

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

4.1.1 Profil Singkat Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare

Fakultas Tarbiyah IAIN Alauddin di Parepare menjadi cikal bakal lahirnya Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Parepare. Pembentukan fakultas ini direalisasikan pada tahun Akademik 1997/1998, berdasarkan KEPRES No. 11 tahun 1997. Kurun waktu 14 tahun, status Fakultas cabang ditingkatkan menjadi Fakultas Madya berdasarkan surat keputusan Menteri Agama RI No. 61 tahun 1982. Atas dasar itulah, maka pada tahun akademik 1982/1983 program sarjana dibuka sesuai petunjuk pelaksanaan surat keputusan Rektor IAIN Alauddin No. 45 tahun 1982. Kemudian, tahun 1997 berdasarkan Kepres No.11 tahun 1997 Fakultas Tarbiyah IAIN Alauddin di Parepare alih status menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Parepare dengan tiga jurusan, yaitu Jurusan Tarbiyah, Jurusan Syariah, Jurusan Dakwah dan Komunikasi.

Seiring waktu, STAIN Parepare menjadi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare pada bulan Februari 2018. IAIN Parepare memiliki visi “Akulturasi Islam-Budaya” dengan tagline institut “*Malebbi Warekkadana Makkiade Ampena*”. Saat ini, IAIN Parepare memiliki 33 program studi dengan empat fakultas di antaranya Fakultas Tarbiyah, Fakultas Syariah dan Hukum Islam, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare dalam perkembangannya telah membina 8 (delapan) Program Studi (PRODI), yaitu: Program Studi Komunikasi dan

Penyiaran Islam (KPI), Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI). Program Studi Manajemen Dakwah (MD), Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam (PMI), Program Studi Jurnalistik Islam, Program Studi Sosiologi Agama, Program Bahasa dan Sastra Arab dan Prodi Sejarah Peradaban Islam.

Secara kelembagaan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah merencanakan berbagai program kegiatan yang diarahkan pada penguatan kelembagaan melalui penguatan budaya akademik. Program penguatan budaya akademik yang dimaksud akan dijabarkan dalam berbagai program kegiatan dalam skala yang lebih spesifik. Namun, semua didasarkan evaluasi dan pengawalan program. Program-program tersebut diarahkan untuk mencapai beberapa rumusan tujuan:

1. Menghasilkan sarjana yang memiliki kompetensi dalam bidang disiplin ilmu ushuluddin, adab dan dakwah berbasis akulturasi budaya melalui teknologi informasi;
2. Menghasilkan penelitian dalam bidang disiplin ilmu ushuluddin, adab dan dakwah berbasis akulturasi budaya melalui teknologi informasi;
3. Menghasilkan pengabdian dalam bidang disiplin ilmu ushuluddin, adab dan dakwah berbasis akulturasi budaya melalui teknologi informasi;
4. Menghasilkan kerjasama dalam bidang disiplin ilmu ushuluddin, adab dan dakwah.

4.1.2 Visi dan Misi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare

1 Visi

Unggul dalam kajian ushuluddin, adab dan dakwah berbasis akulturasi budaya melalui teknologi di kawasan Indonesia Timur tahun 2025.

2 Misi

- 2.1 Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran dalam bidang disiplin ilmu ushuluddin, adab dan dakwah berbasis akulturasi budaya melalui teknologi informasi;
- 2.2 Melakukan penelitian dalam bidang disiplin ilmu ushuluddin, adab dan dakwah berbasis akulturasi budaya melalui teknologi informasi;
- 2.3 Melakukan pengabdian dalam bidang disiplin ilmu ushuluddin, adab dan dakwah berbasis akulturasi budaya melalui teknologi informasi; Melakukan kerjasama dengan lembaga pemerintah, pendidikan dan lembaga swasta.

4.2 Distorsi Kognitif pada Perilaku Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Perspektif Psikologi Kognitif Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare

Distorsi kognitif pada perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas ushuluddin adab dan dakwah (FUAD) ditemukan sebagai suatu fenomena yang cukup kompleks. Data lapangan menunjukkan adanya berbagai masalah-masalah dalam pola pikir mahasiswa yang muncul karena berbagai faktor. Pikiran dan perasaan mahasiswa FUAD sering dipengaruhi oleh apa yang dipikirkan mengenai dirinya sendiri, pikiran tersebut pada dasarnya belum tentu merupakan suatu pemikiran yang objektif mengenai keadaan yang dialami sebenarnya sehingga terjadi penyimpangan pada pemikiran dan perasaan sehingga reaksi emosional tidak menyenangkan yang dialami dapat digunakan sebagai tanda bahwa apa yang dipikirkan mengenai dirinya sendiri mungkin tidak rasional, untuk selanjutnya mahasiswa belajar membangun pikiran yang objektif dan rasional terhadap peristiwa yang dialami.

Distorsi kognitif yang terjadi pada mahasiswa FUAD merupakan penyimpangan proses kognitif. Dimana distorsi kognitif tersebut muncul sebagai akibat dari adanya keyakinan-keyakinan tentang diri (*core belief*), yang berupa keyakinan bahwa diri tidak berdaya dan tidak mampu dalam menjalankan suatu hal. Begitupun dengan hal-hal yang bersifat akademis, juga cukup banyak dijumpai distorsi-distorsi pemikiran (kognitif) dari mahasiswa FUAD itu sendiri. Distorsi kognitif secara literal berarti adanya kekeliruan-kekeliruan dalam berfikir dimana banyaknya pikiran irasional akan suatu hal atau keadaan. Distorsi kognitif tersebut muncul dari keyakinan-keyakinan yang didasari pengalaman atau peristiwa yang dialami oleh mahasiswa FUAD. Penelitian menunjukkan bahwa distorsi kognitif menimbulkan suatu cara berfikir yang berlebihan dan tidak rasional terhadap suatu hal atau keadaan yang dialami oleh mahasiswa FUAD. Pemikiran negatif yang muncul berasal dari reaksi emosional yang tidak menyenangkan yang dialami oleh mahasiswa FUAD sehingga menjadi biasa dalam pemikirannya untuk menimbulkan kekeliruan-kekeliruan dalam memikirkan suatu hal atau masalah.

Penelitian ini memfokuskan pada analisis fenomena distorsi kognitif dalam prokrastinasi akademik yang dianalisis melalui kajian psikologi kognitif. Psikologi kognitif sebagai acuan analisis kognitif menjelaskan distorsi kognitif sebagai sebuah masalah kognitif yang sangat mempengaruhi landasan berperilaku individu dalam hal ini mahasiswa FUAD. Covin menjelaskan bahwa dalam psikologi kognitif, struktur kognitif secara umum memiliki dua hal yaitu *core belief* sebagai pusat pikiran dan ada *automatic mind* (pikiran otomatis sebagai respon terhadap segala hal yang dihadapi). Dalam penelitian ini, distorsi kognitif terjadi karena *core belief* dan pikiran otomatis

mahasiswa FUAD menjadi negatif sehingga menimbulkan perilaku negatif berupa prokrastinasi akademik.

Distorsi kognitif mahasiswa FUAD pada dasarnya merupakan sesuatu hal yang terbentuk karena situasi dan keadaan yang muncul berdasarkan pengetahuan melalui kesadaran, perasaan, pikiran dan sebagainya. Perilaku prokrastinasi akademik telah lumrah terjadi dikalangan mahasiswa karena telah marak terjadi didunia kampus, sehingga distorsi telah banyak dikemukakan pada pelaku prokrastinasi namun pada dasarnya tidak menyadarinya karena menganggap hal tersebut merupakan suatu hal yang biasa saja dan yang lebih pentingnya lagi ketika pelaku prokrastinasi tersebut menganggap sebagai kepentingan yang pokok hingga mencampakkan akademiknya karena telah menyampingkan aktivitas akademiknya dan lupa bahwa akademik merupakan hal yang prioritas untuknya, hal demikiannya yang menyebabkan distorsi kognitif terjadi yang beranggapan bahwa perbuatan aktivitas eksternalnya merupakan hal yang baik, sehingga akademik dijadikan hal yang biasa.

Fenomena prokrastinasi akademik sudah menjadi sesuatu yang marak terjadi dikalangan mahasiswa khususnya mahasiswa FUAD. Data menunjukkan bahwa perhatian terhadap perilaku prokrastinasi sudah muncul sejak zaman peradaban kuno. Fokus ini juga tak terhenti ketika era revolusi industri. Sehingga dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa FUAD merupakan perilaku *archetypal*. Perilaku *archetypal* adalah perilaku individu yang terjadi karena mengingat pepatah dari leluhurnya yang masih terbawa. Hal tersebut menandakan bahwa perilaku prokrastinasi pada mahasiswa FUAD merupakan kesalahan berfikir yang sangatlah lazim ditemui.

Sesuai dengan istilah prokrastinasi yang pertama kali dicetuskan oleh Brown dan Holtzman pada tahun 1967, bahwa prokrastinasi berasal dari kata latin yakni “Pro” berarti “mendorong maju” dan “Crastinus” artinya “hari esok”, begitupula pola prokrastinasi mahasiswa FUAD yang ditemukan. Dapat dilihat bahwa prokrastinasi mahasiswa FUAD adalah menunda sampai hari berikutnya. Hal tersebut senada dengan Ferrari et al yang mengatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan perilaku untuk menunda menyelesaikan tugas sehingga berdampak banyak pada penyelesaian kuliahnya tepat pada waktunya.

