoga ibu dan seluruh keluarga selalu dalam lindungan dan pertolongan Allaah
5. Irman Siswanto S.Pd, Cut Widya Anjani, A. Md, dan bapak Jailani, SE. yang selalu setia membantu peneliti dalam pembuatan surat. Juga kepada seluruh dosen Prodi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu serta banyak membantu peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
6. Teristimewa kepada Ayahanda Almarhum Muhammad Daud dan ibunda almarhumah Evy Padarita yang telah membesarkan dan mendidik peneliti serta memberikan kesempatan bagi peneliti untuk bisa melaksanakan studi di bangku perkuliahan. Semoga amal ibadah kalian diterima oleh Allaah dan diampuni segala dosa-dosa.
Amin

Kepada semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, peneliti ucapkan terima kasih atas segala bantuan, dukungan serta doa. Semoga Allaah Subhanahu Wata'alaah balas dengan paha yang berlipat ganda. Amiin Ya Robbal'alamiin.

Banda Aceh, 27 Juli 2022
Penulis,

Putri Santri



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL JUDUL	i
PENGESAHAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Hipotesis Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	9
F. Definisi Operasional	9
BAB II : LANDASAN TEORI	12
A. Kajian Prokrastinasi Akademik	12
1. Pengertian Prokrastinasi	12
2. Prokrastinasi Akademik	14
3. Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik	16
4. Jenis-jenis Prokrastinasi	19
5. Karakteristik Prokrastinasi	21
6. Tipe-tipe Prokrastinasi	23
7. Aspek-aspek Prokrastinasi	24
8. Faktor Penyebab Prokrastinasi	28
9. Dampak Prokrastinasi	30
10. Prokrastinasi Dalam Kajian Islam.....	32
B. Bimbingan dan Konseling	38
1. Pengertian Bimbingan	38
2. Pengertian Konseling	38
3. Peran Bimbingan dan Konseling dalam pendidikan	39
4. Tujuan Bimbingan dan Konseling	40
5. Fungsi Bimbingan dan Konseling	41
6. Layanan Bimbingan dan Konseling	44
7. Kegiatan Pendukung Bimbingan dan Konseling	46
8. Bidang-bidang Bimbingan dan Konseling	47
9. Azas-azas Bimbingan dan Konseling.....	48
C. Implikasi Bimbingan dan Konseling	50

BAB III : METODE PENELITIAN.....	53
A. Rancangan Penelitian	53
B. Populasi dan Sample Penelitian	53
1. Populasi	53
2. Sampel.....	54
C. Instrumen Pengumpulan Data	56
1. Validitas Instrumen	58
2. Reliabilitas Instrumen	58
D. Teknik Pengumpulan Data	60
1. Angket	61
2. Skala <i>Likert</i>	61
E. Teknik Analisis Data	62
1. Uji Normalitas	62
2. Analisis Deskriptif	63
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN.....	64
A. Deskripsi Lokasi Penelitian dan Persiapan penelitian	64
1. Deskripsi Lokasi Penelitian	64
2. Persiapan Penelitian	66
B. Pelaksanaan Penelitian	67
C. Hasil Penelitian	67
D. Pembahasan Hasil Penelitian	71
1. Prokrastinasi pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling	71
2. Implikasi Bimbingan dan Konseling	74
BAB V : PENUTUP.....	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

3.1	Jumlah Anggota Populasi Penelitian Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018, 2019, dan 2020	54
3.2	Jumlah Anggota Sample Penelitian Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018, 2019 2020.....	55
3.3	Kisi-kisi Instrumen Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling	57
3.4	Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban	58
3.5	Hasil Uji Validitas Butir Item.....	59
3.6	Hasil Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik	60
3.7	Hasil Uji Normalitas	62
4.1	Statistik Prokrastinasi	68
4.2	Rumus Pedoman Kategorisasi	68
4.3	Pedoman Kategorisasi Prokrastinasi.....	69
4.4	Hasil Kategorisasi Prokrastinasi	70



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keputusan Dekan FTK UIN Ar-Raniry tentang Pengangkatan Pembimbing Skripsi.....	83
Lampiran 2. Surat Mohon Izin Penelitian dari Dekan Fakultas UIN Ar-Raniry	84
Lampiran 3. Hasil Judgment Instrumen Penelitian	85
Lampiran 4. Instrumen Prokrastinasi Akademik	87
Lampiran 5. Uji Normalitas	89
Lampiran 6. Hasil Kategorisasi Data	90
Lampiran 7. Hasil Statistik Prokrastinasi Deskriptif Akademik	91
Lampiran 8. Riwayat Hidup Penulis	93



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang menjalani pendidikan di Perguruan Tinggi. Menurut Siswoyo mahasiswa didefinisikan sebagai individu yang sedang menjalani proses pendidikan di tingkat perguruan tinggi baik Perguruan Tinggi Negeri maupun Swasta¹. Mahasiswa dinilai sebagai seseorang yang memiliki tingkat intelektual yang tinggi serta mampu berpikir dan membuat rencana dengan cerdas dalam bertindak.

Selain itu, Mahasiswa adalah orang yang terdaftar secara resmi untuk mengikuti pendidikan di tingkat perguruan tinggi dengan batas usia sekitar mulai dari umur 18 tahun sampai 30 tahun yang akan didik untuk menjadi calon intelektual yang memegang peranan penting bagi diri sendiri dan masyarakat sehingga tercapainya pembentukan karakter yang intelektual dan berkualitas, mampu berpikir secara kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan suatu sifat yang cenderung menjadi ciri khas dan prinsip dari seorang mahasiswa².

Terdapat banyak perubahan yang terjadi dalam masa transisi dari sekolah menengah menuju universitas, perubahan ini melibatkan berubahnya satu struktur sekolah yang lebih besar seperti interaksi dengan orang-orang dari daerah dan latar budaya yang beragam dan tuntutan peningkatan prestasi

¹ Siswoyo, Dwi. *Ilmu Pendidikan*. (Yogyakarta: UNY Press, 2007). h. 121.

² Suwono. “*Definisi Mahasiswa menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia*”. Diakses dari <http://www.pengertianku.net/2014/11/kenali-pengertian-mahasiswa-dan-menurut-para-ahli.html> pada 17 Maret 2017.

dan penilainnya³. Banyak tuntutan dan kewajiban yang harus dilakukan oleh seorang mahasiswa baik itu secara akademik maupun kemasyarakatan, bahkan terkadang seseorang harus memulai kembali dari nol dikarenakan hilangnya atau berkurangnya dukungan yang biasa didapat ketika masih menjadi siswa.

Mahasiswa yang sedang dalam masa transisi menjadi dewasa dituntut untuk mampu menyelesaikan masalahnya sendiri dikarenakan teman, keluarga serta lingkungan yang biasa membantunya kini telah sulit dijangkau. Mahasiswa harus bisa beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Mahasiswa tidak lepas dari yang namanya belajar dan tugas, situasi belajar yang dihadapi juga penuh tantangan, jika mahasiswa tidak siap dalam menghadapi tuntutan tersebut maka akan membawa kesukaran tersendiri. Seperti menunda mengerjakan tugas, menunda mengumpulkan tugas, dan tidak bisa mengatur waktu belajar. Hal tersebut dinamakan Prokrastinasi.

Menunda dalam mengerjakan sesuatu terutama tugas dalam ranah psikologi sebenarnya sudah dikenal dan sudah dipelajari. Hal ini dikenal dalam istilah prokrastinasi yang artinya penundaan atau perilaku menunda-nunda. Menurut Brown dan Holtzman prokrastinasi berasal dari bahasa latin yakni "*Procrastinase*" yang artinya menunda sampai hari berikutnya⁴.

³ Santrock, J.W. *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2*, Penerjemah: Chusairi dan Damanik). (Jakarta: Erlangga. 2002). h. 74.

⁴ Rumiani. "*Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*" Vol.3, No. 2. 2006. H. 37-48.

Sedangkan perilaku menunda tugas dalam bidang belajar disebut dengan istilah prokrastinasi akademik⁵.

Dikalangan mahasiswa prokrastinasi sangat banyak ditemui, penundaan dalam memulai untuk mengerjakan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas yang dihadapi, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan mencari hiburan atau melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas yang harus dikerjakan merupakan aspek-aspek prokrastinasi akademik⁶.

Mahasiswa harus memiliki kemampuan dalam mengatur waktunya secara efektif terutama dalam mengerjakan tugas-tugas perkuliahan yang dibebankan agar tugas-tugas tersebut dapat diselesaikan tepat waktu. Djamarah mengemukakan bahwa banyak mahasiswa yang mengeluh karena tidak dapat mengatur waktunya dengan tepat, mahasiswa tersebut tidak dapat mengatur kapan seharusnya mulai mengerjakan sesuatu terutama tugasnya sehingga waktu yang seharusnya bermanfaat tidak terbuang percuma⁷. Dikarenakan pemikiran yang kurang dewasa dalam berpikir juga sering memperparah kondisi ini sehingga mahasiswa lebih memilih untuk mengerjakan hal-hal yang lebih mudah untuk dikerjakan sekalipun itu tidak

⁵ Said Hasan Basri. "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa di Tinjau dari Religiusitas". *Jurnal bimbingan konseling dan dakwah islam*. Vol.14. No, 2, 2017. H. 56.

⁶ Ferrari, dkk. *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research and Treatment*. (New York: Plenum Press.1995), H. 2

⁷ Abdul Saman, "Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan)", *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*. Vol. 3, No. 2, 2017, H. 56

berguna dan tidak penting seperti jalan-jalan, nonton, bermain game atau hiburan lainnya.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di kampus UIN Ar-raniry tepatnya pada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling terdapat masih banyak mahasiswa yang menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh Dosen. Hal ini ditandai dengan adanya penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, kelambanan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada menyelesaikan tugas itu sendiri.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan beberapa mahasiswa pada tanggal 2 April 2021 dimana terdapat sebagian mahasiswa menunda-nunda mengerjakan tugas. Alasan dari sebagian mahasiswa tersebut dalam menunda-nunda mengerjakan tugas pun bermacam-macam, seperti mahasiswa yang menunda karena alasan mencari bahan untuk mengerjakan tugas tersebut agar bisa mendapatkan hasil yang terbaik, menunda karena kondisi kesehatan yang tidak memungkinkannya untuk mengerjakan tugas, menunda karena sibuk dengan kegiatan berorganisasi sehingga tidak sempat mengerjakan tugasnya dan pada akhirnya tugas pun di kerjakan di ujung waktu pengumpulan tugas, menunda karena menganggap bahwa rentang waktu pengumpulan tugas masih lama sehingga membuat mahasiswa melalaikan tugas tersebut, bahkan ada pula yang menunda tugas karena tidak

paham atau tidak mengerti akan tugas tersebut sehingga malas untuk memulai mengerjakannya.

Selanjutnya, mahasiswa beranggapan bahwa tidak akan menjadi masalah bila ditunda mengerjakan tugas apabila waktu untuk pengumpulan tugas masih lama. Namun terkadang diluar perkiraan mereka ternyata terjadi hal yang membuat mereka tidak bisa mengerjakan tugas pada waktu yang ditargetkan atau karena bahan tidak memadai maka tugas pun harus diselesaikan dalam waktu satu malam walaupun hasilnya tidak maksimal.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum pada tahun 1984 menemukan hasil 95% mahasiswa melakukan prokrastinasi⁸. Kasus mahasiswa yang melakukan prokrastinasi ini tidak hanya terjadi pada mahasiswa luar negeri saja, mahasiswa di Indonesia pun mengalami prokrastinasi akademik, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rizvi yang ia lakukan pada tahun 1997 pada mahasiswa UGM menemukan bahwa 69% mahasiswa Fakultas Psikologi UGM mengalami prokrastinasi akademik dan 11% diantaranya mengalami prokrastinasi tingkat berat⁹. Selanjutnya hasil yang didapat dari penelitian yang dilakukan oleh Shofi Septi Purnama pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya bahwa dari 275 mahasiswa yang diteliti didapatkan hasil 170 mahasiswa (62%) mengalami prokrastinasi pada tingkat sedang, 59 mahasiswa (21%)

⁸ Green. 1995. "Minority Student Self-Kontrol of Procrastination". *Journal of College Student Development*. Nomor 36 (361-367). University of Oregon. Diakses dari www.oregon.edu.pdf. tanggal 1 Juli 2007. h.362.

⁹ Rizvi, dkk. "Pusat Kendali dan Efikasi Diri Sebagai Prediktor prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika*". No.3. 11. 1997. h. 67

mengalami prokrastinasi pada tingkat tinggi dan 46 mahasiswa (17%) berada pada tingkat rendah¹⁰. Akibat yang dapat di timbulkan dari perilaku prokrastinasi akademik adalah meningkatnya kecemasan ketika menghadapi ujian, mengalami kegagalan dalam memenuhi tenggang waktu pengumpulan tugas, memburuknya kemampuan dalam menulis, mendapatkan nilai yang rendah dan buruknya persiapan ketika ujian¹¹.

Rosario mengemukakan salah satu yang menjadi ciri dari terjadinya prokrastinasi akademik pada mahasiswa ialah ketidak mampuan dalam mengelola dan memanfaatkan waktu, terutama waktu yang telah ditentukan dalam mengerjakan tugas. Banyak faktor yang dapat membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi baik itu secara internal seperti kondisi fisik dan psikologis dari individu tersebut, maupun secara eksternal seperti keadaan lingkungan, ekonomi, dan lainnya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum dapat disimpulkan bahwa mahasiswa banyak menunda dalam melakukan tugas menulis yakni membuat makalah atau skripsi, menunda untuk belajar ketika menghadapi ujian, menunda dalam membaca atau mengerjakan tugas mingguan, administrasi dan kehadiran serta kegiatan kampus secara umum¹².

¹⁰ Shopi Septi Purnama. "Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya". *Jurnal BK UNESA*, Vol 4, No 3, 2014. H. 689.

¹¹ Debruin, G.P. & Rudnock, H. "Examining the cheats: The role of conscientiousness and excitement seeking in academic dishonesty". *South African Journal of Psychology*, 37. 2007, H. 153–164.

¹² Solomon, L.J & Rothblum, E.D. "Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavior Correlates". *Journal of Counseling Psychology* Vol. 31. 1984, 505. Diakses tanggal 17 November 2009 dari http://all.successcenterohio.state.edu/references/procrastinator_APA_paper.htm

Prokrastinasi harus segera di atasi dengan cara merubah tingkah laku, bila tidak bisa di hilangkan minimal harus bisa dikurangi. Jadi, disini terdapat peran Bimbingan dan Konseling untuk mengubah tingkah laku prokrastinator. Sebagai mahasiswa konseling harus menyadari bahwa menunda-nunda adalah suatu masalah yang terjadi pada dirinya dan harus di selesaikan, bila tidak segera diatasi maka akan membawa dampak buruk kepada diri sendiri. Jika mahasiswa Bimbingan dan Konseling sendiri tidak sadar akan masalah yang terjadi pada diri sendiri dan tidak mengatasinya, lalu bagaimana kedepannya bisa membantu klien untuk menyelesaikan masalah mereka. Adapun beberapa layanan Bimbingan dan Konseling yang dapat diberikan untuk mengurangi prokrastinasi adalah layanan penguasaan konten, konseling individu, bimbingan kelompok dan konseling kelompok¹³.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai tingkat prokrastinas yang terjadi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-raniry, dengan menarik judul **“Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Bimbingan dan Konseling dan Implikasi Terhadap Layanan BK”**.

