

**ANALISIS FAKTOR PENENTU PROKRASTINASI PADA MASA  
PANDEMI DI MAN 1 MAGELANG**

**SKRIPSI**



**DISUSUN OLEH  
ADE AYU MUTIARA PAWESTRI  
18.0801.0006**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG  
2023**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kondisi pandemi Covid-19 ini mengakibatkan perubahan salah satunya pada bidang pendidikan. Dimana dalam dunia pendidikan dipaksa untuk beradaptasi secara tiba-tiba untuk melakukan pembelajaran dirumah dengan sistem *online*. Hal ini tentu bukan hal yang mudah karena siswa maupun tenaga pengajar harus beradaptasi. Permasalahan dalam dunia pendidikan dalam masa pandemi ini yaitu mengenai proses pembelajaran yang dimasing-masing sekolah belum sama, baik dari segi kualitas pencapaian pembelajaran yang diinginkan (Zainuddin Atsani, 2020). Pembelajaran *online* membawa implikasi dari berbagai sudut, baik dari faktor geografis Indonesia yang berbeda, finansial dan kesiapan sekolah dan kemampuan siswa dalam teknologi, (Ali & Hasanah, 2021).

Penggunaan teknologi terdapat beberapa faktor yang menghambat pelaksanaan pembelajaran *online* seperti penggunaan teknologi yang masih rendah, keterbatasan sarana dan prasarana, jaringan internet yang kurang memadai serta biaya penunjang teknologi (Abas, 2021). Adapun permasalahan lain dalam dunia pendidikan dimasa pandemi yaitu kegiatan pembelajaran mengalami perubahan dan harus cepat beradaptasi, pelaksanaan pendidikan harus bergantung pada internet, guru mengalami kesulitan dalam mengajar yang dimana setiap guru harus menyesuaikan dengan penguasaan teknologi terbaru, terkendala biaya internet, dan siswa tidak semua memiliki *smartphone* (Abas, 2021). Selain itu adapun permasalahan lain yaitu meningkatnya perilaku menunda-nunda tugas. Hal ini didukung oleh penelitian lain yaitu terdapat 87,5% siswa siswi yang mengalami prokrastinasi dimasa pembelajaran dimasa pandemi (Sudrajat, 2021).

Hal ini sesuai dengan hasil *preliminary research* yang dilakukan dengan metode wawancara dan survei, data yang didapat yaitu dari hasil wawancara guru kelas X dan guru BK menyatakan bahwa pada masa

pandemi pembelajaran dilakukan secara *online*. Pada saat pembelajaran *online* guru hanya melakukan penegasan tugas dan penyampain materi. Adapun permasalahan saat pembelajaran *online* dari pihak guru yaitu kurang bisa mengevaluasi siswa dalam pembelajaran dan terdapat keluhan dari guru bahwa hanya terdapat 10% siswa yang mengikuti pembelajaran *online*, dimana pada setiap pembelajaran dari hanya 10% siswa yang mengsubmit tugas yang ada di *google classroom*. Pada saat

pembelajaran *online* adapun permasalahan lain yaitu terkendalanya kuota, kurang memperhatikan saat guru menjelaskan, terkendalanya pembuatan jadwal pembelajaran, sistem pembelajaran *online* yang belum baik, kurang adanya kemauan belajar pada saat pembelajaran *online* dan siswa siswi sering menunda-nunda tugas. Dari pernyataan guru, pada masa pandemi siswa siswi sering melakukan prokrastinasi atau menunda-nunda tugas, terdapat 10% siswa siswi yang mengerjakan tugas disetiap kelasnya. Perilaku prokrastinasi diketahui dari guru BK dan guru mata pelajaran matematika berasal dari laporan dari beberapa guru yang lain, yaitu terlambat dalam pengumpulan tugas, ada beberapa kelas yang mengumpulkan hanya pada saat pertemuan tatap muka. Hal ini didukung oleh penelitian lain yaitu terdapat 87,5% siswa siswi yang mengalami prokrastinasi dimasa pembelajaran dimasa pandemi (Sudrajat, 2021).

Prokrastinasi sendiri mempunyai banyak faktor-faktor yang membuat siswa siswi melakukan prokrastinasi. Dari hasil *preliminary research* yang di dapatkan dari mini survei pada siswa siswi MAN 1 Magelang, terdapat 8 siswa dari hasil wawancara mereka menyatakan bahwa mereka sering menunda-nunda tugas dikarenakan kurang memahami materi, kelelahan, kurang percaya diri terhadap kemampuannya terhadap beberapa tugas, dan *mood* yang kurang baik yang membuat sering menunda-nunda tugas. Terdapat 30 siswa yang mengisi survei pertama yang disebarakan melalui grup *whatsapp* dan melalui japri *whatsapp*. Dari 30 siswa siswi yang merasa bahwa sering melakukan perilaku menunda-nunda tugas. Sedangkan pada survei kedua terdapat 74 siswa siswi yang sudah mengisi *google form* yang telah disebarakan. Dari 74 siswa siswi yang mengisi memberikan alasan

mereka melakukan perilaku prokrastinasi akademik dimasa pandemi diantaranya yaitu, merasa malas 48%, mempunyai kegiatan lain 4%, kurang memahami materi 22%, tugas banyak 19%, terkendala kuota 12%, tugas susah 11%, kurang motivasi 5%, sinyal yang kurang baik 4% dan lupa adanya tugas 4%. Dari beberapa alasan diatas dapat disimpulkan bahwa alasan terbanyak yang menjadi faktor siswa siswi melakukan prokrastinasi adalah malas, adanya kegiatan lain, dan kurang memahami materi. Dari beberapa alasan siswa siswi melakukan penundaan hal itu akan merugikan diri mereka sendiri.

Menurut (Ilyas & Suryadi, 2017) prokrastinasi adalah suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan kegiatan lain yang tidak begitu bermanfaat. Prokrastinasi diklasifikasikan menjadi dua yaitu prokrastinasi akademik dan non akademik. Prokrastinasi akademik adalah suatu kebiasaan dalam menunda mengerjakan tugas sampai waktu *deadline*, sedangkan prokrastinasi non akademik adalah penundaan yang dilakukan pada kegiatan sehari-hari seperti, tugas rumah serta tugas kantor (Ilyas & Suryadi, 2017).

Prokrastinasi adalah sebuah masalah serius yang membawa dampak bagi pelakunya. Dalam beberapa penelitian telah ditemukan beberapa dampak prokrastinasi baik dampak negatif dan dampak positif. Menurut Solomon dkk (Santika & Sawitri, 2016) menjelaskan bahwa dampak negatif prokrastinasi yaitu tugas tidak terselesaikan, terkadang ada beberapa tugas yang terselesaikan tetapi hasil yang didapatkan tidak maksimal dikarenakan dikejar oleh *deadline*, timbulnya rasa cemas yang berujung depresi, siswa kurang teliti, sulit konsentrasi, dan kepercayaan diri menjadi rendah. Sedangkan dampak positif prokrastinasi yaitu melindungi seseorang dari perasaan yang tidak menyenangkan. Prokrastinasi menyelamatkan seseorang dari sebuah rasa takut akan kegagalan. Seseorang lebih memilih untuk meninggalkan hal-hal yang membuat takut, dengan begitu membuat seseorang merasa muncul sebuah rasa aman, tetapi hal tersebut tidak berlangsung lama.

Berdasarkan hasil penelitian (Rusmaini & Rahayu, 2020) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor penentu prokrastinasi yaitu *yang pertama* adalah kondisi psikologis yang terdiri dari faktor stress, lupa, memiliki kecemasan, malas, rasa takut gagal, kemampuan intelegensi, *moody*, mudah menyerah, memandang tugas ada sesuatu yang berat, *perfeksionis*, tidak percaya pada kemampuan sendiri, tidak ada keinginan untuk berprestasi, dan motivasi belajar rendah. *Kedua* adalah kondisi fisik yang terdiri dari faktor kondisi badan tidak *fit*, lelah pulang sekolah. *Ketiga* adalah kondisi lingkungan yang terdiri dari faktor pergaulan teman sebaya, membantu orang tua, terpengaruh lingkungan, tidak ada hukuman (*Punishment*), bisa mencontek disekolah, pernah mendapatkan *reinforcement*, kurangnya pengawasan dari pihak sekolah. *Keempat* adalah karakteristik tugas yang terdiri dari faktor tidak mengerti, tidak tahu harus mengerjakan tugas darimana, pernah trauma dengan tugas tertentu. *Kelima* adalah management waktu yang terdiri dari faktor pengelolaan waktu yang kurang baik, suka bermain gadget, suka menonton, dan management waktu yang kurang baik. *Keenam* adalah fasilitas belajar yang terdiri dari faktor kurang referensi dari tugas yang diberikan dan kurang tersediannya sarana prasarana.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh (Nafeesa, 2018) menyatakan bahwa faktor prokrastinasi siswa yaitu mengenai *time disorganization*, keadaan fisik, kondisi psikologis, *anxiety*, dukungan sosial, gaya pengasuhan orang tua, *hostility with other* dan kondisi lingkungan. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Ferlia (2019) menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan prokratsinasi yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu kondisi fisik dan kondisi psikis. Sedangkan Faktor Eksternal yaitu gaya pengasuhan orang tua dan lingkungan.

Berdasarkan pemaparan di atas bahwa siswa siswi memiliki alasan yang berbeda-beda dalam melakukan prokrastinasi. Dari hasil wawancara terhadap beberapa siswa terdapat beberapa faktor prokrastinasi. Mengingat pentingnya mengetahui faktor prokrastinasi, maka penulis ingin mengetahui mengenai faktor-faktor penentu prokrastinasi di era pandemi di

MAN 1 Magelang. Karena perbedaan tersebut maka peneliti berminat untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Faktor Penentu Prokrastinasi Akademik Siswa Siswi MAN 1 Magelang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti mengajukan rumusan yang akan diungkap dari penelitian ini yaitu apa saja faktor-faktor penentu dalam prokrastinasi akademik siswa siswi kelas di MAN 1 Magelang.