Konsep distorsi kognitif dalam fenomena perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa FUAD berdampak pada munculnya berbagai perilaku negatif. Hal tersebut sesuai dengan yang paparkan oleh Dewitte dan Schouwenburg bahwa prokrastinasi merupakan kecenderungan perilaku dengan konsekuensi untuk berpotensi merusak orang yang menderita atau disebut *procrastinator*. Juga sesuai dengan Solomon dan Rothblum yang mengatakan bahwa tindakan prokrastinasi akademik berbentuk penundaan dalam melaksanakan aktivitas akademik yang dipengaruhi berbagai faktor khususnya faktor kognitif yang biasanya memunculkan perilaku negatif.¹

Mahasiswa FUAD melakukan prokrastinasi akademik karena berbagai faktor-faktor kognitif. Scher dan Ferrari menjelaskan bahwa individu melakukan prokrastinasi akademik dengan tujuan menghindarkan diri dari kegiatan-kegiatan yang berat dan memilih untuk bekerja pada tugas yang mudah. Selain itu mahasiswa tidak bertindak sesuai dengan niat mereka untuk mengerjakan tugas dan memilih untuk terlibat dalam kegiatan yang menyenangkan. Pada dasarnya terkait persoalan

¹Muhammad Sholihin, *Hubungan Antara Motivasi Dan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa UIN Suskandi Riau*, Skripsi Thesis, Universitas Islam Negeri Sultan syarif Kasim Riau, hal.10.

pembahasan tersebut yaitu prokrastinasi menurut distorsi kognitif berdasarkan perspektif psikologi kognitif, sehingga pengertian prokrastinasi dalam hal tersebut didasari pada pemikiran rasionalitas dan perilaku perbuatan yang dilakukan oleh teman-teman mahasiswa pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare.²

4.2.1 Bentuk- Bentuk Distorsi Kognitif

1 *Over Generalization*

Over Generalization atau generalisasi berlebihan merupakan salah satu bentuk-bentuk distorsi kognitif dimana individu terlalu menggeneralisasi pikirannya terhadap pengalamannya yang biasanya memberi kesan negatif pada dirinya. Generalisasi yang berlebihan membuat aturan berdasarkan beberapa kejadian negatif, individu dapat mendistorsi pemikiran seseorang melalui generalisasi yang berlebihan. Misalnya seorang mahasiswa dapat beranggapan bahwa karena saya melakukan hal yang tidak baik pada tugas saya maka saya bukan mahasiswa yang baik. Dengan demikian pengalaman negatif dengan beberapa peristiwa dapat digeneralisasikan kedalam suatu aturan yang dapat mempengaruhi perilaku kedepannya. Berbagai hal diungkapkan narasumber dalam perilaku over generalisasi.

Menurut Hasil Wawancara:

“Saya merasa cukup mudah dapat nilai A karena semua dosen rata-rata sama saja. Asalkan bagus pendekatan ke dosen besar harapan mendapatkan nilai A. tapi terkadang di akhir ada beberapa dosen yang ternyata memberi nilai E akhirnya banyak perkuliahan harus di program kembali.”³

²Muhammad Sholihin, *Hubungan Antara Motivasi Dan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa UIN Suskandi Riau*, hal.10.

³J, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 23 September 2020.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat diketahui bahwa ada mahasiswa yang mengalami distorsi kognitif berupa *over generalization*, dimana gambaran distorsinya berupa mahasiswa menyamakan atau menggeneralisasi seluruh dosen dengan penilaian yang sama dan berlebihan. Mahasiswa menganggap semua dosen pada dasarnya sama saja sehingga berperilaku yang sama kepada setiap dosennya. Hal tersebut justru berdampak negatif karena kenyataannya setiap dosen memiliki penilaian berbeda sehingga menyebabkan terjadinya penundaan atau prokrastinasi akademik yang mengharuskan pemrograman ulang mata kuliahnya.

2 *Personalization*

Personalization (personalisasi) merupakan salah satu bentuk distorsi kognitif dimana individu merasa bersalah atas suatu kejadian dimasa lalu yang belum tentu merupakan kesalahannya. Pikiran ini dapat kita lihat dari informasi yang disampaikan oleh narasumber yang diwawancarai.

Menurut Hasil Wawancara:

“Saya pernah mengalami kejadian dalam proses perkuliahan diberikan amanah oleh dosen untuk mengumpulkan tugas teman-teman karena pada saat itu saya merupakan rombel tetapi tiba-tiba waktu pengumpulan tugas teman-teman ada yang tidak mengumpulkan tugas dan adapula yang terlambat dan pada saat itu dosen menegur saya dan saya merasa bersalah bahkan malu untuk bertemu dengan dosen tersebut lagi”.⁴

Dari hasil wawancara tersebut, dapat ditelaah bahwa beberapa mahasiswa menjadikan kesan negatif orang lain terhadap suatu masalah, dan menjadikan dirinya sebagai sumber kesan negatif tersebut. Hal tersebut membuat mahasiswa enggan untuk bertemu orang yang dianggap dia beri kesan negatif, biasanya adalah dosennya. Maka dari hal itu muncullah perilaku prokrastinasi akademik.

⁴AR, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Manajemen Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 06 Oktober 2020.

3 *Mind Reading*

Mind Reading atau membaca pikiran merupakan salah satu bentuk distorsi kognitif dimana individu memikirkan kemungkinan pikiran orang lain sebagai respon terhadap dirinya. Mahasiswa cenderung menilai dirinya terhadap pikirannya atas kemungkinan pikiran orang lain terhadap dirinya.

Menurut hasil wawancara:

“Saya biasanya kalau mau masuk belajar atau presentasi, terkadang kefikiran akan ditertawai atau di cerita dengan kesan negatif oleh teman-teman, sehingga kadang saya memilih tidak masuk kuliah.”⁵

Dari hasil wawancara tersebut, dapat dilihat bahwa terkadang mahasiswa memikirkan terlebih dahulu respon atau tanggapan orang lain terhadap hasil kerjanya. Tanggapan yang dipikirkan biasanya berkesan negatif sehingga mahasiswa tidak percaya diri akan apa yang ia kerjakan meskipun tanggapan orang lain belum tentu demikian. Hal tersebut secara umum menjadi penyebab timbulnya perilaku prokrastinasi akademik.

4 *Magnification or minimization*

Magnification atau magnifikasi merupakan salah satu bentuk distorsi kognitif dimana mahasiswa cenderung memandang sesuatu tidak dengan porsi yang sebenarnya, dalam hal ini melihatnya lebih besar atau kecil. Mahasiswa cenderung berfikir secara negatif apapun yang terjadi bahkan walaupun hal positif terjadi dalam hidup. Memperbesar atau meminimalisir distorsi kognitif dapat terjadi ketika seseorang memperbesar ketidaksempurnaan dan meminimalisasikan poin yang baik. Mereka yang

⁵MA, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 25 September 2020.

menyebabkan kesimpulan dan mendukung kepercayaan yang rendah diri dan perasaan yang depresi.

Menurut Hasil Wawancara:

“Saya beranggapan bahwa untuk apa cepat selesai kuliah kalau belum ada pekerjaan yang pasti didapatkan setelah lulus kuliah (nganggur). Lebih baik pas selesai kuliah sudah ada pekerjaan yang langsung menerima.”⁶

Berdasarkan dari hasil wawancara tersebut dapat ditelaah masalah yang terjadi sebagai akibat dari magnifikasi pikiran, dimana mahasiswa sudah member kesan negatif terhadap apa yang dikerjakan (kuliahnya) sehingga membuatnya malas dan enggan untuk terlalu serius mengikuti perkuliahan. Hal tersebut menimbulkan perilaku prokrastinasi akademik.

5. *Labeling and mislabeling*

Pelabelan dan mislabeling adalah sebuah pandangan tentang diri sendiri yang diciptakan oleh diri sendiri pula berdasarkan kesalahan atau kecerobohan. Seseorang yang telah memiliki beberapa insiden akan canggung dengan perkenalan karena menyimpulkan bahwa saya merasa tidak populer misalnya, saya lebih seorang pecundang daripada saya merasa canggung apabila saya berbicara pada mereka. Sehingga dalam hal ini seseorang dapat menciptakan rasa yang tidak akurat dalam diri atau identitasnya. Pada dasarnya pelabelan dan mislabeling adalah contoh dari generalisasi pandangan seseorang sedemikian rupa bahwa pandangan seseorang tentang dirinya dipengaruhi.⁷

⁶J, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 23 September 2020.

⁷Rini Rizkiawati, Dessy Hasanah Sitti Asiah, *Mengatasi Masalah Distorsi Kognitif Pada Klien Usia Remaja Dengan Metode Cognitive Restructring Form*, Jurnal Vol 6. Nomor 2, h. 245

Menurut Hasil Wawancara:

“Saya sering mengalami kejadian ditertawakan pada proses perkuliahan atau bahkan pada saat naik presentasi di kelas sehingga saya merasa tidak percaya diri dengan potensi kemampuan saya dan itu yang membuat saya canggung bahkan sampai malas masuk kuliah.”⁸

Dari hasil wawancara diatas dapat diketahui berbagai pikiran-pikiran yang menggeneralisasi secara berlebihan terhadap masalah-masalah akademik yang dihadapi mahasiswa fakultas ushuluddin adab dan dakwah. Mahasiswa cenderung mengambil tolak ukur pengalaman yang berkesan negative untuk menggeneralisasi persoalan-persoalan hidupnya khususnya dalam bidang akademik yang menjadi faktor penyebab prokrastinasi akademik.

Benar pada dasarnya segala perbuatan yang dilakukan itu dilandasi berdasarkan akal pikiran yang rasional sehingga terjadi perbuatan atau aktivitas yang dilakukan oleh seseorang terdorong dari pikiran. Pemikiran melahirkan tindakan atau perbuatan hingga pemikiran yang efektif akan melahirkan tindakan dan perbuatan yang efektif pula begitupula sebaliknya bahwa pemikiran yang negatif akan melahirkan tindakan dan perbuatan yang negatif pula, maka dari itu sudah seharusnya pikiran selalu diisi dengan pikiran-pikiran yang positif dan dijauhan dari pikiran-pikiran yang negatif agar terlahir perbuatan yang bernilai positif dan terhindar dari perbuatan atau tindakan yang negatif. Seperti itulah soal prokrastinasi tersebut ketika seseorang berpikiran untuk menunda-nunda pekerjaannya hingga esok hari maka sangat besar kemungkinan akan terjadi penumpukan pekerjaan yang dilakukan seperti pepatah yang mengatakan bahwa kerjakanlah apa yang dapat kamu kerjakan hari ini karena besok masih banyak hal yang akan kamu kerjakan.

⁸WS, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 10 Oktober 2020.

Namun secara kolektif harus dapat kita pahami secara bersama bahwa tidak semua rasionalitas seseorang sama dan harus disamakan, juga tidak semua keadaan seseorang sama dan harus pula disamakan, setiap mahasiswa FUAD memiliki rasionalitas yang berbeda-beda, setiap mahasiswa memiliki keadaan yang berbeda-beda dan setiap mahasiswa memiliki prinsip yang berbeda-beda. Segala sudut pandang harus dapat dilihat sehingga dapat kita pahami bahwa kebutuhan mahasiswa FUAD berbeda-beda misalnya ada yang memprioritaskan akademiknya ada juga yang lebih memprioritaskan organisasi dan pekerjaannya, maka dari itu sudah seharusnya kita belajar dari pikiran, keadaan dan prinsip seseorang hingga kita tidak dapat memandang sebelah mata teman-teman mahasiswa yang sedang mengalami prokrastinasi karena kebutuhan seseorang berbeda-beda.

Kemampuan atau kesanggupan setiap mahasiswa FUAD berbeda-beda maka dari sisi kesanggupan juga menjadi hal yang sangat penting untuk melihat mahasiswa hingga kita tidak meminggirkan teman-teman yang sedang mengalami prokrastinasi, karena secara psikologi dan kelumrahan seorang manusia tidaklah memiliki kemampuan dan daya untuk dapat mengerjakan segala sesuatu, maka dari itu sangat perlu bagi kita untuk memperhatikan kemampuan seseorang sehingga kita dapat memberikan bantuan terhadap mereka agar kita menjadi seorang manusia yang bermanfaat karena sebaik-baik manusia adalah manusia yang bermanfaat.

