

## ANALISIS FAKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2016 FTIK UIN SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN

### ANALYSIS OF ACADEMIC PROCRASTINATION FACTORS AMONG 2016 STUDENTS OF THE FACULTY OF COMPUTER SCIENCE AND INFORMATION TECHNOLOGY, UIN SHEIKH ALI HASAN AHMAD ADDARY, PADANGSIDIMPUAN

Efrida Mandasari Dalimunthe<sup>1</sup>, Muhammad Ihsan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>UIN Syekh Ali Hasan Ahamd Addary, Kota Padangsidimpuan Sumatera Utara, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Negeri Padang, Sumatera Barat, Indonesia

231ihsan116@unp.ac.id

#### ABSTRACT

*The purpose of this research is to find out the factors that influence the academic procrastination of FTIK students class of 2016 UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan. According to the factors behind this procrastination behavior, is to avoid the stress or anxiety that is felt by the procrastinator. This research is a quantitative research method. The research method used is descriptive quantitative, and simple linear regression test. Based on the results of the study, it was found that 8 aspects had an influence on the academic procrastination of Batch 2016 students of FTIK UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan, namely aspects of Fear of failure, Anxiety, Lack of Confidence, Perfectionism, Perception, Time Management, Fatigue and Environment. The factor that has the greatest influence is the fatigue factor of 83% followed by the perception factor of 76.7% then the anxiety aspect of 75.8 and the perfectionist aspect of 71.8%, the lack of self-confidence contributes 68.9%, the management aspect Time contributes 64%, the fear of failure is 61.2% and the aspect that contributes the lowest influence is the environment. In this journal, only the aspect of time management is addressed.*

**Keywords:** Academic Procrastination, Time Management, Gaming

#### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa FTIK angkatan 2016 UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan. Menurut faktor yang melatarbelakangi perilaku prokrastinasi ini adalah untuk menghindari stres atau kecemasan yang dirasakan oleh si prokrastinator. Penelitian ini merupakan metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif, dan uji regresi linier sederhana. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan 8 aspek yang mempunyai pengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa FTIK UIN Angkatan 2016 Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan yaitu aspek Takut gagal, Cemas, Kurang Percaya Diri, Perfeksionisme, Persepsi, Manajemen Waktu, Kelelahan dan Lingkungan. Faktor yang mempunyai pengaruh paling besar adalah faktor kelelahan sebesar 83%, disusul faktor persepsi sebesar 76,7% kemudian aspek kecemasan sebesar 75,8 dan aspek perfeksionis sebesar 71,8%, aspek kurang percaya diri memberikan kontribusi sebesar 68,9%, aspek manajemen waktu. memberikan kontribusi sebesar 64%, ketakutan akan kegagalan sebesar 61,2% dan aspek yang memberikan kontribusi pengaruh paling rendah adalah lingkungan. Dalam jurnal ini hanya aspek manajemen waktu yang dibahas.

**Kata Kunci:** Prokrastinasi Akademik, Manajemen Waktu, Gaming

#### PENDAHULUAN

Prokrastinasi berasal dari kata Latin “pro”, yang berarti “maju” dan “crastinate”, yang berarti “besok” (William Kanaus, 2002). Melalui penjelasan bahasa ini terlihat bahwa prokrastinasi ini adalah sebuah kondisi dimana seseorang menunda kemajuan untuk

dilaksanakan besok dan begitu seterusnya. Prokrastinasi juga didefinisikan sebagai seseorang yang menunda tugas secara tidak perlu sehingga pada akhirnya memberikan semacam ketidaknyamanan pribadi (Solomon, 1984). Dalam pengertian ini, individu yang sering menunda-nunda tahu bahwa mereka harus

memenuhi tugas; namun, mereka dengan sengaja tidak melakukannya karena kecenderungan mereka untuk menunda (He, 2017). Definisi lain terkait istilah prokrastinasi sebagai "kecenderungan untuk menunda apa yang diperlukan untuk mencapai beberapa tujuan" (Lay, 1986), membuat beberapa tambahan kemudian dan berpendapat bahwa deskripsi sebelumnya meremehkan kompleksitas konsep, karena tingkat tidak menariknya tugas, pengenaannya oleh diri sendiri atau orang lain, pandangan individu terhadap tugas dan strukturnya, semuanya, harus dipertimbangkan.