## **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan yang telah dijabarkan dalam rumusan masalah di atas maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis dan mengeksplorasi faktor-faktor penentu prokrastinasi dimasa pandemi pada siswa siswi kelas XI di MAN 1 Magelang.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diyakini memiliki urgensi penelitian karena mengingat fenomena yang ada yaitu prokrastinasi dimasa pandemi *covid-19*.

Setiap peneliti tentulah ingin hasil penelitian yang bermanfaat bagi semua orang yang membacanya, termasuk penelitian ini. Manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini yaitu :

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Memperoleh penjelasan mengenai faktor-faktor penentu prokrastinasi dimasa pandemi
- b. Diharapkan hasil dari penelitian ini nantinya dapat memperkaya kajian teoritis mengenai faktor penentu prokrastinasi dimasa pandemi dibidang psikologi pendidikan secara khusus.

### **2. Manfaat Praktis**

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

- a. Subjek penelitian (Siswa Siswi)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi renungan bagi siswa siswi yang sedang mengalami prokrastinasi akademik,

sehingga mereka bisa berfikir ulang mengenai perilaku penundaan, dengan mengetahui penyebab mereka bisa meminimalisir penundaan tugas. Sedangkan siswa siswi yang belum mengalami prokrastinasi mereka bisa menghindari perilaku menunda-nunda dengan patokan pada faktor penentu prokrastinasi.

b. Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi serta wawasan bagi pihak sekolah mengenai faktor yang menentukan siswa siswi mengalami prokrastinasi. Dengan begitu, pihak sekolah dapat membantu para siswa siswi untuk meminimalisir perilaku menunda-nunda tugas.

c. Pihak guru

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi beserta wawasan bagi guru mengenai faktor penentu prokrastinasi dimasa pandemi. Dengan begitu pihak guru dapat membantu untuk meminimalisir terjadinya prokrastinasi pada siswa.

d. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu pijakan dan referensi penelitian selanjutnya yang juga mengkaji mengenai prokrastinasi akademik siswa siswi dan penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi dalam pengembangan teori mengenai faktor penentu prokrastinasi dimasa pandemi.

## **E. Keaslian Penelitian**

Sejauh pengetahuan peneliti judul yang diangkat dalam penelitian ini secara spesifik belum pernah diteliti, walaupun untuk tinjauan secara umum cukup banyak banyak yang melakukan penelitian dengan materi pembahasan yang sama.

Dalam penelitian yang dilakukan (Rusmaini & Rahayu, 2020) yang membahas mengenai analisis faktor penentu prokrastinasi dan

pengaruhnya terhadap prestasi belajar. Penelitian ini menggunakan **metode** *deskriptif asosiatif, Stratified Random Sampling* dalam pengambilan sampel. Adapun **subjek** pada penelitian ini adalah mahasiswa. **Tujuan penelitian** ini yaitu mengungkapkan faktor-faktor penentu prokrastinasi, faktor yang paling dominan sebagai faktor prokrastinasi dan pengaruh prokrastinasi akademik terhadap prestasi belajar. **Penelitian tersebut menghasilkan** bahwa ada beberapa faktor penentu prokrastinasi yaitu *yang pertama* adalah kondisi fisik. *Kedua* adalah kondisi fisik. *Ketiga* adalah kondisi lingkungan. *Keempat* adalah karakteristik tugas. *Kelima* adalah manajemen waktu. *Keenam* adalah fasilitas belajar yang terdiri dari faktor kurang referensi dari tugas yang diberikan dan kurang tersediannya sarana prasarana. Terdapat pengaruh signifikan dan negatif antara faktor penentu prokrastinasi akademik. **Perbedaan** penelitian Rusmini dan Rahayu dengan penelitian ini adalah penelitian ini menggunakan metode kualitatif, teknik pengambilan data menggunakan teknik wawancara dan penyebaran angket, subjek penelitian siswa MA, tempat penelitian pada sekolah, serta mengkaji mengenai analisis faktor penentu prokrastinasi di masa pandemi. Variabel yang diteliti berbeda dengan yang diteliti oleh penulis, yakni tidak membahas mengenai prestasi belajar. Dengan demikian penulis dalam penelitian ini ingin meneliti analisis faktor penentu prokrastinasi di masa pandemi.

Penelitian lain dilakukan oleh (Nafeesa, 2018) yang membahas mengenai faktor yang mempengaruhi prokrastinasi siswa yang menjadi anggota Osis. **Tujuan** penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa ketika menjadi anggota OSIS. Penelitian ini menggunakan **metode** pengambilan data dengan metode sampling. Metode analisis data yang digunakan penelitian dengan metode deskriptif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Adapun **subjek** pada penelitian ini adalah siswa yang menjadi anggota organisasi siswa intra sekolah. **Penelitian tersebut menghasilkan** bahwa faktor prokrastinasi siswa yaitu mengenai *time disorganization*, keadaan

fisik, kondisi psikologis, *anxiety*, dukungan sosial, gaya pengasuhan orang tua, *hostility with other* dan kondisi lingkungan. Sedangkan **perbedaannya** adalah penelitian ini menggunakan metode kualitatif, teknik pengambilan data menggunakan teknik wawancara dan penyebaran angket, subjek penelitian siswa MA berbeda pada penelitian yang dilaksanakan oleh Nafessa subjek yang diambil adalah siswa yang menjadi bagian dari osis, tempat penelitian pada sekolah, serta mengkaji mengenai analisis faktor penentu prokrastinasi di masa pandemi. **Persamaannya** membahas mengenai faktor prokrastinasi.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh (Herdini, 2019) yang membahas mengenai analisis faktor penyebab prokrastinasi siswa pada mata pelajaran ekonomi kelas X Ips di SMA Negeri 10 Pekanbaru. **Tujuan** penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi kelas X Ips SMA N 10 Pekanbaru. Adapun **subjek** pada penelitian ini adalah siswa kelas X IPS SMA N 10 Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan **penelitian** deskriptif kuantitatif. **Hasil** penelitian ini menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan prokratsinasi yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari fisik individu, kondisi psikologis individu, serta eksternal yaitu gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik paling dominan adalah faktor internal yaitu kondisi psikologis individu, sedangkan eksternal adalah gaya pengasuhan orang tua. **Perbedaan** penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan Ferlis adalah penelitian ini menggunakan metode kuanlitatif, teknik pengambilan data menggunakan teknik wawancara dan penyebaran angket, subjek penelitian siswa MA, tempat penelitian pada sekolah, serta mengkaji mengenai analisis faktor penentu prokrastinasi di masa pandemi. Pada penelitian penulis tidak mespesifikan terhadap beberapa mata pelajaran. **Persamaannya** membahas mengenai analisis faktor prokrastinasi.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh (Soegiyanto, Setiawan, Abdulazis, Dharmawan, & Parista, 2019) yang membahas mengenai

analisis faktor penyebab dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa atlet. **Tujuan** penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor penyebab mahasiswa atlet Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. **Subjek** pada penelitian ini adalah mahasiswa. Penelitian ini menggunakan **metode** kombinasi (*mixed method*) dengan rancangan *eksploratoris sekuensial*. Pengambilan data menggunakan *purposive random sampling* dan perolehan data menggunakan kuantitatif. Teknik analisis data kualitatif menggunakan model interaktif, sedangkan data kuantitatif menggunakan analisis item lisrel untuk megkonfirmasi faktor yang memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik. **Hasil** penelitian ini menunjukkan adanya 3 faktor yang menyebabkan prokrastinasi yaitu fisik, psikis, dan lingkungan. Faktor yang memiliki pengaruh paling tinggi adalah aspek psikis yaitu faktor internal pada diri mahasiswa. **Perbedaan** penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan Soegiyanto,dkk adalah penelitian ini menggunakan metode kualitatif, teknik pengambilan data menggunakan teknik wawancara dan penyebaran angket, subjek penelitian siswa MA, tempat penelitian pada sekolah, serta mengkaji mengenai analisis faktor penentu prokrastinasi di masa pandemi.

Dilihat dari ringkasan penelitian terdahulu tersebut, dapat disimpulkan bahwa perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya adalah subjek penelitian, tempat penelitian, teknik pengambilan data yang menggunakan teknik wawancara dan penyebaran angket, serta mengkaji menganalisis faktor penentu prokrastinasi di masa pandemi yang dilakukan oleh siswa siswi MAN 1 Magelang. Meskipun penelitian sudah banyak dilakukan oleh peneliti terdahulu, namun tetap memiliki perbedaan dan ciri khas masing-masing yang terdapat pada isi penelitian tersebut.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Prokrastinasi Akademik

##### 1. Pengertian Prokrastinasi

Istilah prokrastinasi berasal dari baha latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti mendorong maju dan akhirnya “*cratius*” yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan yaitu “menangguhkan” atau “menunda sampai hari selanjutnya”. Prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas (Ghufron & S, 2012).

Millgram mengatakan bahwa prokrastinasi adalah sebuah perilaku spesifik yang mencakup (1) sebuah tindakan yang berkaitan dengan unsur penundaan, baik untuk memulai atau menyelesaikan tugas atau aktivitas; (2) menghasilkan suatu hasil, yaitu salah satunya adalah keterlambatan tugas atau kegagalan dalam mengerjakan tugas; (3) berkaitan dengan tugas yang dianggap suatu keharusan atau penting untuk dilakukan; (4) meningkatkan keadaan emosi yang tidak menyenangkan, salah satunya adalah perasaan cemas, marah, panik, dll. (Ghufron & S, 2012).