Perspektif psikologi kognitif menjabarkan pola perilaku prokrastinasi yang difokuskan pada adanya distorsi kognitif yang terjadi sebagai kajian yang cukup kompleks dan membutuhkan kemampuan serta kesanggupan untuk mengatasinya.

Menurut Hasil Wawancara, bahwa :

Tidak ada unsur kesengajaan untuk menunda kegiatan akademik hanya saja tidak ada kesanggupan untuk melaksanakannya, karna kepentingan saya tidak hanya berfokus kepada persoalan akademik saja, tetapi saya juga mementingkan kegiatan extra seperti sering berjalan atau berpetualang keberbagai gunung dan mendatangi desa-desa tertentu, karena bagi saya tidak ingin menghabiskan masa kemahasiswaan saya di akademik saja semata tetapi saya juga harus membekali diri saya dengan pengalaman dan karakter selain dari apa yang kita dapatkan di akademik saja semata. Saya akan mulai lebih fokus untuk mengikuti prosedur akademik dan meminta bantuan kepada teman-teman yang telah selesai terlebih dahulu.⁹

Menurut dari hasil wawancara dengan mahasiswa AS, dapat dikemukakan bahwa responden tersebut sedang mengalami prokrastinasi akademik namun tidak ada faktor kesengajaan, karena responden menganggap bahwa pengetahuan atau ilmu itu tidak hanya didapatkan di bangku perkuliahan saja seperti akademik misalnya, tetapi juga banyak didapatkan diluar kegiatan akademik seperti extra kurikuler seperti berpetualang, mendaki gunung dan mendatangi desa-desa. Sangat perlu untuk membekali pengalaman untuk diri tidak hanya membekali diri secara teori, sehingga daripada itu menurut responden tersebut tidaklah cukup ketika kita hanya menghabiskan waktu untuk mencari pengetahuan secara teori di akademik semata tetapi juga sangatlah penting untuk mencari pengalaman diluar akademik, karena teori hanyalah ada didalam kampus dan penerapannya ada diluar kampus, sehingga responden tidak ingin hanya menghabiskan semasa kuliahnya didalam kampus saja semata. Bagi mahasiswa bukanlah kesengajaan untuk menunda atau melakukan prokrastinasi pada akademik karena kegiatan external yang dilakukan tetapi sudah menjadi keharusan untuk membekali diri pengalaman dan membentuk karakter mental diluar aktivitas akademik.

⁹AS, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Manajemen Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 21 September 2020.

Berdasarkan kajian psikologi kognitif mahasiswa tersebut terlihat tidak menyadari diri bahwa dirinya sedang mengalami suatu prokrastinasi disebabkan kesenangan aktivitas lain yang diluar dari perkuliahan yang sering dilakukan hingga responden tersebut dapat membela diri dengan mengatakan bahwa sebenarnya tidak ada unsur kesengajaan menunda akademik hanya saja tidak ada kesanggupan untuk membagi waktu dengan baik sehingga salah satunya pasti ada yang tersampingkan. Sehingga dari sini terlihat bahwa secara psikologi kognitif mahasiswa tersebut juga sedang melakukan proses mencari pengetahuan diluar akademik seperti mendaki gunung dan kunjungan ke desa-desa, sehingga pada dasarnya mahasiswa tersebut juga tidak dapat dipandang sebelah mata karena sedang mengalami prokrastinasi dan telah memiliki prinsip bahwa pengetahuan tidak hanya dicari dalam akademik perkuliahan tetapi juga sangat perlu mencarinya diluar aktivitas akademik sehingga memiliki banyak bekal pengetahuan dan pengalaman ketika nantinya telah selesai kuliah.

Sangat perlu diingat bahwa berbagai konsep studi dan juga Agama sangatlah tidak menganjurkan kita untuk menunda-nunda aktivitas atau pekerjaan apalagi shalat walaupun diperbolehkan namun tidak dianjurkan, karena umat muslim sangatlah dianjurkan untuk dapat menghargai waktu dan kesempatan yang diberikan tanpa mensia-siakan waktu tersebut, sebab seseorang yang mensia-siakan waktu dan kesempatan ialah termasuk golongan orang-orang yang merugi, pergunakanlah waktu sebaik-baik mungkin dengan hal yang bermanfaat. Kajian studi psikologi kognitif digambarkan sebagai suatu penjelasan yang menjabarkan fenomena prokrastinasi akademik sebagai perilaku yang cenderung negatif.

Sebagian orang memandang penundaan atau prokrastinasi akademik adalah sesuatu perilaku yang negatif, karena orang yang menunda pekerjaan dianggap malas, kurang mampu dan lain-lain sebagainya sehingga memiliki kemampuan kognitif yang rendah dibanding dengan yang lain. Hal tersebut dalam perspektif psikologi kognitif disebut dengan istilah stereotip atau prasangka. Mahasiswa sebenarnya seperti kehilangan waktu ketika menunda mengerjakan sesuatu, prokrastinasi atau penundaan dapat dikaitkan dengan kecemasan dan ketakutan terhadap kegagalan tersebut. Sehingga prokrastinasi dianggap sebagai suatu hambatan dalam mencapai penyelesaian akademik karena dapat menurunkan kualitas dan kuantitas belajar bagi mahasiswa tersebut, hingga berdampak negatif bagi kehidupan seorang mahasiswa.

Dampak yang terjadi akibat prokrastinasi akademik pada mahasiswa FUAD seringkali tidak menjadi perhatian khusus, karena kecenderungan pelaku prokrastinasi tersebut bukannya semakin turun malahan semakin bertambah hingga banyaknya mahasiswa yang menganggap prokrastinasi tersebut sebagai hal yang biasa saja dan tidak perlu untuk diperhatikan. Kebanyakan mahasiswa FUAD cenderung menunjukkan prokrastinasi akademik sebagai sesuatu yang tidak disadari dan disengaja hingga disertai dengan perasaan tidak suka mengerjakan suatu pekerjaan yang harus dikerjakan. Mahasiswa FUAD yang melakukan prokrastinasi akademik diketahui sangat sedikit yang memanfaatkan waktu yang diberikan untuk menyelesaikan tugas akademik. Penundaan yang tidak disertai dengan peran adaptif mahasiswa dapat menyebabkan mahasiswa kurang berprestasi.

Distorsi kognitif cukup banyak berdampak pada mahasiswa dalam mengerjakan tugas dimana biasanya mahasiswa menunda tugas atau bahkan tidak mengerjakan tugas karena faktor kognitif sehingga terjadi prokrastinasi akademik.

Tugas merupakan sesuatu bentuk kegiatan yang harus diselesaikan oleh setiap mahasiswa. Setiap tugas mahasiswa yang berbeda, akan ada respon yang berbeda-beda juga dalam menyikapinya. Perilaku tersebut dapat dilihat terhadap mahasiswaFUAD yang menunda-nunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas atau pekerjaan rumah, mengumpulkan tugas dengan melewati batas waktu, menunda untuk membaca bahan pelajaran, malas untuk membuat catatan, terlambat masuk kelas dan cenderung lebih suka belajar pada malam terakhir menjelang ujian.¹⁰

Mahasiswa FUAD juga berfikir mengenai bagaimana faktor lain harus dipertimbangkan dalam dunia perkuliahan seperti pikiran mengenai pentingnya berorganisasi yang banyak ditemukan pada mahasiswa FUAD. Prokrastinator dalam hal ini mahasiswa FUAD kebanyakan melakukan kegiatan aktivitas organisasi baik internal maupun external. Sehingga dapat dipahami bahwa perbuatan prokrastinasi akademik menjadi suatu kebiasaan bagi mahasiswa aktivis, karena beranggapan perkuliahan tidaklah lengkap ketika hanya dijalani dengan sebatas kelas dan kos semata tetapi harus ada kegiatan organisasi sebagai pelengkap kemahasiswaan ibaratnya kos tempat beristirahat, kelas tempat mendapatkan ilmu dan organisasilah tempat penerapannya. Pikiran mengenai pentingnya organisasi disbanding perkuliahan dapat diketahui.

Menurut hasil wawancara:

“Sejak semester pertama saya sudah sedang merasa mengalami prokrastinasi akademik, tetapi Sebenarnya saya tidak menunda cuman tertunda karena waktu, persoalan kegiatan organisasi eksternal dan internal kampus seperti saat saya ke palu untuk mendapatkan lisensi selam selama seminggu dan saya lebih mengutamakan kegiatan sosial dan kegiatan organisasi daripada perkuliahan karena menurut saya perkuliahan tidak menunjang pekerjaan tetapi organisasilah yang menunjang pekerjaan, juga nilai A bukanlah tolak ukur

¹⁰Siti Muyana, *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling*, Jurnal Imiah Counsellia, Volume 8 No.1, Mei 2018, hal.46-47.

kecerdasan karena nilai A bisa didapatkan dengan kerajinan dan pendekatan. Barangkali saya seperti ini lebih senang jalan-jalan dari pada kuliah karena pada saat saya masih bersekolah dan tinggal dirumah hanya lebih sering tinggal dirumah sehingga pada saat kuliah mulai merasakan kebebasan jalan-jalan, sehingga akibatnya daripada itu semua tugas-tugas tertinggal tidak dikerjakan”.¹¹

Menurut dari hasil wawancara tersebut diatas maka dapat dikemukakan bahwa mahasiswa dengan inisial J tidak terlalu mencari pengetahuan pada proses perkuliahan semata saja yaitu akademik semata, tetapi juga mencari pengetahuan diluar daripada akademik seperti kegiatan-kegiatan organisasi, kegiatan sosial lainnya. Nilai tidak menjamin suatu kecerdasan karena nilai hanya terkait soal baik buruknya sesuatu tetapi kecerdasan terkait dengan mampu tidaknya seseorang dalam menyelesaikan suatu persoalan menurut peneliti. Faktor lain yang mendorong prinsip responden tersebut menurut peneliti yaitu faktor keadaan karena pada dasarnya ketika responden belum kuliah responden tersebut hanya banyak menghabiskan waktu dirumah dan sekolah tanpa jalan-jalan, sehingga pada saat kuliah responden menemukan kebebasan dan kesenangan pada saat jalan-jalan, maka dari itu responden tersebut tidak lebih memprioritaskan akademiknya karena juga beranggapan bahwa perkuliahan tidaklah menjamin suatu pekerjaan tapi bagi responden organisasilah yang dapat menunjang menjamin pekerjaan tersebut, sehingga karena itu semua akibatnya tugas-tugas tertinggal tidak dikerjakan.