¹³ Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integritas)*. h. 158-179.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang di atas maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Seberapa besar tingkat prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling?
2. Bagaimana implikasi Bimbingan dan Konseling dalam menangani prokrastinasi akademik?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling
2. Mengetahui implikasi Bimbingan dan Konseling dalam menangani prokrastinasi akademik

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara dari masalah yang masih menjadi praduga dan harus dibuktikan kebenarannya melalui data yang terkumpul.¹⁴ Adapun yang menjadi hipotesis dari penelitian ini adalah:

H_a : Terdapat prokrastinasi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling

H_0 : Tidak terdapat prokrastinasi pada mahasiswa Bimbingan dan
Konseling

¹⁴ Sugiono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*, (Bandung: Alfabeta, 2014), H. 213

E. Manfaat Penelitian

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan manfaat di antaranya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap dari hasil penelitian ini mampu memberikan sumbangan ilmu baik bagi dunia pendidikan atau masyarakat khususnya pada bidang Bimbingan dan Konseling. Sehingga baik bagi mahasiswa ataupun masyarakat dapat menambah wawasan dan pemahamannya mengenai kecenderungan menunda tugas yang sering terjadi pada diri individu.

2. Manfaat Praktis

Dapat memberikan gambaran terperinci mengenai prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling di UIN Ar-raniry, serta dapat memberikan informasi untuk penanganan kasus prokrastinasi yang terjadi untuk masa yang akan datang.

F. Definisi Operasional

1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda untuk memulai mengerjakan tugas dan menyelesaikannya, baik penundaan dilakukan karna alasan yang mengharuskan untuk melakukan penundaan maupun penundaan yang dilakukan karna alasan yang tidak masuk akal.¹⁵

¹⁵ Joseph R. Ferrari, Dkk., *Procrastination and Task Avoidance theory*, ... h. 22-27.

Jadi Prokrastinasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kecenderungan menunda-nunda dalam melakukan sesuatu, bila di kaitkan dengan pembelajaran maka pengertian menunda yang di maksud adalah menunda dalam melakukan tugas yang berkaitan dengan bidang akademik. Menunda dalam menyelesaikan tugas tersebut ataupun menyelesaikannya di saat-saat terakhir dari batas waktu yang disediakan untuk pengumpulan tugas tersebut. Burka & Yuen mengemukakan aspek-aspek yang mendasari terjadinya prokrastinasi, yaitu : emosional, waktu, biologikal dan interpersonal¹⁶. Prokrastinasi yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu yang berkaitan dengan akademik.

2. Bimbingan konseling

Bimbingan dan Konseling merupakan suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan atau diberikan oleh seorang yang sudah ahli atau yang disebut konselor kepada klien atau yang disebut konseli melalui pertemuan tatap muka atau hubungan timbal balik antara keduanya, agar konseli mampu untuk melihat dan menemukan masalah yang terjadi pada dirinya serta mampu untuk memecahkan masalahnya secara mandiri, mampu menerima dirinya dengan potensi yang ada pada dirinya.

Beberapa layanan yang ada dalam Bimbingan dan Konseling yang dapat diberikan untuk mengatasi atau mengurangi permasalahan menunda-nunda memulai dan menyelesaikan tugas diantaranya: layanan

¹⁶ Michael Rio Jatikusuma. “*Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Studi Deskriptif pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sunata Dharma Yogyakarta Angkatan 2016*”. Skripsi. (Yogyakarta: Universitas Sunata Dharma. 2018). h. 11.

informasi, layanan konseling individual, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok¹⁷.



¹⁷ Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integritas)*. h. 147-179.

BAB II LANDASAN TEORITIS

A. Kajian Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi

Istilah prokrastinasi merujuk kepada tingkah laku yang cenderung menunda-nunda mengerjakan suatu tugas atau pekerjaan.¹⁸ Penundaan dapat didefinisikan sebagai suatu sifat atau perilaku untuk menunda dalam melakukan sesuatu seperti menunda dalam mengerjakan tugas atau mengambil keputusan.

Istilah prokrastinasi sendiri pertama kali dicetuskan oleh Brown dan Holtzman dalam penelitiannya tahun 1967 yang berjudul “*manual survey of study habits and attitudes*” istilah prokrastinasi awalnya berakar dari bahasa latin “*procrastinare*” yang artinya menunda sampai hari selanjutnya¹⁹. Burka & Yuen dalam *American College Dictionary* juga mengemukakan hal serupa mengenai pengertian prokrastinasi yang berasal dari kata “*procrastinate*” yang artinya menunda untuk melakukan sampai waktu atau hari berikutnya.²⁰ Penundaan dalam bahasa Inggris disebut sebagai “*procrastination*” yang berarti “*to avoid starting an*

¹⁸ Boice R. *Procrastination And Blocking: A Novel, Practical Approach*. (Westport: Praeger Publisher, 1996). h. 11-12.

¹⁹ Rizvi, dkk. “*Pusat Kendali dan Efikasi Diri Sebagai Prediktor prokrastinasi Akademik Mahasiswa....*”, h. 53.

²⁰ Burka J. B, & Yuen. L. *Procrastination why You Do It, What To Do About It*. (New York: Perseus Books. 1983). h. 5.

activity without any reason” yang artinya menghindari aktivitas tanpa alasan²¹.

Boice mengemukakan bahwa seorang yang melakukan prokrastinasi atau yang biasa disebut prokrastinator cenderung mengharapkan dan menunggu keajaiban untuk terselesaikannya tugas yang dihadapi tanpa melakukan usaha, dia mengharapkan inspirasi datang tanpa harus melakukan apapun serta mengharap keberhasilan datang secara spontan tanpa direncanakan, dan hal ini yang akan membuktikan bahwa dia sangat berbakat.²²

Milgram mengemukakan bahwa definisi prokrastinasi melibatkan beberapa komponen perilaku dan afektif yaitu: Urutan perilaku menunda, Menunjukkan perilaku yang tidak memenuhi syarat, Melibatkan tugas yang dipersepsi oleh prokrastinator sebagai sesuatu yang penting namun diabaikan dalam pengerjaannya, serta menghasilkan gangguan emosional²³.

Ferrari menyimpulkan definisi prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, diantaranya:

- a. prokrastinasi hanya sebagai perilaku menunda yang setiap perbuatan menunda-nunda mengerjakan tugas tersebut dipandang sebagai suatu

²¹ Hornby dan Ruse. *Oxford Student Dictionary of Current English*. (Akademi Koado es Nyomda, 1990). h. 728.

²² Boice R. *Procrastination And Blocking: A Novel, Practical Approach*. (Westport: Praeger Publisher, 1996). h. 6.

²³ Rumiani. “*Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa....* h. 38.

prokrastinasi tanpa mempermasalahkan alasan dan tujuan ditundanya pengerjaan tugas tersebut.

- b. Prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan yang menjadi pola perilaku individu yang mengarah kepada *trait*, setiap menghadapi tugas individu akan meresponnya dengan menunda mengerjakan tugas tersebut. Hal seperti ini biasa muncul disertai oleh keyakinan irrasional pada diri individu tersebut.
- c. Prokrastinasi sebagai suatu *trait* kepribadian seseorang yang melibatkan komponen-komponen perilaku dan struktur mental yang saling terkait dan hal ini dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.²⁴

Prokrastinasi lebih dari sekedar lamanya waktu seseorang dalam mengerjakan tugasnya, melainkan meliputi penundaan secara konsisten yang disertai kecemasan. Prokrastinasi tidak selamanya menghasilkan hasil yang buruk karena faktanya banyak juga individu yang mampu memberikan hasil yang baik walaupun waktu yang tersedia dalam pengerjaannya sangatlah terbatas. Maka dari itu, prokrastinasi perlu dilihat dari konteks frekuensi atau kedalamannya, serta alasan dibalik terjadinya prokrastinasi yang dilakukan oleh prokrastinator itu sendiri.

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi dapat terjadi pada berbagai jenis pekerjaan, ada yang melakukan prokrastinasi pada semua hal ada juga yang hanya melakukannya pada hal tertentu saja seperti pembuatan keputusan, tugas

²⁴ ¹ M. Nur Ghufron, Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2017), h. 154.

rumah tangga, aktivitas akademik, tugas kantor atau pekerjaan lainnya. Dalam penelitian ini jenis prokrastinasi yang akan dibahas ialah prokrastinasi pada bidang akademik yang mana pelaku dari prokrastinasi itu sendiri adalah mahasiswa yang sedang menjalani proses perkuliahan yang tentunya ada banyak tuntutan tugas yang harus ia selesaikan.

Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan individu yang selalu menunda tugas dalam bidang akademik. Perilaku prokrastinasi akademik melibatkan kesenjangan antara niat dan perilaku nyata, jika individu menunda mengerjakan tugas sambil menunggu masukan lebih lanjut dari guru jika ia adalah seorang pelajar atau dosen jika ia adalah seorang mahasiswa baru mengerjakan tugas tersebut maka hal seperti ini dapat dikategorikan sebagai bentuk perilaku prokrastinasi. Dalam kasus seperti ini Ferrari membedakan menjadi 2 bentuk prokrastinasi. Pertama, prokrastinasi fungsional yang merupakan penundaan mengerjakan tugas dengan tujuan memperoleh informasi yang lengkap dan akurat. Sedangkan yang kedua, prokrastinasi disfungsional yang merupakan penundaan dalam mengerjakan tugas dimana tugas tersebut merupakan tugas prioritas tingkat tinggi dan penundaan ini tanpa didasari oleh alasan yang masuk akal. Berdasarkan contoh kasus yang sebelumnya dijelaskan maka mahasiswa yang menunda mengerjakan tugas sambil menunggu masukan dari dosen ini termasuk kedalam prokrastinasi fungsional.

Solomon dan Rothblum menyebutkan ada 6 area yang menjadi unsur-unsur tugas akademik, yaitu:

- a. Menulis, yaitu tugas meliputi kewajiban dalam membuat makalah, laporan, proposal, skripsi dan tugas menulis lainnya.
- b. Belajar untuk menghadapi ujian, yaitu menunda untuk belajar untuk persiapan ujian seperti ujian test, kuis, ujian tengah semester dan akhir semester.
- c. Membaca, yaitu menunda dalam membaca buku untuk mencari referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang harus dikerjakan.
- d. Kinerja administratif, yaitu menunda dalam menyelesaikan tugas administratif seperti menyalin catatan perkuliahan, dan mendaftarkan diri dalam persensi kehadiran.
- e. Menghadiri pertemuan, yaitu keterlambatan dalam menghadiri kuliah, praktikum atau pertemuan lainnya yang berhubungan dengan proses perkuliahan.
- f. Kinerja akademik secara keseluruhan, yaitu menunda dalam mengerjakan tugas-tugas akademik secara keseluruhan²⁵.

3. Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik

a. Psikodinamik

Psikodinamika beranggapan bahwa pengalaman yang terjadi pada masa anak-anak akan berpengaruh kepada kognitif seseorang ketika ia dewasa, seperti pengalaman yang membuat seseorang trauma terhadap tugas tertentu, contohnya seseorang yang pernah gagal dalam

²⁵ Solomon, L.j., & Rothblum, E.D. "Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral...", h. 503-509.

menyelesaikan tugas sekolahnya yang membuat mental nya menurun maka ketika dihadapkan kembali kepada hal yang sebelumnya pernah membuatnya trauma tersebut dia akan teringat pengalaman kegagalan dan perasaan gagal yang tidak dia senangi tersebut sehingga membuatnya cenderung untuk menunda-nunda menyelesaikan tugas tersebut.

Freud beranggapan bahwa seseorang yang dihadapkan pada tugas yang mengancam ego pada alam bawah sadar akan berpeluang menimbulkan ketakutan dan kecemasan. Perilaku prokrastinasi merupakan suatu akibat dari penghindaran tugas dan mekanisme pertahanan diri terhadap hal yang mengancam ego pada alam bawah sadar tersebut.

b. Behavioristik

Behavior berpandangan bahwa prokrastinasi sebagai akibat dari proses belajar serta kondisi lingkungan tertentu yang menimbulkan stimulus sehingga menjadi *reinforcement* prokrastinasi akademik. Kondisi lingkungan yang memiliki pengawasan rendah akan memicu timbulnya prokrastinasi akademik, seseorang akan melakukan prokrastinasi akademik lantaran tidak ada yang mengawasi dan melarang nya untuk melakukan perilaku yang tidak tepat waktu.

c. Kognitif dan behavioral-kognitif

Ellis dan Knous menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irrasional pada diri individu yang

disebabkan suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah. Biasanya mereka yang melakukan prokrastinasi memandang tugas sekolah sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan, mereka merasa tidak mampu untuk menyelesaikannya sehingga memilih untuk menunda-nunda menyelesaikan tugas tersebut.

Ketakutan yang berlebihan untuk gagal terjadi pada diri mereka, mereka lebih memilih untuk menunda-nunda mengerjakan tugas sekolah karena rasa takut apabila mengalami kegagalan maka akan mendatangkan penilaian negatif atas kemampuan yang dimiliki. Hal seperti ini di sebut dengan istilah “*fair if the failure*”. Ferrari juga menjelaskan bahwa seseorang yang melakukan prokrastinasi akademik untuk menghindari informasi diagnostik dari kemampuannya karena takut dikatakan mempunyai kemampuan yang rendah dengan hasil kerjanya. Bila seseorang tersebut melakukan penundaan maka ketika ia mengalami kegagalan atau mendapat hasil yang tidak memuaskan itu bukan karena rendahnya kemampuan yang dimiliki melainkan karena sikap menunda-nunda yang dilakukan sebagai bentuk dari ketidak sungguhan nya dalam menyelesaikan tugas tersebut.²⁶

4. Jenis-jenis Prokrastinasi

a. Fincional procrastination

²⁶ M. Nur Ghufon, Rini Risnawati S, *Teori-Teori....* h. 160-163.

Merupakan penundaan dalam mengerjakan dengan tujuan untuk mendapatkan informasi yang lebih lengkap dan akurat. Suatu tugas harus dikerjakan secara sempurna oleh karena itu walaupun harus menunda dalam mengerjakannya melewati dari waktu optimal yang telah ditentukan tidaklah menjadi masalah asalkan mendapatkan hasil yang baik.

b. Dysfunctional procrastination

Merupakan penundaan dalam mengerjakan tugas yang dapat menimbulkan masalah dan memberikan dampak buruk. Penundaan ini dilakukan tanpa disertai dengan alasan yang jelas dan tidak berguna procrastinator atau orang lain. Bila individu yang melakukan procrastinator dalam bentuk tidak segera melepaskan diri dari kebiasaan ini maka akan membawa masalah yang besar bagi individu tersebut.

Berdasarkan tujuan procrastinator dalam melakukan penundaan *Dysfunctional procrastination* dapat dibagi menjadi 2 bentuk, yaitu:

- 1) *Decisional Procrastination*, merupakan suatu penundaan dalam mengambil keputusan yang terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas yang menyebabkan terjadinya konflik dalam individu sehingga memutuskan untuk melakukan penundaan. *Decisional procrastination* ini merupakan sebuah acuan kognitif dalam menunda untuk memulai melakukan suatu pekerjaan atau mengerjakan tugas dan dilakukan sebagai bentuk coping yang digunakan untuk

menyesuaikan diri dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan sebagai sesuatu membuat stres. Bentuk ini juga berhubungan dengan kegagalan proses kognitif dan kelupaan, namun tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang.

2) *Avoidance Procrastination (Behavioral Procrastination)*, merupakan suatu penundaan yang dilakukan dalam bentuk perilaku yang tampak, perilaku penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari pengerjaan tugas yang dirasa menyulitkan dan tidak disenangi, dan alasan hal ini dilakukan adalah untuk menghindari terjadinya kegagalan kepada dirinya. Bentuk prokrastinasi ini berhubungan dengan *self presentation* karena keinginan individu tersebut untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang dan *Implisiveness*.