Steel (Ilyas & Suryadi, 2017) mengatakan prokrastinasi adalah sebuah penundaan yang disengaja yang dilakukan oleh individu, meskipun individu tmengetahui bahwa penundaan dapat memiliki konsekuensi kurang baik untuk hari ini dan di masa depan. Prokrastinasi adalah sebuah penundaan yang disengaja dan berulang, pelaku prokrastinasi lebih memprioritaskan kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan tugas. Seorang pelaku prokrasinasi seringkali merasa memiliki rasa takut akan kegagalan, tidak menyukai tugas yang diberikan, dan mengalami kesulitan membuat keputusan.

Ellis dan Knaus (Rachman, 2022) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu kebiasaan menunda-nunda yang kurang bermanfaat. Prokrastinasi adalah sebuah bentuk penundaan yang dimana individu lebih melakukan kegiatan lain tanpa tujuan atau manfaat. Menurut (Wulandari, Fatimah, & Suherman, 2021) prokrastinasi adalah suatu kebiasaan yang dibentuk oleh individu yang membuat perilaku individu menjadi malas sehingga menyebabkan individu lebih sering menunda-nunda dan lebih memilih untuk melakukan aktivitas. Menurut (Candra, Wibowo, & Setyowani, 2014) prokrastinasi adalah sebuah cara seseorang untuk mengantisipasi suatu tugas yang dianggap kurang diinginkan dan lebih mudah untuk diselesaikan. Prokrastinasi akademik adalah ketidakmampuan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu atau keterlambatan dalam menyelesaikan tugas sampai saat-saat terakhir.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah penundaan yang disengaja dan lebih memilih melakukan aktivitas lainnya daripada menyelesaikan tugas.

## 2. Aspek-aspek Prokrastinasi

Menurut (Mustakim, 2015) menjelaskan bahwa aspek-aspek prokrastinasi akademik terdiri dari 4 hal antara lain:

- a. *Perceived time*. Seiring berjalannya waktu, seseorang yang melakukan penundaan adalah orang yang sudah melewati batas waktu. Seseorang akan lebih fokus pada masa kini dan tidak memikirkan masa depan. *Prokrastinator* mengetahui bahwa tugas yang ada harus segera diselesaikan, tetapi lebih suka menunda-nunda. Akibatnya, individu gagal memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk melakukan tugas tersebut.
- b. *Intention-action*. Kesenjangan antara keinginan dan tindakan. Perbedaan antara keinginan dan tindakan mengarah pada hasil akhir bahwa seseorang gagal mengerjakan pekerjaan rumahnya meskipun terkadang seseorang berkeinginan untuk menyelesaikannya. Hal ini melibatkan perbedaan waktu antara kinerja yang telah direncanakan dan aktual. Para *prokrastinator* merasa sulit untuk menyelesaikan sesuatu tepat waktu. Seorang *prokrastinator* mungkin telah merencanakan untuk memulai tugas pada waktu yang dijadwalkan, tetapi ketika tiba waktunya, seorang *prokrastinator* juga gagal untuk melakukan sesuatu sesuai dengan rencana mereka, yang mengarah pada penyelesaian pekerjaan rumah tertunda atau bahkan gagal.
- c. *Emotional distress*. Seseorang akan mengalami sebuah kecemasan ketika menunda-nunda. Ketika seseorang menunda-nunda, mereka mengungkapkan perasaan tidak nyaman. Salah satu akibat negatifnya yaitu menimbulkan sebuah kecemasan pada orang yang suka menunda-nunda. Mula-mula seseorang akan merasa tenang karena merasa masih banyak waktu tanpa merasa gelisah, pada akhirnya waktu yang hampir habis membuat seseorang gelisah karena belum menyelesaikan tugasnya.

- d. *Perceived ability*. Kemampuan untuk merasakan atau percaya pada kemampuan yang telah dimiliki oleh diri sendiri. Sementara penundaan tidak ada hubungannya dengan kemampuan kognitif seseorang, keraguan tentang kemampuan mereka dapat menyebabkan seseorang untuk melakukan penundaan. Hal ini ditambah dengan adanya sebuah kegagalan yang pernah dialami yang menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sendiri karena tidak kompeten. Untuk menghindari perasaan tersebut, seseorang akan menghindari tugas sekolah karena takut dan takut gagal.

Berdasarkan aspek-aspek tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa aspek-aspek prokrastinasi tersebut mempunyai hubungan yang erat dengan individu. Seseorang *procrastinator* sering gagal memperkirakan waktu yang dibutuhkan untuk melakukan tugas, sering merasa sulit menyelesaikan sesuatu tepat waktu, gagal melakukan sesuatu sesuai rencana, terkadang *procrastinator* merasa tenag karena masih banyak waktu untuk menyelesaikan tugasnya, tetapi pada akhirnya akan merasa gelisah karena waktu hampir habis, dan yang terakhir keraguan terhadap kemampuan yang dimiliki dan kegagalan yang pernah dialami membuat *procrastinator* menyalahkan dirinya yang membuat *procrastinator* menghindari untuk menyelesaikan tugas.

### **3. Dampak Prokrastinasi**

Menurut (Nafeesa, 2018) Prokrastinasi berdampak pada terbelakainya dan tidak tuntasnya tugas sekolah yang dapat mengakibatkan kegagalan atau menghalangi siswa untuk meraih kesuksesan. Menurut (Ursia, Siaputra, & Sutanto, 2013) prokrastinasi akademik berdampak negatif bagi siswa, yaitu banyaknya waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang bermanfaat. Solomon dkk (Santika & Sawitri, 2016) menjelaskan bahwa efek negatif dari prokrastinasi adalah tidak terselesikannya tugas, tugas terkadang terselesaikan tetapi hasil yang dicapai kurang optimal karena dikejar *deadline*, dan kecemasan yang berujung pada depresi, seseorang kurang teliti, sulit berkonsentrasi, dan rasa percaya diri yang rendah. Sedangkan efek positif dari menunda-nunda adalah melindungi seseorang dari ketidaknyamanan.

#### 4. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferarri (Ghufron & S, 2012) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu. Berikut ini adalah keterangannya :

##### a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan

Seseorang menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas. Seorang *procrastinator* mengetahui bahwa ada tugas yang harus segera diselesaikan, tetapi lebih memilih menundanya. Hal ini didukung oleh penelitian (Wulan & Abdullah, 2014) bahwa terdapat subjek ke-1 yang terdaftar menjadi mahasiswa tahun 2004 yang mengambil mata kuliah skripsi semester XIV, pengerjaan skripsi berjalan lima semester dan subjek ke-2 yang terdaftar menjadi mahasiswa tahun 2007, mengambil mata kuliah skripsi semester VII, pengerjaan berjalan enam semester. Subjek ke-3 terdaftar menjadi mahasiswa tahun 2008, mengambil mata kuliah skripsi semester VIII, pengerjaan skripsi berjalan tiga semester. Hal ini didukung oleh penelitian (Safitri, Purnamasari, & Wakhyudin, 2020) menyatakan bahwa terdapat 71% siswa melakukan penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas.

##### b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Seorang *procrastinator* membutuhkan waktu lebih lama daripada orang lain untuk menyelesaikan sesuatu secara umum. *Procrastinator* menghabiskan terlalu banyak waktu untuk mempersiapkan dan melakukan hal-hal yang tidak diperlukan untuk menyelesaikan tugas. Hal ini didukung oleh penelitian (Wulan & Abdullah, 2014), subjek ke-1 mengerjakan bab I selama lima bulan bab II selama satu semester; subjek ke-2 mengerjakan bab I sembilan bulan, bab II selama tiga bulan, bab III selama tiga bulan setengah; subjek ke-3 mengerjakan bab I selama tiga semester. Hal ini didukung oleh penelitian (Safitri et al., 2020) hasil penelitian ini menyatakan bahwa sering menunda-nunda tugas dikarenakan lebih senang bermain dan beralasan tidak paham dengan soal yang diberikan.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja *actual*

Seseorang yang suka menunda-nunda tugas mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas sesuai jadwal yang telah ditentukan. Seorang yang suka menunda-nunda seringkali terlambat dalam menetapkan batas waktu, baik yang ditetapkan oleh orang lain maupun dirinya sendiri. Hal ini didukung oleh penelitian (Wulan & Abdullah, 2014) Subjek ke-1 dan ke-2 mempunyai alasan bahwa mereka tidak mempunyai rencana pengerjaan skripsi pada setiap babnya, sedangkan ke-3 mempunyai jawaban bahwa ia mempunyai rencana pengerjaan skripsi setiap babnya, rencana jangka pendek subjek tersebut yaitu seperti bertanda kepada dosen pembimbing akademik dan dosen pembimbing skripsi dan mencari referensi yang diperlukan. Hal ini didukung oleh penelitian (Safitri et al., 2020) menyatakan bahwa banyak siswa yang masih banyak menunda-nunda tugas secara sengaja dikarenakan siswa tidak bisa membagi waktu untuk belajar dan bermain sehingga terjadi kesenjangan.

d. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Seorang *procrastinator* lebih cenderung melakukan kegiatan yang menyenangkan daripada mengerjakan tugas. *Procrastinator* dengan sengaja tidak mengerjakan tugas tetapi menggunakan waktu yang seharusnya untuk mengerjakan, ia gunakan waktu tersebut untuk melakukan kegiatan lain. Hal ini didukung oleh penelitian (Wulan & Abdullah, 2014) yaitu subjek ke-1 menyukai *game online* dan bermain bersama teman-teman. Subjek ke-2 dan e-3 menyukai bekerja. Hal ini didukung oleh penelitian (Safitri et al., 2020) menyatakan bahwa banyak siswa yang melakukan penundaan tugas dikarenakan mereka biasanya bermain game sampai akhirnya lupa waktu dan tidak mengerjakan tugas.