Sebenarnya setiap mahasiswa FUAD memiliki caranya tersendiri dalam menyelesaikan tugasnya sendiri, ada yang mahasiswa yang ingin menyelesaikan tugasnya dengan cepat, adapula yang memiliki berbagai alasan untuk mengerjakannya, alasan yang biasanya yaitu karena masih banyak waktu, karena

¹¹J, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 23 September 2020.

masih banyak hal yang harus diselesaikan ada juga yang sengaja mengerjakan dengan *deadline* waktu. Hingga ada juga yang berharap dikerjakan oleh temannya. Menunda mengerjakan tugas sama halnya dengan membuang waktu tersebut hal ini yang harusnya disadari bagi para pelaku prokrastinasi selain membuang waktu prokrastinasi juga menampung pekerjaan sehingga hanya pekerjaan yang menumpuk dihari esok. Namun tidak semua mahasiswa memiliki prinsip yang sama karena pada dasarnya kita telah berbeda dari segi keadaan tetapi dapat disatukan dari segi pemikiran dan pemahaman.

Mahasiswa FUAD sama halnya dengan mahasiswa lain yaitu orang-orang yang mencatatkan namanya sedang menempuh pendidikan disuatu perguruan tinggi, perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan tertinggi, maka dari itu pembelajaran yang ditempuh diperguruan tinggi tentunya telah berbeda dari pendidikan sebelumnya yaitu pendidikan menengah, diperguruan tinggi mahasiswa telah lebih dituntut untuk lebih mandiri berwawasan luas dan lebih bertanggung jawab serta peduli terhadap aktivitas-aktivitas sosial, tidak hanya menerima ilmu yang disampaikan langsung dari guru diruang kelas yang sekedar teori tetapi mencari lebih banyak ilmu diluar ruangan perkuliahan.

Mahasiswa FUAD diketahui banyak yang kurang mampu menyesuaikan diri dengan segala pembelajaran yang berbeda karena jika tidak mampu maka mahasiswa tersebut akan mengalami ketertinggalan. Kebiasaan yang dibawa mahasiswa pada saat menjadi pelajar tersebut muncul karena adanya distorsi pemikiran seperti memikirkan ketergantungan kepada oranglain dan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas, hingga menjadi salah satu faktor mahasiswa tertinggal.

Prokrastinasi akademik dapat membawa mahasiswa mengalami ketertinggalan, karena prokrastinasi akademik dapat menimbulkan ketertinggalan pada aktivitas akademik seperti kebiasaan belajar yang buruk, motivasi belajar menurun, nilai akademik kurang baik dan bahkan membawa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi kepada kegagalan yang fatal seperti *drop out*. Disamping itu juga dapat berakibat pada efeksi seperti depresi dan kecemasan yang tinggi. Prokrastinasi akademik akan membawa kebiasaan terus menerus jika tidak segera disadari dan ditanggulangi. Psikologi kognitif menawarkan berbagai macam intervensi dalam menangani prokrastinasi akademik yang dikaji melalui masalah distorsi kognitif yang ada. Penanganan melalui metode kognitif behavioral dengan cara mengelola pikiran negatif yang muncul bias menjadi salah satu intervensi yang efektif untuk menangani masalah distorsi kognitif yang ada

Mahasiswa FUAD juga didapatkan banyak yang berfikir bahwa perkuliahan hanya salah satu sarana untuk mendapatkan pekerjaan, sehingga fokus utama mahasiswa sebenarnya adalah pekerjaan. Maka dapat dilihat bahwa banyak kesalahan berfikir pada mahasiswa mengenai perbandingan perkuliahan dan pekerjaan.

Menurut hasil wawancara:

“Saya sengaja menunda karena tuntutan suatu pekerjaan dan alasannya jelas sekali, ketika pekerjaan dan perkuliahan bersamaan maka secara otomatis saya lebih memilih pekerjaan, karena saya lebih mempertanggung jawabkan pekerjaan dibanding kuliah soalnya saya bekerja kan dibayar dan saya kuliah membayar jadi kalau misalnya saya tidak bekerja saya tidak akan kuliah karena tidak bisa membayar. Saya takut sebenarnya ketika meninggalkan kuliah tetapi karena tanggung jawab pekerjaan yah mau bagaimana lagi. Kegiatan pekerjaan dikantor terlalu padat hingga tidak dapat dikontrol karena pengawasan yang sampai 24 jam dikantor ketika ada kegiatan kampanye hingga mengharuskan saya untuk memilih cuti disemester lima. Solusi yang bisa saya berikan pada

diri saya sendiri yaitu harus mengambil kuliah dengan kelas pekerja kalau ingin memperbaiki akademik”.¹²

Menurut hasil wawancara pada mahasiswa diatas dapat dikemukakan bahwa mahasiswa inisial MA sedang mengalami prokrastinasi karena tuntutan suatu pekerjaan hingga harus lebih mengutamakan pekerjaannya dibanding kuliahnya atau akademiknya. Prinsip mahasiswa tersebut beranggapan bahwa pekerjaan membayarkan perkuliahan tanpa pekerjaan kuliah tidak dapat terbayarkan sehingga harus lebih mengutamakan pekerjaan. Persoalan keadaan tersebut secara sederhana dapat dianalogikan ketika kita memiliki prinsip seperti mahasiswa tersebut maka sudah seharusnya ketika kita menjalani kedua tanggung jawab yang sudah saling menopang maka pastilah salah satunya akan ada yang tercederai apalagi ketika sudah berprinsip bahwa pekerjaan yang membayarkan perkuliahan hingga pekerjaan sudah tidak bisa lagi ditinggalkan maka jalan satu-satunya memang sudah tepat ketika memilih perkuliahan dengan kelas pekerja jadi perkuliahan hanya dilakukan ketika libur bekerja.

Pekerjaan pada dasarnya adalah hal yang pokok bagi setiap individu maupun sekelompok manusia, karena pekerjaan mereka tugas utama manusia untuk dapat melangsungkan kehidupannya dimuka bumi ini, tanpa pekerjaan kita tidak dapat makan dan minum, tanpa minum dan makan kita tidak akan dapat lagi untuk bertahan hidup, jadi ketika pekerjaan telah menjadi hal yang mendesak bagi mahasiswa maka tidak dapat kita salahkan apalagi melarangnya, karena perkuliahan tidak menjamin suatu pekerjaan hanya saja perkuliahan menjamin memberikan banyak ruang untuk mendapatkan pekerjaan.

¹²MA, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 25 September 2020.

1.2 Bentuk Distorsi Kognitif Mahasiswa

Inisial Mahasiswa	Bentuk Distorsi
J	<i>Over Generalization</i>
MSAR	<i>Magnification or minimization</i>
AR	<i>Personalization</i>
MA	<i>Mind Reading</i>
WS	<i>Labeling and Mislabeled</i>

Tabel 4.1
Bentuk Distorsi Kognitif

Berdasarkan atas berbagai bentuk distorsi kognitif yang dialami oleh mahasiswa tersebut maka dapat dikemukakan kesimpulan bahwa mahasiswa fakultas ushuluddin adab dan dakwah institut agama islam negeri parepare yang sedang mengalami distorsi kognitif karena berbagai faktor tersebut seperti *magnification or minimization* yaitu mahasiswa yang beranggapan bahwa setiap dosen memiliki penilaian yang sama dan dapat didekati dengan metode yang sama untuk memperoleh nilai yang bagus, sedangkan kenyataannya setiap dosen memiliki penilaian yang berbeda sehingga mahasiswa hanya mendapatkan beberapa nilai yang buruk dan kuliahnya tertunda karena proses generalisasi tersebut. *Personalization* artinya mahasiswa yang merasa dirinya selalu bersalah dalam kejadian lalu sehingga hal tersebut yang menekan dirinya hingga tidak percaya diri dan meragukan kemampuannya sendiri. Kemudian *Mind Reading* berupa mahasiswa yang mencoba menerka atau memprediksi respond dan kesan yang akan diterima dalam proses belajar dari pihak lain. Kemudian *magnification or minimization* adalah mahasiswa yang merasa setiap apa yang dilakukan hanya akan memberikan kesan buruk pada

dirinya atau disebut membesar-besarkan masalah, dan yang terakhir *Labeling and mislabeling* yaitu mahasiswa yang menilai dirinya sebagai individu yang tidak mampu menjangkau perkuliahan dengan baik.

4.3 Bentuk Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Perspektif Psikologi Kognitif Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare

Prokrastinasi akademik merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas akademik dalam jangka waktu yang diinginkan atau menunda-nunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Prokrastinasi akademik pada mahasiswa FUAD umumnya diketahui sebagai suatu perilaku yang menjadi kebiasaan yang tidak efektif dan cenderung ke arah yang negatif dalam menunda-nunda pekerjaan. Prokrastinasi mahasiswa FUAD diketahui sudah banyak yang menjadi kebiasaan yang berkepanjangan dan diketahui mengganggu produktivitas mahasiswa serta dapat mempengaruhi kondisi mahasiswa secara fisik. Prokrastinasi pada mahasiswa FUAD sebenarnya tidaklah sepenuhnya terkait dengan kecenderungan perbuatan-perbuatan yang negatif, karena dibalik hal negatif pasti ada hal positif begitupula sebaliknya dibalik hal positif ada hal negatifnya dan juga perihal prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare. Berbagai bentuk prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa FUAD kebanyakan mengarah pada kegiatan-kegiatan yang bersifat positif walaupun benar disisi lain tetapi berdampak buruk pada aktivitas akademik sehingga harus mengalami prokrastinasi akademik.

Mahasiswa FUAD sering mengalami hal-hal yang menyebabkan munculnya prokrastinasi akademik dimana salah satunya karena pengaruh tekanan psikologi atau

gangguan. Membuat kesimpulan dan menarik suatu perilaku adalah bagian yang penting dari fungsi manusia. Mahasiswa harus memantau apa yang mereka lakukan kemudian menilai kemungkinan hasil untuk membuat suatu rencana tentang kehidupan sosial, kehidupan romantis dan karir. Ketika tekanan psikologi sering terjadi mahasiswa tidak dapat lagi melakukan hal ini, hingga bisa mengalami depresi, kecemasan atau gangguan lainnya. Terapis kognitif membantu seseorang dalam memahami kesalahan yang mereka perbuat dan membuat perubahan dalam pemikiran mereka.

