

## Prokrastinasi Akademik dalam Pergaulan Mahasiswa PGSD

Femas Anggit Wahyu Nugroho<sup>1</sup>, Nur Marisa Supriyanti Ningsih<sup>2</sup>,  
Sagita Shofa Az-Zahrah<sup>3</sup>, Nur Fajrie<sup>4</sup>

Universitas Muria Kudus<sup>1,2,3,4</sup>

Kudus, Jawa Tengah, Indonesia

anggitfemas@gmail.com<sup>1</sup>, nurmarisa500@gmail.com<sup>2</sup>, sagitazahra245@gmail.com<sup>3</sup>, nur.fajrie@umk.ac.id<sup>4</sup>

### ABSTRACT

*This study aims to find out more about the behavior of academic procrastination in the association of PGSD students. The subjects of this study were 7 semester 4 PGSD students at Muria Kudus University who had experienced academic procrastination and had a social environment that encouraged them to do so. The research method uses qualitative methods with a case study approach. Data collection is done through observation, in-depth interviews, documentation, and recording. Data validity test includes internal validity, external validity, reliability, and objectivity. Data analysis techniques include the stages of collecting, reducing, presenting, and drawing conclusions. The results of the study indicate that there are interrelated internal and external factors that cause academic procrastination behavior. Internal factors in the form of physical and psychological conditions. External factors include lack of support and cooperation, busy working and organizing, and social influences. Social influence is the most dominant external factor causing academic procrastination. The influence of association triggers the emergence of academic procrastination behavior due to self-alignment efforts to be accepted in a group characterized by cohesiveness, agreement, and obedience.*

### ABSTRAK

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih dalam mengenai perilaku prokrastinasi akademik dalam pergaulan mahasiswa PGSD. Subjek penelitian ini adalah 7 mahasiswa PGSD Universitas Muria Kudus semester 4 yang pernah melakukan prokrastinasi akademik dan memiliki lingkungan pergaulan yang mendorongnya untuk melakukan hal tersebut. Metode penelitian menggunakan metode kualitatif dengan jenis pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dokumentasi, dan pencatatan. Uji keabsahan data meliputi validitas internal, validitas eksternal, reliabilitas, dan obyektivitas. Teknik analisis data meliputi tahap pengumpulan, reduksi, penyajian, dan penarikan simpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat faktor internal dan eksternal yang saling terkait yang menyebabkan adanya perilaku prokrastinasi akademik. Faktor internal berupa kondisi fisik dan psikologis. Faktor eksternal berupa kurangnya dukungan dan kerja sama, sibuk bekerja dan berorganisasi, dan pengaruh pergaulan. Pengaruh pergaulan menjadi faktor eksternal penyebab prokrastinasi akademik yang paling dominan. Pengaruh pergaulan memicu munculnya perilaku prokrastinasi akademik karena adanya usaha penyesuaian diri agar diterima dalam kelompok yang ditandai dengan kekompakan, kesepakatan, dan ketaatan.*

### PENDAHULUAN

Mahasiswa yang sedang menempuh studi di perguruan tinggi memiliki rentan usia 18-25 tahun. Pada fase ini, mahasiswa sudah memasuki masa transisi dari usia remaja ke usia dewasa dan memiliki tanggung jawab yang lebih besar dalam kehidupannya. Seorang mahasiswa memiliki tanggung jawab untuk membawa perubahan yang besar untuk dirinya sendiri maupun orang lain. Salah satu tanggung jawab seorang mahasiswa yaitu sebagai penuntut ilmu dan menyelesaikan tugas-tugas akademik. Dalam menyelesaikan tugas-tugasnya, seorang mahasiswa membutuhkan waktu, biaya, dan tenaga yang tidak sedikit (Papalia et al., 2009).

Seorang mahasiswa untuk dapat memenuhi semua tanggung jawab akademiknya, dituntut untuk memiliki kemampuan mengatur waktu yang baik. Mahasiswa yang tidak memiliki kemampuan mengatur atau membagi waktu dengan baik akan cenderung memiliki kebiasaan menunda-nunda tugas akademiknya. Penundaan tugas-tugas akademik seperti menunda mengerjakan latihan soal, persiapan ujian, menyelesaikan tugas atau proyek, serta mengurus masalah administrasi kampus atau sekolah sering disebut sebagai prokrastinasi akademik (Zacks & Hen, 2018).