## 5. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari (Ghufron & S, 2012) membagi prokrastinasi menjadi dua kategori yaitu :

- a. *Functional procrastination* adalah sebuah keterlambatan dalam melakukan suatu tugas dengan tujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat.
- b. *Disfunctional procrastination* adalah sebuah penundaan tanpa tujuan, yang membawa hasil yang tidak menguntungkan dan menciptakan banyak masalah. Penundaan adalah sesuatu yang tidak memiliki tujuan dan merugikan orang. Prokrastinasi *disfungsional* ini dibagi menjadi dua bentuk berdasarkan tujuan seseorang melakukan penundaan, yaitu yang pertama *decisional procrastination* adalah suatu penundaan dalam mengambil keputusan. Penundaan di sini adalah asumsi kognitif untuk menunda memulai sesuatu dalam menghadapi situasi stres. Prokrastinasi adalah bentuk koping yang digunakan untuk mengakomodasi pengambilan keputusan dalam situasi stres yang dirasakan. Penundaan ini terjadi karena ketidakmampuan untuk mendefinisikan tugas, yang menciptakan konflik dalam diri seseorang sehingga seseorang akhirnya menunda apa yang dimaksudkan untuk menyelesaikan masalah. Penundaan tertentu telah dikaitkan dengan lupa dan kegagalan dalam pemrosesan kognitif, tetapi tidak ada hubungannya dengan tingkat kecerdasan seseorang. Yang kedua *avoidance procrastination* atau *behavioural procrastination* adalah sesuatu penundaan yang tampak. Penundaan dilakukan sebagai cara untuk menghindari tugas yang dimana dirasakan tidak menyenangkan dan sulit dikerjakan.

## 6. Faktor-faktor yang berpengaruh pada prokrastinasi akademik

Menurut (Ghufron & S, 2012) faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal yaitu :

### 1. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang terdapat dalam diri seseorang yang memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis seseorang.

#### 1) Kondisi fisik seseorang

Faktor intrinsik yang juga mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik adalah kondisi fisik dan masalah kesehatan pribadi, termasuk kelelahan. Orang yang lelah lebih cenderung menunda-nunda.

#### 2) Kondisi psikologis seseorang

Menurut Millgram, dkk. *Trait* kepribadian individu juga mempengaruhi terjadinya perilaku menunda-nunda, salah satunya sifat kemampuan sosial yang tercermin dalam regulasi diri dan tingkat kecemasan dalam hubungan sosial. Semakin tinggi motivasi seseorang, semakin negatif efek prokrastinasi terhadap prokrastinasi. Semakin tinggi motivasi intrinsik seseorang untuk suatu tugas, semakin rendah prokrastinasi dalam belajar. Seseorang cenderung menunda-nunda ketika mereka memiliki kontrol diri yang rendah.

### 2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang terdapat dari luar diri seseorang yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu berupa pengasuhan orang tua dan lingkungan yang kondusif.

#### 1) Gaya pengasuhan orang tua

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif

ayah akan menghasilkan individu yang tidak melakukan prokrastinasi. Ibu yang cenderung menghindari prokrastinasi memiliki anak yang juga cenderung prokrastinasi.

## 2) Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan yang kondusif prokrastinasi akademik lebih sering dilakukan dalam lingkungan dengan pengawasan rendah daripada di lingkungan dengan pengawasan tinggi. Grade atau tingkatan kelas, lokasi sekolah (kota atau kota) tidak berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi seseorang.

Menurut (Mustakim, 2015) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah:

- a. *Locus Of Control*, didefinisikan sebagai kemampuan untuk merancang, membimbing, mengatur, dan mengarahkan pola perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif.
- b. Faktor Dukungan Sosial, merupakan salah satu bentuk insentif yang didorong oleh lingkungan sosial dalam bentuk nasihat verbal atau non-verbal yang memberikan manfaat emosional atau dampak perilaku kepada individu sebagai makhluk sosial.
- c. Faktor Kepribadian, dapat didefinisikan sebagai suatu suatu jenis sifat yang ada pada seorang individu dan sangat menentukan perilakunya. Kepribadian siswa akan mempengaruhi persepsi dan keputusan untuk menunda atau tidak.
- d. Faktor *Perfectionisme*, merupakan salah satu aktualisasi diri ideal yang memiliki 3 aspek, yaitu pencarian keagungan neurotik, penuntut yang neurotik, dan kebanggaan neurotik, atau tidak menerima sesuatu yang belum sempurna.

Menurut (Rofiqah & Marlinda, 2018) terdapat faktor penyebab munculnya perilaku prokrastinasi akademik siswa teragi menjadi dua yaitu penyebab dari dalam diri dan dari luar diri, yaitu sebagai berikut:

## 1. Penyebab dari dalam diri

Adapun penyebab dalam diri yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi adalah :

### a) Tidak Konsentrasi

Saat disekolah, siswa terkadang tidak bisa berkonsentrasi saat guru menjelaskan, siswa merasa terganggu dengan teman yang suka bercerita. Ketika guru mengajukan pertanyaan, siswa terkadang tidak bisa menjawab karena tidak memahami materi.

### b) Susah membagi waktu

Ketidakmampuan siswa untuk membagi waktu mereka antara belajar dan bermain menyebabkan munculnya perilaku menunda-nunda tugas.

### c) Rasa Malas

Siswa terkadang merasa malas karena motivasinya untuk mengerjakan tugas sangat rendah, siswa terkadang memiliki sikap negatif terhadap suatu tugas karena memiliki persepsi yang buruk, terkadang hal ini karena harga diri yang membuat mereka malas untuk bekerja.

### d) Kelelahan

Ketika siswa sering bermain dengan teman terkadang membuat fisik mereka terasa lelah dan menimbulkan perasaan lesu, sehingga tugas yang seharusnya dikerjakan menjadi tertunda.

### e) Lupa

Lupa merupakan fenomena yang sering terjadi pada setiap orang, tidak hanya siswa, terkadang guru, orang tua, dosen merasa pelupa.

### f) Kurang Paham Materi

Siswa terkadang merasa kurang memahami mata pelajaran seperti IPA, MTK, dan Bahasa Inggris. Ketika siswa merasa tidak memahami materi, mereka tidak berani untuk bertanya.

## 2. Penyebab dari Luar Diri

Selain penyebab dari dalam diri siswa siswi terkadang juga mempunyai penyebab dari luar diri yaitu :

### a) Perceraian Orang Tua

Siswa terkadang merasa seperti berada dalam situasi di mana orang tua mereka berpisah. Pada akhirnya, perasaan sedih membuat siswa tidak bisa belajar dan menunda menyelesaikan tugas.

b) *Labelling* “Suka Tunda Tugas”

Ketika siswa siswi sering melakukan prokrastinasi dan tidak mempunyai efek jera, maka terkadang siswa siswi dikenal disekolah dengan sebutan “suka menunda tugas”.

Menurut (Rusmaini & Rahayu, 2020) bahwa faktor-faktor penentu prokrastinasi adalah *kondisi psikologis* seperti stres, kemalasan, takut gagal, *perfeksionisme*, mudah menyerah, pelupa, melihat tugas sebagai beban, ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri sendiri, motivasi belajar yang rendah, kecemasan, kemampuan intelegensi, moody, tidak ada keinginan untuk unggul. *Kondisi fisik* seperti keadaan kesehatan yang tidak fit dan lelah pada saat pulang sekolah. *Kondisi lingkungan* seperti bersosialisasi dengan teman, membantu orang tua, pengaruh lingkungan, tidak ada hukuman, kemungkinan menyontek di sekolah, pernah mendapatkan reinforcement atas perilaku tersebut, kurangnya pengawasan dekat dengan sekolah. *Karakteristik tugas* seperti seseorang yang tidak tahu dari mana harus melakukan tugas, pernah trauma oleh tugas-tugas tertentu. *Manajemen waktu* seperti asyik menonton, waktu pengumpulan masih lama dan manajemen waktu buruk. Sarana pembelajaran masih kurang dalam hal sarana, prasarana dan kurangnya referensi tugas yang diberikan.