Aktivitas-aktivitas tambahan yang sering dilakukan atau diprioritaskan oleh mahasiswa adalah suatu perbuatan yang berpengaruh dalam kelangsungan akademik mahasiswa tersebut walaupun itu penting dan sangat perlu untuk mahasiswa mendapatkan ilmu pengetahuan dan pengalaman serta pengabdian terhadap masyarakat dan lingkungan, sehingga mahasiswa harus cerdas dalam memanejemi waktu dalam menjalaninya karena kalau tidak akan berdampak buruk bagi kelangsungan akademiknya. Mahasiswa pada umumnya tidak semua harus terperengguk berfokus pada aktivitas akademik saja semata, tetapi juga banyak mahasiswa yang juga harus mengisi masa kemahasiswaannya dengan kegiatan-kegiatan aktivitas ekstra kurikulum kampus seperti misalnya, aktivitas UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa), UKK (Unit Kegiatan Khusus) dan aktivitas traveling mountain seperti mendaki gunung, melakukan perjalanan mengunjungi berbagai desa-desa hingga aktivitas-aktivitas kepedulian sosial lainnya seperti relawan dan sebagainya.

Mahasiswa FUAD kebanyakan memiliki kegiatan-kegiatan non-kuliah yang cukup banyak mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik.

Menurut Hasil Wawancara :

“Organisasi, praktek lapangan dikampung, komunitas literasi baca-baca buku, pengalaman yang harus membuat saya seperti ini sehingga harus menghentikan pengerjaan proposal karena saya melihat bahwa inilah tujuan saya kuliah, saya melihat realita pada saat saya KPM bagaimana keadaan misalnya pada sektor ekonominya, hingga saya harus mempelajari teori lalu menerapkannya di lapangan seperti bertani. Melihat masyarakat banyak memberikan pelajaran terhadap saya hingga mendorong saya untuk harus mengabdikan diri karena juga banyak hal yang harus dibenahi terutama generasi muda yang harus dijaga agar memiliki masa depan yang baik tidak seperti generasi sekarang yang suka minum-minuman keras. Antara kegiatan kuliah dan organisasi saya sesuaikan yang mana yang lebih penting. Saya merasa bertanggung jawab kepada masyarakat karena saya selaku mahasiswa prodi pengembangan masyarakat Islam memiliki peran untuk mengabdikan mulai dari teori dan praktek tetapi sekarang ini lebih fokus dipraktek”.¹³

Berdasarkan hasil wawancara dari mahasiswa sebagai responden tersebut maka telah dapat dikemukakan bahwa mahasiswa inisial S tersebut sedang mengalami prokrastinasi dikarenakan faktor organisasi dan pengabdian diri terhadap masyarakat dikampung. Selain daripada organisasi mahasiswa tersebut saat ini sedang fokus mengabdikan dirinya dikampung sendiri, berawal pada saat mahasiswa tersebut sedang menjalani Kuliah Pengabdian Masyarakat (KPM) mahasiswa tersebut mulai tertarik untuk menaruh sebagian waktunya dikampung halamannya karena waktu yang diberikan pada saat KPM tidaklah cukup. Banyak potensi dan tugas yang harus diselesaikan hingga tugas pengerjaan proposal dihentikan untuk melanjutkan pengabdian dikampung. Beberapa macam aktivitas praktek yang dilakukan seperti pertanian hidroponik dilahan terbuka, literasi baca-baca buku, dan organisasi-organisasi kepemudaan seperti karangtaruna.

¹³S, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 28 September 2020.

Fenomena yang ada menunjukkan adanya beberapa bentuk-bentuk prokrastinasi yang ditemui pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare seperti yang akan dikemukakan sebagai berikut:

1.1 *Lazy Procrastination*

Lazy Procrastination atau disebut kemalasan adalah bentuk prokrastinasi yang cukup banyak dilakukan oleh mahasiswa FUAD. Bentuk prokrastinasi ini lebih banyak yang terkait perihal aktivitas karena bentuk prokrastinasi tersebut tidak memiliki arah alasan yang jelas sehingga tidak dapat diketahui dan tidak dapat dilihat hal positif yang ditimbulkan. Teman-teman mahasiswa yang cenderung mengalami prokrastinasi dalam bentuk ini harus lebih memperhatikan diri sehingga dapat mengevaluasi diri agar segera dapat meranjak meninggalkan perbuatan tersebut karena menunda aktivitas akademik hanya karena soal kemalasan itu sama saja mengurung diri dalam kamar tanpa dapat keluar menghirup, merasakan segarnya suasana angin luar. Kemalasan pada mahasiswa FUAD dalam tinjauan psikologi merupakan suatu perilaku negatif yang sulit didefinisikan karena berpengaruh pada mental, spiritual dan fisik. Kemalasan pada mahasiswa FUAD ditimbulkan oleh ketidak tertarikannya, ketidak senangannya dan tidak ada harapan yang menjanjikan sehingga tidak ada keinginan, motivasi dan semangat untuk mengerjakan sesuatu hal tersebut. Maka dari itu suatu obat penawar bagi kemalasan yaitu, motivasi diri untuk belajar mencintai suatu pekerjaan hingga memiliki semangat besar dalam mengerjakan hal tersebut. Bangun dari tempat tidur, berdiri dari duduk dan berjalan maju kedepan dengan semangat yang penuh. Kemalasan yang terjadi pada mahasiswa FUAD merupakan sesuatu yang cukup banyak ditemui.

Menurut Hasil Wawancara:

“Lebih baik tidak masuk kuliah ketika sudah terlambat daripada masuk tetapi sama saja kita tidak dianggap hadir dalam perkuliahan tersebut, hal inilah yang menyebabkan saya malas masuk perkuliahan tersebut”.¹⁴

Menurut dari hasil wawancara tersebut disesuaikan dengan teori yang terkait sehingga dapat dikemukakan bahwa salah satu penyebab mahasiswa mengalami prokrastinasi dengan bentuk kemalasan kemalasan, kemalasan merupakan suatu hal yang dapat membuat seseorang terhambat dalam mengerjakan suatu aktivitas pekerjaan tersebut, sehingga kemalasan harus sangat perlu diperhatikan dalam seseorang agar tidak tertinggal dalam suatu pekerjaan tersebut. Kemalasan seringkali disebabkan oleh banyak faktor seperti cuaca dan perasaan misalnya yang lagi tidak *mood* sehingga hal ini harus diperhatikan hingga dapat kita lawan agar]terhindar dari prokrastinasi tersebut.

1.2 *Profession Procrastination*

Profession atau pekerjaan adalah bentuk prokrastinasi yang kedua terhadap mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Parepare yang sebenarnya tidak hanya terdapat pada kampus IAIN Parepare tetapi juga banyak ditemui dikalangan kampus-kampus lain pada umumnya, sehingga tidak hanya dapat didefinisikan pada kampus IAIN Parepare saja semata. Oleh karena itu prokrastinasi pada umumnya bukanlah hal yang baru tetapi telah menjadi hal yang lumrah bagi para mahasiswa pada umumnya.

Mengalami Prokrastinasi karena pekerjaan bagi mahasiswa FUAD sehingga mahasiswa memilih untuk menunda aktivitas akademiknya telah menjadi suatu

¹⁴MSAR, Mahasiswa Semester 5, Program Studi Bahasa dan Sastra Arab Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 01 Oktober 2020.

kewajaran, karena tidak semua keadaan ekonomi mahasiswa sama, maka dari itu banyak mahasiswa yang memilih untuk menjalani pekerjaan sambil kuliah sehingga dapat membantu memenuhi kebutuhannya. Mahasiswa yang sedang bekerja sambil kuliah tidaklah patut kita salahkan ketika mengalami prokrastinasi akademik dalam bentuk ini karena prokrastinasi dalam bentuk ini lebih mengarah pada positif termasuk soal biaya kebutuhan hidup. Akademik pada dasarnya harus tetap diprioritaskan walaupun sedang menjalani pekerjaan lain untuk memenuhi kebutuhan kebutuhan hidup dan juga kebutuhan akademik apalagi mahasiswa yang tidak lagi ingin memberikan beban kepada orang tuanya sehingga mahasiswa memilih bekerja untuk dapat membiayai diri sendiri, selain daripada itu mahasiswa juga memilih bekerja untuk mencari pengalaman kerja demi untuk dapat membekali diri kedepannya ketika telah selesai kuliah. Harus kita ingat bahwa apapun bentuknya tetap akademik perkuliahnya haruslah diprioritaskan karena itu merupakan amanah dan harapan nomor satu bagi orang tua untuk dapat menyelesaikan studi anaknya.

Fenomena mahasiswa FUAD yang juga harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup khususnya kebutuhan perkuliahan dan keluarga cukup banyak ditemukan.

Menurut Hasil Wawancara:

“Saya sedang bekerja sambil kuliah jadi ketika kuliah dan pekerjaan saya bersamaan secara otomatis saya lebih memilih pekerjaan karena disana saya terikat kontrak pekerjaan yang apabila saya melanggarnya maka saya dapat dipecah dikeluarkan dari pekerjaan tersebut”.¹⁵

Berdasarkan dari hasil wawancara tersebut diatas dapat dikemukakan bahwa seorang mahasiswa responden tersebut mengalami prokrastinasi karena terikat dalam

¹⁵MA, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 25 September 2020.

kontrak suatu pekerjaan sehingga mahasiswa tersebut lebih mengutamakan pekerjaan dibandingkan dengan kuliahnya, akibatnya mahasiswa tersebut mengalami prokrastinasi pada akademik kuliahnya. Pekerjaan dan perkuliahan ketika disandingkan maka keduanya maka besar kemungkinan salah satunya akan ada yang terbengkalanya maka dari itu harus dipilih salah satunya untuk dapat diprioritaskan.

1.3 *Organization Procrastination*

Organization procrastination yaitu mengalami prokrastinasi karena organisasi, hal demikian adalah bentuk prokrastinasi yang ketiga. Bentuk prokrastinasi tersebut juga merupakan hal yang lumrah ditemui dalam lingkungan mahasiswa bukan hanya dikalangan mahasiswa pada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare. Organisasi pada dasarnya banyak terdapat diberbagai kampus sehingga tentunya juga terdapat banyak mahasiswa yang sedang mengalami prokrastinasi akademik karena persoalan organisasi, sehingga jenis mahasiswa tersebut sering dikatakan sebagai tipikal mahasiswa organisatoris.

Mahasiswa organisatoris mahasiswa FUAD merupakan suatu mahasiswa yang lebih aktif atau memprioritaskan kegiatan organisasi dibandingkan dengan akademiknya sehingga lebih banyak beraktivitas dalam kegiatan-kegiatan organisasi dibandingkan dengan kegiatan akademik perkuliahannya. Organisasi dirasa sangatlah penting bagi mahasiswa FUAD untuk dapat membekali diri dalam pemenuhan *sub skill*, mental dan pembelajaran serta pengalaman dalam struktural dipimpin dan memimpin sehingga nantinya mahasiswa ketika telah selesai dan menempuh pekerjaan didunia kerja tidak lagi kebingungan dalam beradaptasi pada lingkungan tersebut.