Bruno membagi prokrastinasi kedalam empat bentuk, yaitu:

- 1) Penundaan fungsional, dimana penundaan ini dilakukan di saat yang tepat dan karna tujuan yang jelas, atau penundaan dilakukan karena adanya kegiatan yang lebih penting untuk diprioritaskan, contohnya individu yang harus menunda dalam mengerjakan pekerjaan atau tugasnya karena keadaan fisik yang tidak sehat.
- 2) Penundaan disfungsional, penundaan yang dilakukan tanpa memiliki alasan yang jelas serta tidak berguna yang mengakibatkan tugas-tugas tidak dapat diselesaikan, kesempatan yang hilang dan akhirnya tujuan pun tidak tercapai. Contohnya menunda dalam melakukan suatu tugas karena takut gagal.

- 3) Penundaan jangka pendek, penundaan ini merupakan penundaan yang dilakukan pada target waktu yang pendek seperti jam atau hari pengerjaannya
- 4) Penundaan kronis, penundaan dilakukan karena telah menjadi kebiasaan dan sangat sulit untuk dihilangkan, penundaan yang seperti inilah yang akan menjadi masalah dan tentunya sangat merugikan diri prokrastinator tersebut.

5. Karakteristik Prokrastinasi

Prokrastinasi dapat muncul dalam berbagai macam gaya sesuai dengan ciri-ciri yang menonjol, Sapadin dan Maguire membagi 6 gaya prokrastinasi yaitu:

- a. *Perfectionist*, yaitu mengerjakan sesuatu yang dirasakan masih kurang sempurna, mereka menginginkan kesempurnaan dalam pengerjaan tugasnya, jadi tugas harus dikerjakan sebaik baiknya dan mendapatkan hasil yang baik pula, mereka sering menilai bahwa tugas yang di kerjakan oleh dirinya belum sempurna sehingga memilih untuk menunda mengerjakan tugas tersebut.
- b. *Dreamer*, yaitu mempunyai banyak ide-ide besar namun sama sekali tidak dikerjakan. Mereka lebih banyak menghabiskan waktunya untuk mempersiapkan diri dan mempersiapkan berbagai buku-buku atau referensi-referensi untuk menyusun rencana pengerjaan tugas tersebut secara teliti, namun sebenarnya persiapan yang dilakukan tersebut terlalu berlebihan sehingga prokrastinator menunda dalam

mengerjakan tugas tersebut karna terlalu fokus dan sibuk dengan persiapan tetapi tidak mengerjakan.

- c. *Warrier*, prokrastinator tidak berfikir bahwa tugas yang dikerjakan akan berjalan dan menghasilkan hasil yang baik, namun individu juga takut apa yang dilakukan malah mendapatkan hasil yang jelek dan gagal, karena khawatir akan kegagalan individu pun memilih untuk menunda mengerjakan tugas tersebut.
- d. *Dafier*, prokrastinator ini sangat suka menentang dan tidak suka dinasehati oleh orang lain bahkan bila itu guru nya sendiri, orang dengan karakteristik ini sering disebut penunda karena kebiasaan pada umumnya.
- e. *Crisis Maker*, individu ini sering membuat masalah dalam pekerjaannya dikarenakan terlambat memulai pekerjaan tersebut, individu ini sering menunda mengerjakan tugas sampai batas akhir waktu pengerjaan tugas yang diberikan sehingga tidak dapat menyelesaikan tugas tersebut tepat waktu.
- f. *Over Doer*, individu yang memiliki terlalu banyak tugas yang harus dikerjakan, prokrastinator disini selalu menerima tugas yang diberikan kepadanya sehingga karena kebanyakan tugas yang harus dikerjakan individu ini pun tidak bisa mengatur waktu dan sumber daya yang ada serta tidak dapat menyelesaikan konflik yang terjadi dan pada akhirnya individu ini pun harus menunda dalam mengerjakan tugas tersebut.

6. Tipe-tipe Prokrastinasi

Prokrastinasi pada umumnya sering dikaitkan dengan sesuatu yang berdampak negatif, Tice dan Buimister mengemukakan bahwa tingginya tingkat prokrastinasi akan memicu tingkat stres disertai dengan kondisi kesehatan yang buruk, serta berdampak pada kegagalan dalam memenuhi kewajiban yang dapat memunculkan perasaan tidak berharga yang akan mengganggu kenyamanan psikologis.

Chu dan choi berpendapat bahwa tidak semua prokrastinasi itu selalu mempunyai dampak negatif pada kinerja tugas. Chu dan choi pun membagi prokrastinasi menjadi dua tipe, yaitu:

a. Prokrastinasi aktif

Prokrastinasi aktif adalah prokrastinasi yang dilakukan karena adanya hal yang mendesak dan lebih penting untuk dilakukan yang berkaitan dengan tugas yang dihadapi seperti membuat perencanaan dan mengumpulkan informasi yang berguna untuk keperluan penyelesaian tugas yang akan diselesaikan.

b. Prokrastinasi pasif

prokrastinasi pasif adalah prokrastinasi yang dilakukan dengan alasan yang tidak masuk akal dan tidak bermanfaat. Seperti misalnya menunda menyelesaikan tugas karena lebih memilih menonton, tidur,

bermain game dan kegiatan lainnya yang bahkan sama sekali tidak ada kaitannya dengan tugas yang harus diselesaikan.²⁷

7. Aspek-aspek Prokrastinasi

Burka & Yuen menetapkan yang mendasari terjadinya prokrastinasi akademik ada empat aspek, yaitu:

a. Emosional,

prokrastinasi melibatkan emosi seseorang yakni perasaan batin, memori, impian, ketakutan, keraguan dan tekanan yang kebanyakan dari pelaku prokrastinasi tidak menyadari bahwa prokrastinasi yang dilakukan semata-mata untuk menghindari perasaan tidak nyaman dan rasa takut akan peraturan sehingga tidak dapat diterima oleh peraturan yang berlaku.

b. Waktu

pelaku prokrastinasi memiliki masalah terhadap penggunaan waktu. prokrastinator biasanya mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian antara *subjective time* dan *clock time* sehingga menyebabkan prokrastinator kesulitan dalam mengantisipasi deadline, tidak bisa bekerja secara fokus untuk mencapai tujuan, dan sulit untuk memprediksi banyaknya waktu yang dihabiskan untuk mengerjakan tugas.

c. Biologikal

²⁷ Sofia Rosaria Lega Jaya, “Studi Deskriptif Kuantitatif: Prokrastinasi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma”, Skripsi (Yogyakarta: Universitas Sunata Dharma, 2016), h. 12-13.

Prokrastinasi terjadi dengan melibatkan anggota tubuh, otak dan faktor genetik. Bidang ilmu saraf menjelaskan tentang apa yang terjadi dalam otak manusia yang disebut dengan istilah “*neuroplasticity*” yaitu apapun yang terjadi di dalam otak manusia tersebut berpengaruh pada perilaku seseorang untuk menghindar, dan sebaliknya perilaku menghindar yang dilakukan seseorang akan mempengaruhi struktur dan fungsi otak.

d. Interpersonal

Prokrastinasi bisa saja terjadi karena sejarah keluarga, hubungan sosial dan kebiasaan yang terjadi dalam lingkungan tempat tinggal. Dinamika keluarga yang pernah terjadi pada seseorang di masa lalu mungkin saja berlanjut pada masa sekarang. Sosial dan kultur inilah memicu pada kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi²⁸.

Selain itu, Ferrari juga menyatakan bahwa prokrastinasi akademik dapat dimanifestasikan dalam beberapa indikator yang dibagi ke dalam 4 aspek, yang ciri-cirinya dapat diamati. Ke-empat aspek yang dimaksud yaitu:

a. Adanya penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Individu yang melakukan prokrastinasi tahu betul bahwa tugasnya sangat penting bagi dirinya dan harus segera diselesaikan namun individu tersebut menunda untuk mulai mengerjakan tugas tersebut

²⁸ Michael Rio Jatikusuma. “*Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa ...*” h. 11-12.

atau menunda untuk mengerjakan tugas secara tuntas bila tugas tersebut sudah mulai dikerjakan.

b. Kelambanan dalam mengerjakan tugas

Seseorang yang melakukan prokrastinasi biasanya memerlukan waktu yang lebih lama dari waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan tugas, hal ini terjadi karena waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas tersebut habis untuk menyiapkan diri secara berlebihan, atau habis karena mengerjakan sesuatu hal yang sama sekali tidak berguna dalam penyelesaian tugas dan ini semua dilakukan tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki dalam penyelesaian tugas tersebut. Sehingga tindakan tersebut mengakibatkan seorang prokrastinator tidak dapat menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan seseorang dalam mengerjakan tugas ini merupakan ciri utama bagi pelaku prokrastinasi akademik.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seorang pelaku prokrastinasi memiliki kesulitan untuk melakukan suatu tugas atau menyelesaikan secara tepat waktu, mereka sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline baik yang ditentukan oleh dirinya sendiri ataupun orang lain. Sebelumnya pelaku prokrastinator telah merencanakan waktu pengerjaan tugasnya tersebut, namun ketika saatnya tiba prokrastinator tidak mengerjakan sesuai dengan waktu perencanaan yang telah ia tetapkan sehingga ia gagal dalam mengerjakan tugasnya dengan baik.

- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas

Seorang pelaku prokrastinasi dengan sengaja menunda mengerjakan tugas dan menggunakan waktu yang dimiliki dalam mengerjakan tugas untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan. Seperti membaca majalah, komik, nonton, bermain dan aktivitas lain yang sama sekali tidak ada hubungan dengan tugasnya sehingga menyita waktu penyelesaian tugas yang harus segera diselesaikan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa seseorang yang melakukan prokrastinasi akademik dapat diketahui dengan melihat ciri-cirinya dari sikap seseorang tersebut untuk menunda-nunda memulai dan menyelesaikan tugas, lamban dalam mengerjakan tugas, terjadi kesenjangan antara rencana dan tujuan serta memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.²⁹

8. Faktor Penyebab Prokrastinasi

Ada beberapa teori yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik yang akan dipaparkan di bawah ini.

²⁹ Ferrari, dkk. *Procrastination and Task Avoidance* h. 76-84.

Menurut Knaus, ada 4 alasan yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi, yaitu:

- a. Buruknya pengelolaan waktu, prokrastinasi terjadi karena tidak bisa mengelola waktu secara bijaksana, karena tidak adanya prioritas dan tujuan menyebabkan para prokrastinator cenderung menunda mengerjakan tugas yang menjadi tanggung jawab.
- b. Kesulitan dalam berkonsentrasi, individu yang mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi ketika mengerjakan tugas dapat menyebabkan individu tersebut kehilangan fokus dan apada akhirnya memikirkan hal-hal di luar tugas yang dia kerjakan tersebut, sehingga pada akhirnya tugas yang seharusnya segera diselesaikan menjadi tertunda.
- c. Kepercayaan irasional dan ketakutan akan kegagalan, rasa takut akan kegagalan dapat membuat seseorang berhenti atau mengurungkan niat dalam melakukan suatu pekerjaan atau tugas, seperti rasa bahwa individu tersebut tidak akan berhasil atau tidak puas dengan hasil.
- d. Kebosanan terhadap tugas, rasa bosan terhadap tugas yang sedang dikerjakan dapat membuat seseorang menunda bahkan berhenti mengerjakan tugas yang harus diselesaikan tersebut³⁰.

Salomon dan Rothblum juga mengemukakan faktor-faktor penyebab terjadinya prokrastinasi akademik, yaitu:

³⁰ Laurentius Wisnu Adi Kusuma. “*Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*”. Skripsi (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, 2010), h. 9-19.

- a. Sulit mengambil keputusan, seorang prokrastinator memiliki sikap yang pasif sehingga terkadang sulit untuk memutuskan mengerjakan tugas yang harus dikerjakan terlebih dahulu dan bagaimana cara menyelesaikan tugas tersebut. Akibat dari kesulitan dalam mengerjakan tugas tersebut akhirnya mendorong individu untuk mengganti aktivitas menyelesaikan tugas dengan aktivitas lain yang lebih menyenangkan namun kurang bermanfaat.
- b. Membelot, prokrastinator menunda mengerjakannya karena rasa enggan untuk menyelesaikan tugas tersebut, dan ini dilakukan oleh individu secara sadar serta memahami akibat dari penundaan yang dilakukan.
- c. Kurang asertif, sikap ini sangat berhubungan dengan sikap pasif seorang prokrastinator. Ketika menemui kesulitan individu tidak mau mencari bantuan, dia tidak mau meminta kepada orang lain untuk membantunya mengerjakan tugas yang sulit dia kerjakan sehingga tugas-tugas tersebut terbengkalai atau diselesaikan diakhir waktu pengerjaan tugas tersebut. Pada akhirnya tugas tersebut tidak bisa dikerjakan secara optimal.
- d. Takut gagal, rasa takut akan kegagalan merupakan suatu bentuk dari kepercayaan irrasional individu, karena takut akan kegagalan individu lebih memilih untuk menunda mengerjakannya sebagai bentuk dari pelarian diri dari kecemasan yang dialaminya tersebut.

- e. Menginginkan sesuatu dalam keadaan “*perfect*”. Individu memilih untuk melakukan tugas nya karna berharap agar dapat mendapatkan banyak waktu untuk melengkapi dan menyelesaikan tugasnya secara sempurna.
- f. Ketakutan atau kebencian serta rasa malas terhadap tugas.

Semua keyakinan di atas, didasari oleh kepercayaan yang irrasioal (*irrational beliefs*), disini individu tersebut meragukan kemampuan dirinya pada suatu bidang tertentu yang menyebabkan dia menunda untuk mengerjakan tugas tersebut³¹.

9. Dampak Prokrastinasi

Prokrastinasi memberikan dampak negatif bagi pelakunya, seperti yang dikemukakan oleh Tice dan Buimister yang mengatakan bahwa tingginya tingkat prokrastinasi memiliki tingkat stres tinggi disertai dengan kondisi kesehatan yang buruk, Djamarah juga mengemukakan bahwa banyak para mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tidak bisa tidur nyenyak, tidak bisa duduk tenang, berjalan terburu-buru dan tidak bisa menikmati waktu istirahatnya lantaran gelisah karena telah menunda-nunda mengerjakan tugas.

Sirois mengemukakan bahwa konsekuensi negatif yang dapat terjadi akibat dari melakukan prokrastinasi yaitu performa akademik yang rendah, menimbulkan stres yang tinggi, memicu timbulnya penyakit serta

³¹ Solomon, L.j., & Rothblum, E.D. “*Academic Procrastination: Frequency...*”, h. 509.

mengalami kecemasan tinggi. Hal ini kemungkinan besar dapat terjadi kepada pelaku prokrastinasi pasif dengan tingkat intensitas tinggi jika dibandingkan dengan pelaku prokrastinasi aktif. Rendahnya efikasi diri yang dimiliki pelaku prokrastinasi pasif mengarahkannya untuk menghindari tugas yang tidak ia senangi dengan menunda menyelesaikannya dan lebih memilih untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan.³²

Selain itu, tingkah laku menunda-nunda atau yang disebut prokrastinasi apabila tidak segera dihilangkan atau minimal dikurangi maka akan menjadi suatu kebiasaan yang akan membentuk kepribadian seseorang. Seperti yang dijelaskan oleh Douglas bahwa kecenderungan menunda-nunda dapat menjadi kebiasaan sebab akan menimbulkan prokrastinasi berikutnya.³³ Tanpa disadari seseorang yang melakukan prokrastinasi akan cenderung mengulang kembali prokrastinasi ketika menghadapi tugas lain sehingga pada akhirnya mereka terjebak dalam lingkaran/roda prokrastinasi atau yang disebut "*the cycle of procrastination*".³⁴

10. Prokrastinasi dalam Kajian Islam

Prilaku prokrastinasi erat kaitannya dengan kedisiplinan, ketidakmampuan dalam management waktu, dan rasa malas. Seseorang yang

³² Sofia Rosaria Lega Jaya. *Studi Deskriptif Kuantitatif: ...* h. 18-19.