Menurut Rizki (Nafeesa, 2018) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi dapat dikategorikan menjadi tiga macam. Faktor tersebut adalah :

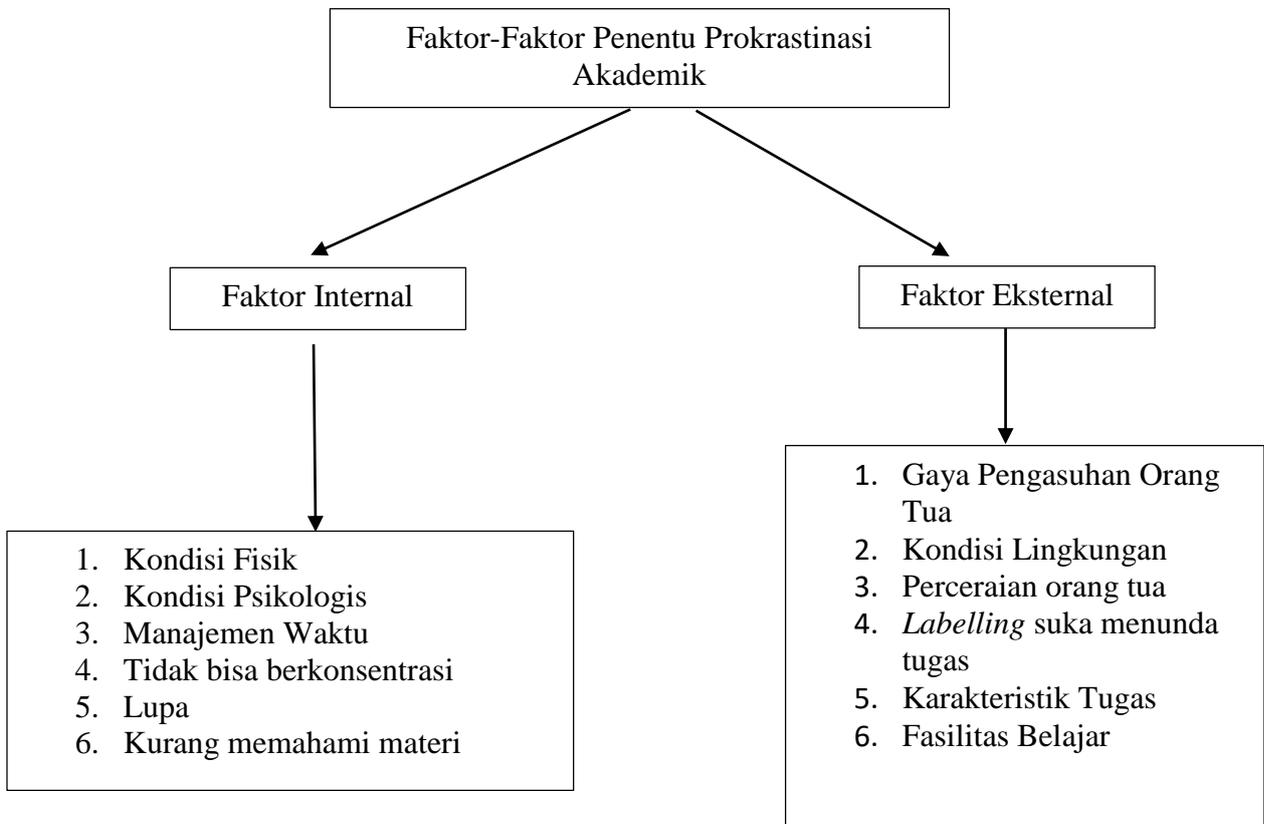
- a. Karakteristik tugas yang dipersepsikan sebagai tugas yang menarik atau membosankan dapat mempengaruhi keterlambatan

penyelesaian tugas. Karakteristik tugas yang membosankan akan menyebabkan seseorang menunda-nunda tugas.

- b. Faktor kepribadian yang suka menunda-nunda. Orang dengan kepercayaan diri rendah lebih cenderung menunda-nunda.
- c. Pengaruh faktor situasional, atau faktor lingkungan atau gangguan yang dapat menyebabkan seseorang menunda-nunda tugas.

Dari beberapa pendapat tokoh mengenai faktor-faktor prokrastinasi diatas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi tidak hanya di pengaruhi oleh faktor internal dan eksternal saja. Dari banyak faktor yang sudah dijelaskan diatas, peneliti menarik kesimpulan bahwa prokrastinasi dapat disebabkan oleh berbagai macam sebab, antara lain : kelelahan, *trait* atau kepribadian seseorang, gaya pengasuhan, lingkungan, dukungan sosial, *locus of control*, *perfectionism*, tidak berkonsentrasi, susah membagi waktu, rasa malas, kelelahan. Lupa, kurang memahami materi, perceraian orang tua, *labelling* mengenai suka menunda tugas, merasa lelah, asyik bermain *handphone*, asyik menonton, membantu orang tua, senang bermain, tidak menyukai pelajaran, mengerjakan pekerjaan rumah, *moody*, waktu pengumpulan masih lama, minimnya bahan ajar yang tersedia, lebih mengutamakan aktivitas diluar, kurang menariknya tugas, padatnya aktivitas, kondisi kesehatan kurang *fit*, sarana prasarana kurang memadai, bingung untuk memulai pekerjaannya, manajemen waktu yang buruk, memiliki kecemasan, stress, tidak senang dengan guru mata pelajaran dan rasa takut gagal.

## Kerangka Berfikir



**Bagan 1. Kerangka Berfikir**

Kebijakan yang dikeluarkan oleh Pemerintah untuk belajar secara *online* untuk mencegah penularan virus covid-19 memberikan dampak dalam bidang pendidikan terutama pada anak sekolah SMA yaitu salah satunya terjadi peningkatan prokrastinasi dimasa pandemi, hal itu diperkuat oleh penelitian (Sudrajat, 2021) bahwa terdapat 87,5% terjadi peningkatan prokrastinasi. Prokrastinasi adalah penundaan yang disengaja dan lebih memilih melakukan aktivitas lainnya daripada menyelesaikan tugas. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap beberapa siswa dan guru. Hal tersebut terbukti bahwa terjadi peningkatan prokrastinasi akademik siswa, yang mana siswa yang mengumpulkan tugas hanya 10% siswa disetiap kelasnya. Siswa siswi memiliki perilaku menunda-nunda tugas yang diberikan oleh guru mempunyai beberapa

alasan yaitu kurang memahami materi, merasa malas atau kurang bersemangat, dan melakukan kegiatan lain.

Perkembangan prokrastinasi akademik siswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, sehingga tingkat prokrastinasi yang dimiliki oleh setiap siswa siswi berbeda-beda. Hal tersebut dapat terjadi pada siswa siswi karena beberapa faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi prokrastinasi adalah kondisi fisik adalah salah satu faktor yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi yaitu keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu salah satunya kelelahan atau *fatigue* (Ghufron & S, 2012). Sedangkan kondisi psikologis, menurut Millgram *trait* kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi (Ghufron & S, 2012). Selain itu tidak bisa berkonsentrasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi. Saat disekolah terkadang siswa tidak bisa berkonsentrasi saat guru menjelaskan, karena merasa terganggu saat ada siswa lain yang mengajak berbicara.

Lupa merupakan faktor internal yang mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi, terkadang seseorang menyatakan lupa merupakan faktor ia melakukan prokrastinasi dikarenakan banyaknya tugas. Kurang memahami materi merupakan faktor munculnya perilaku prokrastinasi yaitu ketika siswa siswi tidak memahami materi mereka merasa malu untuk bertanya, kurang memahami materi terkadang siswa siswi menjadikan alasan sering menunda-nunda tugas dan selanjutnya adalah manajemen waktu yang menjadikan munculnya prokrastinasi, terkadang siswa siswi banyak yang belum bisa membagi waktu antar belajar dan bermain atau melakukan aktivitas lain (Rofiqah & Marlinda, 2018).

Faktor eksternal yaitu gaya pengasuhan orang tua merupakan salah satu faktor munculnya prokrastinasi, menurut penelitian Ferrari dan olievete pengasuhan otoriter ayah akan menyebabkan munculnya kecenderungan prokrastinasi dan kondisi lingkungan yang liniet prokrastinasi lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah pengawasan (Ghufron & S, 2012).

Setelah itu perceraian orang tua menjadi salah satu faktor munculnya perilaku prokrastinasi yang dimana korban perceraian orang tua merasa sedih dengan hal itu yang membuat siswa siswi tidak mau belajar dan memilih untuk menunda mengerjakan tugas dan selanjutnya *labelling* suka menunda tugas merupakan faktor munculnya perilaku prokrastinasi. Terkadang siswa siswi yang suka menunda tugas dan tidak memiliki efek jera, maka terkadang siswa siswi dikenal disekolah dengan sebutan “suka menunda tugas” dengan hal itu membuat siswa merasa dibullying yang membuat tidak mengerjakan atau menunda tugas (Rofiqah & Marlinda, 2018). Karakteristik tugas seperti tidak tahu harus mengerjakan tugas darimana, pernah trauma dengan tugas merupakan faktor yang menentukan seseorang melakukan perilaku prokrastinasi dan yang terakhir yaitu fasilitas belajar. Faktor yang menentukan seseorang melakukan prokrastinasi dari segi fasilitas belajar yaitu sarana dan prasarana yang kurang memadai dan kurang referensi dari tugas yang diberikan (Rusmaini & Rahayu, 2020)

Menyadari pentingnya mengetahui faktor penentu prokrastinasi, yang menjadikan penulis mengarahkan kerangka berfikirnya pada faktor penentu prokrastinasi. Sebagaimana penulis merancang penelitian ini untuk menganalisis faktor penentu prokrastinasi yang akan membantu untuk meminimalisir dan memberikan gambaran kepada siswa siswi dan pembaca mengenai faktor yang menjadikan munculnya prokrastinasi.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan Penelitian**

Berdasarkan jenis masalah yang akan diteliti dan tujuannya, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Metode penelitian kualitatif digunakan untuk memperoleh data yang kaya, informasi yang mendalam mengenai suatu isu atau masalah yang akan dipecahkan (Sugiyono, 2020). Alasan menggunakan metode kualitatif yaitu agar penelitian ini tidak bisa untuk memanipulasi setting penelitian (Sugiyono, 2020). Adapun masalah yang diambil dalam penelitian itu yaitu mengenai Analisis Faktor Penentu Prokrastinasi pada Masa Pandemi di MAN 1 Magelang.

Berdasarkan masalah yang akan diteliti, pendekatan ini tergolong dalam pendekatan penelitian studi kasus. Desain penelitian adalah rencana untuk menganalisis dan mengumpulkan bukti yang memungkinkan untuk peneliti untuk menjawab pertanyaan yang akan diajukan. Studi kasus atau *case studies* merupakan salah satu jenis penelitian kualitatif yang dimana peneliti melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap program, kejadian, proses, aktifitas, terhadap satu atau lebih orang (Sugiyono, 2020).

