

Analisis Faktor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa saat Pembelajaran Jarak Jauh pada Mahasiswa di Pendidikan Islam

Supriadi 

Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, Indonesia

supriadiramsin@gmail.com

Submitted: 29-11-2022

Revised: 18-01-2023

Accepted: 28-01-2023

Copyright holder:

© Supriadi, S. (2022)

First publication right:

© Ghaidan Jurnal Bimbingan Konseling & Kemasyarakatan

How to cite: Supriadi, S. (2022). Analisis Faktor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa saat Pembelajaran Jarak Jauh pada Mahasiswa di Pendidikan Islam. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, 6(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.19109/ghaidan.v6i2.14568>

Published by:

UIN Raden Fatah Palembang

Journal website:

<http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/ghaidan/index>

E-ISSN:

2621-8283

ABSTRACT:

Distance Learning (Online) in students affects the tendency to delay or not complete an assignment. In this case, it is undoubtedly a sign of procrastination. Procrastination is generally completing a task when the deadline is near or near the collection deadline. This will result in people who procrastinate feeling scattered. These feelings can result in students completing assignments carelessly and, in a hurry, impacting academic untruths. In this case, this study aims to describe the factors of student academic procrastination during distance learning (online). The research method uses qualitative research focusing on library research where the references used are the results of previous studies in journals, books, and other sources. From this research, it can be concluded that the analysis of factors that can influence academic procrastination in students includes factors related to the characteristics that surround: negative self-image, factors related to individual capabilities, empathy factors, psychological factors, and Impression factors on the personality of the task.

KEYWORDS: Procrastination, Student, Distance Learning Online

PENDAHULUAN

Pada akhir tahun 2019 berbagai Negara di penjuru dunia dikagetkan dengan adanya Virus Covid 19 (*Coronavirus Diseases 2019*) yang awal mulanya berasal dari Negara Wuhan, Cina. *World Health Organization* (WHO) mengatakan wabah penyebaran virus covid 19 sebagai pandemi di beberapa Negara pada saat itu. Hal tersebut juga dirasakan oleh Negara Indonesia yakni saat tanggal 2 Maret 2020 untuk perdana pemerintah menyatakan dimana ada 2 afair pasien yang diterangkan positif covid 19. Penyebaran dari virus covid 19 ini sangatlah cepat, maka dari itu untuk melenyapkan rantai penyebaran virus covid 19, pemerintah Indonesia melaksanakan beragam solusi. ¹ Pandemi Covid 19 (*Coronavirus Diseases 2019*) sudah berkecamuk di berbagai Negara penjuru dunia, hal ini tentunya memberi tantangan sendiri terlebih dalam ranah pendidikan, terutama dalam perguruan tinggi.

¹ Laili, S. M., Dassucik, D., & Noervadila, I. Pengaruh Pembelajaran Daring Dan Luring Terhadap Minat Belajar Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal IKA PGSD (Ikatan Alumni PGSD) UNARS*, 10/2 (2022), 205. <https://doi.org/10.36841/pgsdunars.v10i2.1418>

Menghindari penyebaran virus Covid 19 (*Coronavirus Diseases 2019*), pemerintah sudah tidak mengizinkan melakukan aktivitas didalam kerumunan (banyak orang), pembatasan sosial (*sosial distancing*), memberi batas fisik (*physical distancing*), selalu menggunakan pelindung saat diluar ruangan serta sering membasuh tangan. Dalam surat edaran Kemendikbud Dikti No. 1 Tahun 2020, kementerian pendidikan serta kebudayaan pemerintahan sudah tidak mengizinkan perguruan tinggi dalam melaksanakan pembelajaran secara konvensional (*face to face*) atau yang biasa kita tahu dengan istilah luring (luar jaringan), dan menginstruksikan untuk melaksanakan perkuliahan atau pembelajaran belajar mengajar secara online atau daring (dalam jaringan), hal ini bertujuan untuk menghindari persebaran Virus Covid 19 (*Coronavirus Diseases 2019*) dalam ranah pendidikan khususnya perguruan tinggi.

Mahasiswa yakni seseorang dimana tengah menimba ilmu pengetahuan ditingkatkan perguruan tinggi, entah itu negeri, swasta ataupun bahkan institut lainnya dimana sederajat dengan perguruan tinggi. Tugas utama seorang Mahasiswa ialah belajar dan menimba ilmu agar mendapatkan pelajaran dan prestasi setinggi tingginya sesuai dengan tujuan ilmu untuk melahirkan rahmat bagi kehidupan. Dalam hal ini tentunya seorang Mahasiswa mempunyai tugas akademik baik non akademik. dengan tugas akademik Mahasiswa seperti: menyusun laporan, meringkas buku, membuat makalah, mempersiapkan PPT (*power point*) untuk presentasi didepan kelas, meresmikan jurnal, membuat artikel, membuat essay dan yang lainnya. Sedangkan tugas non akademik seorang Mahasiswa hanyalah tugas yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari yakni: seminar, organisasi dan volunteer.