³³ Timpe, A. D. *Mengelola Waktu: Seri Manajemen Sumber Daya Manusia*. (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2000). h. 328.

³⁴ Burka J. B, & Yuen. L. "*Procrastination why You Do It...* h. 7-11.

memili sikap disiplin yang baik akan menghindari rasa malas yang muncul ketika dia dihadapkan pada kondisi dimana dia harus mengerjakan atau menyelesaikan suatu tugas, walaupun bisa saja muncul rasa malas untuk menyelesaikannya, namun karena individu tersebut sangat menghargai waktunya maka dia pasti akan segera menyelesaikan dan tidak akan menundanya. Namun sebaliknya, bagi orang yang kurang memiliki sikap disiplin, maka ketika dia diberikan suatu tugas, dia akan bersantai dan menunda untuk menundanya, dia tidak bisa menghargai waktunya. Sikap seperti ini apabila terus menerus dibiarkan akan menjadi suatu kebiasaan dan akan membuat sifat malas dalam dirinya meningkat.

Ketika individu memutuskan untuk menunda menyelesaikan tugasnya, maka tentu semakin lama tugas yang harus dikerjakan akan semakin menumpuk dan tentu juga semakin sulit, dalam keadaan ini individu akan semakin kesulitan dalam menyelesaikan tugas tersebut, sehingga semakin malas baginya untuk menyelesaikan tugas tersebut, serta waktu yang tersisa untuk menyelesaikan tugas tersebut pun semakin sedikit. Pada kondisi ini biasanya individu tersebut akan menyerah dan pesimis, tidak percaya diri dengan kemampuannya dalam menyelesaikan semua tugas yang sudah menumpuk tadi dalam waktu yang singkat.

Dalam ajaran agama islam, manusia diperintahkan untuk menghindari sifat prokrastinasi, terutama menunda dalam urusan ibadah. Dalam kandungan Al-Qur'an surat Al-Insyirah 94 ayat 5-8 tentang

datangnya kemudahan setelah kesulitan. Allah Subhanahu Wa Ta'ala berfirman:

Kandungan ayat tersebut menegaskan bahwa ketika manusia dihadapkan pada suatu amalan atau tugas, maka manusia tersebut harus bersungguh-sungguh dalam mengerjakan dan menyelesaikan amalan tersebut tanpa menunda-nundanya. Apabila pekerjaan tersebut terasa sulit, maka yakinlah bahwa dalam kesulitan yang Allah telah ciptakan pasti Allah juga menciptakan kemudahan atau jalan keluar untuk menyelesaikan tugas tersebut. Maka manusia harus yakin kepada Allah, berdoa kepada Allah, memohon kepada Allah agar Allah berikan kekuatan dan di mudahkan baginya untuk menyelesaikan segala tugas nya. Dengan jiwa yang kuat, ikhtiar, usaha yang maksimal dan doa kepada Allah, pasti akan menemukan jalan untuk menyelesaikan tugas tersebut Karena Allah kuasa menjadikan segala yang sulit menjadi mudah jika Allah menghendaki.

Dalam surat Al-Insyirah ayat 7 juga menjelaskan bahwa Allah memerintahkan manusia agar melakukan kegiatan berikutnya setelah selesai melakukan suatu amalan. Dapat dipahami bahwa kita diperintahkan untuk tidak menunda-nunda dalam menyelesaikan suatu pekerjaan. Kita diperintahkan untuk menjadi orang yang dinamis, terus bergerak maju, pantang menyerah, bekerja keras, berfikir, berusaha dan harus percaya diri akan kemampuan kita, bahwa kita pasti mampu menyelesaikan suatu pekerjaan dengan baik jika kita melakukannya dengan bersungguh-sungguh.

Prokrastinasi atau bisa juga dimanifestasikan ke dalam sifat malas juga tergolong ke dalam perilaku tercela, karena telah menyalahgunakan nikmat waktu yang telah Allah berikan. Sebagaimana yang telah Rasulullah sabdakan dalam HR Bukhari, No. 5933. Yakni : “dua nikmat yang sering dilupakan oleh manusia, yaitu kesehatan dan waktu luang (HR. Bukhari)”.

Sebagaimana juga yang Nabi sabdakan: “bila kamu berada di sore hari maka janganlah kamu menunggu datangnya waktu pagi, dan bila kamu berada di pagi hari, maka janganlah kamu menunggu waktu sore, pergunakanlah waktu sehatmu sebelum waktu sakitmu, dan hidupmu sebelum matimu (HR. Bukhari) ”³⁵.

Terkait dengan penundaan banyak dalil lain dalam Al-quran yang menegaskan manusia agar menghindari perilaku prokrastinasi. Diantaranya ialah:

QS. Al-Anbiya : 21 ayat 90. Allah Subhanahu Wa Ta'ala berfirman:

فَاَسْتَجِبْنَا لِلَّهِ وَوَهَبْنَا لَهُ يَحْيَىٰ وَأَصْلَحْنَا لَهُ زَوْجَهُ

إِنَّهُمْ كَانُوا يُسْرِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا ۗ وَكَانُوا لَنَا خَشِيعِينَ

³⁵ Respatio Novatria Dewi. “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Twinning Universitas Muhammadiyah Surakarta”. Skripsi (Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta). Hal. 06.

Artinya: “sesungguhnya mereka adalah orang-orang yang selalu bersegera dalam mengerjakan perbuatan yang baik dan mereka berdoa kepada kami dengan harap dan cemas, dan mereka adalah orang-orang yang khusu’ kepada kami ”.

QS. Ali-Imran ayat 133. Allah Subhanahu Wa Ta'ala berfirman:

وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ جَنَّتْوَ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ

وَالْأَرْضُ ۚ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ

Artinya: “ Dan bersegeralah kamu kepada ampunan dari tuhanmu dan kepada syurga yang seluasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang yang bertaqwa ”.

QS Al-Mukminun ayat 61 Allah Subhanahu Wa Ta'ala berfirman:

أُولَٰئِكَ يَسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَهُمْ لَهَا سَابِقُونَ

Artinya : “mereka itu bersegera untuk mendapatkan kabikan-kebaikan, dan merekalah orang-orang yang segera memperolehnya”.

Berdasarkan Qur’an surat Al-Anbiya : 90, Ali-Imran : 1 dan Qur’an Surat Al-Mukminun : 61 tersebut dapat dipahami bahwa Allah memerintahkan kepada hambanya untuk tidak menunda dan harus bersegera dalam melakukan kebaikan, apabila seseorang bersegera dalam menyelesaikan segala tugas tanpa menunda nya selama tugas tersebut

masih dalam kebaikan, maka dipastikan seseorang tersebut juga akan segera memperoleh hasil dari usahanya dalam menyelesaikan tugas tersebut³⁶.

Kebiasaan menunda juga berkaitan dengan kedisiplinan seseorang dalam menjalankan ibadah, terutama ibadah shalat 5 waktu yang hukum menjalankannya ialah wajib bagi setiap mukallaf³⁷. Karena menjalankan shalat wajib tepat waktu itu berpengaruh pada kehidupan pribadi seseorang, diantara manfaatnya adalah seseorang yang apabila sudah terbiasa tidak menunda shalat sebagai bekal untuk kehidupan akhiratnya, maka dalam urusan tugas dunia pun dia akan ikut terbiasa untuk tidak menundanya. Begitu pula sebaliknya, jika untuk urusan akhirat saja yang sangat penting manusia berani menundanya maka dia tidak akan merasa khawatir ketika melakukan penundaan untuk urusan dunia. Maka dari itu kedisiplinan dalam menjalankan shalat lima waktu sangat besar pengaruhnya dengan kedisiplinan seseorang dalam menyelesaikan tugas termasuk tugas akademik. Selain itu dengan menjaga kekhusyukan saat melaksanakan shalat juga akan melatih otak kita untuk fokus saat belajar, sehingga tugas yang kita kerjakan bisa selesai secara efektif.

Berdasarkan beberapa dalil Alqur'an dan Hadits di atas dapat dipahami bahwa betapa pentingnya bagi setiap manusia untuk cerdas dalam memanfaatkan waktu, membuang jauh-jauh sifat malas dan

³⁶ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *"Teori dan Teknik Konseling"* (Jakarta: PT Indeks, 2016), h. 180.

³⁷ Muhammad ibn Nazih Al Ramthuni, Muhammad Ibn Ali Al Athrasy. *"Al Qaul Al Jaliy Penjelasan Ringkas Kitab Mukhtashar Abdilllah Al Harari"*. (Jakarta Tiur : Syahamah Press. 2017). H. 37

menghindari perilaku menunda-nunda menyelesaikan suatu pekerjaan terutama pekerjaan yang berhubungan dengan ibadah. Apabila sifat buruk ini tidak di jauhi dan justru malah dilakukan, lama kelamaan akan menjadi suatu kebiasaan yang sulit untuk dihilangkan. Ini tentu merupakan hal buruk bagi seseorang, karena dia telah menyia-nyiakan banyak kesempatan yang telah Allah berikan dalam berbuat kebaikan dan ketaatan kepada Allah, termasuk juga dalam urusan belajar. Maka dari itu hendaknya kita sebagai Hamba yang telah Allah berikan kemampuan berfikir, bisa membedakan mana yang baik untuk diri kita dan mana yang buruk, bisa membedakan dan memprioritaskan suatu kegiatan mana yang lebih penting untuk segera kita selesaikan dan mana kegiatan yang sekiranya kita kerjakan itu hanya akan menjadi suatu hal yang sia-sia bagi diri kita.

B. Bimbingan dan Konseling

1. Pengertian Bimbingan

Untuk mengetahui makna dari bimbingan konseling, sebelumnya kita perlu memahami apa arti dari “bimbingan” dan apa arti dari “konseling”. Hallen mengemukakan bahwa Bimbingan merupakan suatu proses dalam membantu individu melalui usahanya sendiri untuk dapat menemukan dan mengembangkan kemampuan dirinya agar individu

tersebut memperoleh kebahagiaan pribadi dan bermanfaat dalam kehidupan sosialnya.³⁸

Jadi, bimbingan yang dimaksud peneliti ialah bantuan yang diberikan oleh pembimbing kepada individu agar individu yang di bimbing mencapai kemandirian dengan menggunakan berbagai bahan melalui interaksi, pemberian nasehat serta gagasan dalam suasana asuhan dan berdasarkan kepada norma-norma yang berlaku.

2. Pengertian Konseling

Menurut hallen konseling merupakan salah satu teknik yang ada dalam pelayanan bimbingan, pemberian bantuan tersebut dilakukan melalui wawancara dalam serangkaian pertemuan langsung secara tatap muka antara konselor dengan klien (*Face To Face*) dengan tujuan agar konseli mampu memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya, mampu memecahkan masalahnya dan mengembangkan potensi dirinya secara optimal sehingga mencapai kebahagiaan pribadi dan bermanfaat dalam kehidupan sosial.³⁹

Konseling yang dimaksud peneliti ialah kontak atau hubungan timbal balik antara dua orang yaitu yang disebut konselor dan klien untuk menangani masalah klien, yang didukung oleh keahlian dari konselor dalam suasana yang selaras dan terintegrasi, berdasarkan norma-norma yang berlaku untuk tujuan yang berguna bagi klien.⁴⁰

³⁸ Hallen. *Bimbingan & Konseling*. (Jakarta: Quantum Teaching, 2005). h. 9.

³⁹ Hallen. *Bimbingan & Konseling ...*, h. 11.

⁴⁰ Tohirin. *Bimbingan dan Konseling ...*, h. 20-25.

Jadi, Bimbingan dan konseling merupakan suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan atau diberikan oleh seorang yang sudah ahli atau yang disebut konselor kepada klien atau yang di sebut konseli melalui pertemuan tatap muka atau hubungan timbal balik antara keduanya, agar konseli mampu untuk melihat dan menemukan masalah yang terjadi pada dirinya serta mampu untuk memecahkan masalahnya secara mandiri, mampu menerima dirinya dengan potensi yang ada pada diriya.

3. Peranan Bimbingan Dan Konseling dalam Pendidikan

Program bimbingan dan konseling merupakan suatu keharusan yang tidak dapat dipisahkan dari program pendidikan pada umumnya. Apalagi pada situasi yang sekarang ini dapat kita lihat bahwa fungsi sekolah atau lembaga pendidikan formal itu tidak hanya membekali para siswa dengan setumpuk ilmu pengetahuan saja, akan tetapi sekolah juga berperan untuk menyiapkan peserta didik untuk memenuhi tuntutan perubahan serta kemajuan yang terjadi di dalam lingkungan masyarakat. Perubahan dan kemajuan akan menimbulkan masalah, khususnya bagi para pelajar, dan umunya bagi para pihak-pihak yang juga terlibat di dalam dunia pendidikan. Para peserta didik akan menghadapi masalah pemilihan spesialisasi, pemilihan program, pemilihan jurusan, masalah penyesuaian diri, masalah pribadi dan sosial dan lain sebagainya yang membutuhkan penanganan dan bantuan dari bidang pembinaan pribadi, yang merupakan

bagian integral dari keseluruhan bagian yang ada di dalam sistem pendidikan.⁴¹

Dari pembahasan diatas dapat di ambil kesimpulan bahwa pelayanan Bimbingan Konseling di dalam keseluruhan program pendidikan di sekolah, merupakan salah satu upaya pembinaan pribadi siswa.

4. Tujuan Bimbingan dan Konseling

Layanan bimbingan dan konseling merupakan usaha psikologis yang diberikan oleh seorang konselor kepada individu yang bertujuan untuk mengembangkan individu tersebut menjadi pribadi yang mandiri dalam menata dan mengelola kehidupan pribadi sehingga mampu beradaptasi dengan keadaan diri sendiri dan lingkungan yang dihadapinya. Bimbingan dan konseling sangat berkaitan erat dengan proses pendidikan yang juga memiliki tujuan untuk menyiapkan individu agar memiliki mental yang sehat sehingga dapat beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan. Jadi, dapat dikatakan bahwa bimbingan dan konseling juga merupakan bagian dari proses pendidikan, seperti yang telah ditetapkan dalam Undang-Undang SISDIKNAS Tahun 2003.⁴²

Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam depdikbud bahwa layanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu individu untuk dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangan yang meliputi aspek pribadi, sosial, belajar dan karir. Prayitno dan amti juga menjelaskan

⁴¹ Hallen. *Bimbingan & Konseling...* Hal. 37.