Prokrastinasi akademik ini sendiri dapat muncul karena beberapa aspek. McCloskey dan Scielzo (dalam Kogoya & Jannah, 2021)

menjelaskan bahwa terdapat enam aspek pembentuk konstruksi prokrastinasi akademik meliputi aspek keyakinan psikologis, mudah terdistraksi, sosial, manajemen waktu, tidak inisiatif, dan kemalasan. Aspek yang pertama yakni keyakinan psikologis seseorang. Keyakinan jika mereka hanya dapat bekerja di bawah tekanan batas akhir pengumpulan tugas tentu akan memunculkan perilaku prokrastinasi akademik. Aspek kedua yakni mudah terganggu oleh aktivitas yang lain. Seseorang yang mudah terganggu dan lebih memilih melakukan hal yang lebih menyenangkan akan sering melakukan prokrastinasi akademik. Aspek ketiga yaitu faktor sosial seperti teman atau keluarga. Mahasiswa berada pada usia 18-25 tahun ini berada pada fase penyesuaian sosial dan kemandirian sehingga mereka akan cenderung memilih bekerja dan bersosialisasi dengan teman daripada harus belajar maupun mengerjakan tugas. Aspek keempat yaitu keterampilan manajemen waktu dimana ketidakmampuan mahasiswa untuk mengatur waktu. Aspek kelima yakni tidak memiliki inisiatif atau dorongan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu. Di dalam menyelesaikan tugas atau belajar motivasi terutama motivasi dari dalam memang sangat dibutuhkan. Aspek yang terakhir yaitu kemalasan di mana mahasiswa tersebut cenderung menghindari untuk mengerjakan tugas meski pun ia mampu mengerjakan.

Ferrari et al (dalam Khoirunnisa et al., 2021) mengemukakan adanya faktor internal dan faktor eksternal yang mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Faktor internal meliputi kesehatan atau kondisi fisik individu, dan kondisi psikologis individu. Faktor eksternal meliputi pola asuh orang tua dan kondisi lingkungan. Lebih lanjut, Ferrari dan Steel (dalam Nisa et al., 2019) mengemukakan pandangannya mengenai aspek-aspek yang menandakan perilaku prokrastinasi akademik yang terdiri dari *perceived time*, *intention action*, *emotional distress*, *perceived ability*.

Aspek *perceived time* merupakan aspek di mana seseorang gagal dalam menepati deadline. mereka lebih memikirkan masa sekarang daripada masa mendatang tanpa memikirkan kedepannya hal ini menyebabkan inidivu menjadi kurang tepat dan gagal dalam mengelola waktu pengerjaan tugas. *Intention action* merupakan perbedaan keinginan dan perilaku menyebabkan kegagalan dalam mengerjakan tugas. Dimana mahasiswa ingin mengerjakan namun deadline sudah mepet,

celah antara keinginan dan perilaku semakin sempit atau kecil. *Emotional distress* terlihat dalam melakukan prokrastinasi akan ada perasaan cemas dan was-was. Mereka menanggung konsekuensi negative yang dapat memicu kecemasan pada dirinya. *Perceived ability* prokrastinasi memang tidak berhubungan dengan kemampuan. Sifat ragu-ragu, takut akan kesalahan akan memicu seseorang untuk melakukan prokrastinasi dan menyalahkan diri mereka dianggap tidak mampu.

Salah satu hal yang dapat memicu munculnya prokrastinasi akademik adalah pengaruh pergaulan dengan teman sebaya. Pergaulan dapat mempengaruhi pendirian seseorang. Seseorang yang tidak berpendirian teguh rentan terpengaruh untuk mengikuti tindakan atau menuruti ajakan temannya. Ia akan menjadi sosok yang ikut-ikutan saja terhadap kelompoknya. Hal ini merupakan suatu bentuk penyesuaian agar dirinya dapat diterima dalam kelompok tersebut (I. A. Putri, 2019). Salah satu contohnya adalah kecenderungan untuk lebih menuruti ajakan teman pergi ke mall daripada mendahulukan mengerjakan tugas yang sudah mepet deadline.

Usaha penyesuaian diri dengan lingkungan pergaulan tersebut ditandai dengan adanya beberapa aspek. Davi'Sears dkk. (dalam Khomariyah, 2016) menyebutkan tiga hal yang menandai adanya usaha penyesuaian diri yakni kekompakan, kesepakatan, dan ketaatan. Kekompakan dapat muncul karena adanya rasa suka dengan anggota kelompok serta harapan dapat memperoleh manfaat darinya. Hal ini menyebabkan semakin eratnya hubungan dan kesetiakawanan semakin besar, sehingga kekompakan pun akan muncul. Kesepakatan muncul karena pendapat kelompok dianggap memiliki pengaruh lebih kuat daripada pendapat pribadi, sehingga mengharuskan seseorang untuk loyal dengan kelompoknya. Kesepakatan dipengaruhi oleh adanya rasa percaya, persamaan pendapat, dan rasa takut jika dianggap menyimpang dari kelompok. Ketaatan muncul karena adanya tekanan yang membuat seseorang harus melakukan sesuai apa yang diinginkan kelompoknya meskipun ia secara pribadi tidak ingin melakukannya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara dengan 3 mahasiswa PGSD Universitas Muria Kudus, didapati bahwa masih banyak praktik penundaan tugas. Mereka menyatakan sering menyelesaikan tugas dengan sistem kebut semalam. Penundaan tugas sering