Dalam pelaksanaan pembelajaran jarak jauh (daring) pastinya mempunyai beberapa kelebihan, seperti: diseminasi pengetahuan yang rasional, berguna bagi individu untuk dapat belajar dan memperoleh integritas namun tidak merubahnya secara tatap muka saat aktifitas proses belajar. Pada kontinuitas proses belajar sejak pandemi covid 19 (*coronavirus diseases 2019*) teknologi sangat berguna dan membantu seluruh pelajar untuk tetap memperoleh pembelajaran yang akseptabel atau memadai sesuai dengan apa yang sudah diprogram seperti sebelum adanya pandemi covid 19. Penelitian lain juga menyatakan bahwa pembelajaran jarak jauh atau daring (dalam jaringan) mempunyai waktu yang tidak ada batasnya, banyaknya waktu tersebut dapat digunakan untuk berkumpul bersama keluarga, lebih mengurangi pengeluaran baik dalam hal transportasi serta hal ini dapat meningkatkan independensi belajar terhadap pelajar.²

Namun Hasil penelitian yang dilaksanakan oleh Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan serta Kebudayaan (Dirjen Dikti Kemendikbud) menyatakan bahwasanya perkuliahan dimana dilaksanakan secara jarak jauh selama masa pandemi covid 19 yang dirasakan oleh kebanyakan Mahasiswa tidak efektif untuk dilaksanakan serta pembelajaran jarak jauh (daring) membuat Mahasiswa mengaduh akibat banyaknya tugas yang diberikan oleh Dosen sebagai alternatif acuan pembelajaran tatap muka (luring).

Banyaknya tugas dimasa pandemi covid 19 menjadikan kefokuskan Mahasiswa terpecah terhadap tugas akademik dengan membantu meringankan pekerjaan orang tua dirumah maupun kegiatan diluar dari jangkauan tugas akademik, sehingga yang biasanya Mahasiswa menyelesaikan tugas secara tepat waktu malah membuat mereka mengundur untuk mengerjakannya. Keadaan

² Anggoro Saputro, A. (2021). Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Setres Mahasiswa Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Pandemi. *Jurnal Porkes*, 4(2), 81–86. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4369>

inilah yang dikenal sebagai prokrastinasi. Prokrastinasi akademik menjadi perbincangan umum yang dihadapi oleh seluruh Mahasiswa Indonesia terkhusus selama masa Pandemi Covid 19 (*Coronavirus Diseases* 2019).

Prokrastinasi akademik ialah sebuah perbuatan yang dilakukan individu untuk mengundur waktu mengerjakan maupun menyelesaikan tugas-tugas akademik. Prokrastinasi akademik lazimnya sering dilakukan Mahasiswa saat diberikan tugas oleh Dosen. Prokrastinasi akademik ialah model pengunduran dimana dilaksanakan terhadap tugas absah yang berkaitan dengan tugas akademik. Menurut Solomon dan Murakami, Prokrastinasi akademik merupakan sebuah kecondongan untuk sering menunda mengerjakan tugas akademik dan merasakan kepanikan. Dari penjabaran diatas bisa ditarik kesimpulan yakni prokrastinasi akademik merupakan perbuatan individu untuk mengundur ,menuntaskan tugas akademik.³

Lumonga menyatakan bahwa prokrastinasi terjadi akibat adanya dampak dari berbagai hal seperti halnya *self regulatory failure* (kegagalan dalam pengaturan diri), rendahnya kepercayaan diri, *self control* (pengendalian diri) dan kesungguhan invalid ataupun bisa dikatakan cemas atau bahkan takut dengan kegagalan secara sempurna. Efikasi diri tergolong prediksi kinerja terbaik diberbagai bidang, seperti : pendidikan, olahraga dan bisnis. Menurut Fadila dan Khoirunnisa Efikasi diri ialah variabel pertama yang mempengaruhi kesuksesan pelajar terutama Mahasiswa dalam dunia akademik, individu dimana memiliki efikasi terhadap diri secara maksimal akan memanifestasikan dirinya percaya mengenai kemampuan yang dimilikinya untuk mengerjakan tugas, sedangkan seseorang yang mempunyai efikasi diri yang rendah cenderung condong menunda menuntaskan tugas. Hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, mengemukakan bahwa efikasi diri memberikan dampak pada prokrastinasi akademik Mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas.⁴