#### **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember. Tempat penelitian ini adalah Madrasah Aliyah Negeri 1 Magelang. Tempat ini dipilih karena dari data yang didapatkan berdasarkan survei dan wawancara terdapat kasus siswa siswi kelas XI yang merasakan mempunyai permasalahan menunda-nunda tugas di era pandemi.

#### **C. Subjek Penelitian**

Selaras dengan tujuan penelitian ini dan sebagai batas kajian dalam penelitian ini subjek yang digunakan adalah siswa siswi Madrasah Aliyah Negeri 1 Magelang. Pemilihan subjek dalam penelitian ini menggunakan *cluster sampling*. *Cluster sampling* adalah teknik sampling

yang diterapkan ketika pada suatu populasi didapati kelompok-kelompok yang terlihat seragam namun secara internal tetap berlainan. Jumlah subjek penelitian adalah 8 siswa siswi dari Madrasah Aliyah Negeri 1 Magelang, yang dimana di kelas XI terdapat beberapa kelas antara lain kelas IPA, IPS, BAHASA dan AGAMA. Dari masing-masing kelas tersebut diambil 2 siswa secara acak yang pada akhirnya mendapatkan 8 siswa yaitu 2 siswa kelas IPA, 2 siswa kelas IPS, 2 siswa kelas BAHASA, dan 2 Siswa kelas AGAMA. Subjek yang dipilih dari MAN 1 Magelang ini dengan kriteria sebagai berikut:

1. Siswa siswi MAN 1 Magelang, meliputi siswa siswi yang minimal berumur 16-17 tahun
2. Mempunyai permasalahan mengenai prokrastinasi pada era pandemi, yang diperoleh dari hasil wawancara siswa
3. Siswa siswi kelas XI MAN 1 Magelang
4. Bersedia menjadi subjek penelitian yang dibuktikan dengan kesetujuan mengisi surat kesediaan menjadi partisipan penelitian (*informed consent*)

Subjek siswa siswi dipilih karena siswa siswi yang merasakan mempunyai perilaku prokrastinasi pada era pandemi. Pemilihan lokasi penelitian di MAN 1 Magelang karena berdasarkan survei *online* yang telah dilakukan kepada siswa siswi MAN 1 Magelang didapatkan hasil bahwa 74 siswa responden menyatakan bahwa siswa siswi merasakan mempunyai perilaku prokrastinasi di era pandemi.

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan (Sugiyono, 2020). Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu menggunakan wawancara yang di mana wawancara ini dilakukan oleh 8 siswa; wawancara teman terdekat siswa; wawancara guru yang mengampu

kelas XI, angket terbuka; dan teknik pengumpulan data dengan dokumen. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian sebagai berikut:

## **1. Wawancara**

Wawancara ini dilakukan sebagai teknik pengumpulan data untuk menemukan sebuah permasalahan yang akan diteliti, dan untuk mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam melalui orang terdekat. Menurut Esterberg terdapat tiga wawancara yaitu wawancara terstruktur; wawancara semiterstruktur; dan tidak terstruktur. Wawancara yang digunakan adalah wawancara semi-terstruktur (Paramita & Kristiana, 2018). Proses wawancara ini dilakukan secara langsung atau tatap muka.

### **a. Pengertian**

Menurut (Rosaliza, 2015) wawancara adalah suatu kaedah mengumpulkan data untuk mendapatkan informasi yang berhubungan dengan fakta, kepercayaan, perasaan, keinginan dan sebagainya yang diperlukan untuk memenuhi tujuan penelitian.

### **b. Tujuan Wawancara**

Menurut (Rosaliza, 2015) tujuan wawancara adalah untuk mendapatkan informais yang akan dianggap sebagai data dan data-data ini diperlukan untuk membuat suatu rumusan sebaik mungkin untuk mencapai tujuan penelitian.

### **c. Manfaat Wawancara**

Menurut (Paramita & Kristiana, 2018) manfaat wawancara yaitu sebagai berikut:

- 1) Mendapatkan informasi yang tepat sasaran dari populais kecil
- 2) Subjek lebih suka diwawancarai daripada menulis jawaban pada kuesioner
- 3) Teknik ini lebih tepat digunakan terhadap subjek yang tidak mengembalikan daftar pertanyaan atau kuesioner

- 4) Aspek yang terpenting dalam wawancara adalah *probing yeh question*, menyesuaikan pertanyaan seterusnya tergantung dari jawaban subjek
  - 5) Dapat diketahui langsung jenis subjek dan reaksi subjek terhadap pertanyaan yang diajukan
  - 6) Suasana wawancara khususnya ketika subjek menjawab pertanyaan
  - 7) Peneliti juga dapat memahami apakah subjek memahami pertanyaan yang diajukan
  - 8) Hubungan yang baik dapat mengurangi kecurigaan subjek terhadap informasi yang akan diberikan kepada peneliti, dengan hubungan yang baik dapat mendorong subjek memberikan jawaban tepat dan yakin
  - 9) Peneliti dapat memperhatikan apabila ada keraguan subjek dalam menjawab. Peneliti dapat memperoleh keterangan lebih lanjut dan mendalam terhadap jawaban dari subjek
- d. Langkah Wawancara

Menurut (Nina Siti, 2002) menyatakan langkah wawancara sebagai berikut:

- a) Sebelum wawancara:
  1. Penentuan metode sampling yang akan ditempuh
  2. Penentuan kriteria subjek
  3. Menetapkan cara mencari ganti responden yang berhalangan
  4. Telah menyusun kuesioner atau pedoman wawancara dengan Bahasa yang tepat dan jelas
- b) Persiapan wawancara:
  1. Tentukan tempat yang nyaman, hindari kebisingan sehingga responden nyaman
  2. Jelaskan kepada responden tujuan wawancara
  3. Jaminan kerahasiaan informasi
  4. Jelaskan format wawancara
  5. Informasikan waktu yang diperlukan
  6. Menginformasikan bagaimana cara menghubungi pewawancara lebih lanjut

7. Berikan waktu kepada responden untuk bertanya sebelum wawancara berlangsung meminta izin untukn merekam hasil wawancara atau orang yang akan mencatat selama wawancara berlangsung
- e. Panduan Pertanyaan Wawancara Siswa

**Tabel 3. 1 Daftar Pertanyaan Wawancara Kepada Subjek**

No	Aspek	Pertanyaan
1.		Bagaimana respon anda saat mendapatkan tugas?
2.		Bagaimana respon selanjutnya saat ada tugas lagi pada jam pembelajaran selanjutnya? Apakah masih <i>exited</i> atau tidak suka.
3.		Sebutkan apa saja kendala atau permasalahan yang sering terjadi saat anda ingin memulai mengerjakan tugas.
4.	<i>Perceived time</i>	Menurut anda apakah tugas yang banyak membuat anda malas untuk mengerjakan? Apabila iya bagaimana cara menghilangkan rasa mala situ, apabila tidak bagaimana caranya agar tidak malas saat mendapatkan tugas.
5.		Apa saja kegiatan yang dilakukan sebelum mengerjakan tugas.
6.		Apa saja kegiatan yang dilakukan setelah mengerjakan tugas.
7.		Bagaimana sika panda ketika dihadapkan dengan deadline tugas sekolah
8.		Apakah anda telah membuat perencanaan jadwal disetiap ingin menyelesaikan tugas? Apabila iya apakah anda menyelesaikan tugas sesuai rencana? Apabila tidak bagaimana cara anda mengerjakan tugas tanpa merencanakan teelebih dahulu?
9.		Apa saja yang menjadi penyebab anda tidak mengerjakan tugas sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan?

10.	<i>Intention Action</i>	Bagaimana perilaku anda setiap membuat perencanaan mengenai tugas, apakah bisa menyelesaikan tugas tepat waktu atau gagal menyelesaikan.
11.		Menurut anda apa saja penyebab seseorang kesulitan atau gagal memenuhi jadwal yang telah dibuat
12.		Saat mengerjakan tugas apakah anda sering dikejar-kejar waktu, karena tidak mengikuti atau tidak membuat jadwal dalam mengerjakan tugas
13.	<i>Emotional distress</i>	Apa saja yang anda rasakan ketika anda melakukan penundaan tugas
14.		Bagaimana keyakinan anda terhadap diri anda untuk menyelesaikan tugas
15.		Menurut anda apakah kegagalan dalam menyelesaikan tugas merupakan penyebab penundaan dalam mengerjakan tugas
16.	<i>Perceived ability</i>	Menurut anda apakah kurang percaya diri dalam mengerjakan tugas merupakan penyebab? Berikan alasannya.
17.		Selain keraguan dalam mengerjakan tugas apakah ada hal lain yang membuat seseorang tidak mengerjakan tugas

f. Panduan Pertanyaan Wawancara Guru

**Tabel 3. 2 Daftar Pertanyaan Wawancara Kepada Guru**

No	Aspek	Pertanyaan
1.	<i>Perceived Time</i>	Pada saat guru menentukan jadwal pengumpulan tugas, apakah banyak siswa yang melebihi batas pengumpulan sesuai jadwal pengumpulan?
2.		Menurut Bapak / Ibu apa saja faktor yang menentukan siswa sering menunda tugas
3.	<i>Intention Action</i>	Menurut Bapak / Ibu hal apa saja yang membuat siswa tidak

4.	<i>Emotional Distress</i>	menepati jadwal yang telah dibuat untuk mengerjakan tugas Menurut Bapak / Ibu ketika ada siswa siswi yang menunda tugas bagaimana respon atau sikap yang ditunjukkan siswa saat didepan guru dan teman-teman sekitar
5.	<i>Perceived Ability</i>	Menurut Bapak / Ibu apakah keraguan tentang kemampuan yang dimiliki siswa merupakan faktor penentu siswa menunda tugas? Apakah ada faktor lain?
6.		Menurut Bapak / Ibu apakah kegagalan yang dimiliki siswa dalam mengerjakan tugas sebelumnya bisa menyebabkan siswa menunda-nunda tugas untuk kedepannya?

g. Panduan Wawancara Teman Subjek

**Tabel 3. 3 Daftar Pertanyaan Wawancara Kepada Teman Siswa**

No	Aspek	Pertanyaan
1.	<i>Perceived Time</i>	Menurut pengamatan anda apakah siswa tersebut sering menunda-nunda tugas
2.		Menurut anda apakah siswa tersebut banyak kegiatan dirumah atau diluar sekolah yang bisa mengganggu dalam mengerjakan tugas, apabila tidak apa hal yang membuat siswa tersebut sering menunda-nunda tugas
3.	<i>Intention Time</i>	Apakah siswa tersebut setiap ada tugas selalu membuat perencanaan?
4.	<i>Emotional Distress</i>	Menurut pengamatan anda bagaimana respon siswa tersebut ketika mendapatkan tugas
5.	<i>Perceived Ability</i>	Menurut anda apakah siswa tersebut sering merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas
6.		Menurut anda apa yang menjadi penyebab siswa tersebut sering menunda-nunda tugas

## 2. Angket Terbuka

Menurut (Afriansyah, 2016) anget terbuka adalah angket yang disajikan dalam bentuk sederhana sehingga responden dapat memberikan isian sesuai kehendak dan kedaannya.