Ferarri menyatakan bahwa individu yang suka menunda-nunda mulai mengerjakan tugasnya atau prokrastinator jauh lebih lambat dari yang seharusnya (Ferrari, 1995). Dalam konteks ini, niat yang tidak sejalan dengan tujuan atau sasaran menunjukkan ketidaksesuaian dengan target dan niat ini terkait erat dengan perilaku individu. Jadi, niat semacam ini dan tingkat keengganan dan penolakan yang tinggi adalah ciri umum yang dapat dianggap berasal dari orang yang suka menunda-nunda. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi adalah sebuah perilaku yang membuat prokrastinator tidak melakukan pekerjaannya sesuai dengan waktu yang diberikan, suka menunda hingga batas akhir yang diberikan, dan bahkan terkadang tidak selesai.

Prokrastinasi terjadi dalam berbagai bidang pekerjaan dan juga bidang akademik. Prokrastinasi akademik digambarkan sebagai perilaku di mana tugas akademik, seperti menyelesaikan pekerjaan rumah atau tugas, mempersiapkan ujian, atau menyelesaikan tugas dalam bentuk makalah, ditunda hingga tenggat waktu yang ditentukan berakhir. Bahkan, beberapa mahasiswa masih menunda-nunda, mengambil dua semester atau bahkan lebih untuk menyelesaikan tugas akhir atau skripsinya, bahkan hingga batas waktu yang diberikan habis untuk menulis skripsinya sendiri.

Tanda keterlambatan akademik seseorang mahasiswa sarjana adalah masa studi yang dilalui yaitu 5 tahun atau lebih. Tanda-tanda ini mengarah pada apa yang disebut penundaan akademik.

Faktor-faktor di balik perilaku prokrastinasi ini adalah untuk menghindari stres atau rasa cemas yang diraksakan oleh prokrastinator. Banyak mahasiswa yang tidak menyukai tugas yang diberikan oleh dosen sehingga menaruhnya di sembarang tempat dan mengabaikan tugas tersebut, ketika masa tenggat pengerjaan tugas itu hampir habis menyebabkan para mahasiswa kebingungan untuk menyelesaikan tugasnya dan menambah kecemasan yang lebih parah sehingga menyebabkan masalah psikologis kecemasan dan kebingungan itu berubah menjadi ketakutan yang sangat mengganggu. Hal ini menyebabkan rasa takut lebih menguasai mahasiswa sehingga pelaku prokrastinasi ini memiliki keinginan kuat untuk beralih ke aktivitas lain yang lebih aman untuk menghilangkan rasa cemasnya. Manajemen waktu bertujuan untuk meningkatkan produktivitas, yang mengacu pada perbandingan antara hasil yang dihasilkan dengan sumber daya yang digunakan. Manajemen waktu merupakan faktor internal, yaitu proses pengelolaan diri sendiri (Yunita, 2022). Hoffer menjelaskan bahwa factor-faktor yang dapat mempengaruhi manajemen waktu yaitu pengaturan diri, motivasi dan pencapaian tujuan (Prameswari, 2020).

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian dengan metode Kuantitatif. Penelitian ini adalah sebuah penelitian plkuantitatif dengan pendekatan ilmiah yang memandang suatu realitas itu dapat diklasifikasikan, kongkrit, teramati dan terukur, hubungan variabelnya bersifat sebab akibat dimana data penelitiannya berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistika (Sugiyono, 2020). Metode penelitian yang digunakan adalah

kuantitatif deskriptif, dan uji regresi linear sederhana. Data kuantitatif dihitung secara statistik deskriptif dan regresi linear sederhana untuk melihat faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa Angkatan 2016 di UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan dengan menggunakan angka sebagai pendekatan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor apa saja yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa Angkatan 2016 di UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan, faktor mana yang paling mempengaruhi Prokrastinasi akademik mahasiswa. Namun pada jurnal ini, hanya diungkap aspek manajemen waktu saja. Analisis data dalam penelitian ini diolah dengan bantuan software SPSS dan *Microsoft Office Excel*. Angket diberikan kepada mahasiswa FTIK UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan Angkatan 2016 T.A 2022/2023 yang berjumlah 42 orang untuk mengetahui apa saja faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Angket ini memiliki lima pilihan jawaban yang berinterval 1-5 untuk setiap jawaban.