Selain daripada itu banyak lagi manfaat yang ditemui mahasiswa ketika aktif mengikuti kegiatan organisasi seperti relasi, banyaknya teman ibaratnya banyak rezeki karena rezeki juga tidak jauh dari teman-teman disekitar kita. Mendapatkan pengalaman dalam kegiatan-kegiatan kepanitian juga sangat perlu untuk dimiliki mahasiswa agar kemudian dalam berkegiatan nantinya pada masyarakat tidak lagi kebingungna untuk berbuat, kemudian selanjutnya bekal yang diberikan oleh organisasi yaitu kemampuan berbicara depan umum, mahasiswa ketika telah selesai kuliah namun belum dapat berbicara didepan umum sangatlah disayangkan. Namun akademik tetaplah prioritas karena biar bagaimanapun kita tentunya harus menyelesaikan studi akademik perkuliahan hingga tidaklah baik ketika sangat terlarut dalam organisasi. Organisasi sebagai faktor yang menyebabkan munculnya prokrastinasi akademik pada mahasiswa FUAD cukup banyak dijumpai.

Menurut Hasil Wawancara:

“Saya mengalami suatu prokrastinasi karena suatu organisasi baik itu organisasi eksternal maupun internal sehingga saya tidak hanya menggunakan waktuku didalam bangku perkuliahan saja untuk belajar tetapi saya juga menyisikan banyak waktu untuk berorganisasi karena bagi saya organisasi juga adalah tempat untuk menimbah ilmu yang sama pentingnya dengan perkuliahan”.¹⁶

Berdasarkan dari hasil wawancara diatas pada seorang mahasiswa sebagai responden tersebut dapat dikemukakan bahwa seorang mahasiswa mengalami prokrastinasi akademiknya karena organisasi, mahasiswa tersebut lebih aktif dalam aktivitas organisasinya sehingga seringkali mahasiswa tersebut seringkali meninggalkan aktivitas akademiknya .Organisasi memang penting bagi mahasiswa untuk membekali pengetahuan dalam diri mahasiswa karena organisasi merupakan

¹⁶J, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 23 September 2020.

wadah untuk menempah ilmu dan *skill* tetapi aktivitas akademik juga sebenarnya tidak kalah pentingnya dengan organisasi karena aktivitas akademik adalah tujuan utama dan tempat utama dalam menempuh pendidikan, maka dari itu kita harus bijak dalam menjalankan aktivitas akademik dan organisasi agar tidak mengalami prokrastinasi.

1.4 *Traveling Procratination*

Traveling Procratination atau prokrastinasi perjalanan adalah jenis keempat yang telah ditemui dalam penelitian ini sehingga juga terdapat mahasiswa yang sedang mengalami prokrastinasi karena memilih untuk mencari kesenangan di luar dari lingkungan kampus tersebut hingga melakukan aktivitas perjalanan seperti mendaki gunung dan mengunjungi desa- desa yang menarik perhatian wisatawan. Aktivitas perjalanan hingga mencederai perkuliahan atau akademik sebenarnya berdampak buruk ketika perjalanan dilakukan tidak dalam waktu libur karena hal ini tentunya mengganggu aktivitas perkuliahan bagi mahasiswa sehingga mahasiswa terpaksa absen dalam perkuliahan. Sebaliknya berdampak baik bagi mahasiswa yang senang melakukan perjalanan mendaki gunung misalnya ketika dilakukan saat waktu libur kuliah, jadi prokrastinasi dalam bentuk tersebut ketika mahasiswa tidak dapat menyesuaikan waktu akademik dan aktivitas perjalanannya maka jelas sangat berdampak buruk bagi akademik mahasiswa tersebut hingga dipastikan akan menalami prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik yang muncul karena keinginan mahasiswa untuk berlibur cukup banyak dijumpai di kalangan mahasiswa FUAD.

Menurut Hasil Wawancara:

“Saya juga memanfaatkan banyak waktu untuk berpetualan seperti mendaki gunung, berkunjung kedesa-desa dan aktif pada kegiatan-kegiatan sosial seperti menjadi tim relawan dan bantuan sosial lainnya, maka dari itu saya mengalami prokrastinasi tetapi saya tidak pernah khawatir atau cemas dengan hal itu karena semua ini saya lakukan dengan senang hati dan akademik pasti akan saya selesaikan walaupun terlambat”.¹⁷

Berdasarkan dari hasil wawancara pada responden tersebut dapat dikemukakan bahwa mahasiswa aktif dalam melakukan aktifitas perjalanan seperti berkunjung ke desa-desa tertentu hingga mendaki gunung akibatnya mahasiswa tersebut mengalami prokrastinasi pada akademiknya. Perjalanan merupakan suatu kesenangan bagi seseorang sehingga tetapi jangan lupa bahwa kesenangan hanyalah sebagai suatu bonus dalam kehidupan ketika terlepas dalam tanggung jawab tersebut dan tidak untuk diprioritaskan.

1.5 *Sosial Care Procratination*

Sosial Care Procratination merupakan bentuk prokrastinasi yang kelima ditemukan dalam penelitian ini hingga dapat dikemukakan bahwa prokrastinasi bentuk ini juga terdapat pada mahasiswa yang sedang mengalami prokrastinasi akademik dikarenakan aktivitas-aktivitas kegiatan kepedulian sosial yang dilakukannya seperti menjadi relawan ketika ada bencana yang terjadi didaerah-daerah, aktivitas sosial bantuan kepedulian terhadap masyarakat yang memerlukan uluran tangan. Prokrastinasi akademik bagi mahasiswa dalam hal ini merupakan ketidak sengajaan karena kepedulian sosial adalah sesuatu yang tidak diinginkan, maka oleh karena itu mahasiswa bahwa hal ini adalah panggilan jiwa untuk turut terlibat membantu aktivitas kepedulian sosial, hal demikian tentunya mempengaruhi

¹⁷AS, Mahasiswa Semester 9, Program Studi Manajemen Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 21 September 2020.

keterlambatan mahasiswa dalam menyelesaikan aktivitas akademiknya apalagi mahasiswa yang sedang melakukan aktivitas kepedulian dalam kurung waktu yang lama.

Banyak mahasiswa FUAD ditemukan menjadi relawan dalam berbagai kegiatan sosial yang terkadang berdampak pada munculnya prokrastinasi akademik.

Menurut Hasil Wawancara:

“Saya aktif sebagai tim relawan sehingga saya terkadang meninggalkan perkuliahan demi kepedulian sosial membantu saudara-saudara yang tertimpa musibah hingga saya mengalami prokrastinasi seperti ini tetapi bagi saya ini hanya persoalan waktu bukan persoalan kegagalan dan suatu saat pasti akan saya selesaikan”.¹⁸

Berbagai macam bentuk prokrastinasi dapat dilakukan oleh siapapun mahasiswaseperti pada analisa diatas yang berdasarkan dari responden tersebut dan dapat dilakukan pada semua jenis aktivitas.

Area Prokrastinasi Akademik mahasiswa FUAD yang sering tertunda adalah hal-hal seperti permasalahan tugas ujian dan perkuliahan, hal tersebut sesuai dengan konsep yang dijelaskan oleh Solomon & Rothblum mengatakan terdapat enam area akademik yang sering ditunda-tunda oleh *procrastinator*, yaitu tugas menulis (*writing a term paper*), dimana tugas ini dilakukan dengan agenda penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas-tugas akademik seperti berkaitan dengan penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas-tugas menulis seperti mengarang, menulis makalah, laporan penelitian, bahkan penulisan skripsi. Belajar dalam menghadapi ujian (*study for an exam*), dimana prokrastinasi ini pada umumnya dilakukan saat mendekati masa-masa ujian, kuis mingguan, ujian tengah semester atau ujian akhir

¹⁸FA, Mahasiswa Semester 7, Program Studi Komunikasi Penyiaran Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 9 Oktober 2020.

semester. kebanyakan mahasiswa menunda waktu belajarnya, meskipun besok merupakan hari ujian. Membaca buku panduan, dimana idealnya mahasiswa memiliki pegangan berupa buku panduan. Mahasiswa bertugas untuk membaca buku-buku referensi atau penunjang yang sesuai dengan bidangnya. Walaupun kenyataannya banyak mahasiswa yang memilih aktivitas lain daripada membaca buku panduan. Melakukan tugas-tugas administratif, dimana mahasiswa pada umumnya dihadapkan pada kegiatan administratif seperti menulis catatan, absensi kelas, mengembalikan buku perpustakaan. Tetapi banyak mahasiswa yang tidak peduli. Menghadiri perkuliahan (*attending meetings*), dimana menghadiri perkuliahan disini berkaitan dengan presensi absensi kelas. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi dalam area ini biasanya terlambat masuk kelas atau tidak mengikuti perkuliahan dengan berbagai alasan. Kinerja akademik secara umum (*performing academic tasks in general*), dimana penundaan dalam area kinerja akademik secara umum berarti melakukan penundaan pada seluruh tugas atau aktivitas yang berkaitan dengan akademik.¹⁹

Prokrastinasi pada mahasiswa FUAD secara umum tidak terjadi karena persoalan kognitif semata tetapi juga terjadi karena persoalan keadaan yang mengharuskan mahasiswa seperti misalnya faktor kebutuhan dan tuntutan, banyak seseorang terpaksa harus bekerja sambil kuliah demi melangsungkan kehidupan dan perkuliahannya apalagi mahasiswa yang dari segi keluarga kurang mampu dalam segi ekonomi dan financial maka hal ini yang memaksa mahasiswa harus bekerja sambil kuliah selain dari itu organisasi juga merupakan suatu hal yang menjadi faktor penyebab mahasiswa mengalami prokrastinasi pada akademiknya karena tidak

¹⁹Hernik Suherni, *Pengaruh Celebrity Worship Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Penggemar Musik Korean POP*, (Thesis Universitas Negeri Jakarta, 2016), H. 14.

sedikit mahasiswa menggunakan banyak waktunya untuk berorganisasi mencari wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman guna untuk dapat membentuk karakter pada diri mahasiswa sehingga nantinya ketika telah menyelesaikan studi akademiknya mahasiswa FUAD sudah tidak terlalu kaku dalam beradaptasi dilingkungan masyarakat dan dunia kerja. Namun semua hal tersebut tidak dapat disalahkan karena hal demikian terkait dengan persoalan kebutuhan dan tuntunan, namun saja hal tersebut dapat diminimalisir dengan kedisiplinan dan manajemen waktu yang baik sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya prokrastinasi pada akademik.