Mahasiswa yang melaksanakan prokrastinasi pastinya mereka sudah memahami akibat negatif yang didapat pada saat mereka melaksanakan prokrastinasi. Pada saat melaksanakan prokrastinasi ada beberapa akibat yang timbul, diantaranya ialah bertambahnya beban pikiran, gampang tertekan dengan beragam sesuatu, tidak percaya diri dan menurunnya prinsip hidup sehingga akan berakibat negatif terhadap Mahasiswa yang melaksanakan prokrastinasi akademik.⁵

METODE

Dalam penelitian memiliki tujuan yakni guna mengetahui faktor-faktor prokrastinasi akademik dengan memakai paradigma kualitatif atau *post-positivisme*. Penelitian ini menarik bentuk penelitian yang sifatnya deskriptif kualitatif, yakni metode penelitian dimana menghasilkan data deskriptif seperti halnya peneliti tidak berusaha untuk memanipulasi situs penelitian yang berbentuk kata atau kalimat tertulis dari orang-orang atau perbuatan yang diteliti. Dan juga

³ Sekar, Dwi A. Chandra, and Aqilatul Layyinah. "Penerapan Sistem Attachent pada Anak melalui Gawai." *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial* 21, no. 2 (2020): 144-159. <https://doi.org/10.7454/jurnalkessos.v21i2.263>

⁴ Khotimah, Rahmawati Husnul, Carolina Ligya Radjah, and Dany Moenindyah Handarini. "Hubungan antara konsep diri akademik, efikasi diri akademik, harga diri dan prokrastinasi akademik pada siswa SMP negeri di kota malang." *Jurnal kajian bimbingan dan konseling* 1, no. 2 (2016): 60-67. <http://dx.doi.org/10.17977/um001v1i22016p060>

⁵ Khoirunnisa, R. N., Jannah, M., Dewi, D. K., & Satiningsih, S. Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 11, no. 3 (2021), 278. <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p278-292>

termasuk sebuah rancangan guna mengungkapkan rahasia tertentu, dimana dilaksanakan dengan sistem menyemukkan data dalam kondisi yang alamiah, terstruktur, serta terencana tentang sebuah permasalahan atau problem dalam perspektif kehidupan tertentu.⁶

Penelitian ini pun menggunakan studi kepustakaan, yakni seluruh usaha yang dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan, membaca, mencatat, mengkaji serta memanfaatkan seluruh informasi yang relevan dengan topik atau masalah yang akan diteliti. Informasi tersebut mampu diperoleh dari beberapa buku ilmiah, laporan penelitian terdahulu, karya tulis ilmiah, tesis serta disertasi serta sumber tertulis lainnya baik tercetak maupun dalam bentuk lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Prokrastinasi Akademik

Hasil penelitian menunjukan banyak mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik selama proses pembelajaran dikarenakan beberapa alasan atau factor yang mempengaruhi diantaranya: lokasi rumah yang pelosok, jaringan sinyal yang kurang kuat, penjelesan dosen yang kurang dipahami secara online, kurang motivasi dari lingkungan, dan menemukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Prokrastinasi pertama kali muncul oleh Milgram mengenai masyarakatnya yang memerlukan kesepakatan serta batas waktu guna meminimalisir terjadinya prokrastinasi. Menurut *English Library* prokrastinasi merupakan *procrastination* yang sumbernya bersumber dari bahasa Latin *procrastinare*. Kata *procrastinare* adalah dua akar kata diawali “*pro*” dimana mempunyai arti kedepan ataupun berjalan maju, dan juga akhiran “*crastinus*” dimana bermakna ketentuan lusa. Dapat dikatakan menurut literal, prokrastinasi mempunyai arti membatalkan ataupun mengundur waktu hingga kemudian hari.⁷

Solomon serta Rothblum mengatakan bahwa dengan pengertian itulah terlihat yakni kegiatan prokrastinasi merupakan perbuatan yang direncanakan.⁸ Dengan maksud beberapa faktor yang menyebabkan mundurnya tempo penyelesaian ataupun penuntasan sesuatu bersumber terhadap ketentuan yang diciptakan oleh individu itu sendiri.⁹

Prokrastinasi pun bermakna sebagai bentuk kecondongan individu dalam menjeda suatu langkah ataupun keputusan serta sesuatu kejadian yang normal terhadap individu- individu dewasa normal yang tidak melaksanakan perawatan klinis. Mengacu makna tersebut, prokrastinasi tidak sekedar sampai pemrosesan ataupun penuntasan kegiatan saja, kegiatan menunda-nunda pun didalamnya tercantum saat menetapkan langkah serta ketentuan. Perilaku ini wajar terjadi terhadap individu dewasa normal dengan maksud individu itu tidaklah memiliki permasalahan klinis (mental).

⁶ Turmudi, Imam, and SURYADI SURYADI. "Manajemen perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa selama pembelajaran daring." *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 10, no. 1 (2021): 39-58.