terjadi karena faktor dari dalam diri seperti rasa malas dan lelah karena padatnya jadwal kegiatan lain. Selain itu, mereka mengatakan pengaruh lingkungan pergaulan juga menjadi faktor pendorong munculnya praktik penundaan tugas. Beberapa teman justru sering memberikan pengaruh ajakan untuk menunda-nunda tugas. Mereka juga mengungkapkan bahwa dirinya pernah mengumpulkan tugas melewati batas waktu yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil observasi pada beberapa lingkup pergaulan, didapati juga bahwa masih banyak mahasiswa PGSD Universitas Muria Kudus yang melakukan penundaan tugas. Perbincangan mereka di sela-sela waktu istirahat tak lepas dari keinginan untuk menunda pengerjaan tugas dengan alasan tenggang waktu yang masih lama. Selain itu, banyak dari mereka yang lebih memilih mengisi waktu istirahat dengan bermain game. Beberapa dari mereka juga lebih memilih ajakan teman lain untuk bersenang-senang daripada mengerjakan tugas yang sudah mendekati tenggang waktu pengumpulan.

Hasil studi pendahuluan tersebut tentunya menjadi sesuatu yang menarik untuk dikaji lebih dalam. Hal ini tak lepas dari stigma bahwa mahasiswa PGSD seharusnya terbiasa untuk disiplin mengingat dirinya sebagai seorang calon pendidik. Namun disisi lain, ternyata masih banyak mahasiswa PGSD yang melakukan penundaan tugas.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Jannah & Muis (2014) mendapati hasil bahwa dari total 307 mahasiswa yang menjadi sampel penelitian, sebanyak 167 mahasiswa (55%) pada kategori sedang prokrastinasi akademiknya, 90 mahasiswa (29%) pada kategori tinggi, dan 50 mahasiswa (16%) tergolong melakukan prokrastinasi akademik pada kategori rendah. Beberapa penyebab prokrastinasi yang ditemukan adalah alasan kemalasan, pengambilan resiko, kurang asertif, pengaruh teman, dan kecemasan terhadap evaluasi. Penelitian oleh Syifa et al (2018) mendapati hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan prokrastinasi akademik, regulasi emosi dengan prokrastinasi akademik, dan secara bersamaan antara konsep diri dan regulasi emosi dengan prokrastinasi akademik. Dinata & Supriyadi (2019) dalam penelitiannya mendapati hasil bahwa kontrol diri, beban kerja, dan dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan dan menjadi penyebab terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian oleh Wahyuningtiyas et al

(2019) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara manajemen stress dengan prokrastinasi akademik sebesar 64,5%. Selanjutnya, penelitian Haryanti & Santoso (2020) mendapati hasil bahwa pengaruh pengelolaan waktu yang kurang baik pada mahasiswa yang aktif berorganisasi menyebabkan kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik sebesar 74% kategori prokrastinasi akademik sedang, 13,4% kategori tinggi, dan 12,6% kategori rendah.

Berdasarkan penelitian relevan yang telah dipaparkan, penundaan tugas-tugas akademik masih begitu membudaya dan masih banyak dilakukan oleh mahasiswa dengan dipengaruhi oleh berbagai macam aspek dan faktor. Berbagai aspek dan faktor tersebut tentunya berbeda antara satu mahasiswa dengan mahasiswa lain. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui secara mendalam mengenai perilaku prokrastinasi akademik dalam pergaulan mahasiswa program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Muria Kudus.

## **METODE**

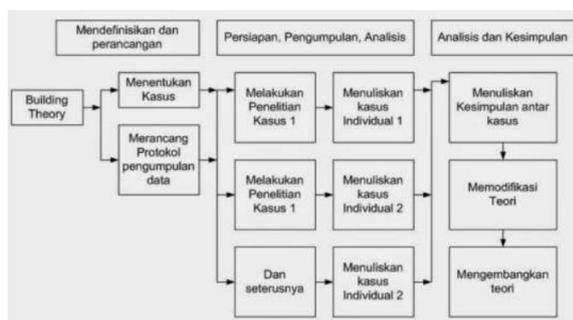
Penelitian ini dilakukan pada lingkup pergaulan mahasiswa PGSD Universitas Muria Kudus. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif semester 4 PGSD Universitas Muria Kudus. Penelitian dilakukan dengan tujuan mengetahui secara mendalam mengenai perilaku prokrastinasi akademik dalam pergaulan mahasiswa PGSD Universitas Muria Kudus.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Denzin & Lincoln (dalam Fadli, 2021) mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan sebuah fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada. Penelitian kualitatif merupakan suatu pendekatan atau penelusuran untuk mengeksplorasi dan memahami suatu gejala sentral (Creswell dalam Raco, 2010). Dapat disimpulkan bahwa penelitian kualitatif merupakan suatu proses penelitian untuk menyelidiki dan menafsirkan suatu fenomena atau permasalahan secara mendalam yang didasarkan pada fakta alamiah di lapangan.