Berikut ini dapat dirangkumkan berbagai bentuk distorsi kognitif dan prokrastinasi akademik sehingga dapat dilihat secara sederhana dan ringkas dalam tabel sebagai berikut:

1.1 Bentuk Prokrastinasi Akademik Mahasiswa

Inisial Mahasiswa	Bentuk Prokrastinasi
MSAR	<i>Lazy Procrastination</i>
MA	<i>Profession Procrastination</i>
J	<i>Organization Procrastination</i>
AS	<i>Traveling Procrastination</i>
FA	<i>Social Care Procrastination</i>

Tabel 4.2

Bentuk Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan dari rangkuman tabel tentang bentuk prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas ushuluddin adab dan dakwah institut agama islam negeri parepare ada beberapa bentuk prokrastinasi yang sedang dialami oleh mahasiswa sehingga mahasiswa tersebut mengalami prokrastinasi pada akademik tersebut seperti *organization* yaitu mahasiswa yang lebih aktif dalam berorganisasi baik itu organisasi internal dan external kampus sehingga mengakibatkan akademik tertinggal karena lebih banyak menggunakan waktunya untuk organisasi. *Profession* atau pekerjaan menjadi bentuk yang kedua mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik disebabkan persoalan pekerjaan yang juga harus diutamakan karena kontrak pekerjaan yang mengikat mahasiswa tersebut. *Sosial Care* yaitu kepedulian sosial membuat mahasiswa lebih banyak menggunakan waktunya demi untuk membantu dan menolong sesama menjadi tim relawan misalnya sehingga mahasiswa berpergian keluar daerah meninggalkan akademiknya.

4.4 Perilaku Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Perspektif Psikologi Kognitif Mahasiswa Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare

Perilaku prokrastinasi akademik yang terdapat pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare merupakan suatu perilaku yang kurang efisien dalam mengatur waktu untuk menghadapi suatu pekerjaan sehingga menimbulkan sesuatu keterlambatan misalnya tugas akademik tidak dapat diselesaikan dengan baik hingga juga dapat menimbulkan stres bagi para pelaku prokrastinasi tersebut. Perilaku prokrastinasi akademik pada dasarnya memiliki beberapa tipe seperti perfeksionis, pemimpin, pencemas, pembangkang, kritis yang berlebihan.

Perilaku prorastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Insitut Agama Islam Negeri Parepare kebanyakan dipengaruhi dari perilaku yang menyukai aktivitas-aktivitas diluar daripada aktivitas akademik tersebut seperti kegiatan pekerjaan, organisasi, kemalasan, perjalanan dan sosial kepedulian. Sehingga banyak diantara teman-teman mahasiswa tersebut didominasi oleh teman yang organisatoris dan pekerja. Perilaku prokrastinasi akademik cenderung dilakukan oleh mahasiswa organisatoris, dan pekerja karena adanya rasa takut tanggung jawab yang besar diluar daripada aktivitas akademik, selain dari pada itu juga terdapat mahasiswa yang cenderung melakukan prokrastinasi akademik karena adanya rasa takut gagal, tidak menyukai dari tugas yang telah diberikan, memiliki karakter sifat ketergantungan dan kesulitan mengerjakan suatu aktivitas tersebut.

Perilaku prokrastinasi mahasiswa fakultas ushuluddin adab dan dakwah dimulai dengan adanya motif atau faktor-faktor penyebab munculnya perilaku atau juga disebut sebagai alasan dan latar belakang munculnya perilaku.

Menurut Hasil Wawancara:

“Organisai, mencari nafkah untuk keluarga.Bukan menunda cuman membagi waktu antara kuliah dan cari nafkah untuk anak dan istri.Saat ini sisa KPM.Proposan dan Skripsi yang tertundah kuliah sudah tidak ada.In sha Allah yakin usaha sampai. Tidak diusahakan untuk selesai diwaktu yang tepat karena kalau berpikiran ingin selesai tepat waktu maka akan selalu ada tekanan didalam diri. Karena saya ingin tahu, bagaimana rasanya jadi mahasiswa pulang balik kampung setiap hari, sepondok dengan senior, tinggal dibasecamp, numpang dikost teman dan tinggal dirumah keluarga.Setelah merasakan ketinggalan dalam program- program akademik kedepannya akan fokus satu wakktu untuk mengurus kuliah”.²⁰

²⁰AR, Mahasiswa Semester 11, Program Studi Manajemen Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 6 Oktober 2020.

Menurut dari keterangan hasil wawancara tersebut diatas oleh mahasiswabahwa awalnya karena suatu organisasi mahasiswa tersebut mengalami prokrastinasi lalu kemudian juga setelah menikah sehingga rutinitas berpindah kepekerjaan yang harus dilakukan sebagai pertanggung jawaban untuk menafkahi keluarga maka hal inilah yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi tersebut terhadap mahasiswa karena telah semakin banyaknya tanggung jawab yang telah dijalani. Tanggung jawab pada dasarnya harus dijalankan dan diselesaikan sehingga walau bagaimanapun pekerjaan perkuliahan tidak harus ditinggalkan apalagi diputuskan karena sudah telah menjadi sebagai tanggung jawab dan amanah untuk harus diselesaikan. Banyak kendala dan sebab yang akan dialami seperti kemalasan, kecapean dan kekhawatiran sehingga hal ini sudah seharusnya diantisipasi agar kita tetap menyelesaikan perkuliahan karena hal itu sudah menjadi resiko bagi kehidupan.

Hal selanjutnya yang menjadi mekanisme munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa FUAD setelah munculnya motif adalah pengaruh kognitif dan afektif mahasiswa. Mekanisme kerja perilaku menjelaskan adanya pengaruh kognitif dan afektif sebagai penyebab pemilihan perilaku yang akan dilakukan. Sehingga memahami konsep kognitif dan afektif mahasiswa FUAD sangatlah penting dalam kajian ini.

Informasi yang didapatkan dilapangan menunjukkan bahwa pengaruh kognitif dan afektif yang menyebabkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa FUAD kebanyakan karena adanya pikiran irasional dan emosi yang negative seperti ketakutan. Ketakutan yang berlebihan untuk gagal tidaklah baik untuk mahasiswa karena hal tersebut bersifat negatif hingga menghalangi mahasiswa untuk mencapai suatu keberhasilan. Mahasiswa melakukan prokrastinasi disebabkan karena adanya

dua faktor yaitu faktor psikis dan faktor fisik. Faktor psikis diantaranya rendahnya rasa percaya diri bagi mahasiswa tersebut, sering berputus asa, kurang konsisten, cemas dan berkeinginan untuk mendapatkan hasil dengan mudah. Faktor fisik yaitu adanya ketidak mampuan mahasiswa untuk dapat mengontrol stimulus dari luar sehingga renggang terjadinya prokrastinasi akademik pada mahasiswa tersebut.

Perilaku prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh kurangnya manajemen waktu, kesulitan berkonsentrasi, cemas, rasa cemas dan takut, kepercayaan yang negatif. Masalah pribadi, bosan keinginan yang tidak realistis dan perfeksionis serta ketakutan akan kegagalan dalam suatu hal tersebut. Tingkat kesulitan suatu pekerjaan akademik tersebut sebenarnya tidak mempengaruhi mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi karena dalam beberapa pekerjaan yang mudah pun mahasiswa juga tetap melakukan prokrastinasi akademik jika lebih memprioritaskan aktivitas pekerjaan dan organisasi dibanding dengan tugas akademiknya. Hal-hal tersebut merupakan pengaruh kognitif dan afektif yang cukup besar mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik pada mahasiswa FUAD.

Pemahaman dan nilai serta perasaan pada mahasiswa FUAD cukup banyak dipengaruhi dengan konsep yang keliru seperti berfikir bahwa kuliah hanya untuk mendapatkan ijazah yang berguna untuk pekerjaan. Pekerjaan merupakan kebutuhan bagi setiap orang, untuk dapat memenuhi kebutuhan dan keinginan seseorang, maka dari itu pekerjaan begitu penting bagi seseorang agar dapat melangsungkan kehidupan kedepannya. Setiap orang pasti membutuhkan dan menginginkan pekerjaan yang layak akan dapat membekali diri serta keluarga dengan finansial yang cukup bahkan lebih, sehingga dapat memenuhi kebutuhan dan keinginan hidup. Tanpa pekerjaan seseorang akan sulit untuk dapat memenuhi kebutuhan agar dapat

melangsungkan kehidupan kedepannya, olehnya itu banyak orang-orang lebih mementingkan dan lebih mengutamakan waktunya hanya untuk pekerjaan semata karena tanpa bekerja akan sulit untuk makan misalnya untuk memenuhi kelangsungan hidup kedepannya pekerjaan juga kerap sekali dikaitkan dengan kesehatan karena pekerjaan dapat dianggap sebagai olahraga untuk dapat mengeluarkan keringat sehingga orang yang tidak bekerja terkadang sering jatuh sakit apalagi yang tidak berolahraga. Pekerjaan juga sering disandingkan dengan mahasiswa karena terkadang mahasiswa menjalani perkuliahan sambil bekerja untuk dapat memenuhi suatu finansial. Kegiatan aktivitas organisasi juga tak kalah pentingnya bagi mahasiswa karena sebagai wadah intelektualitas juga sebagai wadah untuk mendapatkan pengalaman dan membentuk karakter sehingga mental lebih kuat untuk menghadapi dunia yang sebenarnya setelah selesai kuliah, sehingga dari pada itu banyak mahasiswa yang rela mengorbankan banyak waktunya demi sebuah organisasi hingga aktivitas akademik menjadi korban karena tertinggal disebabkan mahasiswa lebih mementingkan aktivitas organisasi dibanding aktivitas akademik.

Kemudian setelah munculnya pengaruh kognitif dan afektif terhadap motif yang ada, pemilihan perilaku akan ditentukan oleh pengambilan sikap. Sikap sangat mempengaruhi muncul atau tidaknya suatu perilaku sehingga munculnya perilaku berfokus pada sikap yang dipilih setelah adanya pengaruh kognitif dan afektif terhadap motif. Faktor-faktor yang ada ditambah pemahaman dan perasaan pada mahasiswa FUAD biasanya membuat mahasiswa memilih untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik, hal tersebut juga didukung oleh situasi dan kondisi yang ada.