⁷ Annisa, Dona Fitri, and Ildil Ildil. "Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia)." *Konselor* 5, no. 2 (2016): 93-99. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>

⁸ Santosa, Ratna Dewi, and Komang Rahayu Indrawati. "Pengaruh trait kepribadian dan kualitas kehidupan kerja terhadap Organizational Citizenship Behavior (OCB) pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Bali." *Jurnal Psikologi Udayana*, (2018).

⁹ Nurjan, Syarifan. "Analisis teoritik prokrastinasi akademik mahasiswa." *Muaddib: Studi Kependidikan dan Keislaman* 1, no. 1 (2020): 61-83. <https://doi.org/10.24269/muaddib.v1i1.2586>

Prokrastinasi itu sejatinya adalah perbuatan yang dapat dikatakan ‘tidak penting’ dimana perbuatan tersebut bersifat menunda pada saat individu tersebut memiliki keharusan untuk menuntaskan suatu kegiatan. Menunda-nunda bentuknya ini dikelompokkan kedalam prokrastinasi tatkala kegiatannya menyebabkan rasa kegelisahan emosi. Nukilan ini menyekat tingkah laku menunda untuk dikelompokkan kedalam prokrastinasi saat individu itu benar-benar turut serta mempunyai rencana dalam melaksanakan aktifitas atau kegiatannya. Perilaku menunda pun juga sampai kepada tingkatan dimana menyebabkan kegelisahan psikis emosi layaknya timbul kecemasan.

Menurut (*Oxford English Reference Dictionary*), prokrastinasi memiliki artian “menunda aksi, terkhusus pada saat tidak memiliki alibi yang jelas.” Steel beropini yakni prokrastinasi merupakan aktivitas dengan secara sengaja dalam suatu hal dimana sesuatu hal tersebut mempunyai kewajiban untuk dituntaskan, dengan tidak berfikir mengenai akibat serta resiko dimana sangat buruk pada saat melaksanakan penundaan itu.

Prokrastinasi merupakan menjauhi kegiatan dengan tidak membutuhkan alasan. Menurut Duru serta Balkis: “*Procrastination is defined as a behavior in which an individual leaves a feasible, important deed planned beforehand to another time without any sensible reason*” (Prokrastinasi adalah perilaku individu dimana menghindari aktifitas penting dimana mampu dikerjakan serta sudah dirancang terlebih dahulu tanpa alasannya yang logis).

Selain yang diatas, menurut Solomon serta Rothblum : “*Procrastination, the act of needlessly delaying tasks to the point of experiencing subjective discomfort, is an all-too-familiar problem*”. Pernyataan ini mengungkapkan yakni suatu penundaan bisa disebut kedalam prokrastinasi jikalau penundaan itu dilaksanakan terhadap kegiatan yang penting, dilaksanakan berkali-kali dengan disengaja, menyebabkan rasa tak tenang, dan dengan subyektif dialami pada individu prokrastinator. Berkaitan mengenai lingkup akademik, prokrastinasi dijabarkan layaknya kegiatan menjeda aktifitas akademis (layaknya melakukan pekerjaan rumah), bersiap diri dalam asesmen, ataupun menuntaskan laporan ilmiah).

Menurut Akinsola serta Tella, prokrastinasi adalah suatu wujud menghindar dalam menuntaskan kewajiban. Mahasiswa cenderung menyukai nongkrong dengan para temannya ataupun melaksanakan kegiatan yang lain dimana sesungguhnya lebih penting menuntaskan tugas. Sebagian besar mahasiswa lebih menyaksikan konser ataupun teater daripada membaca buku untuk ujian.

Mengenai pengertian yang telah dijabarkan, Van Erde menambahkan pengertian mengenai prokrastinasi yakni individu yang dimana telah mempunyai kemauan dalam menjeda tugasnya. Dari faktor lainnya menjelaskan bahwa hal tersebut terkadang harus dilaksanakan. Hal tersebut didasari sebab banyaknya seseorang menunda dalam menuntaskan kegiatan tertentu guna menyelesaikan kegiatan dimana dirasa lebih penting. Hal ini diperbolehkan jika mampu manajemen waktu dengan efisien agar dapat menuntaskan tugas tugas yang lain yang telah tertunda.