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Studi kasus merupakan penelitian yang mengeksplorasi kehidupan nyata, kasus terbatas, dan berbagai kasus, melalui pengumpulan data secara detail dan mendalam menggunakan sumber informasi yang kompleks (Creswell, 2015). Menurut Rahardjo

(dalam R. R. Putri et al., 2021) mendefinisikan studi kasus sebagai suatu serangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara intensif, terinci dan mendalam tentang suatu program, peristiwa, dan aktivitas, baik pada tingkat perorangan, sekelompok orang, lembaga atau organisasi untuk memperoleh pengetahuan mendalam tentang peristiwa tersebut. Patton (dalam Raco, 2010) menyatakan bahwa studi kasus adalah studi tentang kekhususan dan kompleksitas suatu kasus dan berusaha untuk mengerti kasus tersebut dalam konteks, situasi dan waktu tertentu. Dapat disimpulkan bahwa pendekatan studi kasus merupakan pendekatan yang digunakan untuk meneliti suatu kasus yang memiliki kekhususan dan kompleksitas serta berupaya untuk mengerti kasus tersebut secara terperinci.

Adapun tahapan studi kasus menurut Yin (2003) yaitu: 1) mendefinisikan dan merancang penelitian, 2) menyiapkan, mengumpulkan, dan menganalisis data, dan 3) menganalisis dan menyimpulkan. Pada tahapan mendefinisikan dan merancang penelitian, peneliti melakukan kajian pengembangan teori atau konsep untuk menentukan kasus dan merancang protokol pengumpulan data. Pada tahapan menyiapkan, mendefinisikan, dan merancang penelitian, peneliti melakukan persiapan, pengumpulan, dan analisis data berdasarkan protokol penelitian yang telah dirancang sebelumnya. Pada tahapan menganalisis dan menyimpulkan, tahapan ini merupakan tahapan akhir dari penelitian studi kasus. Tahapan studi kasus ini dapat digambarkan sebagaimana gambar di bawah ini.



Gambar 1. Tahapan Studi Kasus (Yin, 2003)

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dokumentasi, dan pencatatan. Observasi dilakukan terhadap tindakan nyata, lingkungan pergaulan, dan kata-kata subjek penelitian. Wawancara dilakukan terhadap 7 mahasiswa PGSD semester 4

yang terindikasi pernah melakukan prokrastinasi akademik dan memiliki lingkungan pergaulan yang mendukungnya untuk melakukan hal tersebut. Dokumentasi dan pencatatan dilakukan dalam bentuk mendokumentasikan hal hal yang dapat mendukung hasil observasi dan wawancara.

Uji keabsahan data penelitian kualitatif menurut Sugiyono (2017) meliputi uji *credibility* (validitas internal), *transferability* (validitas eksternal), *dependability* (reliabilitas), dan *confirmability* (obyektivitas). Berdasarkan hal ini, peneliti memastikan bahwa data yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan pencatatan telah memenuhi empat kriteria keabsahan data tersebut.

Analisis data penelitian kualitatif dilakukan secara interaktif dan terus menerus sampai mendapati datanya telah jenuh. Analisis data penelitian kualitatif dilakukan secara induktif, yakni berdasarkan temuan lalu dikembangkan menjadi hipotesis (Sugiyono, 2017). Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model Miles and Huberman yang melibatkan tahap pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan membuat simpulan (Sugiyono, 2017).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PGSD

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda pengerjaan tugas-tugas akademik yang cenderung dilakukan secara berulang-ulang. Perilaku ini tidak serta merta muncul begitu saja. Terdapat faktor-faktor yang dapat menyebabkan munculnya perilaku prokrastinasi akademik ini. Faktor tersebut dapat berupa faktor internal maupun eksternal.

Ferrari et al (dalam Harkinawati, 2019) membagi faktor internal penyebab prokratinasi dapat berupa kondisi fisik dan psikologis individu, sedangkan faktor eksternalnya dapat berupa kurangnya dukungan kerja sama, pengaruh teman sebaya, sibuk bekerja atau berorganisasi, kurangnya sarana prasarana, kurangnya sumber informasi, status ekonomi sosial, pola asuh orang tua, dan lain-lain yang berasal dari luar diri individu. Baik faktor internal maupun eksternal, keduanya memiliki sumbangsih terhadap munculnya perilaku prokrastinasi. Kedua faktor ini saling terkait satu sama lain.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan beberapa faktor yang menyebabkan munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa

PGSD. Faktor tersebut meliputi faktor internal dan eksternal. Faktor-faktor tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut.

### 1. Faktor Internal

Faktor internal pertama yang menyebabkan terjadinya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa PGSD adalah kondisi fisik mahasiswa. Mahasiswa dengan inisial ASN dalam wawancaranya, menyatakan bahwa dirinya sering menunda tugas-tugas akademik karena kelelahan setelah pulang dari kampus, sehingga lebih memilih untuk istirahat sebentar. Ia menambahkan bahwa niatan untuk beristirahat sebentar tersebut pada akhirnya berujung rasa nyaman sehingga menyebabkan dirinya malas bergerak. Tugas-tugas akademik pun pada akhirnya tertunda. Mahasiswa lain, yakni LF mengatakan bahwa dirinya sering melakukan penundaan tugas akademik karena lelah setelah melakukan aktivitas rumah seperti mencuci piring, menyapu, dan mengepel. Hal itu menyebabkan dirinya lebih memilih untuk beristirahat yang berujung keterusan dan menyebabkan penundaan pengerjaan tugas-tugas akademik.