Menurut Hasil Wawancara:

“Karena bertepatan pada jam kantor sehingga tugas dan kehadiran ditinggalkan, tugas tertunda demi suatu pekerjaan, lebih baik eror karena dapat diprogram kembali. Tidak ada kesengajaan untuk menunda karena keinginan juga mau mandiri sehingga tidak ingin membebani orang tua termasuk dari segi ekonomi sehingga saya lebih mengutamakan pekerjaan karena pekerjaan juga sebagai masa depan dan pekerjaan yang membayarkan perkuliahan. Pergaulan sering kumpul-kumpul jadi terkadang lupa dengan kuliah.kerja, nongkrong dan balapan tetapi balapan sebenarnya tidak mengganggu kuliah karena balapan hanya hari sabtu dan minggu. Seperti pada awal tahun 2020 ini banyak terjadi bencana seperti pohon tumbang jadi saat seperti itu kita tidak ada libur.Solusi bagi diri saya yaitu lebih baik memindahkan program kuliah dikelas pekerja”.²¹

Menurut daripada hasil wawancara diatas dapat diketahui bahwa pengambilan sikap dalam prokrastinasi akademik mahasiswa FUAD dipengaruhi berbagai faktor yaitu karena suatu pekerjaan, kesenangan dan hobby. Pekerjaan yang begitu berarti bagi mahasiswa sehingga mengharuskannya untuk lebih memprioritaskan pekerjaannya dibanding akademiknya, karena telah beranggapan bahwa pekerjaan adalah masa depan dan pekerjaanlah yang membayar perkuliahan pada prinsipnya, selain dari pada itu juga mahasiswa tersebut tidak ingin membebani orang tuanya apalagi persoalan ekonomi tuturnya. Mahasiswa tersebut sebenarnya tidak melakukan prokrastinasi akademik dengan kegiatan negatif karena mahasiswa tersebut mengalami prokrastinasi akademik karena persoalan pekerjaan sehingga kita tidak dapat seutuhnya menyalahkan mahasiswa tersebut karena hal ini berkaitan dengan persoalan kebutuhan ekonomi.Solusi untuk mahasiswa tersebut yang sedang mengalami prokrastinasi akademik menurutnya yaitu alangkah baiknya ketika mahasiswa tersebut memindahkan perkuliahannya dengan mengambil perkuliahan program untuk kelas pekerja.Organisasi yang lebih diutamakan akan berakibat

²¹MSAR, Mahasiswa Semester 5, Program Studi Bahasa dan Sastra Arab Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 01 Oktober 2020.

kepada aktivitas akademik perkuliahan, maka dari itu ketika kemampuan untuk dapat memanajemeni waktu dengan baik hingga dapat menyeimbangkan antara aktivitas akademik dan organisasi maka salah satu hal tersebut akan menjadi korban prokrastinasi.

Mekanisme perilaku sangat bergantung pada posisi kesadaran mahasiswa. Kesadaran pada dasarnya adalah hal utama dalam memahami perbuatan sehingga dapat diperbaiki kedepannya, tetapi kesadaran dan pemahaman apabila hanya sebatas itu yang tanpa disertakan atau dilakukan dengan perbuatan maka hasilnya sama saja akan menimbulkan prokrastinasi, sehingga dari pada itu sebenarnya banyak orang yang menyadari akan dirinya sendiri yang sedang mengalami prokrastinasi namun pada akhirnya tidak dapat berbuat apa-apa karena terperunggu dengan pemikiran yang meragukan olehnya itu perbuatan sangatlah penting untuk dikerjakan sehingga sebenarnya perbuatan sangat penting dari pada pemikiran yang hanya sebatas pemikiran tanpa perbuatan. Banyak seseorang yang menyadari akan dirinya namun tidak dapat bergerak untuk berbuat apa-apa dikarenakan pikiran yang selalu berfikir menunda-nundanya dan ragu akan perbuatan tersebut sehingga tidak ada perubahan yang terjadi pada diri ketika hanya sebatas pemikiran tanpa perbuatan.

Mahasiswa FUAD pada umumnya sadar dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan, meskipun demikian posisi kesadaran tidak selalu membawa pada area yang positif.

Meneurut Hasil Wawancara:

“Saya mengalami prokrastinasi karena suatu pekerjaan dan organisasi kemahasiswaan dan saya sedang mengalami prokrastinasi akademik PPL dan KPM.Saya terlalu aktif diwilayah organisasi sehingga perkuliahan saya tertunda.Saya berfikir bahwa pengalaman dan ilmu yang didapatkan diorganisasi lebih banyak dabanding dengan perkuliahan, Saya tidak takut kalau tidak selesai tepat waktu karena saya berfikir bahwa saya harus matang

dalam menggali ilmu dikampus sebelum saya dapat gelar untuk terjun dikalangan masyarakat. Deadline tugas mempengaruhi prokrastinasi saya karena ketika tugas menumpuk sehingga ada kejenuhan dalam mengerjakannya apalagi juga saya aktif diwilayah organisasi. Saya tidak sengaja menunda aktivitas akademik akan tetapi ada hal yang penting selain perkuliahan seperti pekerjaan dan lain-lain. Saya lebih memilih organisasi dibanding kuliah karena pada saat itu saya belum terlalu paham manajemen waktu. Solusi untuk diri saya intinya memperbaiki kesalahan yang telah saya buat, dan menutup lubang yang sudah saya gali sehingga saya tidak akan terjerumus untuk kedua kalinya”.²²

Menurut keterangan dari hasil wawancara oleh mahasiswa tersebut bahwa terlalu memprioritaskan organisasi dan manajemen waktu kurang tepat akibatnya perkuliahan tertinggal, sehingga telah disadari adanya kekeliruan dalam mengatur waktu kuliah dan organisasi karena belum terlalu memahami manajemen waktu tersebut sehingga terjadi prokrastinasi pada akademik yang akan harus diperbaiki kemudian. Manajemen waktu dan perkuliahan harus diprioritaskan karena hal tersebut adalah tujuan utama seorang mahasiswa dan walau bagaimana kita akan tetap kembali untuk dapat menyelesaikannya sehingga keliru ketika akademik perkuliahan dikesampingkan dari yang lain.

Mekanisme perilaku pada umumnya dimulai dengan motif dimana motif juga berkaitan dengan munculnya motivasi. Motivasi sangat diperlukan dalam menghadapi persoalan prokrastinasi akademik bagi para mahasiswa yang sedang mengalami prokrastinasi akademik hingga dapat menyelesaikan masalah prokrastinasi tersebut, karena sebenarnya mahasiswa sadar bahwa menyelesaikan suatu tugas sangatlah penting dan harus segera dilaksanakan tetapi kebanyakan hanya dengan kesengajaan dan kegiatan aktivitas pekerjaan dan organisasi sehingga mahasiswa melakukan penundaan aktivitas akademik atau prokrastinasi akademik. Motivasi akan menggerakkan mahasiswa untuk lebih bersemangat mengerjakan tugas akademik

²²FA, Mahasiswa Semester 7, Program Studi Komunikasi Penyiaran Islam Institut Agama Islam Negeri Parepare, Wawancara Oleh Penulis di Kampus Pada Tanggal 9 Oktober 2020.

karena dorongan ini berada pada diri seseorang yang mengerakkan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya, adalah satu jenis motivasi yang dipandang mempunyai peranan penting dalam suatu aktivitas yaitu motivasi berprestasi. Motivasi berprestasi adalah kecenderungan umum untuk berusaha meraih kesuksesan dan memiliki orientasi tujuan, aktivitas sukses atau gagal, sehingga dengan merasa mampu, maka mahasiswa akan memiliki sikap optimis dalam menghadapi masalah dan tantangan hidup. Sehingga mahasiswa mendapat dorongan atau motivasi dalam mencapai tujuan-tujuan tersebut karena mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi akan menunjukkan ciri-ciri seperti: suka bekerja keras, ulet, membutuhkan umpan balik secara nyata, berorientasi masa depan, tidak membuang waktu, optimis, bertanggung jawab dan memperhatikan resiko.

Perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa FUAD sesuai dengan penjelasan teori dari Millgram mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu perilaku spesifik yang meliputi suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas. Menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas. Melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya tugas kantor, tugas kampus, maupun tugas rumah tangga. Menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, panik, dan sebagainya.

Prokrastinasi bukan semata-mata terjadi karena suatu kebiasaan yang disebabkan oleh kebiasaan belajar dan berorganisasi pada waktu yang buruk saja

teatapi, juga merupakan suatu kesatuan yang disebabkan dari komponen-komponen perilaku, kognitif dan perasaan.

Mekanisme perilaku yang telah dibahas pada mahasiswa FUAD terpenuhi melalui adanya motif atau faktor penyebab, kemudian adanya pengaruh kognitif dan afektif (pikiran dan perasaan), adanya pemilihan sikap terhadap motif serta munculnya perilaku. Prokrastinasi akademik termanifestasikan dalam beberapa gambaran perilaku tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-cirinya. Gambaran perilaku tersebut diketahui sebanyak enam macam perilaku yaitu :

1 Menunda karena aktivitas organisasi

Mahasiswa FUAD yang mengalami prokrastinasi karena aktivitas organisasi dapat dikatakan sebagai tipe mahasiswa organisatoris, mahasiswa organisatoris lebih memprioritaskan aktivitas organisasi dibanding dengan aktivitas akademik, karenanya banyak mahasiswa organisatoris yang mengalami prokrastinasi karena tidak dapat menyeimbangkan waktu organisasi dan akademik.

2 Menunda karena aktivitas pekerjaan

Mahasiswa FUAD yang mengalami prokrastinasi karena suatu pekerjaan tentu ketika suatu pekerjaan disandingkan dengan perkuliahan pasti salah satu akan ada yang tercederai, kecuali tugas akademik atau kuliah sudah tidak ada lagi dan dapat memanajemen waktu dengan sebaik-baiknya maka akan mengurangi kemungkinan untuk mengalami prokrastinasi akademik.

3 Menunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas

Mahasiswa FUAD yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi

cenderung untuk lebih menunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikannya.

4 Terlambatan dalam mengerjakan tugas

Mahasiswa FUAD yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Mahasiswa prokrastinasi menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Tindakan tersebut yang terkadang mengakibatkan mahasiswa tidak berhasil menyelesaikan tugasnya. Kelambanan berarti mahasiswa yang mengerjakan tugas cenderung tidak dapat cepat dalam mengerjakan tugasnya sehingga tugas selesai dengan waktu yang lama.

5 Kesenjangan waktu antara rencana dan pekerjaan

Mahasiswa FUAD prokrastinasi mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Mahasiswa prokrastinasi cenderung sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana - rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang biasanya merencanakan waktu untuk mengerjakan sesuatu, akan tetapi pada waktunya tiba mereka tidak juga melakukan tugas yang telah direncanakan sendiri. Akibatnya, tugas menjadi terlambat dikerjakan bahkan mereka dapat gagal mengerjakan tugas secara memadai.

6 Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan

Mahasiswa FUAD prokrastinasi cenderung dengan sengaja tidak segera menyelesaikan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk

melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, bermain game, mendaki gunung, perjalan dan sebagainya.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik dapat dilihat dari sikap seseorang yang menunda-nunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan waktu dalam pengerjaan tugas, cepat tidaknya tugas terselesaikan dan lebih memilih melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas. sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