⁴² Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islami*, (Medan: Perdana Pubhling, 2018), h. 19

bahwa tujuan umum dari bimbingan dan konseling adalah untuk membantu individu agar dapat mencapai proses perkembangan yang optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan predisposisinya, seperti kemampuan, bakat dan statul sosialnya.⁴³

5. Fungsi Bimbingan dan Konseling

- a. Pencegahan (*preventif*), maksud dari fungsi ini adalah bahwa layanan bimbingan dan konseling diberikan untuk mencegah terjadinya masalah dalam kehidupan peserta didik sehingga tidak menghambat perkembangannya. Adapun fungsi pencegahan ini termuat dalam layanan-layanan bimbingan dan konseling diantaranya: Layanan Orientasi, Layanan pengumuman Data, Layanan Kegiatan kelompok, Layanan Bimbingan Karier.
- b. Pemahaman, adalah fungsi ini dilaksanakan dalam rangka membantu peserta didik agar dapat memiliki pemahaman yang berkaitan dengan dirinya sendiri seperti potensi diri, lingkungan serta permasalahan dirinya sendiri. Sehingga diharapkan peserta didik dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya secara optimal serta dapat menyesuaikannya dengan lingkungan secara dinamis dan kondusif.
- c. Pengentasan, bimbingan dan konseling dilaksanakan untuk berupaya mengentaskan permasalahan konseli, konseli yang sedang mengalami masalah tentunya berada pada suatu kondisi yang sangat tidak

⁴³ Purbatua Manurung, Dkk, *Media Pembelajaran dan Pelayanan BK*, (Medan: Perdana Publishing, 2016), h. 78

mengenakkan sehingga perlu lah bantuan dari konselor untuk mengangkat atau mengeluarkan konseli dari kondisi tersebut.⁴⁴

- d. Pemeliharaan, fungsi ini berarti bahwa bimbingan dan konseling dilaksanakan untuk membantu konseli agar konseli dapat menjaga dirinya sendiri, memelihara dan mempertahankan segala sesuatu yang positif yang ada pada diri konseli baik itu berupa bawaan maupun hasil yang telah di capai. Fungsi ini biasa dapat diwujudkan dengan melakukan program-program yang menarik, reaktif dan fakultif sesuai dengan minat konseli.
- e. Penyaluran, bimbingan dan konseling berfungsi untuk menyalurkan konseli untuk dapat memilih jurusan, kegiatan ekstrakurikuler, karir sesuai dengan bakat dan minatnya serta ciri-ciri kepribadian lain yang ada pada dirinya. Dalam hal ini konselor perlu untuk bekerja sama dengan tenaga lain baik dalam lembaga pendidikan maupun luar lembaga pendidikan.
- f. Penyesuaian, disini bimbingan dan konseling berfungsi untuk membantu konseli agar dapat menyesuaikan diri secara baik dengan lingkungannya.
- g. Pengembangan, disini bimbingan konseling ditujukan untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif yang memfasilitasi perkembangan konseli sehingga konseli dapat mencapai tugas-tugas

⁴⁴ Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah...*, h. 45.

perkembangannya.⁴⁵ Fungsi pengembangan dapat diwujudkan dalam layanan informasi, tutorial, diskusi kelompok atau curah pendapat, *homeroom program* serta karyawisata.

- h. Perbaikan (*kuratif*), fungsi ini berkaitan erat dengan konseli yang mengalami masalah baik itu permasalahan dalam bidang pribadi, sosial, belajar, ataupun karir.
- i. Advokasi, disini bimbingan konseling berfungsi untuk membantu konseli untuk mendapatkan pembelaan hak atas kepentingannya yang kurang mendapatkan perhatian.⁴⁶

6. Layanan Bimbingan Dan Konseling

Di dalam Bimbingan dan Konseling ada beberapa layanan yang dapat di berikan kepada siswa di sekolah diantaranya yaitu:

- a. Layanan Orientasi, merupakan layanan BK yang memungkinkan siswa dapat memahami lingkungan yang baru di masukinya, dalam rangka mempermudah siswa dalam berperan dengan lingkungan yang baru dimasukinya tadi.
- b. Layanan Informasi, merupakan layanan BK yang memungkinkan peserta didik untuk menerima dan memahami berbagai informasi yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dalam pengambilan keputusan bagi peserta didik.

⁴⁵ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Pusat Perbukuan Deppdiknas, 2008), h. 196.

⁴⁶ Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah...*, h. 50.

- c. Layanan penempatan dan penyaluran, merupakan layanan BK yang memungkinkan siswa memperoleh penempatan dan penyaluran di dalam kelas, jurusan dan kelompok belajar sesuai dengan potensi, bakat dan minat serta kondisi si peserta didik.
- d. Layanan pembelajaran, layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa mengembangkan diri dengan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, mengembangkan materi belajar dengan kecepatan dan kesulitan belajar serta berbagai aspek tujuan dan kegiatan belajar lainnya.
- e. Layanan konseling perorangan, merupakan layanan BK yang memungkinkan siswa mendapat layanan langsung secara tatap muka antara konselor dan klien dalam rangka pembahsan dan pengentasan masalah pribadi yang sedang dihadapi oleh siswa.
- f. Layanan bimbingan kelompok, layanan BK yang memungkinkan sejumlah siswa secara bersama-sama melalui dinamika kelompok membahasa suatu topik sehingga mendapatkan suatu pemahaman dari kegiatan tersebut yang berkaitan dengan topik yang di bahas.
- g. Layanan konseling kelompok, merupakan layanan BK yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialami melalui dinamika kelompok,

dimana masalah yang dibahas itu ialah masalah pribadi yang dialami masing-masing anggota kelompok.⁴⁷

- h. Layanan konsultasi, merupakan layanan BK yang membantu siswa atau pihak lain untuk memperoleh wawasan atau pemahaman yang lebih luas lagi dalam menangani suatu kondisi atau masalah yang sedang dihadapi. Layanan konsultasi dalam BK adalah sebagai suatu penyediaan bantuan untuk konselor, aorang tua ataupun administrator dalam mengidentifikasi dan memperbaiki masalah yang membatasi efektivitas penyelesaian masalah peserta didik. Jadi dapat dikatakan bahwa layanan konsultasi bukan merupakan layanan langsung yang ditujukan kepada siswa melainkan melalui pihak lain.
- i. Layanan mediasi, merupakan layanan yang membantu siswa untuk menyelesaikan masalah berupa perselisihan yang terjadi antara dua orang atau lebih dimana disini konselor berperan sebagai mediator.⁴⁸

7. Kegiatan Pendukung Bimbingan Dan Konseling

- a. Aplikasi instrumentasi, merupakan upaya mengumpulkan data tentang konseli dan lingkungannya dengan aplikasi berbagai intrumen baik secara tes maupun non-tes.
- b. Himpunan data, upaya menghimpun seluruh data yang relevan mengenai peserta didik yang diselenggarakan secara berkelanjutan, sistematis, konfrehensif dan bersifat berkelanjutan.

⁴⁷ Hallen. *Bimbingan & Konseling...* h. 76-82.

⁴⁸ Maliki, *Bimbingan Konseling di Sekolah Dasar Suatu Pendekatan Imajinatif*, (Jakarta: Kencana, 2016), h. 188-190.

- c. Tinjauan pustaka, merupakan kegiatan menyediakan bahan kepustakaan yang dapat digunakan untuk pengembangan diri konseli baik dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karir.
- d. Konferensi kasus, forum terbatas yang dilakukan oleh konselor dan beberapa pihak yang bersangkutan untuk membahas permasalahan konseli guna menemukan pemecahan masalah tersebut.
- e. Kunjungan rumah, merupakan kegiatan mendeteksi kondisi keluarga konseli yang berkaitan dengan permasalahan konseli.
- f. Alih tangan kasus, merupakan kegiatan mengalih tangan kan kasus yang ditangani oleh konselor kepada pihak lain yang lebih kompeten guna pemecahan masalah konseli yang lebih efektif.

8. Bidang-bidang Bimbingan dan Konseling

- a. Bidang Pribadi, merupakan bidang yang membantu konseli untuk memahami dan menilai diri nya sendiri, memahami permasalahan yang terjadi pada diri sendiri dan memecahkan permasalahan yang terjadi serta mampu mengembangkan potensi,kecakapan, bakat dan minat yang ada pada diri sesuai dengan karakteristik yang dimilikinya.
- b. Bidang Sosial, merupakan usaha bimbingan konseling untuk membantu menghadapi dan memecahkan masalah sosila konseli seperti pergaulan, penyelesaian masalah konflik dengan teman, penyesuaian diri dengan lingkungan dan sebagainya. Dimana dalam bidang ini pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk mengembangkan

kehidupan sosial konseli sehingga konseli mampu berinteraksi sosial dengan baik.

- c. Bidang Belajar, merupakan usaha bimbingan dan konseling untuk membantu konseli agar dapat menemukan cara belajar yang tepat serta mampu mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi yang berhubungan dengan proses pembelajaran.
- d. Bidang Karir, merupakan usaha bimbingan dan konseling dalam membantu konseli untuk dapat mempersiapkan diri menghadapi dunia pekerjaan, dapat memilih pekerjaan yang cocok untuk dirinya serta dapat membekali diri untuk memangku tanggung jawab atas pekerjaan yang dipilihnya serta dapat memecahkan segala permasalahan-permasalahan yang berhubungan dengan karir yang ia jalani.

9. Azas-azas Bimbingan dan Konseling

- a. Kerahasiaan, merupakan azas yang menuntut untuk dirahasiakannya segenap data dan informasi yang berkaitan dengan proses konseling
- b. Kesukarelaan, merupakan azas yang menghendaki adanya rasa suka rela dalam menjalankan proses konseling baik bagi konseli maupun konselor.
- c. Keterbukaan, merupakan azas yang menghendaki adanya keterbukaan dalam proses pelaksanaan konseling, tidak berpura-pura dan memberikan keterangan yang sebenra-benarnya mengenai dirinya dan permasalahannya.

- d. Keterpaduan, merupakan azas yang menghendaki agar berbagai aspek kepribadian yang ada dalam diri individu hendaknya seimbang, serasi dan terpadu agar tidak menimbulkan masalah. Jadi dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling ini hendaknya saling menunjang, harmonis dan terpadu. Maka dari itu perlu lah terjalin kerja sama yang baik antara konselor dan pihak lain yang bersangkutan dengan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling.
- e. Kenormatifan, azas yang menghendaki agar dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dilaksanakan sesuai dengan aturan dan tidak bertentangan dengan norma-norma yang berlaku, baik itu norma agama, adat setempat, hukum yang berlaku maupun kebiasaan sehari-hari.
- f. Kekinian, merupakan azas yang menghendaki agar yang menjadi objek sasaran layanan bimbingan dan konseling adalah permasalahan yang di alami oleh konseli adalah permasalahan yang terjadi saat ini.
- g. Kegiatan, merupakan azas yang menghendaki agar konseli dapat berpartisipasi aktif dalam menjalankan proses bimbingan dan konseling.
- h. Keahlian, merupakan azas yang menghendaki bahwa proses layanan dan konseling dilakukan berdasarkan kepada kaidah-kaidah profesionalitas. Tidak sembarangan orang dapat memberikan layanan konseling, maka dari itu hanya orang-orang yang punya keahlian dan wewenanglah yang dapat memberikan pelayanan bimbingan dan konseling.

- i. kemandirian, menghendaki agar layanan bimbingan dan konseling dapat menjadikan konseli menjadi individu yang mandiri, dapat mengenal dirinya sendiri, menerima kondisi dirinya sendiri dan lingkungannya, mampu mengambil keputusan, mengarahkan dirinya sendiri serta mewujudkannya dengan tepat.
- j. Kedinamisan, merupakan azas yang menghendaki agar proses layanan bimbingan dan konseling selalu tidak monoton dan terus bergerak maju, terus berkembang serta terus berkembang dari waktu ke waktu sesuai dengan kebutuhan.
- k. Alih tangan kasus, dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling konselor yang telah mengerahkan segenap kemampuannya dalam membantu menyelesaikan masalah konseli namun belum berhasil, maka konselor berhak mengalih tangan kasusnya atau memindahkan penanganan masalah konseli kepada pihak lain yang lebih berkompeten untuk mengatasi masalah tersebut agar masalah konseli dapat diselesaikan dengan cepat dan tuntas.
- l. Tut wuri handayani, azas ini menghendaki agar pelayanan bimbingan dan konseling dapat dirasakan tidak hanya ketika siswa mengalami masalah saja, tetapi hendaknya dapat dirasakan secara keseluruhan sehingga dapat menumbuhkan rasa aman pada diri individu,

menumbuhkan suasana yang mengayomi, mengembangkan keteladanan pada diri serta membuka kesempatan bagi setiap individu untuk maju⁴⁹.

C. Implikasi Bimbingan dan Konseling

Implikasi menurut kamus besar bahasa Indonesia merupakan suatu penerapan, pelaksanaan, implementasi atau keterlibatan⁵⁰. Kata implikasi juga memiliki arti yang lebih umum digunakan dalam percakapan sehari-hari seperti keterkaitan, keterlibatan, sangkutan, efek, akibat, maksud, siratan, sugesti, asosiasi dan konotasi. Implikasi dapat diartikan juga sebagai suatu akibat atau suatu hal yang mempunyai dampak langsung terhadap hal yang lain⁵¹.

Jadi, maksud dari implikasi bimbingan konseling disini ialah bagaimana keterlibatan atau implemementasi dari bimbingan konseling dalam mangatasi masalah prokrastinasi atau bagaimana mahasiswa bimbingan dan konseling yang seharusnya faham akan dampak prokrastinasi dan memahami bahwa perilaku menunda tugas merupakan masalah khususnya pada bidang belajar, seharusnya bisa mengatasi masalah yang terjadi pada diri mereka sendiri sesuai dengan apa yang mereka pelajari dalam ilmu konseling. mahasiswa bimbingan dan konseling yang nantinya akan menjadi calon-calon konselor dimasa depan yang membantu setiap individu yang mengalami

⁴⁹ Syamsu Yusuf, A. Junika Nurihsan, *Landasan Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), h. 22-24.

⁵⁰ Dep. P&K, *Kamus besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), h. 427.

⁵¹ Fajarmuhsy, "Pengertian Implikasi Menurut Para Ahli, Beserta Contoh Pembahasannya". (<https://satujam.com/pengertian-implikasi/>, Diakses pada 07 agustus 2017, 2017).

masalah baik itu seorang peserta didik maupun masyarakat, tentunya sebelum menghadapi masalah mereka dan membantu menyelesaikannya mahasiswa Bimbingan dan konseling sudah seharusnya terlebih dahulu berani untuk menghadapi dan menyelesaikan segala permasalahan yang terjadi dalam dirinya sendiri. Bagaimana bisa jika seseorang membantu menyelesaikan permasalahan orang lain sedangkan dirinya sendiri tidak bisa keluar dari permasalahan pribadi yang tengah dihadapinya. Maka dari itu, untuk membiasakan diri dalam menyelesaikan suatu masalah tentu harus disiapkan dan dilatih dari sekarang.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmanisa yang berjudul “Konseling Behavioral Dalam Menangani Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 2 Yogyakarta” bahwa konseling behavior dapat diberikan untuk merubah perilaku maladaptif menjadi perilaku yang sadar akan kewajibannya sebagai seorang pelajar⁵². Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suryadi terkait Layanan Bimbingan dan Konseling Belajar untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa *Boarding School* menunjukkan bahwa layanan dasar berfungsi sebagai layanan *preventif* dan pemeliharaan, serta layanan *responsif* berfungsi sebagai layanan yang sering digunakan dalam mereduksi prokrastinasi akademik siswa⁵³

⁵² Rahmanisa, “Konseling Behavior Dalam Menangani Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 2 Yogyakarta”, *skripsi*, (Jogjakarta: UIN Sunan Kalijaga Jogjakarta, 2018). H. 44.

⁵³ Suryadi, “Layanan Bimbingan dan Konseling Belajar untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa *Boarding School*”, *tesis*, (Jogjakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2017). h. 7.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini di buat dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Penelitian kuantitatif deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai suatu fenomena yang terjadi.⁵⁴ Metode yang digunakan ialah metode survey karena tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Bimbingan dan konseling di Fakultas Tarbiyah Universitas UIN Ar-raniry dan data serta informasi yang diperlukan dikumpulkan melalui pembagian kuisisioner, wawancara dan observasi.

B. Populasi dan sample penelitian

1. Populasi

Populasi adalah seluruh objek/subjek yang menjadi perhatian peneliti dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang telah di tentukan.⁵⁵

Sugiono menjelaskan bahwa populasi merupakan wilayah yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan selanjutnya di tarik kesimpulan⁵⁶. Jadi populasi merupakan keseluruhan dari objek penelitian.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program

⁵⁴ Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif & Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Kencana, 2014) h. 62

⁵⁵ Margono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), h. 118.