Berdasarkan Tabel 4.1 terlihat nilai sig. pada seluruh aspek lebih besar dari 0,05, (sig.> 0,05) yang artinya  $H_0$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa Data angket Prokrastinasi pada Aspek Manajemen Waktu berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Setelah terpenuhi uji prasyarat ini, maka dapat dilanjutkan uji regresi linear sederhana untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang disignifikan dari aspek atau faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi akademik.

### Aspek Manajemen Waktu

Pada aspek Manajemen Waktu yang terdiri dari 9 butir pernyataan dengan nilai maksimal 45, membahas mengenai mahasiswa yang merencanakan dan mengatur prioritas kegiatan,

mengaplikasikan dan mengevaluasi hasil. Hipotesis pada aspek ini adalah:

$H_0$ : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari aspek Manajemen Waktu terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Angkatan 2016 FTIK UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan T.A 2022/2023.

$H_a$ : Terdapat pengaruh yang signifikan dari aspek Manajemen Waktu terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Angkatan 2016 FTIK UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan T.A 2022/2023.

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan aplikasi SPSS ditemukan bahwa persamaan regresi linear yang terbentuk adalah:

$$Y = 60.982 + 6.337X$$

Nilai b menyatakan koefisien arah regresi, artinya jika nilai b positif maka variabel Y atau variabel yang dipengaruhi yaitu prokrastinasi akademik akan meningkat atau mengalami penambahan, artinya semakin seseorang Manajemen Waktu maka semakin besar peluang mahasiswa tersebut untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Jika nilai b negatif maka variabel b akan mengalami penurunan. Berdasarkan persamaan regresi linear yang ditemukan terlihat bahwa nilai b adalah 6.337 artinya setiap nilai Manajemen Waktu menaik satu nilai maka angka nilai pembentukan karakter menaik sebanyak 6.337 unit. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi angka nilai Manajemen Waktu seseorang akan semakin tinggi kemungkinan seseorang tersebut untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik.

Setelah persamaan korelasi regresi telah ditemukan selanjutnya untuk mengukur kekuatan hubungan antar variabel prediktor atau yang mempengaruhi X terhadap variabel respon atau variabel yang dipengaruhi Y, dilakukan analisis korelasi yang hasilnya dinyatakan oleh suatu bilangan yang dikenal dengan koefisien korelasi. Untuk ini digunakan untuk menguji *signifikan*

pengaruh. Maka dapat di gunakan uji t setelah dilakukan konversi dari nilai  $r_{xy}$ .

Berdasarkan Tabel 4.12 Terlihat nilai beta atau  $r_{xy}$  adalah 0.800, dan  $t_{hitung}$  adalah 8.430, kemudian menarik hasil hipotesis dengan membandingkan  $t_{hitung}$  dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  (5%, 40) maka  $t_{hitung}$  adalah 1,644 terlihat bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$  yaitu  $8.430 > 1,644$  artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari aspek Manajemen Waktu terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Angkatan 2016 FTIK UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan T.A 2022/2023.

Untuk mengetahui besar pengaruh yang diberikan oleh masing-masing aspek maka dilakukan perhitungan Koefisien Determinasi, dengan menggunakan aplikasi SPSS ditemukan:

**Tabel 1. Hasil Koefisien Determinasi**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.800 <sup>a</sup>	.640	.631	19.313

a. Predictors: (Constant), Aspek Manajemen Waktu

Berdasarkan Tabel 4.13 terlihat  $r$  square bernilai 0,640, artinya faktor aspek Manajemen Waktu memberikan pengaruh sebesar 64% terhadap prokrastinasi akademik.

Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari aspek Manajemen Waktu terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Angkatan 2016 FTIK UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan T.A 2022/2023 dengan besaran pengaruh sebesar 64%. Hal serupa diungkapkan Suryo (2017) dimana ditemukan ada korelasi negatif dan sangat signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi prokrastinasi akademik maka semakin rendah manajemen waktu yang dimiliki siswa, dan sebaliknya semakin rendah prokrastinasi akademik maka semakin

tinggi manajemen waktu yang dimiliki siswa. Hal serupa ditemukan oleh Risda (2022) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh negatif manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa kebidanan Poltekkes Kemenkes Kaltim, dimana bahwa semakin tinggi manajemen waktu semakin rendah prokrastinasi akademik, dan sebaliknya.

Kemudian penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Rizky Yolanda yang menyatakan adanya korelasi yang signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik siswa. Korelasi antara kedua variabel tersebut adalah positif, yang berarti semakin efektif manajemen waktu seseorang, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik siswa, dan sebaliknya, semakin buruk manajemen waktu, semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa (Yolanda, 2018).