Faktor internal kedua yakni faktor psikologis. Mahasiswa dengan inisial NAW mengatakan bahwa dirinya menunda pengerjaan tugas-tugas akademik pada beberapa mata kuliah salah satunya karena kurang menguasai materi pada mata kuliah tersebut. Ia juga menambahkan bahwa dirinya seringkali merasa sulit memahami instruksi pengerjaan tugas yang diberikan oleh dosen pengampu mata kuliah yang bersangkutan. SR dalam wawancaranya juga mengatakan hal yang sama yakni sering tidak memahami maksud dari tugas yang diberikan. Hal itu menyebabkan kurangnya motivasi diri dan menimbulkan rasa malas untuk mengerjakan tugas. Rasa malas ini sama halnya dengan yang dialami oleh SFA. Mahasiswa lain, IS mengatakan bahwa dirinya merasa tugas yang diberikan dosen tergolong rumit, sehingga lebih memilih menunda tugas tersebut. Salah satu contoh tugas tersebut adalah pembuatan artikel ilmiah untuk dipublikasi di jurnal. Mahasiswa dengan inisial HS mengatakan bahwa dirinya melakukan prokrastinasi karena waktu pengumpulan tugas yang masih lama. Hal ini menyebabkan dirinya

mengesampingkan tugas tersebut dan lebih memilih untuk melakukan hal lain yang diinginkan.

Secara ringkas, faktor internal penyebab terjadinya prokrastinasi akademik mahasiswa PGSD meliputi kondisi fisik yakni kelelahan, sedangkan kondisi psikologisnya adalah kurang menguasai materi, kurang memahami instruksi dosen, merasa kurang motivasi yang menyebabkan rasa malas, anggapan bahwa tugas yang diberikan tergolong rumit, dan anggapan bahwa waktu pengumpulan tugas yang masih lama. Temuan ini sejalan dengan penelitian Suhadianto & Pratitis (2019) yang salah satu hasil penelitiannya mendapati beberapa faktor internal penyebab prokrastinasi adalah persepsi terhadap tugas, persepsi terhadap mata kuliah, kepribadian (malas), dan fisik (kelelahan). Diperkuat oleh pernyataan Millgram (dalam Ghufroon & Risnawita, 2011) bahwa individu dengan kondisi *fatigue* (kelelahan) memiliki potensi lebih besar untuk melakukan prokrastinasi. Selain faktor kondisi fisik tersebut, kondisi psikologis turut menyumbang potensi munculnya perilaku prokrastinasi. Kondisi psikologis seperti perasaan cemas, stress, dan merasa sulit memahami akan menurunkan motivasi untuk menyelesaikan tugas-tugas kuliah yang ada. Sebagaimana pernyataan Phoolka & Kaur; Lastuti & Jaedun (dalam Soegiyanto et al., 2019) bahwa semakin tinggi motivasi yang muncul dari dalam diri, semakin rendah kecenderungan individu untuk melakukan prokrastinasi, begitu sebaliknya, semakin rendah motivasi yang muncul dari dalam diri, maka semakin tinggi kecenderungan individu untuk melakukan prokrastinasi.

### 2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal pertama yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi adalah kurangnya dukungan dan kerja sama. Mahasiswa SR dalam wawancaranya mengatakan bahwa dirinya sering menunda mengerjakan tugas terutama tugas kelompok salah satunya karena kurangnya dukungan dari teman-temannya. Beberapa anggota kelompok susah untuk diajak kerja sama, sehingga tugas yang semestinya adalah tugas kelompok terkesan menjadi seperti tugas individu. Hal ini menyebabkan tugas

kelompok tersebut terbengkalai dalam waktu yang cukup lama. Ia juga menambahkan bahwa dirinya sering merasa keberatan jika mendapatkan anggota kelompok yang hanya mengandalkan anggota kelompok lainnya, dan hanya numpang nama. Hal tersebut menyebabkan dirinya menjadi ikut malas untuk mengerjakan tugas kelompok tersebut.

Faktor eksternal ke dua adalah kesibukan bekerja dan berorganisasi. Mahasiswa SFA mengatakan bahwa dirinya seringkali kesulitan mengatur waktu untuk mengerjakan tugas, bekerja, dan berorganisasi. Ia mengatakan bahwa sangat sering melakukan prokrastinasi akademik dikarenakan banyaknya agenda-agenda dadakan yang kerap terjadi. Hal ini menyebabkan SFA mau tidak mau harus menunda mengerjakan tugas-tugas kuliahnya dan lebih memprioritaskan agenda organisasi, pekerjaan, atau hal-hal mendesak lainnya.