**Tabel 3. 4 Daftar Pertanyaan Angket Terbuka Kepada Subjek**

No	Aspek	Soal Angket	Jawaban
1.	<i>Perceived Time</i>	Ketika anda diberikan tugas, apakah anda akan langsung mengerjakannya? Atau menunda mengerjakannya? Atau akan mengerjakannya jika waktu pengumpulan sudah dekat?	
2.		Ketika guru menyuruh anda untuk membaca materi yang akan dipelajari pada pertemuan berikutnya, apakah anda akan langsung membacannya? Atau menunda untuk membaca? Atau akan membaca sebelum guru masuk kedalam kelas.	
3.		Apakah anda pernah menerapkan sistem kebut semalam (SKS)? Jika pernah apakah jarang, kadang-kadang atau selalu?	
4.		Ketika guru menyuruh anda untuk meringkas materi yang ada dibuku, apakah anda akan langsung menyalin materi tersebut? Atau menunggu teman untuk meringkas materi dan melihat catatan teman tersebut?	
5.	<i>Intention Time</i>	Apakah anda ketika mendapatkan tugas langkah awal yang diambil sebelum mengerjakan apa saja?	
6.		Apakah sebelum mengerjakan tugas apakah anda membuat perencanaan terlebih dahulu, apabila iya apakah perencanaan tersebut dapat tercapai?	
7.	<i>Emotional Distress</i>	Ceritakan bagaimana perasaan anda saat menunda tugas	
6.	<i>Perceived Ability</i>	Ketika guru memberikan tugas, apakah anda percaya terhadap kemampuan yang dimiliki anda?	

7. Menurut anda apakah sebuah kegagalan sebelumnya dalam mengerjakan tugas menjadikan siswa sering menunda-nunda tugas dan sebutkan faktor lain
- 

### 3. Teknik Pengumpulan Data dengan Dokumen

Dokumen adalah catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang (Sugiyono, 2020). Teknik pengumpulan data dokumen ini menggunakan dokumen foto. Studi dokumen ini digunakan untuk pelengkap dari penggunaan metode wawancara dan angket terbuka.

### E. Analisis Data Penelitian

Setelah data diperoleh, tahap selanjutnya adalah analisis data penelitian. Adapun langkah-langkah analisis data dalam penelitian ini mengacu pada Creswell (Sugiyono, 2020) sebagai berikut :

1. *Organizing and Preparing Data for Analysis* (Mengorganisasikan dan menyipakan data yang akan dianalisis).

Data mentah yang akan dianalisis, diorganisasikan berdasarkan tanggal pengumpulan data, sumber datanya (sumber data bisa pimpinan atau wakil pimpinan), jenis data (data hasil observasi, hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi), deskripsi data (uraian ringkas setiap data yang terkumpul), dan sifat data (sifat data rahasia dan tidak rahasia).

2. *Read or Look at All the Data* (Baca dan lihat seluruh data)

Peneliti harus membaca seluruh data yang terkumpul, supaya dapat mengetahui data apa saja yang diperoleh, sumber data dan maknanya. Peneliti harus mengetahui setiap informan menyampaikan informasi apa saja dan bandingkan dengan informan lainnya. Dengan memahami seluruh data maka peneliti akan memilih atau mereduksi mana data yang penting.

3. *Start Coding All of the Data* (Membuah coding seluruh data)

Koding adalah proses memberikan data terhadap data yang telah dikelompokkan. Kelompok data yang sejenis diberikan kode yang sama.

4. *Used Coding Process to Generate a Description* (Menggunakan Koding sebagai Bahan untuk Membuat Deskripsi)

Setelah melakukan coding, peneliti menghasilkan tema-tema atau kategorisasi data penelitian. Berdasarkan tema-tema yang dihasilkan tersebut, selanjutnya peneliti membuat deskripsi secara singkat dan sistematis sehingga tema yang ditemukan menjadi lebih jelas.

5. *Interrelating Theme* (Menghubungkan Antara Tema)

Setelah peneliti membuat kategori tema data yang disusun dalam tema-tema, maka langkah selanjutnya adalah mencari adakah hubungan antar tema satu dengan tema lainnya.

6. *Interpreting the Meaning of Theme* (Memberi Interpretasi dan Makna Tentang Tema)

Hasil mengkonstruksi hubungan antara tema atau kategori selanjutnya perlu diberikan interpretasi sehingga orang lain memahaminya.

## **F. Uji Keabsahan Data**

Untuk memperoleh data dan interpretasi data yang absah (valid) dan dapat dipertanggungjawabkan sebagai penelitian ilmiah maka perlu dilakukan uji keabsahan data. Adapun uji keabsahan data yang dapat dilaksanakan. Menurut (Sugiyono, 2020) terdapat empat uji keabsahan yaitu *credibility* (validitas internal), *transferability* (validitas eksternal), *dependability* (reliabilitas), dan *confirmability* (objektivitas). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan *credibility* (validitas internal) dalam menguji keabsahan data.

1. Uji Validitas

Menurut (Sugiyono, 2020) terdapat 6 cara pengujian kredibilitas data terhadap data hasil penelitian, yaitu :

- a) Perpanjangan pengamatan
- b) Peningkatan ketekunan
- c) Trianggulasi
- d) Menggunakan bahan referensi
- e) Analisis kasus negatif
- f) Member check

Berdasarkan keenam cara tersebut, peneliti hanya menggunakan dua acara yang sudah disesuaikan dengan tujuan penelitian, dua acara tersebut adalah sebagai berikut :

**Pertama** menggunakan triangulasi. Menurut (Sugiyono, 2020) triangulasi adalah suatu pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan berbagai waktu. Sugiyono menyatakan bahwa terdapat 3 triangulasi yaitu triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan data dan waktu. Dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber. Trianggulasi sumber yaitu, menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui berbagai sumber. Seperti kepada bawahan atau atasan.

**Kedua**, menggunakan bahan referensi. Menurut (Sugiyono, 2020) menggunakan bahan referensi disini adalah adanya pendukung untuk membuktikan data yang telah ditemukan oleh peneliti. Salah satu contohnya yaitu, data hasil wawancara perlu didukung dengan rekaman wawancara. Data tentang interaksi manusia, atau gambaran suatu keadaan perlu didukung oleh foto-foto.

## 2. Uji Reliabilitas

Setelah melakukan kevaliditasan data, langkah selanjutnya menentukan reliabilitas data. Uji Reliabilitas ini dilakukan dengan melakukan audit terhadap keseluruhan proses penelitian yang sudah dilakukan. Uji Reliabilitas ini menggunakan cara seperti audit atau

pembimbing untuk mengaudit keseluruhan aktivitas peneliti dalam melakukan penelitian, mengenai bagaimana peneliti menentukan masalah, memasuki lapangan, menentukan sumber data, melakukan analisis data, melakukan uji keabsahan data hingga membuat kesimpulan (Sugiyono, 2020)

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian yang telah peneliti paparkan pada bab sebelumnya, maka pada bab ini peneliti akan menarik kesimpulan bahwa faktor penentu prokrastinasi pada siswa siswi di MAN 1 Magelang, yaitu (1) Motivasi belajar, (2) Kontrol Diri, (3) Regulasi Diri, (4) *Self Efficacy*, (5) Regulasi Emosi, (6)Intelegensi, (7)Fisik, (8) Karakter Tugas, (9) Lingkungan, (10) Dukungan Sosial dan (11) Kecanduan Internet.

Adanya motivasi dan kontrol diri yang tinggi yang dimiliki siswa menjadikan siswa tidak melakukan prokrastinasi. Mempunyai regulasi diri dan emosi yang baik membuat siswa tidak menunda-nunda tugas. Tingginya *Self efficacy* membuat siswa tidak melakukan prokrastinasi. Intelegensi yang baik membuat siswa tidak melakukan prokrastinasi. Fisik, karakteristik tugas, dan kecanduan internet juga mempengaruhi prokrastinasi.

Penelitian ini telah menemukan faktor yang menentukan prokrastinasi, namun belum sempurna. Penelitian ini mempunyai hambatan dan keterbatasan. Hambatan dalam penelitian ini adalah kesulitan untuk mencari subjek laki-laki sehingga dalam penelitian ini 6 subjek diantaranya perempuan dan 2 diantaranya laki-laki. Keterbatasan pada penelitian ini adalah kurang terbukannya subjek sehingga informasi yang diperoleh tidak terlalu mendalam, penelitian ini hanya sampai mengeksplorasi faktor penentu prokrastinasi .

