

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh oleh penulis selama melakukan penelitian pada mahasiswa semester 10 mengenai Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Psikologi Unira Dalam Menyelesaikan Skripsi, kemudian melakukan Analisa data yang sudah terkumpul dan menguraikannya dalam beberapa bab serta deskripsi, peneliti dapat memberikan kesimpulan sebagai akhir dari pembahasan ini, yaitu, Prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi yang terjadi pada mahasiswa semester 10 Universitas Islam Raden Rahmat Malang Program Studi Psikologi terjadi karena adanya perilaku penundaan secara berulang-ulang sehingga menimbulkan keterbiasaan, dalam penelitian ini diketahui penundaan tersebut mencakup penundaan terhadap tugas akademik berupa pengerjaan tugas akhir skripsi, yang mana pada umumnya tugas akhir tersebut dapat diselesaikan dalam kurun waktu 1 tahun atau 2 semester, namun pada kenyataannya beberapa mahasiswa memerlukan waktu lebih dalam penyelesaiannya, adapun faktor yang mempengaruhi pada data hasil penelitian antara lain sebagai berikut :

1. Buruknya pengelolaan waktu yang dialami oleh subjek dalam penelitian terjadi karena adanya keterbenturan waktu yang dimiliki oleh subjek yang mana rata-rata jam kerja yang dihabiskan kurang lebih selama 7 jam kerja, kemudian adanya kegiatan lain seperti kegiatan rumah tangga sampai literasi sosial non akademik atau organisasi. Banyak nya waktu yang terpakai untuk kegiatan tersebut menyebabkan subjek tidak

2. Memiliki waktu khusus dalam pengerjaan atau hanya sesempatnya saja. Selain itu anggapan ketidak tentuan *deadline* pada pengerjaan tugas skripsi juga menyebabkan subjek mendahulukan kegiatan lain yang dianggap *dealine* nya lebih awal atau harus segera dikerjakan.
3. Kesulitan berkonsentrasi yang dialami oleh subjek dalam penelitian ini disebabkan karena adanya *distract* atau pengalihan konsentrasi karena adanya suatu aktifitas lain yang harus dikerjakan, tidak dapat berkonsentrasi saat berada diruang ramai dan hanya bisa berkonsentrasi saat sedang sendiri sampai factor kelelahan fisik yang dialami oleh subjek. Factor ini tidak lain utama dipengaruhi oleh 2 tanggung jawab wajib yang harus dijalani yakni sebagai tenaga pekerja serta sebagai mahasiswa.
4. Kepercayaan irrasional yang muncul dalam pikiran masing – masing subjek dalam penelitian ini diketahui juga menjadi salah satu penyebab terjadinya keterlambatan penyelesaian skripsi, yang mana subjek merasa tidak yakin dengan apa yang sudah dikerjakan atau salah sehingga membutuhkan lebih banyak waktu untuk mengkonsultasikannya terhadap dosen pembimbing, sampai dirinya merasa apa yang sudah dikerjakan sudah sepenuhnya benar. Pemikiran – pemikiran sejenis ini sepenuhnya muncul pada diri subjek lantaran adanya kekhawatiran – kekhawatiran yang belum pasti terjadi.
5. Kebosanan terhadap tugas yang terjadi pada penelitian ini berdasarkan data yang didapat dilapangan diketahui utamanya disebabkan karena adanya factor kelelahan fisik setelah bekerja sehingga menyebabkan subjek sudah enggan untuk mengerjakan tugas skripsinya, selain itu juga pencarian materi yang dianggap sulit juga menjadikan subjek menunda untuk mengerjakan sampai akhirnya hal tersebut terjadi sampai berkelanjutan.