Faktor eksternal ke tiga adalah pengaruh teman atau pengaruh pergaulan. Dari 7 narasumber yakni ASNF, LF, NAW, HS, IS, SFA, dan SR, semuanya memaparkan bahwa seringkali terpengaruh ajakan teman untuk nongkrong atau bersenang-senang, sedangkan di sisi lain mereka tahu bahwa masih ada tanggungan tugas yang tenggang waktu pengumpulannya sudah cukup dekat. Teman-teman dalam pergaulannya seringkali mengajak untuk pergi jalan, ghibah, dan bermain game. Hal ini menyebabkan tertundanya pengerjaan tugas dan seringkali mereka menyelesaikan tugas ketika sudah mepet waktu pengumpulan. Beberapa dari mereka bahkan mengatakan sering mengerjakan tugas dengan sistem kebut semalam. Ada juga yang pernah mengumpulkan tugas melewati batas waktu pengumpulan yang telah ditentukan.

Dapat dikatakan bahwa faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa PGSD adalah kurangnya dukungan dan kerja sama, kesibukan bekerja dan organisasi, dan pengaruh pergaulan. Faktor eksternal yang paling dominan adalah pengaruh pergaulan. Hal ini terlihat dari 7 narasumber yang diwawancara mengatakan pernah mendapat ajakan dari teman-teman pergaulannya untuk menunda-nunda mengerjakan tugas-tugas akademik.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian Fauziah (2015) yang mendapati faktor eksternal yang menyebabkan adanya prokrastinasi adalah kurangnya kerja sama atau kontribusi kelompok, kesibukan di luar kampus, dan pengaruh pergaulan. Penelitian Wulan & Abdullah (2014) mendapati bahwa bekerja menjadi salah satu faktor eksternal yang menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam pengerjaan skripsi. Sebagaimana dalam tulisan Jamila (2020) juga menyatakan salah satu faktor eksternal penyebab prokrastinasi adalah kesibukan di luar kampus seperti bekerja dan berorganisasi. Sedangkan dalam penelitian ini, pengaruh pergaulan menjadi faktor eksternal penyebab prokrastinasi akademik paling dominan.

Faktor internal dan eksternal penyebab prokrastinasi akademik saling terkait satu sama lain. Misalkan faktor eksternal kesibukan di luar kampus yang berkaitan dengan faktor internal kondisi fisik. Ketika seorang mahasiswa terlalu sibuk dengan berbagai kegiatan, tentunya akan menimbulkan rasa lelah dan butuh istirahat. Faktor eksternal dukungan dengan faktor internal kondisi psikologis. Dukungan atau bantuan dan kerja sama dari teman tentunya sangat dibutuhkan dalam kegiatan perkuliahan. Seorang mahasiswa yang kurang mendapat dukungan dari teman, atau satu kelompok dengan mahasiswa yang sulit diajak bekerja sama tentunya menurunkan motivasi diri untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik yang ada. Faktor pengaruh pergaulan juga dapat menimbulkan rasa malas mengerjakan tugas dalam diri karena lebih merasa senang menghabiskan waktu untuk nongkrong dan bersenang-senang. Pada akhirnya, tugas-tugas akademik akan menumpuk dan terbengkalai satu persatu. Keterkaitan antara faktor eksternal dan internal ini sebagaimana pendapat Bruno (dalam Nurjan, 2020) yang menyatakan bahwa apabila faktor internal dan eksternal saling berinteraksi, maka perilaku prokrastinasi yang terjadi akan semakin buruk.

### **Pengaruh Pergaulan Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PGSD**

Sebagaimana hasil dalam penelitian ini, didapati bahwa pergaulan memiliki pengaruh paling dominan terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa PGSD. Hasil wawancara terhadap 7 narasumber semuanya mengatakan sering terpengaruh dan cenderung

menuruti ajakan teman pergaulannya untuk pergi jalan-jalan, nongkrong, dan ghibah. Hasil pengamatan terhadap lingkungan pergaulan 7 narasumber juga didapati bahwa mereka lebih sering pergi ke luar untuk healing. Selain itu dalam lingkungan pergaulan tersebut kebanyakan dari mereka juga sering menunda atau terlambat mengumpulkan tugas, sehingga memberikan pengaruh kepada 7 narasumber untuk ikut melakukan hal yang sama. Usaha penyesuaian diri atas dasar desakan atau pengaruh kelompok ini disebut dengan konformitas (Imansyah & Setyawan, 2018).

Davi'Sears, dkk. (dalam Khomariyah, 2016) mengemukakan adanya aspek-aspek yang menandakan konformitas yakni kekompakan, kesepakatan, dan ketaatan. Dalam penelitian ini, ditemukan beberapa aspek konformitas dalam pergaulan mahasiswa PGSD. Adapun aspek-aspek yang menandakan konformitas dalam pergaulan mahasiswa PGSD sebagai berikut.