Dapat disimpulkan dari berbagai penjabaran diatas yakni, prokrastinasi akademik adalah perilaku yang dilakukan mahasiswa dimana menunda-nunda dalam menuntaskan kewajiban akademik mengenai segala hal hingga memunculkan akibat buruk dimana kewajiban terus menumpuk serta dibiarkan begitu saja. Dilain itu kegiatan prokrastinasi dilaksanakan oleh mahasiswa secara sadar serta mengambil aktivitas lainnya dimana tidak penting serta tujuannya tidak ada sampai lupa melihat batas pengumpulan dari kewajiban yang harus dituntaskan. Hal

Tabel 1. Aspek-aspek prokrastinasi

Aspek	Deskripsi
Penundaan dalam memulai serta menuntaskan tugas	Individu saat melaksanakan prokrastinasi mengerti yakni terdapat kewajiban yang wajib dituntaskan. Namun, individu tersebut akan menunda-nunda menuntaskannya pada saat ia sebelumnya sudah mencoba mengerjakan.
Terlambat di dalam menuntaskan kewajiban	Individu dalam melaksanakan prokrastinasi pasti memerlukan tempo lebih lama dalam menuntaskan kewajiban. Prokrastinator dominan akan membuat permulaan berlebihan pada saat menuntaskan kewajiban hingga terjadilah keterlambatan pada saat menuntaskannya. Kemudian prokrastinator dominan untuk melaksanakan kegiatan lainnya dimana tidak dibutuhkan serta tidak memikirkan waktu dengan baik, akibatnya kewajiban terlambat diselesaikan.
Ketimpangan waktu antara rencana serta kinerja yang konkret	Individu kemungkinan akan memanajemen masa penyelesaian kewajibannya sendiri, akan tetapi yang melaksanakan prokrastinasi terlalu sering membuat kesalahan pada saat mengelola waktunya, sehingga tak tertuntaskan sesuai dengan masa yang sudah direncanakan.
Melaksanakan kegiatan yang menyenangkan	Individu yang menjadi prokrastinator dengan sengaja tak melaksanakan kewajiban dimana baiknya dituntaskan terlebih dahulu. Prokrastinator pasti memilih menggunakan waktu yang seharusnya guna menyelesaikan kewajiban dengan mengerjakan sesuatu dimana menurutnya lebih asyik, seperti menyanyi, rebahan, bermain, serta lainnya. 3 aspek prokrastinasi diantaranya, <ol style="list-style-type: none"> 1) Dominan dalam Menunda Menjalankan sesuatu (<i>Tendency to delay or put off doing things</i>) 2) Dominan dalam Mempunyai Kesulitan (<i>Tendency to have difficulty</i>) 3) Dominan dalam menyalahkan individu lainnya (<i>Tendency to blame others</i>)

tersebut dapat beresiko fatal dikarenakan kebiasaan tersebut bisa menjadikan seseorang tidak tenang secara psikis serta gagal sukses didalam hidupnya terkhusus dalam menampilkan akademiknya. Aspek-aspek prokrastinasi menurut Ferrari, Jhonson serta McCown terdapat beragam aspek perilaku prokrastinasi akademik, dapat dilihat pada tabel 1.

Prokrastinasi Mahasiswa Pada Saat Pembelajaran Jarak Jauh (Daring)

Covid 19 (*Coronavirus Diseases* 2019) merupakan sebuah penyakit yang sebelumnya tidak pernah dikenali kepada manusia, namun pada 30 Januari 2020 *World Health Organization* (WHO) sudah memberi ketetapan bahwa hal tersebut selaku kedaruratan kesehatan masyarakat dimana merisaukan seluruh negara. Virus Covid 19 membuat suatu perbincangan multifaset yang ditemukan dunia, ini tentunya pun mengalami dampak terhadap ruang lingkup pendidikan yang mengakibatkan penurunan kapasitas belajar terhadap Pelajar terutama Mahasiswa, dalam masa pandemi covid 19 menetapkan sistem pembelajaran dimana awalnya secara langsung didalam kelas (Luring) Luar Jaringan dirubah menjadi Daring (Dalam Jaringan) agar sistem pembelajaran masih berjalan, hal tersebut tentunya mengganti bentuk pembelajaran dan kegiatan belajar mengajar Pelajar (Mahasiswa) secara spontan menggunakan fasilitas digital dengan *long distance*.

Proses belajar Jarak Jauh (*Daring*) adalah sebuah pembaruan dalam ranah ilmu dimana memasukkan unsur teknologi informasi saat proses belajar. Mustofa et al, menyampaikan yakni proses belajar jarak jauh adalah sebuah sistematis pendidikan dalam jarak jauh dengan melalui gabungan program pengajaran yang didalamnya ada kegiatan pengajaran dimana dilakukan dengan berpisah dari kegiatan belajar. Yang dimaksud dengan proses belajar jarak jauh yaitu pembelajaran yang dilaksanakan melalui jaringan internet dan website.¹⁰

¹⁰ Fitriyani, Yani, Irfan Fauzi, and Mia Zultrianti Sari. "Motivasi belajar mahasiswa pada pembelajaran daring selama pandemik covid-19." *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan*,

Alessandro, mengartikan bahwa pelaksanaan pembelajaran jarak jauh (daring) melibatkan komponen teknologi sebagai alat serta jaringan internet layaknya prosedur. Proses belajar jarak jauh sudah tidak sedikit dilaksanakan didalam lingkungan perguruan tinggi, dengan adanya beberapa bukti dari riset dimana menerangkan perihal itu.

