

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk perilaku prokrastinasi akademik yang terdapat pada 4 mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 memiliki dua bentuk prokrastinasi, yakni prokrastinasi fungsional dan prokrastinasi disfungsional. Prokrastinasi fungsional yang dilakukan seperti mengikuti PPB Bahasa Arab, mencari topik yang akan diteliti dalam proposal skripsi, konsultasi dengan dosen pembimbing, revisi proposal, dan melakukan penajakan awal. Sedangkan prokrastinasi disfungsional seperti bekerja memainkan alat musik panting pada acara kawinan, menjaga toko ponsel di kampung halaman, bekerja di rumah makan, bekerja sebagai wartawan, mengajar tpa, mengajar privat, menjadi juri, begadang, melakukan pengobatan, mengikuti komunitas membaca, mengikuti kegiatan organisasi kampus dan luar kampus, dan mengikuti pelatihan ke luar kota.
2. Adapun mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 antara lain: Stres (stres,

menyangka proses akan sulit dilalui), motivasi yang kurang (malas, tidak menyukai tugas, takut gagal, berani mengambil resiko), lingkungan (pengaruh teman sebaya, tugas yang meumpuk dalam waktu yang bersamaan), efikasi diri (kesulitan dalam pengaturan diri, manajemen waktu, perfeksionis, sulit membuat keputusan, kurang penegasan), dan kondisi fisik (sakit).

B. Saran

1. Mahasiswa diharapkan dapat mengatur waktunya dengan bijak agar bisa melakukan kegiatan sehari-hari tanpa mengorbankan salah satu kegiatan perkuliahan ataupun kegiatan diluar jam perkuliahan.
2. Diharapkan peneliti berikutnya dapat melakukan penelitian mengenai prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa dan lebih mempertajam lagi dalam menggali tentang prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa.
3. Diharapkan dapat menjadi acuan dalam mengatasi masalah prokrastinasi akademik oleh lembaga pendidikan, khususnya Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin untuk memberikan wacana dan tindak lanjut penyelesaian untuk masalah prokrastinasi akademik pada mahasiswa, seperti mengadakan seminar atau membuat suatu kebijakan baru di lingkungan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Aliya Noor & Iranita herwi Mahardayani, Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi dalam menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. Dalam *Jurnal Psikologi Pitutur*: I (2): 65-71.
- Akinsola, Mojeed Kolawole, dkk. 2007. Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of university Undergraduate Students, dalam *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 3 (4): 363-370.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Asdi Mahasatya, 2002.
- Baswori & Suwardi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Burka, Jane B. & Lenora M. Yuen, *Procrastination (Why You Do It, What to Do Aout It Now)*, Rev.ed, New York: Da Capo Press, 2008.
- Darmono A & Hasan, A, *Menyelesaikan Skripsi Dalam satu Semester*, Jakarta: Grasindo, 2002.
- Ferrari, Joseph R., dkk, *Procrastination and Task Avoidance*, New York: Plenium Press, 1995.
- Fibrianti, Irmawati Dwi, , 2009. "Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang", *Skripsi*; Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.
- Freeman, Erin K. Dkk. 2011. Procrastination and Task Avoidance, Extraversion and Arousal Procrastination: Waiting for the Kicks, *Jurnal Curr Psychool*, 30: 375-382.
- Ghufron, M. Nur & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 20 17.
- Hayyinah. 2004. Religiuitas dan Prokrastinasi akademik mahasiswa, *Jurnal Psikologika*. 17: 31-41.
- [Http.dilihatya.com/1951/pengertian-mahasiswa-menurut-para-ahli](http://dilihatya.com/1951/pengertian-mahasiswa-menurut-para-ahli)

<http://www.pengertianku.net/2014/11/Kenali-Pengertian-Mahasiswa-dan-Menurut-Para-Ahli.html>

Ihsan, *Dasar- Dasar Kependidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2011.

Julianda, Bethari Noor. 2012. Prokratinasi dan Self Efficacy pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. 1 (1): 1-15.

Kamus Bahasa Indonesia/Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, Jakarta: Pusat Bahasa. 2008.

Knaus, William, *End Procrastinatio Now!*, United States: McGrawHill, 2010.

Mahmud, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Pustaka Setia, 2011.

Margono,S. *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010.

Mudyahardjo, Redja, *Pengantar pendidikan Sebuah Studi Awal tentang Dasar-Dasar Pendidikan Pada Umumnya dan Pendidikan Indonesia*, Jakarta: Raja Grafindo, 2001.

Muslim, Mudaris, dkk. 2014. Bermain Peran untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling*. 2 (2): 67-71.

Purnama. Shofi Septi. Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragan UNESA. :682-692.

Racmahana, R.S. 2002. Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikodimensia*. 2 (3): 132-137.

Rahmat Aziz, Model Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pascasarjana. *Journal of Islamic Education*. Vol , No. 2, 2015, h. 270-295.

Rahmatina. 2015. Model Pengentasan Sikap Prokrastinasi Akademik (Studi Pengembangan Berbasis *Cognitive Behavior Therapy*). *Jurnal Psikologi pendidikan & konseling*. 1 (2): 133-149.

Ramadhani, Jasmine Rizky, “Pengaruh Konsep Diri Dan Harga Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Prodi Kependidikan Di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta”, *Skripsi*; Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.

- Rizvi, Alfian, dkk. 1997. Pusat Kendali dan Efikasi Diri sebagai Prediktor terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologika Fakultas Psikologi UII Yogyakarta*. (3): 51-66.
- Rumiani. 2006. Prokrastinasi Akademik ditinjau Dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. 3 (2): 37-48.
- Solomon, Laura J. & Esther D. Rothblum. 1984. "Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates", *Journal of Counseling Psychology*, 31 (4): 503-509.
- Srantih, Titih. 2014. Pengaruh Perfeksionisme terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Psikologi*. 1 (1): 58-68.
- Triswanto, Sugeng D., Trik Menulis Skripsi dan Menghadapi Presentasi Bebas Stress, Yogyakarta: Tugu Publisher, 2004.
- Undang-Undang Republik Indonesia, Jakarta: Fokus Media, 2003.
- Yong, Fun Lan. 2010. A Studi on the Assertiveness and Academic Procrastination of English and Communication Students at a Private University, dalam *American Journal Of Scientific Reserch* :62-71.