### 1. Kekompakan

Mahasiswa dengan inisial HS dalam wawancara mengatakan bahwa dalam pergaulannya, kekompakan teman-temannya sangatlah terjaga. Menurutnya, kekompakan tersebut terjadi karena rasa kecocokan antar satu teman dengan yang lain (sefrekuensi), dan kesetiakawanan yang tinggi. Setiap anggota berusaha untuk menyesuaikan dirinya sehingga dapat diterima dan disukai dalam pergaulan tersebut. Dalam hal keterkaitan dengan perilaku prokrastinasi akademik, teman-teman pergaulannya seringkali kompak dalam hal penundaan pengerjaan tugas. HS menambahkan contoh dalam hal ini adalah kompak untuk nongkrong dan bermain game dan memilih mengerjakan tugas ketika sudah mendekati waktu pengumpulan. Ketika sudah mendekati waktu pengumpulan, salah satu atau beberapa anggota akan berusaha mencari contekan kepada teman-teman mahasiswa lain yang sekiranya sudah mengerjakan. Contekan tersebut akhirnya akan dibagikan kepada semua anggota pergaulan agar dapat menyelesaikan tugasnya. Hal serupa juga diutarakan oleh mahasiswa SR dan NAW.

### 2. Kesepakatan

Mahasiswa ASNF dan LF dalam wawancara mengutarakan bahwa teman-temannya dalam pergaulannya seringkali membuat kesepakatan untuk pergi jalan atau bersenang

senang. Menurut mereka, hal ini dapat terjadi karena adanya kepercayaan dan kesamaan pendapat antar anggota pergaulan. ASNF dan LF menambahkan contoh semisal ketika mereka sudah sepakat untuk pergi ke suatu tempat, namun ada salah satu teman yang tidak bisa, mereka akan membatalkan rencana tersebut. Mereka akan mencari alternatif lain yakni mencari tanggal atau waktu di mana semua anggota bisa ikut pergi ke tempat tersebut. ASNF dan LF juga mengakui mereka seringkali lebih memilih menghabiskan waktu bersama teman-teman sepergaulannya dan mengesampingkan tugas-tugas akademik. Hal ini menyebabkan tugas-tugas akademik mereka menumpuk.

### 3. Ketaatan

Mahasiswa SFA dan IS dalam wawancara mengatakan bahwa mereka sering memilih menghabiskan waktu bersama teman-temannya untuk bersenang-senang daripada mengerjakan tugas. Hal ini mereka lakukan untuk menghargai teman-teman lainnya meskipun sebenarnya mereka agak berat hati. Mereka sebenarnya ingin mengerjakan tugas, akan tetapi teman-temannya seringkali mengajak pergi ke suatu tempat dan memberitahukan bahwa tempat tersebut asik dan ada hal-hal baru yang bisa didapat. Selain pergi ke suatu tempat, seringkali mereka mendapat ajakan untuk pergi mencoba makan di tempat makan yang katanya enak dan harganya amah di kantong. Adanya ganjaran atau iming-iming yang diberitahukan ini menyebabkan SFA dan IS beberapa kali goyah pendirian dan pada akhirnya lebih memilih untuk ikut bersenang-senang.

Konformitas membentuk suatu konstruksi pengaruh pergaulan yang dapat memicu munculnya perilaku prokrastinasi. Konformitas dalam pergaulan mahasiswa PGSD terjadi karena adanya kekompakan, kesepakatan, dan ketaatan. Kekompakan dalam kelompok terjadi karena adanya rasa saling cocok dan usaha penyesuaian diri dari setiap anggota. Kesepakatan terbentuk karena adanya kepercayaan dan kesamaan pendapat. Ketaatan terbentuk karena adanya tekanan dari anggota lain dengan iming-iming atau ganjaran yang dianggap menguntungkan.

Aspek-aspek konformitas tersebut memberikan pengaruh terhadap pendirian

mahasiswa. Mahasiswa akan merasa tidak enak atau takut tidak dianggap jika tidak mengikuti hal-hal yang dilakukan dalam pergaulannya. Mereka akan berusaha sebisa mungkin menyelaraskan diri agar tetap eksis dalam anggota pergaulan tersebut. Pada akhirnya, mereka akan lebih memprioritaskan untuk ke sana ke mari bersapa teman-teman sepergaulannya daripada tanggung jawab untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Temuan penelitian ini diperkuat oleh penelitian Qomariyah (2016) yang salah satu hasil penelitiannya mendapati bahwa tingkat konformitas mahasiswa tergolong tinggi, sehingga mampu mengikat mahasiswa dan berbanding lurus dengan tingkat prokrastinasi yang semakin tinggi pula. Diperkuat bahwa konformitas teman sebaya dan dukungan sosial orang tua secara bersama-sama berperan terhadap perilaku prokrastinasi akademik (Krisnadi & Susilawati, 2019). Diperkuat juga bahwa semakin tinggi konformitas, semakin tinggi pula prokrastinasi akademik yang terjadi, sedangkan semakin tinggi regulasi diri, semakin rendah prokrastinasi akademik yang terjadi (Azzahra, 2019).