Proses belajar Jarak Jauh tentunya membagikan manfaat yakni dengan menolong menyuplai jaringan belajar untuk segala individu, hingga hal tersebut menghilangkan kendala secara fisik selaku faktor belajar didalam area kelas, bahkan hal itu dilihat layaknya suatu hal positif guna dilaksanakan terutama didalam perguruan tinggi, Namun Pilkington mengatakan bahwa tak dapat disangkal yakni tak semua aktivitas proses belajar mampu dilakukan dengan jarak jauh (daring).

Proses belajar Jarak Jauh (Daring) mengharuskan Mahasiswa mempunyai kebebasan dalam belajar sehingga dapat belajar dimanapun dan kapanpun dengan waktu yang lebih fleksibel, Mahasiswa juga dapat berkomunikasi dengan Dosen menggunakan beragam aplikasi layaknya telepon, *whatsapp group*, *live chat*, *video conference*, *zoom*, serta melalui *E-Learning Sister* Mahasiswa.¹¹

Pembelajaran Jarak Jauh (Daring) adalah kegiatan dimana mempunyai suatu ide pendidikan dalam menerima tantangan mengenai adanya ketersediaan acuan belajar yang beragam. Kesuksesan sebuah media pembelajaran dilihat dari kepribadian Mahasiswa. Beradarkan hal tersebut Nakayama, mengungkapkan yakni dari segala referensi menunjukkan dimana tak seluruh Mahasiswa berhasil dalam melaksanakan pembelajaran jarak jauh (daring), hal ini ditimbulkan adanya perbedaan faktor lingkungan belajar serta juga kepribadian Mahasiswa.

Satu dari kesuksesan proses pembelajaran ialah mengenai adanya motivasi dimana Mahasiswa memilikinya, Brophy mengatakan bahwa Motivasi merupakan sebuah interpretasi spekulatif yakni untuk menerangkan inaugurasi, petunjuk, kesungguhan, dan karakter perilaku, terkhusus perilaku dimana ditunjukkan kepada misi. Motivasi membuat dorongan dalam aktivitas dimana mempunyai tujuan dengan arah yang diinginkan baik mental ataupun fisik, hingga kegiatan menciptakan bagian yang sungguh penting dalam motivasi. Motivasi bisa berpengaruh dengan sesuatu yang Mahasiswa pelajari, seperti apa Mahasiswa belajar, serta pada saat apa Mahasiswa mencoba untuk belajar. Hal tersebut diarahkan berdasarkan riset dimana menerangkan yakni Mahasiswa yang termotivasi cenderung mengarah untuk melaksanakan aktivitas yang menantang, terlibat aktif, menaksir metode aktivitas dalam belajar serta memperlihatkan pengembangan hasil belajar, kesungguhan serta produktivitas, disamping itu mengagendakan lingkungan belajar dimana memotivasi Mahasiswa.

Selvi menerangkan bahwa pembelajaran jarak jauh (Daring) diminta untuk lebih memiliki motivasi dikarenakan lingkungan belajar yang kebanyakan bersangkut paut terhadap motivasi serta kepribadian yang berkaitan dengan rasa keingintahuan serta setelan diri dalam turut serta terhadap metode proses belajar. Kenyataannya teknologi sering dilihat oleh kebanyakan individu sebagai suatu motivasi dimana esensial dikarenakan memberi beberapa jumlah kapasitas dimana disetujui sangat penting didalam meningkatkan motivasi esensial, yakni kuorisitas, sanggahan, inovasi dan imajinasi, menganggap motivasi selayaknya variabel penting dalam kesuksesan belajar termasuk

Pengajaran dan Pembelajaran 6, no. 2 (2020): 165-175. <https://doi.org/10.23917/ppd.v7i1.10973>

¹¹ Amalia, D., & Sekar, C. (2020). Penerapan Sistem Attachment Pada Anak Melalui Gawai. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 21(2), 144–159. <https://doi.org/10.7454/jurnalkessos.v21i2.263>