⁵⁶ Latipun. *Psikologi Eksperimen*. (Malang: UMM Press. 2004). h. 117.

Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018, 2019, 2020 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-raniry.

Adapun jumlah populasi dalam penelitian ini dapat dilihat pada table 3.1 berikut ini:

Tabel 3.1
Jumlah Anggota Populasi Penelitian Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2018, 2019 Dan 2020.

No	Angkatan	Jumlah mahasiswa
1	2018	117
2	2019	70
3	2020	47
	Jumlah	234

2. Sampel

Menurut Sugiyono sampel merupakan bagian dari jumlah data dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi apabila populasinya besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi⁵⁷. Jadi sample merupakan sebagian yang mewakili dari populasi untuk diteliti. Oleh karna itu untuk menentukan sample yang akan di ambil untuk di teliti dapat digunakan teknik *probability sampling*. Teknik *probability*

⁵⁷ Arikunto, Suharni. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*, Edisi Revisi V. (Jakarta: Rineka Cipta, 2002). h. 108.

sampling merupakan teknik yang memberikan peluang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel.⁵⁸

Jenis *probability sampling* yang peneliti gunakan adalah *cluster random sampling*, anggota populasi yang termasuk dalam kelompok-kelompok yang bila salah satu anggota nya di ambil sebagai sampel penelitian maka dapat mempresentasikan populasi penelitian.

Adapun sample yang diambil berjumlah 33 orang yang dapat dilihat pada tabel 3.2 berikut ini:

Tabel 3.2
Jumlah Anggota Sample Penelitian Mahasiswa Bimbingan Dan
Konseling Angkatan 2018, 2019 Dan 2020.

No	Mahasiswa BK Angkatan	Jumlah Mahasiswa
1	2018	13
2	2019	10
3	2020	10
Jumlah		33 mahasiswa

Berdasarkan table 3.2 diatas, alasan pemilihan sample dalam penelitian ini berdasarkan pada pengamatan peneliti bahwa mahasiswa tersebut merupakan mahasiswa yang sedang menempuh masa pertengahan kuliah dengan banyaknya tugas dan mata kuliah yang di ambil, walaupun untuk mahasiswa letting 2018 sudah hampir memasuki

⁵⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2018), h. 120.

ujung masa perkuliahan tapi masih dihadapkan pada tugas-tugas perkuliahan yang sangat banyak. Mahasiswa harus pintar mengatur waktunya menyelesaikan tugas perkuliahan disela-sela banyaknya kegiatan non akademik yang diikuti. Maka dari itu keadaan ini sangat cocok untuk melihat bagaimana penundaan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas, apakah mahasiswa langsung menyelesaikan tugas atau bahkan merasa jenuh dan meninggalkan tugas kuliahnya.

C. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan dalam melakukan sebuah penelitian untuk mengumpulkan data maupun informasi yang nantinya akan diolah secara sistematis⁵⁹. Adapun instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau skala kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik yang mengacu pada skala *likert*, karena skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat serta persepsi seseorang atau sekelompok orang mengenai fenomena sosial yang terjadi⁶⁰. Sebelum instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian dibagikan kepada mahasiswa, maka sebelumnya peneliti perlu memberikan instrumen kepada validator untuk dilakukan dilakukan judgment angket.

Kisi-kisi instrumen prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling dapat dilihat pada table 3.3 dibawah ini :

⁵⁹ Suharsimi arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendidikan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 227.

⁶⁰ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan ...* h. 134.

Table 3.3
Kisi-Kisi Instrumen Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa
Bimbingan Dan Konseling

No	Variable	Indikator	Pernyataan		Total
			Favorable (+)	Unfavorable (-)	
1	Prokrastinasi	Emosional	8, 11	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13	13
2		Waktu	14, 16, 17, 23, 24	15, 18, 19, 20, 21, 22	11
3		Biologikal	28, 34, 35, 36, 37	25, 26, 27, 29, 30, 31, 32, 33, 38	14
4		Interpersonal	40, 47	39, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 48	10
Jumlah total keseluruhan					48

Berdasarkan table 3.3 diatas, terdapat 4 indikator prokrastinasi dan terdapat 48 item pernyataan, yang terdiri dari 14 item *favorable* dan 34 item *unfavorable*. Butir pernyataan *favorable* pada alternatif jawaban mahasiswa diberi skor 1-5. Apabila mahasiswa menjawab pada kolom “Sangat Sering” (SS) maka diberi skor 5, kolom jawaban “sering” (S) diberi skor 4, kolom jawaban “Kadang-kadang” (KK) diberi skor 3, kolom jawaban “Jarang” diberi skor 2, dan untuk kolom jawaban “Tidak Pernah” (TP) diberi skor 1.

Sedangkan butir pernyataan *unfavorable*, apabila mahasiswa menjawab pada kolom “Sangat Sering” (SS) maka diberi skor 1, kolom jawaban “Sering” diberi skor 2, kolom jawaban “Kadang-Kadang” (KK) diberi skor 3, kolom jawaban “jarang” (J) diberi skor 4, kolom jawaban “Tidak Pernah” diberi skor 5. Semakin tinggi alternatif jawaban mahasiswa maka akan semakin rendah

pula tingkat prokrastinasi yang di alami mahasiswa. Ketentuan pemberian skor prokrastinasi mahasiswa dapat dilihat pada tabel 3.4 berikut:

Tabel 3.4
Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban

NO	Pilihan Jawaban	Bobot Nilai	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Sangat Sering (SS)	5	5
2	Sering (S)	4	4
3	Kadang-Kadang (KK)	3	3
4	Jarang (J)	2	2
5	Tidak Pernah (TP)	1	1

Sebelum peneliti menggunakan instrumen, peneliti terlebih dahulu melakukan tahapan validitas terhadap instrumen. Validitas instrumen dilakukan dengan penimbangan oleh 2 orang dosen ahli yaitu Ibu wanti Khaira S. Ag., M. Ed. Dan Ibu Maulida Hidayati M. Pd untuk menguji kelayakan instrumen. Masukan dari para dosen ahli dijadikan landasan dalam menyempurnakan alat pengumpulan data yang dibuat oleh peneliti.

1. Validitas Instrumen

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kebenaran dari suatu instrumen, suatu instrumen yang valid maka dapat di katakan validitasnya tinggi sedangkan instrumen yang kurang valid berarti dapat dikatakan validitasnya rendah⁶¹.

Uji validitas digunakan untuk mengetahui ketepatan dan kelayakan dari butir – butir pertanyaan atau pernyataan yang ada pada angket tersebut. Suatu instrumen dikatakan valid apabila butir-butir pertanyaan

⁶¹ Azwar, Syaifudin. *Reliabilitas dan Validitas*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2008). h. 144.

atau pernyataan yang ada di dalamnya dapat mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh peneliti.

Validitas instrumen dilakukan pada tanggal 25 November 2021 dengan menggunakan google form kepada 33 responden mahasiswa. Butir item yang dilakukan uji validitas adalah seluruh item yang terdapat dalam skala prokrastinasi akademik. Pengolahan data dilakukan dengan program SPSS (*Statistical Package For Social Science*) versi 20. Hasil dari perhitungan validitas instrumen dianalisis dengan cara mengkorelasikan skor setiap item dengan menggunakan skor koefisien korelasi. Suatu item dikatakan baik apabila memiliki koefisien korelasi lebih besar dari atau sama dengan (\geq) 0,344. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa korelasi dari 48 butir instrumen dengan skor total dapat dilihat pada tabel 3.5 berikut:

Tabel 3.5
Hasil Uji Validitas Butir Item

Kesimpulan	Item	Jumlah
Valid	3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 17, 19, 20, 22, 27, 29, 30, 31, 35, 36, 37, 43, 44, 45, 46, 48	27
Tidak Valid	1, 2, 8, 12, 16, 18, 21, 23, 24, 25, 26, 28, 32, 33, 34, 38, 39, 40, 41, 42, 47	21

2. Reliabilitas Instrumen

Suatu pengukuran yang memiliki reliabilitas yang tinggi ialah pengukuran yang mampu memberikan hasil ukur yang terpercaya (*reliable*) dimana reliabilitas suatu alat ukur dapat dilihat jika alat tersebut mampu menunjukkan sejauh mana pengukurannya dapat memberikan hasil yang relatif sama bila dilakukan pengukuran kembali pada objek

yang sama⁶². Reliabilitas dapat diartikan pula sebagai suatu ketepatan alat ukur dengan hasil yang cenderung memiliki nilai konsisten pada saat diterapkan kembali pada sample yang sama tapi dengan waktu yang berbeda⁶³.

Stabil/konsisten/tetap, maksudnya ketika mengukur lagi sesuatu yang sama dengan keadaan yang sama maka hasil yang di dapat masih sama dengan hasil sebelum nya, maka ini di katakan sudah *reliabel*. Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila hasil tes atau instrumen tersebut konsisten atau setabil ketika di lakukan lagi di lain waktu. Untuk menguji realibilitas instrumen ini peneliti menggunakan uji *Alpha Cronbach (α)*. Perhitungan statistik dilakukan dengan menggunakan program SPSS seri 20.

Tabel 3.6
Hasil Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik

Cronbach's Alpha	N of Items
,904	27

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini ialah menggunakan angket. Angket merupakan salah satu alat yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data yang berbentuk sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang harus dijawab oleh responden yang bersangkutan dengan

⁶² Azwar, Syaifudin. *Sikap Manusia Teori dan pengukurannya*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998). h. 176.

⁶³ Nasution. *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*. (Jakarta: Bumi Aksara, 1991). h. 107.

penelitian. Adapun skala pengukuran yang digunakan adalah skala *Likert*. Disini peneliti meminta mahasiswa untuk memilih salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan diri mahasiswa dengan memberi tanda *checklist* pada lembar kerja yang telah disediakan.

1. Angket

Angket atau kuesioner adalah seperangkat pernyataan atau pertanyaan yang tertulis yang di berikan kepada responden untuk dijawab.⁶⁴ Angket yang dimaksud dalam penelitian ini adalah daftar pernyataan-pernyataan berisi 27 pernyataan yang di buat oleh peneliti dan harus di jawab oleh responden yaitu mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-raniry angkatan 2018, 2019 dan 2020. .

2. Skala Likert

Skala merupakan instrumen yang digunakan dalam penelitian berupa bentuk *checklist*. Skala Likert dapat dipakai dalam mengukur indikator berupa emosional, waktu, biologikal, dan interpersonal seseorang tentang perubahan tingkah laku. Mahasiswa diminta untuk memilih salah satu pilihan jawaban dengan memberi tanda *Checklist* (✓) yang telah disediakan pada lembar instrumen penelitian. Pilihan jawaban yang diminta berupa deskripsi yang diberikan oleh mahasiswa sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

⁶⁴ Alwan, Menza Hendri, "Faktor-Faktor yang Mendorong Siswa MIA SMAN Mengikuti Bimbingan Belajar Luar Sekolah di Kecamatan Telanaipura Kota Jambi", *Jurnal Edufisika*, Vol.02,No.02, (2017), h. 28.

E. Teknik Analisis Data

setelah data yg diperlukan oleh peneliti terkumpul maka langkah selanjutnya yang perlu peneliti lakukan adalah menganalisis data, analisis data merupakan suatu proses pengorganisasian data secara sistematis yang diperoleh dari hasil kuesioner yang diisi oleh responden¹.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas ini dapat dilakukan dengan menggunakan program SPSS⁶⁵. Hasil dari uji normalitas dapat dilihat pada tabel 3.7 berikut:

Tabel 3.7
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		prokrastinasi
N		33
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	89,48
	Std. Deviation	18,817
Most Extreme Differences	Absolute	,130
	Positive	,115
	Negative	-,130
Kolmogorov-Smirnov Z		,749
Asymp. Sig. (2-tailed)		,628

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

berdasarkan tabel *One Sample Kolmogrov-Smornov Test* diperoleh angka *Asymp Sig. (2-tailed)*. Nilai ini dibandingkan dengan 0,05 (karena

¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian ...*, h. 212.

⁶⁵ Sugiyono, *Metpde Penelitian Pendidikan*, (Bandung : Alfabeta, 2010), h. 241..

menggunakan taraf signifikan 5%) untuk pengambilan keputusan dengan menggunakan kriteria pengujian sebagai berikut:

- Jika *Asymp. Sig (2-tailed)* < 0,05, maka distribusi data tidak normal
- Jika *Asymp. Sig (2-tailed)* > 0,05 maka distribusi data normal

Berdasarkan tabel di atas maka signifikan data untuk prokrastinasi akademik adalah 0,628 maka lebih besar dari 0,05 (0,628 > 0,05) sehingga data berdistribusi normal. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dari uji normalitas H_a diterima dan H_0 ditolak.

2. Analisis deskriptif

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah menggunakan analisis deskriptif. Analisis deskriptif digunakan untuk menganalisis data dengan cara menggambarkan data yang telah dikumpulkan sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum⁶⁶. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa Prokrastinasi yang terjadi pada

⁶⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif...* h. 207.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian dan persiapan penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-raniry Banda Aceh, tepatnya di Prodi Bimbingan dan Konseling dengan mengambil mahasiswa leting 2018, 2019 dan 2020 sebagai objek penelitian. Prodi Bimbingan dan Konseling didirikan pada tahun 2014 berdasarkan keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia dengan izin penyelenggaraan Nomor: 07/E/0/2014.

Prodi Bimbingan dan Konseling merupakan prodi baru di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK) UIN Ar-raniry yang di resmikan oleh Kementrian Agama Republik Indonesia (RI) dengan jumlah mahasiswa sebanyak 83 mahasiswa untuk leting 2014/2015 sebagai angkatan pertamanya.

a. Visi Prodi BK

Menjadikan Program Studi yang Profesional dan memiliki kemampuan akademik dalam bidang Bimbingan Konseling pada Madrasah dan Sekolah yang berkarakter, cerdas, dan kompetitif yang berbasis Nilai-nilai Islami pada Tahun 2025.

b. Misi Prodi BK

- 1) Melaksanakan kegiatan pengajaran Bimbingan dan Konseling secara baik dan professional.
- 2) Menyelenggarakan program pendidikan akademik profesi Bimbingan dan Konseling yang berbasis budaya nasional dan religius.
- 3) Menyelenggarakan program pendidikan profesi Bimbingan dan Konseling yang profesional dan berjiwa interpreneur serta amanah.
- 4) Melakukan penelitian dalam bidang Bimbingan dan Konseling yang terintegrasi dengan keahliannya.
- 5) Melaksanakan pendampingan pada masyarakat dalam bidang Bimbingan dan Konseling sesuai dengan kearifan lokal.

c. Tujuan Prodi BK

- 1) Menghasilkan lulusan yang memiliki dasar keilmuan Bimbingan dan Konseling yang kuat serta berakhlak mulia.
- 2) Mampu menyelesaikan permasalahan di dunia kerja dan siap berkompetisi secara global.
- 3) Menghasilkan penelitian di bidang Bimbingan dan Konseling yang berkualitas sesuai dengan kebutuhan pasar kerja.
- 4) Mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang mampu mendorong serta memberi kontribusi kepada masyarakat di bidang Bimbingan dan Konseling.
- 5) Mewujudkan kegiatan pelayanan Bimbingan dan Konseling di madrasah atau sekolah serta masyarakat.