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dalam pergaulan mahasiswa PGSD terbentuk karena adanya faktor internal dan eksternal. Faktor internal tersebut berupa kondisi fisik dan psikologis, sedangkan faktor eksternal berupa kurangnya dukungan dan kerja sama, sibuk bekerja atau berorganisasi, dan pengaruh pergaulan. Pengaruh pergaulan menjadi faktor eksternal paling dominan karena adanya usaha penyelarasan diri yang begitu mengikat mahasiswa agar dirinya tetap eksis dalam kelompok pergaulan tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azzahra, A. (2019). Hubungan antara Konformitas dan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 93–99. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i1.4710>
- Creswell, J. W. (2015). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Pustaka Pelajar.
- Dinata, I. D. G. A., & Supriyadi. (2019). Hubungan Kontrol Diri, Beban Kerja dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Udayana yang Bekerja Part Time. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 103–115.
- Fadli, M. R. (2021). Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123–132. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Harkinawati, M. A. (2019). Pengaruh Konformitas Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Skripsi Universitas Negeri Jakarta*. <http://repository.unj.ac.id/3091/>
- Haryanti, A., & Santoso, R. (2020). Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Aktif Berorganisasi. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 41–47.
- Imansyah, Y., & Setyawan, I. (2018). Peran Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Laki-Laki MA Boarding School Al-Irsyad. *Jurnal Empati*, 7(4), 233–237.
- Jamila. (2020). Konsep Prokratinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal EduTech*, 6(2), 257–261.
- Jannah, M., & Muis, T. (2014). Prokrastinasi Akademik (Perilaku Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 4(3), 1–8.
- Khoirunnisa, R. N., Jannah, M., Dewi, D. K., & Satiningsih, S. (2021). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(3), 278–292. <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p278-292>
- Khomariyah, L. (2016). Hubungan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas VIII di SMP 3 Negeri Kertosono. *Skripsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/4934/>

- Kogoya, M. P. V., & Jannah, M. (2021). Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 14–23.
- Krisnadhi, M. A. D., & Susilawati, L. K. P. A. (2019). Peran Konformitas Teman Sebaya dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(3), 183–194.
- Nisa, N. K., Mukhlis, H., Wahyudi, D. A., & Putri, R. H. (2019). Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan. *Journal of Psychological Perspective*, 1(1), 29–34. <https://doi.org/10.47679/jopp.1172019>
- Nurjan, S. (2020). Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Muaddib: Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 10(1), 61–83. <https://doi.org/10.24269/muaddib.v1i1.2586>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development Perkembangan manusia* (10 Buku 2). Salemba Humanika.
- Putri, I. A. (2019). Hubungan antara Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik (Penundaan Tugas) Mahasiswa BK FKIP UPS Tegal Angkatan 2016. *Skripsi Universitas Pacasakti Tegal*. <https://core.ac.uk/download/pdf/196255896.pdf>
- Putri, R. R., Kanzunudin, M., & Fajrie, N. (2021). Analisis Keterampilan Menulis Ditinjau dari Kemampuan Kognitif Siswa Kelas 1 SD 3 Piji Kudus. *Jurnal Educatio*, 7(4), 1394–1402. <https://doi.org/10.31949/educatio.v7i4.1398>
- Qomariyah, N. (2016). Efikasi Diri, Ketidaknyamanan Terhadap Tugas, dan Konformitas Teman Sebaya Sebagai Prokrastinasi Akademik. *Tesis Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta*. <https://eprints.ums.ac.id/43930/>
- Raco, J. R. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik dan Keunggulannya*. PT Grasindo. <https://doi.org/10.31219/osf.io/mfzuj>
- Soegiyanto, S., Setiawan, I., Abdulazis, M. F., Dharmawan, D. B., & Parista, S. V. (2019). Analisis Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Atlet. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 3(1), 106–116.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Alfabeta.
- Suhadianto, S., & Pratitis, N. (2019). Eksplorasi Faktor Penyebab, Dampak, dan Strategi untuk Penanganan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2), 204–223. <https://doi.org/10.24036/rapun.v10i2.106266>
- Syifa, L., Sunawan, & Nusantoro, E. (2018). Prokrastinasi Akademik pada Lembaga Kemahasiswaan dari Segi Konsep Diri dan Regulasi Emosi. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(1), 21–29. [journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk](http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk)
- Wahyuningtiyas, E. P., Fasikhah, S. S., & Amalia, S. (2019). Hubungan Manajemen Stres dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(1), 28–45. <https://doi.org/10.24036/rapun.v10i1.105006>
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi. *Jurnal Sosio - Humaniora*, 5(1), 55–74. <file:///C:/Users/anggirahmas/Downloads/136-379-1-PB.pdf>
- Yin, R. K. (2003). *Studi Kasus Desain dan Metode*. Raja Grafindo Persada.
- Zacks, S., & Hen, M. (2018). Academic Interventions for Academic Procrastination: A Review of the Literature. *J Prev Interv Community*, 46(2), 117–130. <https://doi.org/10.1080/10852352.2016.1198154>