Pada data hasil penelitian yang sudah dilakukan, didapat data baru yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik yakni factor mood yang mempengaruhi

prokrastinasi akademik (1) serta pengaruh prokrastinasi akademik terhadap mental subjek (2), ke dua aspek tersebut dijabarkan sebagai berikut :

1. Faktor mood yang mempengaruhi prokrastinasi pada subjek dalam penelitian diketahui dipengaruhi oleh factor kelelahan fisik, yang mana Ketika fisik sudah kelelahan subjek sudah enggan untuk mengerjakan tugas apapun termasuk tugas skripsi, selain dari factor kelelahan fisik diketahui juga karena adanya perubahan mood yang sering terjadi pada diri subjek.
2. Prokrastinasi berpengaruh terhadap mental yang dimiliki oleh subjek sehingga menyebabkan perubahan emosi serta respon subjek saat disinggung mengenai tugas skripsi, subjek juga menyatakan bahwa menjadi lebih sensitive sampai merasa kecewa sendiri.
3. Pembuatan target dalam mengerjakan revisi juga menjadi solusi yang dilakukan oleh beberapa subjek sebagai pengingat untuk tetap berprogres dalam pengerjaan skripsinya.
4. Pemilihan waktu pengerjaan di waktu malam hari juga dilakukan oleh hampir semua subjek selama mengerjakan skripsi karena dianggap bisa lebih focus.
5. Kesulitan yang dialami oleh masing-masing subjek cukup beragam namun masih dalam konteks yang sama yakni mengenai materi. Subjek menyatakan ada yang kesulitan untuk mencari materi, memahami materi, serta menyusun materi yang dianggap cocok dan paling benar.
6. Tanggung jawab sebagai tenaga kerja dengan jadwal libur satu kali dalam seminggu membuat masing-masing dari subjek terkadang memanfaatkan hari liburnya untuk beristirahat dan menikmati hari libur sehingga mengabaikan tugas skripsinya, salah seorang subjek bahkan menyatakan bahwa di hari libur pun terkadang masih terdapat kegiatan yang harus diikuti sehingga hari libur pun terpakai untuk kegiatan yang diselenggarakan tempat kerja.

7. Lokasi penelitian yang jauh menjadi salah satu penghambat dalam penyelesaian skripsinya.
8. Faktor kehamilan juga menjadi faktor terhambatnya penyelesaian skripsi pada beberapa mahasiswa.
9. Keterbiasaan, dalam pengerjaan skripsi yang tidak instan, harus disusun secara bertahap dan secara berkala pada dasarnya memang berat, pada kasus yang dialami oleh subjek pada penelitian ini dirinya menyatakan bahwa awalnya dirinya tidak mengerjakan karena faktor kesehatan fisik namun setelah beberapa waktu tidak mengerjakan dirinya menjadi ketagihan tidak mengerjakan dan menjadi semakin lupa dengan progres skripsi yang disusun sendiri.
10. Kehidupan berumah tangga juga menjadi salah satu faktor terjadinya terhambatnya pengerjaan skripsi. Pada penelitian ini subjek menyatakan bahwa aktifitas rumah tangga seperti mengurus rumah serta mengurus anak cukup membuatnya kelelahan sehingga sudah enggan untuk mengerjakan skripsinya.
11. Menjalin relasi yang luas juga menjadi solusi dari beberapa mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akhirnya, dari relasi tersebut subjek dapat berbagi mengenai progress skripsinya.
12. Rasa malas yang sering kali muncul pada subjek yang tengah mengerjakan skripsi tidak dapat teratasi kecuali dengan adanya kemauan dari dalam diri sendiri subjek.

B. SARAN

Bagi Mahasiswa perlu menurunkan tingkat prokrastinasi akademik yang dialami dengan cara meningkatkan rasa tanggung jawab, berinisiatif, percaya diri, serta mampu mengelola waktunya dengan lebih baik lagi dan mampu membagi prioritas dari masing – masing tanggung jawab yang dijalani, agar supaya prokrastinasi yang terjadi tidak berkelanjutan.