2. Persiapan Penelitian

a. Penyusunan instrumen penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan study pustaka untuk mencari teori mengenai variabel penelitian yang nantinya digunakan sebagai bahan acuan dalam penyusunan kisi-kisi instrumen penelitian. Setelah kisi-kisi instrumen penelitian selesai disusun barulah dilakukan judgment dengan beberapa dosen ahli, kemudian berdasarkan arahan dosen ahli tersebut kisi-kisi instrumen disusun dan kemudian di sebar untuk uji coba instrumen sebelum nantinya digunakan sebagai angket penelitian.

b. Pelaksanaan uji coba alat penelitian

Setelah mempersiapkan kisi-kisi instrumen untuk mengukur kecenderungan perilaku prokrastinasi, langkah selanjutnya dilakukan uji coba terhadap instrumen tersebut. Pelaksanaan uji coba instrumen dilakukan dengan membagikan link Google form melalui aplikasi Smartphone yaitu Whatsapp kepada para mahasiswa dengan jurusan yang berbeda-beda dan dari kampus yang berbeda pula, jumlah responden sebanyak 33 responden.

c. Perizinan penelitian

Sebelum melaksanakan penelitian terlebih dahulu peneliti mengurus surat permohonan izin penelitian untuk disampaikan kepada instansi tempat penelitian. Surat izin di ajukan melalui portal mahasiswa UIN Ar-raniry, setelah surat izin dikeluarkan, peneliti

menyampaikan ke Prodi Bimbingan dan Konseling untuk melakukan penelitian.

B. Pelaksanaan penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 21 desember 2021 melalui Google form yang disebar ke grup Whatsapp khusus angkatan 2018, 2019 dan 2020. Alasan peneliti membagikan angket via Google form adalah karena pada saat peneliti mengambil data masih dalam suasana korona, jadi mahasiswa kuliah secara daring. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecenderungan prokrastinasi yang mengacu pada skala *Likert*.

Sebelum skala prokrastinasi ini digunakan untuk penelitian, skala sudah di seleksi terlebih dahulu dan memiliki reliabilitas yang baik, sehingga di anggap relevan untuk mengukur kecenderungan prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-raniry.

C. Hasil Penelitian

Bagian hasil penelitian mendiskripsikan hasil-hasil penelitian mengenai kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-raniry tepatnya pada angkatan 2018,2019 dan 2020, dimana data penelitian akan dianalisis menggunakan metode analisis deskriptif. Setelah data di analisis akan di dapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.1**Statistics Prokrastinasi**

N	Valid	33
	Missing	0
Mean		89,48
Std. Error of Mean		3,276
Median		95,00
Mode		104
Std. Deviation		18,817
Variance		354,070
Range		81
Minimum		39
Maximum		120
Sum		2953

Tingkat prokrastinasi mahasiswa dapat dikelompokkan ke dalam 3 kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Pengelompokan ini merujuk pada pedoman kategorisasi yang di susun oleh Azwar⁶⁷ dengan ketentuan sebagai berikut:

Tabel 4.2
Rumus Pedoman Kategorisasi

Kategori	Pedoman
Rendah	$X < M - 1 SD$
Sedang	$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$
Tinggi	$M + 1 SD \leq X$

(Sumber : Saifuddin Azwar, 2019)

Skala kecenderungan prokrastinasi pada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-raniry yang

⁶⁷ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2019), h, 149.

digunakan dalam penelitian ini berisi 27 item pernyataan, yang setiap item nya diberikan skor yaitu: skor 1 untuk nilai terendah, dan skor 5 untuk nilai tertinggi. Maka rentang skor yang didapatkan dalam penelitian ini adalah skor terendah adalah $27 \times 1 = 27$, skor tertinggi adalah $27 \times 5 = 135$, Mean = 89, 48 dibulatkan menjadi 89, dan standar deviasi = 18,817 dibulatkan menjadi 19. Maka bila digolongkan ke dalam 3 kategori maka jenjang skor prokrastinasi dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Rendah = $X < M - 1 \text{ SD}$
 = $X < 89 - 19$
 = $X < 71$
2. Sedang = $M - 1 \text{ SD} \leq X < M + 1 \text{ SD}$
 = $89 - 19 \leq X < 89 + 19$
 = $71 \leq X < 108$
3. Tinggi = $M + 1 \text{ SD} \leq X$
 = $89 + 19 \leq X$
 = $108 \leq X$

Adapun jenjang skor prokrastinasi dapat dilihat pada tabel 4.3 di bawah ini.

Tabel 4.3
Pedoman Kategorisasi Prokrastinasi

Kategori	Pedoman
Rendah	$X < 71$
Sedang	$71 \leq X < 108$
Tinggi	$X \geq 108$

Dari tabel 4.3 di atas, dapat diketahui bahwa batas nilai mahasiswa < 71 berada pada ketgori rendah, yang maknanya mahasiswa yang mendapatkan skor kurang dari 71 maka mahasiswa tersebut mengalami prokrastinasi yang tergolong tingkat rendah. Selanjutnya batas nilai $71 \leq X < 108$ berada pada kategori sedang. Selanjutnya batas nilai $X \geq 108$ berada pada kategori tinggi, maknanya mahasiswa yang mendapatkan skor dari rentang 108 ke atas maka mahasiwa tersebut mengalami tingkat prokrastinasi tingkat tinggi.

Persentase kategori prokrastinasi yang dialami mahasiswa bimbingan dan konseling dapat dihitung menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{F(\text{skor yang dicapai})}{N(\text{jumlah skor maksimal})} \times 100\%.$$

Berdasarkan rumus tersebut maka dapat

diketahui hasil kategori prokrastinasi mahasiswa pada tabel 4.4 di bawah ini:

Tabel 4.4
Hasil Kategori Prokrastinasi

Kategori	Frekuensi	Persentase prokrastinasi
Rendah	5	15%
Sedang	26	79%
Tinggi	2	6%
Jumlah	33	100%

Berdasarkan hasil tabel 4.4 di atas dapat dilihat bahwa tingkat prokrastinasi pada mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling angkatan 2018, 2019 dan 2020 yang diwakili oleh 33 sample mahasiswa terdapat 5 mahasiswa yang berada pada kategori tingkat rendah melakukan

prokrastinasi dengan persentase 15%, kemudian terdapat 26 mahasiswa berada pada kategori prokrastinasi tingkat sedang dengan persentase 79%, dan terdapat 2 mahasiswa berada pada kategori prokrastinasi tingkat tinggi dengan persentase 6%.

Berdasarkan penjabaran di atas, maka dapat kita lihat bahwa perilaku prokrastinasi terbanyak yang terjadi ialah pada kategori sedang, yaitu sebanyak 26 mahasiswa dari 33 sample mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling yang di ambil dengan persentase 79%. Maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Prodi bimbingan dan Konseling berada pada tingkat sedang.

Meskipun perilaku prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling masuk pada kategori sedang dan belum sampai pada kategori tingkat tinggi, ini menandakan bahwa masih cukup banyak mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling yang melakukan prokrastinasi. Bila perilaku ini dibiarkan terus menerus dilakukan oleh mahasiswa maka dikhawatirkan akan menjadi semakin parah sampai mencapai tingkat tinggi, sehingga menyebabkan buruk nya hasil belajar mahasiswa.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Prokrastinasi pada Mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember, bertempat dikampus UIN Ar-raniry tepatnya di Fakultas Tarbiyah dan keguruan Prodi Bimbingan dan Konseling. Dengan mengambil 33 sample mahasiswa BK sebagai responden. Pengumpulan data ini dilakukan dengan menyebarkan angket

yang dibuat dengan format google form, tujuannya adalah untuk memudahkan peneliti dalam menyebarkan angket lantaran terkendala situasi masa pandemi yang tidak memungkinkan untuk memberikan angket secara langsung. Data yang dihimpun selanjutnya akan dianalisis dan dibuat interpretasi dari hasil perhitungan.

Berdasarkan hasil analisis data didapatkan bahwa rata-rata tingkat prokrastinasi terjadi pada kategori sedang dengan frekuensi 26 mahasiswa atau sebesar 79% dari 33 sample mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling yang diambil melakukan prokrastinasi yang masuk dalam kategori tingkat sedang. Sehingga dapat diketahui dalam penelitian ini H_a diterima dan H_0 ditolak.

Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan menunda-nunda mengerjakan tugas akademik, hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh para ahli bahwa responden melakukan akademik dengan berbagai alasan, yang dapat dikelompokkan ke dalam 4 aspek yaitu emosional, waktu, biologikal dan interpersonal⁶⁸.

Pertama, menunda secara emosional yang terjadi karena kurangnya motivasi atau komitmen untuk segera menyelesaikan tugas. Kedua penundaan yang berkaitan dengan waktu yakni responden kesulitan mengatur waktu antara menyelesaikan tugas perkuliahan dengan kegiatan lain seperti di organisasi, ada juga responden yang menunda menyelesaikan tugasnya

⁶⁸ Michael Rio Jatikusuma, "Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa... h. 11-12

karna ingin mencari referensi terlebih dahulu. Ketiga penundaan yang berkaitan dengan biologikal yang melibatkan anggota tubuh seperti penundaan yang dilakukan karna responden tidak memahami tugas dan juga hadirnya rasa kantuk ketika mengerjakan tugas sehingga lebih memilih untuk tidur. Keempat penundaan yang berkaitan dengan interpersonal yakni penundaan yang terjadi karena faktor luar seperti responden yang memilih menunda tugas karna melihat teman-temannya belum menyelesaikannya juga atau ketika menyelesaikan tugas malah lebih sibuk mengobrol dengan temannya, ada juga yang menunda karena memilih lebih memilih ajakan teman untuk pergi bermain dan ada juga yang menunda tugas kuliah karena sibuk membantu orang tua.

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi dapat berpengaruh pada hasil belajarnya, hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Ghufroon dan Risnawati yakni kurangnya waktu dalam mengerjakan tugas tentu akan sangat berpengaruh pada hasil tugas, tugas pastinya tidak bisa dikerjakan secara maksimal. Pengerjaan tugas yang tidak mendapatkan hasil maksimal ini dan keterlambatan dalam pengumpulan tugas tentunya akan berpengaruh pada nilai yang diberikan oleh guru atau dosen. Mahasiswa yang mengerjakan tugas secara terburu-buru bahkan ada yang sekedar melihat tugas temannya

atau yang biasa disebut dengan menyontek, mahasiswa seperti ini biasanya tidak faham akan isi dan makna yang terkandung didalam tugas tersebut⁶⁹.

Menurut Munawaroh, mahasiswa yang melakukan prokrastinasi bisa saja mendapat dampak positif apabila mahasiswa tersebut menunda tugasnyadengan alasan agar dapat mengerjakan tugas lebih baik misal mahasiwa tersebut menunda karena ingin mencari referensi yang lebih banyak yang berkaitan dengan tersebut atau dengan alasan positif lainnya. Namun, apabila tugas tersebut dikejakan dengan alasan yang tidak masuk akal maka dapat memberikan dampak positif pada hasil belajar mahasiswa, mahasiwa juga dapat kehilangan kesempatan untuk mengembangkan pemahaman mengenai suatu topik dengan baik, merasa malah bahkan bisa mengalami kelelahan secara fisik⁷⁰.

2. Implikasi Bimbingan dan Konseling

Prokrastinasi yang dilakukan berlarut-larut dapat membawa pengaruh negatif pada mahaiswa untuk kedepannya, maka dari itu disini perlu adanya keterlibatan bimbingan dan konseling dalam mengurangi kecenderungan prokrastinasi pada mahasiswa. Peran konselor disini ialah bagaimana memberikan pemahaman kepada para mahasiswa bahwasanya perilaku prokrastinasi merupakan suatu masalah, suatu hal yang bila dilakukan bisa

⁶⁹ Annisa, Ernawati. "Pengaruh Prokrastinasi Akademik terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA Negeri di Kota Makasar". *Jurnal Biotek*. Vol. 6, No. 2, 2018, H. 92.

⁷⁰ Munawaroh, Martika Laely., Said Alhadi.,& Wahyu Nanda Eka Saputra. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, Vol.2, No.1, H. 28-29.

menjadi suatu kebiasaan yang membawa dampak besar dalam kehidupan mahasiswa terutama dalam bidang belajar. Seperti turunnya nilai akademik yang bisa menyebabkan mahasiswa terlambat dalam menyelesaikan perkuliahan.

Adapun beberapa upaya yang dapat dilakukan dalam mengatasi prokrastinasi ini ialah konselor dapat memberikan pelayanan Bimbingan dan Konseling. Karena Bimbingan dan Konseling merupakan bagian dari proses pendidikan yang berperan dalam membantu mahasiswa untuk dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangan yang meliputi aspek pribadi, sosial, belajar dan karir. Hal ini sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang telah ditetapkan dalam Undang-Undang SISDIKNAS Tahun 2003⁷¹. Beberapa layanan Bimbingan dan Konseling yang dapat diberikan ialah seperti layanan informasi, konselor dapat memberikan pemahaman mengenai dampak prokrastinasi dan tips yang dapat dilakukan untuk menghindari atau mengurangi prokrastinasi, atau memberikan pemahaman mengenai management waktu. Selain layanan informasi, pemahaman tentang prokrastinasi juga dapat diberikan dengan memberikan layanan lain seperti diskusi kelompok, konseling kelompok dan layanan Individual juga dapat diberikan sebagai upaya BK dalam mengatasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

⁷¹ Tarmizi, *Bimbingan dan Konseling islami*, ... h. 19.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Prokrastinasi akademik merupakan suatu kecenderungan untuk menunda memulai mengerjakan dan menyelesaikan suatu tugas yang berhubungan pembelajaran seperti tugas makalah dan tugas perkuliahan lainnya, baik penundaan dilakukan karena alasan yang mengharuskannya untuk menunda menyelesaikan tugas maupun penundaan yang dilakukan karena alasan lain seperti rasa malas untuk memulai bahkan menyelesaikan tugas tersebut. Ataupun menunda mengerjakan tugas dengan alasan hendak menyelesaikannya ketika mendekati batas akhir waktu pengumpulan.

Layanan Bimbingan dan Konseling merupakan suatu upaya yang dapat diberikan untuk mengurangi kecenderungan prokrastinasi, dengan cara memberikan pemahaman kepada para mahasiswa tentang dampak dari prokrastinasi tersebut, kapan penundaan tersebut menjadi suatu masalah dan bagaimana cara mengatasinya. Pemahaman ini diberikan dalam bentuk layanan Informasi, Individual, bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok.

Penelitian ini dibuat dengan menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif, dilakukan untuk mengetahui tingkat prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling serta implikasi layanan Bimbingan dan konseling. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh

peneliti mengenai prokrastinasi pada mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling yang telah di analisis, dapat ditarik kesimpulan bahwa prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa rata-rata berada pada kategori tingkat sedang yaitu dengan persentase 79% atau sebanyak 26 orang dari 33 sample mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling yang diambil. Adapun upaya yang dapat diberikan untuk menangani prokrastinasi ini ialah dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling yaitu, layanan informasi, diskusi kelompok, konseling kelompok dan layanan konseling individual.

B. saran

berdasarkan hasil pembahasan di atas maka peneliti memberikan beberapa saran:

1. Konselor diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada para mahasiswa mengenai pentingnya layanan Bimbingan dan Konseling dalam membantu mengatasi masalah mahasiswa dan menghimbau kepada mahasiswa agar bila terdapat indikasi terjadinya prokrastinasi dalam diri individu, mahasiswa dapat menghubungi konselor untuk membantu mengatasinya,
2. Mahasiswa diharapkan untuk tidak segan-segan untuk mendatangi konselor apabila mengalami permasalahan yang mengganggu bidang perkebangannya seperti prokrastinasi yang dapat mengganggu bidang belajarnya.

3. Kepada pembaca diharapkan agar mampu mengambil nilai-nilai positif dari penelitian ini sehingga bermanfaat dalam perkembangannya.
4. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi masukan dan bisa menjadi referensi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan.