Tabel 2. Faktor yang berhubungan dengan karakteristik

Aspek	Deskripsi
Citra Diri Negatif (<i>Negative Self-Image</i>)	Chaplin menyatakan berpendapat yakni citra diri (<i>self-image</i>) merupakan jati diri layaknya dimana telah tergambarkan ataupun yang terbayangkan dapat jadi nyata disuatu hari. Susanto, menyatakan pendapatnya yakni citra diri merupakan salah satu konsep kompleks dimana didalamnya terdapat kepribadian, karakter, tubuh, serta penampilan individu. Individu dapat menarik gambaran mental tentang dirinya serta gambaran tersebut dominan dapat bertahan dengan stabil seiring berjalannya waktu kecuali individu tersebut mengambil langkah-langkah pertimbangan guna mengubah hal tersebut. ¹ Dalam hal ini seseorang yang memiliki sifat citra diri negatif (<i>negative self-image</i>) memiliki karakteristik sebagai berikut : Merasa rendah diri, Kurang mempunyai dorongan dan semangat hidup, Mempunyai prinsip putus asa dan memiliki emosi negatif, Suka menunda waktu atau pekerjaan, Hanya mempunyai kepuasan sendiri, penghindaran dan juga perfeksionis.
Faktor yang berhubungan dengan kapabilitas individu	Pertama Regulasi diri, Regulasi diri merupakan usaha individu untuk mengatur dirinya sendiri dalam sebuah kegiatan dengan melibatkan kemampuan berfikir lebih dalam, berperilaku aktif serta motivasi, kedua Kurangnya kompetensi mengelola waktu dan yang ketiga minimnya kemampuan belajar serta minimnya pengetahuan.
Faktor Empati yaitu meliputi, Kekhawatiran, Kegagalan dan Tekanan batin.	Hurlock menyatakan empati merupakan individu dimana memiliki kelebihan dalam memahami mengenai perasaan serta emosi individu lainnya dan individu yang memiliki kelebihan dalam menggambarkan diri sendiri dalam posisi individu lain. Empati membuat kemungkinan individu untuk dapat memberi motivasi kepada individu lain hingga mampu melaksanakan pekerjaan dengan baik. Tiap-tiap individu mampu memaksimalkan kepekaan perasaan hingga mempunyai tenggang rasa yang tinggi, yakni dengan membayangkan suatu kondisi dipandang dari segi persepsi individu lainnya. Dengan cara ini individu mampu untuk lebih tanggap kepada respon individu yang lainnya, mampu membayangkan apa yang dialami oleh individu lainnya, hingga individu tersebut mampu mengerti individu lainnya serta mampu memotivasinya dalam melaksanakan yang terbaik. ¹
Faktor Psikologi	Keraguan, Takut gagal, Keyakinan diluar rasional, Faktor <i>learning history</i> mencakup : kebiasaan belajar dan Pengalaman belajar yang negatif,
Faktor kesehatan fisik serta jiwa	Penyakit, Gangguan fisik, Gangguan fisik dapat muncul manakala keadaan fisik merasakan adanya penurunan dikarenakan penyakit baik perubahan fungsional tubuh. Faktor impresi terhadap personalitas tugas, melingkupi : Tingkat kesusahan tugas, Berat tugas, kewajiban dimana tidak menyerap serta tak mengasikkan.

dalam lingkungan belajar jarak jauh ,hingga pentingnya meninjau ulang motivasi belajar dalam lingkungan belajar dimana pemanfaatannya melalui teknologi, dengan argumen tertentu sehingga penting untuk ahli riset di dunia pendidikan guna meneliti dengan menyeluruh mengenai dengan apa Mahasiswa dapat termotivasi dengan proses belajar jarak jauh apalagi aktivitas proses belajarnya dilaksanakan saat masa pandemi Covid 19. Aspek yang diamati dalam penelitian tentunya berkaitan dengan aspek yang diterangkan oleh Hamzah B. Uno yang menyatakan yakni adanya 8 indeks motivasi belajar, yakni : rasa ingin tahu, konsentrasi, kesiapan, kemandirian, semangat, dorongan, pantang menyerah serta juga percaya diri¹²

Namun dalam pelaksanaan pembelajaran jarak jauh (daring) tentunya Mahasiswa memiliki banyak problem yang mereka alami, seperti halnya permasalahan prokrastinasi akademik. Pelaksanaan pembelajaran jarak jauh di dalam rumah tentu hal tersebut memiliki berbagai macam pengaruh atau akibat terhadap Mahasiswa diantaranya ialah mereka kesulitan dalam mengelola agenda kuliah dengan kewajiban yang ada dirumah (menolong orang tua mengerjakan pekerjaan rumah), banyaknya tugas Mahasiswa yang pengumpulannya melalui via daring yang bersamaan

¹² Marsela, Ramadona Dwi, and Mamat Supriatna. "Konsep diri: Definisi dan faktor." *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research* 3, no. 02 (2019): 65-69.