1. Bagi Universitas hendaknya bisa dijadikan sebagai wacana untuk meninjau usaha-usaha yang telah dilakukan pihak Fakultas untuk memfasilitasi dan mendorong mahasiswa dalam melaksanakan rencana studi yang telah direncanakan sehingga dapat menyelesaikan studi dengan cepat dan optimal, sehingga prokrastinasi akademik masiswa tingkat akhir dapat diminimalisir.
2. Bagi peneliti selanjutnya perlu mengadakan penelitian yang lebih mendalam dari masing-masing faktor penyebab prokrastinasi akademik serta pada hasil temuan terbaru yang didapat oleh peneliti saat ini yang terjadi pada masiswa tingkat akhir sehingga dapat diketahui dinamika masing-masing faktor penyebab prokrastinasi akademik pada masiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Solomon & Rothblum (dalam Rumiani, 2006:37-49). Prokrastinasi Akademik (Perilaku Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 4(3), 1-8.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 45.
- Daulay (2009: 1), Mahasiswa bekerja *part-time* dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik
- Wojowasito. (2000). Kamus umum lengkap. Bandung : Pengerang Bandung.
- (Dudija, 2011: 200). Mahasiswa Bekerja Dan Dampaknya Pada Aktivitas Belajar Dan Prestasi Akademik
- (Suara Merdeka, 2010), *Prokrastinasi* Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Yang Bekerja
- (Lenaghan & Sengupta, 2007). Hubungan antara time management dengan *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja
- Zuama, H. (2015). Gambaran Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2007 Yang Sedang Skripsi Di Program Studi Pg Paud. *Jurnal Kreatif Tadulako*, 18(1), 123060.
- Knaus (2002:), *Prokrastinasi* Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Yang Bekerja
- Laurentius wisnu adi kusuma (2010). Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. *Jurnal Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.*, 136.
- Elisabet devina natalia. (2018). Elisabet devina natalia. *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja full Time.*
- Burka, J. B. & Yuen, M. (2008). Procrastination. why you do it. what to do about it.
- Ferrari (Dalam Rizvi Dkk., 1997). Kecenderungan Perilaku *Prokrastinasi Akademik* Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
- (Ferrari dalam Wulan, 2000). Kecenderungan Perilaku *Prokrastinasi Akademik* Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
- Ramadhani, E. (2019). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Palembang Dalam Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Wahana Konseling*, 2(1), 13. <https://doi.org/10.31851/juang.v2i1.2811>
- Makhinudin. (2019). *Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan.*
- Putri, P. W. (2013). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2009 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*, 64-65.

- Pratiwi, nuning. (2017). Penggunaan Media Video Call dalam Teknologi Komunikasi. *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial*, 1, 213–214.
- Auliya, M. (2020). Pengaruh Aktivitas Kerja Sambil Kuliah Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar. *Social Landscape Journal: Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial*, 1(2), 52–58.
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi. *Jurnal Sosio - Humaniora*, 5(1), 1–25. file:///C:/Users/anggirahmas/Downloads/136-379-1-PB.pdf
- Herdiansyah, H. (2010). Metodologi Penelitian Kualitatif. Jakarta. Penerbit Salemba Humainika. <http://kemdikbud.go.id/kemdikbud/sites/default/files/UUPT12-thn-2012.pdf>. Diunduh pada tanggal 21 Agustus 2013.
- Rijali, A. (2018). *Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin*. 17(33), 81–95.
- Z.M, T. (2012). Analisis Prokrastinasi Tugas Akhir (Skripsi). *Formatif : Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 2(1), 82–89.
- Rijali, A. (2018). *Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin*. 17(33), 81–95.
- Arikunto (2006). Teknik pengambilan sampel purposive dan snowball sampling. *Jurnal Kajian, Penelitian & Pengambilan Pendidikan Sejarah*, 6(1), 33–39. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/historis/article/download/4075/pdf>
- 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), 123–13