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan merujuk pada urgensi penelitian, maka dapat diuraikan beberapa saran untuk pihak yang terkait sebagai berikut:

##### 1. Bagi Universitas

Diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai salah satu referensi untuk kajian dibidang psikologi pendidikan.

## **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan mahasiswa dapat melakukan penelitian lebih lanjut terutama pada keterbatasan penelitian yaitu subjek berjenis kelamin laki-laki dan perlu melakukan penelitian lanjutan mengenai hubungan atau pengaruh faktor penentu prokrastinasi tersebut.

## **3. Pengelola MAN 1 Magelang**

Memberikan pelatihan regulasi emosi pada siswa agar emosi dapat berjalan stabil

## **4. Guru MAN 1 Magelang**

Guru Dapat memperbaiki teknik penyampaian materi, meliputi:

- a. Penjelasan materi secara rinci dan tidak terlalu tergesa-gesa
- b. Penggunaan bahasa yang sederhana

## **5. Siswa MAN 1 Magelang**

- a. Siswa perlu mengatur emosi
- b. Siswa perlu mengatur waktu untuk belajar
- c. Lebih pandai dalam memilih teman
- d. Saling memberikan dukungan antar teman

## **6. Siswa prokrastinasi**

Diharapkan apa yang terjadi dan membuat melakukan prokrastinasi dapat diambil pelajaran untuk menghindari faktor yang membuat prokrastinasi.

## **7. Bagi orang tua subjek**

Diharapkan dapat memberikan dukungan atau dorongan untuk belajar

## DAFTAR PUSTAKA

- Abas. (2021). Problematika Dunia Pendidikan pada Masa Pandemi Covid 19. Retrieved March 30, 2022, from <https://banten.kemenag.go.id/det-berita-problematika-dunia-pendidikan-pada-masa-pandemi-covid-19.html>
- Afniola, S., Ruslana, R., & Artika, W. (2020). Intelegensi Dan Bakat Pada Prestasi Siswa. *Al-Din: Jurnal Dakwah Dan Sosial Keagamaan*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.35673/ajdsk.v6i1.844>
- Afriansyah, M. F. (2016). Tingkat Kepuasan Member Fitness terhadap Pelayanan di Tempat Kebugaran Balai Kesehatan Olahraga dan Pisat Informasi Pencegahan Penyakit Metabolik (BKOR-PIPMM) Kabupaten Lumayajang. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 06(2), 1–8.
- aisyah nurcitta. (2022). Hubungan Self-Awareness Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir.
- Ali, S., & Hasanah, E. (2021). Kepemimpinan Kepala Sekolah dalam Menjamin Mutu Pendidikan Pada Masa Pandemi Covid-19 di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 7(1), 264–272. <https://doi.org/10.36312/jime.v7i1.1735>
- Candra, U., Wibowo, M. E., & Setyowani, N. (2014). Faktor – Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 3(3), 66–72.
- Chisan, F. K., & Jannah, M. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 1–10. Retrieved from <https://ejournal.unesa.ac.id>
- Diana Imawati, Meyritha Trifana Sari, R. P. (2021). Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XII Di SMA Negeri 11 Samarinda. *Ejurnal-Untang*, 9(1), 1–10.
- Erdianto, A. A., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA X. *Character: Jurnal*

*Penelitian Psikologi.*, 8(8), 32–43. Retrieved from  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41668>

- Fauziah, H. H. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123–132.  
<https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>
- Friskilia, O., & Winata, H. (2018). Regulasi Diri (Pengaturan Diri) Sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 3(1), 184.  
<https://doi.org/10.17509/jpm.v3i1.9454>
- Ghufron, M. N., & S, R. R. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Herdini, F. (2019). *Analisis Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa pada Mata Pelajaran Ekonomi Kelas X IPS SMA Negeri 10 Pekanbaru*. Universitas Islam Riau Pekanbaru.
- I, K. A., & Hadiwinarto, H. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X Ips Di Sma Negeri 2 Mukomuko. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 1–9.  
<https://doi.org/10.33369/consilia.v3i1.8288>
- Ilyas, M., & Suryadi. (2017). Perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMA Islam Terpadu. *Jurnal An- Nida'*, 41(1), 71–82.
- Irawan, A. N., & Widyastuti, W. (2021). The Relationship Between Emotion Regulation and Academic Procrastination in Students of Vocation High School. *Academia Open*, 6, 1–11.  
<https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.2538>
- Laily, F., & Candra, N. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Siswa yang Bermukim di Pesantren Madrasah Pendahuluan, 6, 89–100.
- Mukhid, A. (2018). SELF-EFFICACY (Perspektif Teori Kognitif Sosial dan

- Implikasinya terhadap Pendidikan). *Proceedings - 2018 IEEE 4th International Workshop on High-Performance Interconnection Networks in the Exascale and Big-Data Era, HiPINEB 2018, 2018-Janua*, 16–23.  
<https://doi.org/10.1109/HiPINEB.2018.00011>
- Mustakim. (2015). *Hubungan antara Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA 1 Medan*. Universitas Medan Area.
- Mustika, M. (2019). Hubungan Self Awareness dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung.
- Nafeesa, N. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial Dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)*, 4(1), 53. <https://doi.org/10.24114/antro.v4i1.9884>
- Nina Siti. (2002). Metode dan Teknik Wawancara. *Journal of Direktorat Pengembangan Kemahasiswaan*, 1–2.
- Nitami, M., Daharnis, D., & Yusri, Y. (2015). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Konselor*, 4(1), 1.  
<https://doi.org/10.24036/02015416449-0-00>
- Octaviani, P. N., & Qodariah, S. (2018). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA IT X Bandung. *Prosiding Psikologi*, 4(1), 89–94.
- Paramita, A., & Kristiana, L. (2018). Panduan FGD, *16*(2), 117–127.
- Rachman, N. S. (2022). *Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa pada Masa Pandemi di SMK Negeri Se-Kota Tarakan*. Universitas Borneo Ternate.
- Rofiqah, T., & Marlinda, L. (2018). Penyebab Munculnya Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa (Behavior of Student Academic Procrastination). *Jurnal Kopasta*, 5(2), 65–71.
- Rosaliza, M. (2015). Wawancara, Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Ilmu Budaya*. <https://doi.org/10.31849/jib.v11i2.1099>

- Rusmaini, Gunartin, Surasni, & Lubis, M. (2021). Mengatasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik. *Pekodimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 30–39. Retrieved from <http://openjournal.unpam.ac.id/index.php/Pekomas/article/view/9256>
- Rusmaini, R., & Rahayu, P. Y. (2020). Analisis Faktor-Faktor Penentu Prokrastinasi Akademik dan Pengaruhnya terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Prodi Pendidikan Ekonomi FKIP Univ. Pamulang). *Pekobis : Jurnal Pendidikan, Ekonomi, Dan Bisnis*, 4(2), 1. <https://doi.org/10.32493/pekobis.v4i2.p1-8.3944>
- Safitri, R., Purnamasari, V., & Wakhyudin, H. (2020). Dampak Game Online PUBG Terhadap Perilaku Prokrastinasi Siswa. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 4(1), 30. <https://doi.org/10.23887/ijnse.v4i1.29079>
- Santika, W. S., & Sawitri, D. R. (2016). Self-Regulated Learning Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Purwokerto. *Jurnal Empati*, 5(1), 44–49.
- SARASTI, C. A. (2015). Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik siswa sman 1 pariangan. *Ekp*, 13(3), 1576–1580.
- Soegiyanto, Setiawan, I., Abdulazis, M. F., Dharmawan, D. B., & Parista, S. V. (2019). Analisis Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Atlet. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 3, 106–116.
- Sophia, N. U. R. S. (2022). *Hubungan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada siswa sma negeri 1 kotabaru*.
- Sudrajat, I. (2021). *Studi Kasus Prokrastinasi Akademik dalam Pembelajaran Jarak Jauh di SMA Negeri 2 Tanggul Kabupaten Jember*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sundaroh, E., Sobari, T., & Irmayanti, R. (2020). Hubungan Motivasi Belajar Dan

- Prokrastinasi Pada Siswa Kelas Viii Smpn 2 Kadungora Kabupaten Garut. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3(5), 171.  
<https://doi.org/10.22460/fokus.v3i5.5641>
- Syaputra, F. (2021). PENGARUH KECANDUAN INTERNET TERHADAP PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS XI IPS PADA MATA PELAJARAN EKONOMI DI MADRASAH ALIYAH NEGERI 1 INDRAGIRI HILIR, 6.
- Triovano, K. A., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI. *Penelitian Psikologi*, 8(1), 201–211.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 17(1), 1–18.  
<https://doi.org/10.7454/mssh.v17i1.1798>
- Wibowo, H. A. (2016). Hubungan antara regulasi emosi dengan prokrastinasi akademik pada siswa sma naskah publikasi.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 147.  
<https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.341>
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. *Jurnal Sosio - Humaniora*, 5(1), 1–25. Retrieved from <file:///C:/Users/anggirahmas/Downloads/136-379-1-PB.pdf>
- Wulandari, I., Fatimah, S., & Suherman, M. M. (2021). Gambaran Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Kelas Xi Sman 1 Batujajar Dimasa Pandemi Covid-19. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(3), 200–212. Retrieved from <https://www.journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/7237>
- Zainuddin Atsani, L. G. M. (2020). Transformasi Media Pembelajaran pada Masa Pandemi Covid-19. *Al-Hikmah: Jurnal Studi Islam*, 1(1), 82–93. Retrieved

from

<http://ejournal.kopertais4.or.id/sasambo/index.php/alhikmah/article/view/390>

5