DAFTAR PUSTAKA

- Alwan, Menza Hendri, (2017) “Faktor-Faktor yang Mendorong Siswa MIA SMAN Mengikuti Bimbingan Belajar Luar Sekolah di Kecamatan Telanaipura Kota Jambi”, *Jurnal Edufisika*. Vol.02,No.02, (2017).
- Arikunto, Suharni. (2002). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*, Edisi Revisi V. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Syaifudin. (1998). *Sikap Manusia Teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Syaifudin. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Syaifudin. (2019). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Abdul Saman. 2017. “Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan”, *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*. Vol. 3, No. 2.
- Annisa, Ernawati. 2018 “Pengaruh Prokrastinasi Akademik terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA Negeri di Kota Makasar”. *Jurnal Biotek*. Vol. 6, No. 2.
- Boice R. (1996). *Procrastination And Blocking: A Novel, Practical Approach*. Westport: Praeger Publisher.
- Burka J. B, & Yuen. L. (1983). *Procrastination why You Do It, What To Do About It*. New York: Perseus Books.
- Debruin, G.P. & Rudnock, H. (2007). “Examining the cheats: The role of conscientiousness and excitement seeking in academic dishonesty”. *South African Journal of Psychology*, 37.
- Dep. P&K. 2005. *Kamus besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Fajarmuhsy. (2017). “Pengertian Implikasi Menurut Para Ahli, Beserta Contoh Pembahasannya”. (<https://satujam.com/pengertian-implikasi/>, Diakses pada 07 agustus 2017).
- Ferrari, dkk. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research and Treatment*. New York: Plenum Press.

- Gita Sekar Prihanti. (2018). *Pengantar Biostatistik*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Green. (1995) "Minority Student Self-Kontrol of Procrastination". *Journal of College Student Development*. Nomor 36 (361-367). University of Oregon. Diakses dari www.oregon.edu.pdf. tanggal 1 Juli 2007.
- Hallen. (2005). *Bimbingan & Konseling*. Jakarta: Quantum Teaching.
- Hornby dan Ruse. (1990). *Oxford Student Dictionary of Current English*. Akademi Koado es Nyomda.
- Irmawati Dwi Febrianti. (2009). "Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro", *Skripsi*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Latipun. (2004). *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press.
- Laurentius Wisnu Adi Kusuma. (2010). "Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta". *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Maliki. (2016). *Bimbingan Konseling di Sekolah Dasar Suatu Pendekatan Imajinatif*, Jakarta: Kencana.
- M. Nur Ghufron, Rini Risnawati S. (2017). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Margono. (2005). *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Michael Rio Jatikusuma. (2018). "Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Studi Deskriptif pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sunata Dharma Yogyakarta Angkatan 2016)". *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Sunata Dharma.
- Muri Yusuf. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.
- Munawaroh, Martika Laely., Said Alhadi., & Wahyu Nanda Eka Saputra. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, Vol.2, No.1.
- Nasution. (1991). *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Purbatua Manurung, Dkk. 2016. *Media Pembelajaran dan Pelayanan BK*, (Medan: Perdana Publishing).
- Prayitno, Erman Amti. 2008. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Pusat Perbukuan Depdiknas).
- Rahmanisa, 2018, “Konseling Behavior Dalam Menangani Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 2 Yogyakarta”, *skripsi*, (Jogjakarta: UIN Sunan Kalijaga Jogjakarta).
- Rizvi, dkk. (1997). “Pusat Kendali dan Efikasi Diri Sebagai Prediktor prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika*”. No.3. 11.
- Rumiani. (2006). “Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*” Vol.3, No. 2.
- Syamsu Yusuf, A. Junika Nurihsan. 2005. *Landasan Bimbingan & Konseling*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Said Hasan Basri. (2017). “Prokrastinasi Akademik Mahasiswa di Tinjau dari Religiusitas”. *Jurnal bimbingan konseling dan dakwah islam*. Vol.14. No, 2.
- Santrock, J.W. (2002). *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2*, Penerjemah: Chusairi dan Damanik). Jakarta: Erlangga.
- Shopi Septi Purnama. (2014). “Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya”. *Jurnal BK UNESA*, Vol 4, No 3.
- Siswoyo, Dwi. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sofia Rosaria Lega Jaya. (2016). “Studi Deskriptif Kuantitatif: Prokrastinasi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma”, *Skripsi* Yogyakarta: Universitas Sunata Dharma.
- Solomon, L.J & Rothblum, E.D. (1984). “Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavior Correlates”. *Journal of Counseling Psychology* Vol. 31. 1984, 505. Diakses tanggal 17 November 2009 dari http://all.successcenterohiostate.edu/references/procrastinator_APA_paper.htm
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiono. 2013. *Metode Penelitian Kombinas*. Bandung: Alfabeta.

- Sugiono. 2014. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendidikan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryadi, 2017, “Layanan Bimbingan dan Konseling Belajar untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa *Boarding School*”, *tesis*, (Jogjakarta: UIN Sunan Kalijaga.
- Suwono. (2014). “*Definisi Mahasiswa menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia*”. Diakses dari <http://www.pengertianku.net/2014/11/kenali-pengertian-mahasiswa-dan-menurut-para-ahli.html> pada 17 Maret 2017.
- Tarmizi. (2018). *Bimbingan Konseling Islami*. Medan: Perdana Pubhling.
- Timpe, A. D. 2000. *Mengelola Waktu: Seri Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integritas)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.



SURAT KEPUTUSAN DEKAN FTK UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

NOMOR : B-881/Un.08/FTK/KP.07.6/2/2021

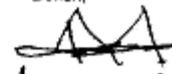
TENTANG

PENGANGKATAN PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN
UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

DEKAN FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

- Menimbang** : a. bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi dan ujian munaqasah mahasiswa pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh maka dipandang perlu menunjuk pembimbing skripsi tersebut yang dituangkan dalam Surat Keputusan Dekan,
b. bahwa saudara yang tersebut namanya dalam surat keputusan ini dipandang cakap dan memenuhi syarat untuk diangkat sebagai pembimbing skripsi
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional,
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen,
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Sistem Pendidikan Tinggi,
4. Peraturan Pemerintah Nomor 74 Tahun 2012, tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah RI Nomor 23 Tahun 2005 tentang Pengelolaan Keuangan Badan Layanan Umum,
5. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi,
6. Peraturan Presiden Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan Institut Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh menjadi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh,
7. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang Organisasi dan Tata Kerja UIN Ar-Raniry Banda Aceh,
8. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 21 Tahun 2015, tentang Statuta UIN Ar-Raniry Banda Aceh,
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 492 Tahun 2003, tentang Pendelegasian Wewenang, Pengangkatan, Pemindahan dan Pemberhentian PNS di lingkungan Depag RI,
10. Keputusan Menteri Keuangan Nomor 293/KMK.05/2011, tentang Penetapan Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh pada Kementerian Agama Sebagai Instansi pemerintah yang menerapkan Pengelolaan Badan Layanan Umum,
11. Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry Nomor 01 Tahun 2015, tentang Pendelegasian wewenang kepada Dekan dan Direktur Pascasarjana di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh,
- Memperhalikan** : Keputusan/Seminar Proposal Skripsi Prodi Bimbingan Konseling tanggal 14 Februari 2020
- MEMUTUSKAN**
- Menetapkan** :
PERTAMA : Menunjuk saudara :
1. Dr. Hj. Chairan M. Nur, M. Ag. Sebagai Pembimbing Pertama
2. Annisa Apriyanti, S. Pd., M. Pd. Sebagai Pembimbing Kedua
Untuk Membimbing Skripsi :
Nama : Putri Santri
NIM : 150213066
Program Studi : Bimbingan Konseling
Judul Skripsi : Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Prodi Bimbingan Dan Konseling Dan Implikasi Terhadap Layanan BK
- KEDUA** : Pembiayaan honorarium pembimbing pertama dan kedua tersebut di atas dibebankan pada DIPA UIN Ar-Raniry Banda Aceh Tahun 2021
- KETIGA** : Surat Keputusan ini berlaku sampai akhir semester Genap Tahun Akademik 2020/2021
- KEEMPAT** : Surat Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dengan ketentuan bahwa segala sesuatu akan dirubah dan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, apabila kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam surat keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh
Pada Tanggal : 04 Februari 2021
an Rektor
Dekan,


Muslim Razali

Tembusan

1. Rektor UIN Ar-Raniry di Banda Aceh
2. Ketua Prodi Bimbingan Konseling
3. Pembimbing yang bersangkutan untuk diketahui dan dilaksanakan
4. Yang bersangkutan



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN
Jl Syekh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh
Telepon : 0651- 7557321, Email : uin@ar-raniry.ac.id

Nomor : B-17996/Un.08/FTK.1/TL.00/12/2021
Lamp : -
Hal : *Penelitian Ilmiah Mahasiswa*

Kepada Yth,

1. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar - Raniry
2. Mahasiswa Bimbingan dan Konseling fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-raniry Banda Aceh

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Pimpinan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : **PUTRI SANTRI / 150213066**
Semester/Jurusan : XIV / Bimbingan Konseling
Alamat sekarang : Gampoeng Batoh Banda Aceh

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling dan Implikasi terhadap Layanan BK*

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 21 Desember 2021
an. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan,



Berlaku sampai : 18 Januari
2022

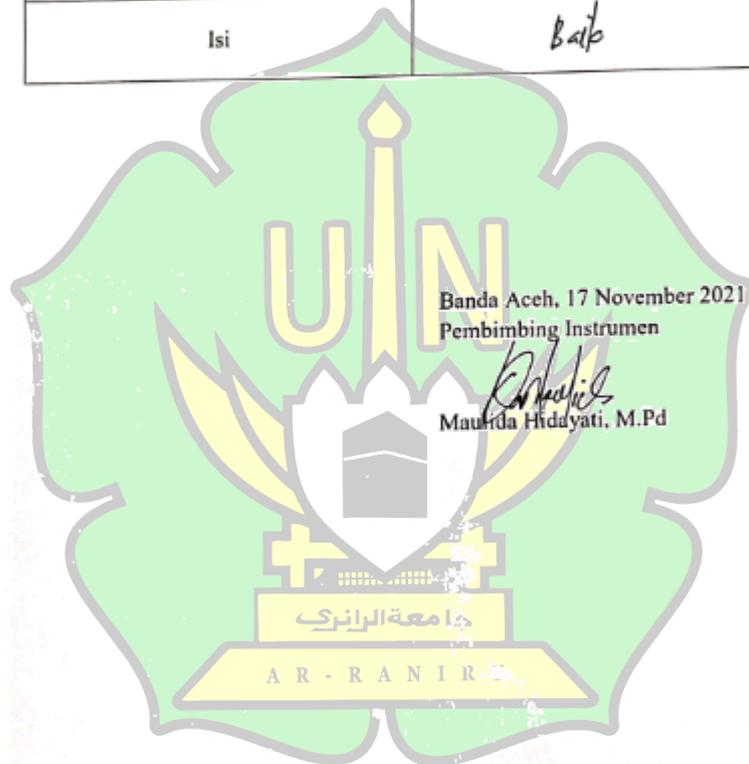
Dr. M. Chalis, M.Ag.

AR - RANIRY

HASIL JUDGMEN INSTRUMEN

Instrumen : Prokrastinasi
Nama : Putri Santri
NIM : 150213066

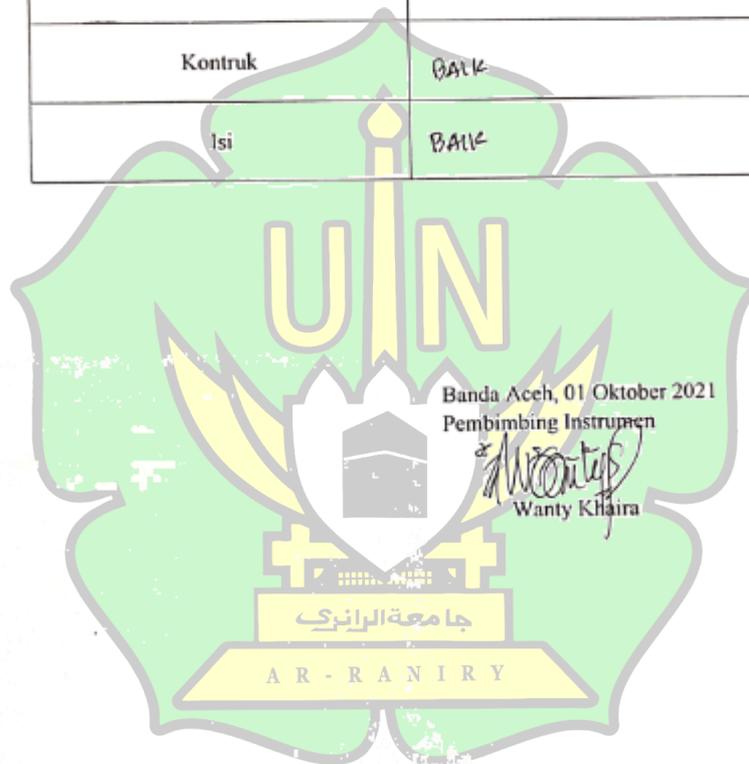
Pertimbangan	Saran/rekomendasi/revisi
Bahasa	Baik
Konstruksi	Baik
Isi	Baik



HASIL JUDGMEN INSTRUMEN

Instrumen : Prokrastinasi
Nama : Putri Santri
NIM : 150213066

Pertimbangan	Saran/rekomendasi/revisi
Bahasa	BAIK
Kontruk	BAIK
Isi	BAIK



Instrumen Prokrastinasi Akademik

Nama :
Jurusan :
Letting :

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda checklist (\checkmark) pada kolom yang disetujui jika deskripsi yang diberikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

Keterangan

SS : Sangat Sering
S : Sering
KK : Kadang-kadang
J : Jarang
TP : Tidak Pernah

No	Pernyataan	SS	S	KK	J	TP
1	Saya memilih bermain gadget dari pada mengerjakan tugas					
2	Saya menunda mengerjakan tugas karena tidak menyukainya					
3	Saya tidak mampu mengambil keputusan dengan tepat					
4	Saya tidak memiliki motivasi untuk segera menyelesaikan tugas					
5	Saya malas dalam mengerjakan tugas					
6	saya malas memperbaiki tugas yang salah					
7	Saya tidak berkomitmen dalam menyelesaikan tugas					
8	Saya selalu bersungguh-sungguh dalam mengerjakan tugas					
9	Saya memulai mengerjakan tugas tergantung mood					
10	Saya langsung mengerjakan tugas setelah diberikan dosen					
11	saya tidak menyelesaikan tugas secara tuntas					

12	Saya menunda mengerjakan tugas untuk mencari referensi					
13	Saya mengerjakan tugas ketika deadline					
14	saya menyampingkan tugas yang lebih mudah					
15	Saya sulit mengatur waktu belajar dan bermain					
16	Saya menunda mengerjakan tugas karena tidak memahami tugas					
17	Saya tidak yakin akan kemampuan saya dalam menyelesaikan tugas					
18	Saya memilih beristirahat dari pada menyelesaikan tugas					
19	Saya sulit menemukan ide untuk menyelesaikan tugas					
20	Ketika mengerjakan tugas saya merasa mengantuk					
21	Saya terburu-buru dalam mengerjakan tugas					
22	saya menunda mengerjakan tugas karena teman-teman juga belum menyelesaikannya					
23	Saya menunda mengerjakan tugas karena kondisi keuangan yang terbatas					
24	Saya lebih memilih ajakan teman untuk bermain dari pada menyelesaikan tugas					
25	Saya menunda mengerjakan tugas karna sibuk berorganisasi					
26	Saat mengerjakan tugas bersama teman saya lebih sibuk bercerita kehidupan pribadi					
27	Saya menunda mengerjakan tugas karena lebih memilih untuk membantu orang tua					