Hal ini menunjukkan bahwa Manajemen Waktu memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemungkinan besar seorang mahasiswa akan melakukan prokrastinasi akademik. Salah satu sikap yang berkaitan dengan manajemen waktu yaitu bermain game. Bermain game dapat mengakibatkan seseorang kehilangan prioritas dan tujuan dalam berperilaku. Ketergantungan pada permainan dapat mengurangi partisipasi mahasiswa dalam aktivitas yang sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Kasus kecanduan game seringkali mengakibatkan penurunan waktu belajar dan interaksi sosial di antara teman sebaya. Penelitian oleh (Gentile, 2011) menunjukkan bahwa remaja yang kecanduan game cenderung memiliki performa akademis yang menurun, perilaku agresif yang meningkat, dan masalah sosial seperti isolasi dari lingkungan sekitar karena terlalu banyak menghabiskan waktu untuk bermain game. Ketergantungan pada game juga dapat menyebabkan penyalahgunaan waktu dan emosi, dengan individu yang terpengaruh akan mengabaikan kebutuhan seperti tidur, pola makan, belajar, hobi, dan interaksi

sosial (Young, 2009). Penelitian oleh (Shafura, 2017) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan game, semakin rendah prestasi akademisnya, dan sebaliknya. Temuan serupa juga memperlihatkan bahwa adanya hubungan antara kecanduan game dan prestasi akademis (Pande, 2015). Tidak hanya itu Ketergantungan semacam itu bisa menyebabkan perilaku negatif seperti kecenderungan untuk berbohong, sering absen kuliah karena kantuk berlebihan, kurang motivasi belajar dan menyelesaikan tugas kuliah, serta kegelisahan saat tidak bisa bermain game, yang bisa berujung pada masalah kesehatan fisik seperti nyeri sendi dan gangguan kesehatan bagi mahasiswa (Ondang, 2020). Oleh karena itu, ketergantungan pada game dapat berdampak negatif pada prestasi akademik mahasiswa.

## KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu:

1. Delapan aspek yang memberikan pengaruh kepada prokrasatinasi akademik mahasiswa Angkatan 2016 FTIK UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan adalah aspek Takut gagal, Cemas, Tidak Percaya diri, Perfeksionis, Persepsi, Manajemen Waktu, Kelelahan dan Lingkungan.
2. Faktor Manajemen Waktu memberikan sumbangsih sebesar 64% terhadap pengaruh sikap prokrastinasi akademik mahasiswa. Salah satu sikap yang menonjol yaitu bermain game.

## DAFTAR PUSTAKA

Ferrari, J. J. (1995). *Procrastination and task avoidance*. New York: Plenum Press.

Gentile, D. (2011). The Multiple Dimensions of Video Game Effects. *Child Development Perspectives*, 5, 75-81.

He, S. (2017). A multivariate investigation into academic procrastination of university students. *Open Journal of Social Sciences*, 5, 12-24. doi:https://doi.org/10.4236/jss.2017.510002

Lay, C. (1986). At Last, My Research Article on Procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20, 474-495.

Ondang, G. L. (2020). Dampak Game Online terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Jurusan Sosiologi Fispol UNSRAT. *Jurnal Holistik*, 2(13), 1–15.

Pande, N. P. (2015). Hubungan kecanduan game online dengan prestasi belajar siswa SMP Negeri 1 Kuta. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 163–171.

Prameswari, A. A. (2020). Perbandingan Manajemen Waktu Mahasiswa Sebelum dan Selama Pandemi Covid-19 di Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Palembang. *Jurnal Kesehatan Gigi dan Mulut (JKGM)*, 2(2), 10-13.

Shafura, I. L. (2017). Kecanduan Game Online Hubungannya dengan Prestasi Akademik Remaja di Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*. 2(3).

Solomon, L. J. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counselling Psychological*, 31, 503- 509.

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

William Kanaus, E. (2002). *The Procrastination Work Book*. Oakland: New Harbinger Publications.

Yolanda, R. (2018). *Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X di SMKN 2 Payakumbuh*. Padang: Skripsi Universitas Negeri Padang.

- Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 355-372.
- Yunita, D. R. (2022). Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Manajemen Waktu Pada Siswa SMA N 1 Kembang. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 2137-2142.