Tabel 3. Faktor Prokrastinasi

Aspek Faktor Internal	Deskripsi
Situasi Fisik	Faktor fisik secara tidak langsung mampu mendominasi individu untuk melaksanakan prokrastinasi akademik, situasi fisik yang dimaksud yaitu kesehatan individu, contohnya, kegelisahan (anxiety). Steven Schwartz, S menjelaskan bahwa kegelisahan bersumber dari bahasa Latin ' <i>anxius</i> ', dimana memiliki arti penyempitan ataupun pengecilan. Kegelisahan mempunyai persamaan dengan kebimbangan, akan tetapi terdapat pokok yang kurang mendetail, sementara itu kebimbangan cenderung berupa tanggapan dalam menghadapi beragam intimidasi secara langsung, sementara kegelisahan diantaranya ditandai oleh kekhawatiran mengenai ancaman tak terduga dimana terletak di masa depan. Kegelisahan adalah kondisi negatif emosional yang mempunyai tanda dimana terdapatnya pertanda serta ketegangan jasmani, misalnya hati berdegup tidak karuan, keringat dingin, serta susah bernapas.
Situasi Psikis	Sifat kepribadian seseorang dimana memberikan pengaruh dominan dalam melaksanakan prokrastinasi akademik. Seorang psikolog yang bernama Eysenck berpendapat bahwa kepribadian itu merupakan sekumpulan reaksi terhadap situasi-situasi tertentu. Di dalam kepribadian tersebut didalamnya terdapat dua sifat manusia, yakni sifat negatif dan positif dimana sangat beragam didalamnya serta terdapat beberapa cara pendekatan untuk memahami kepribadian tersebut, seperti trait. ¹ Trait kepribadian merupakan satu dari beragamnya pendekatan dimana dinyatakan oleh Gordon W. Allport, guna mengetahui kepribadian. ¹ Yakni suatu trait mempunyai tanda pembeda dengan trait yang lain, Trait diartikan layaknya dimensi dimana diam dalam karakteristik kepribadian, hal itu menjadi pembeda individu satu dengan lainnya. seperti trait kemampuan sosial dimana terwujud pada regulasi diri serta tahap kecemasan pada saat berinteraksi dengan lingkungan. Mayoritas motivasi yang dimiliki seseorang pun dapat memberi pengaruh terhadap kecondongan dalam berbuat prokrastinasi secara negatif. Jikalau makin tinggi motivasi maknanya akan semakin rendah kecenderungan individu dalam melaksanakan prokrastinasi. Selain itu aspek kontrol diri pun mampu memberi pengaruh kepada seseorang dalam perilaku prokrastinasi.
Deskripsi	
Gaya pengasuhan orang tua	Tiap-tiap orang tua mempunyai gaya pengasuhan dimana tidak sama pada saat mendidik anak mereka. Orang tua yang memberi pengasuhan memberi pengaruh dalam membentuk karakter serta tingkah laku anak. Karakter serta tingkah laku yang diajarkan sangatlah menentukan kematangan seseorang saat mengerjakan suatu hal ataupun saat menuntaskan permasalahan. Tiap-tiap gaya pengasuhan mempunyai akibat pada perilaku anak-anak menggunakan gaya pengasuhan demokratis mempunyai tindakan mandiri, seringkali ceria, berorientasi terhadap prestasi, dapat menjalin komunikasi baik dengan anak seumurannya, serta mampu mengelola stress dengan tepat. ¹ Anak menggunakan gaya pengasuhan otoriter mempunyai gerak gerik gelisah, menarik diri, tak ceria, cenderung banyak masalah, mandirinya kurang serta prestasinya juga kurang. Ementara itu, anak menggunakan gaya pengasuhan permisif mempunyai tingkah laku kurang bertanggung jawab, sering memberontak serta menentang, kurang gigih dalam bersaing, antisosial, labil, kurang prestasinya.
Lingkungan yang kondusif	Lingkungan belajar yang kondusif mampu memberikan pengaruh kepada seseorang dalam melaksanakan prokrastinasi akademik, karena lingkungan yang kondusif secara tidak langsung mampu menjadikan seseorang tenang serta tak melulu memfokuskan terhadap kegiatan dimana semestinya dilakukan.

dengan adanya tugas yang diberikan dari beberapa Dosen, tentunya dalam hal tersebut Mahasiswa memerlukan manajemen waktu yang baik.

Ada beberapa hal yang menjadi permasalahan prokrastinasi akademik selama pembelajaran jarak jauh (daring), salah satunya ialah :Tugas yang diberikan oleh Dosen terlalu sulit. Dosen memberikan tugas kepada Mahasiswa diluar kemampuan seorang Mahasiswa, hal inilah yang menjadi variabel dari luar bagi kebanyakan Mahasiswa untuk melaksanakan prokrastinasi akademik,

Tabel 4. Faktor Prokratinasi

Faktor	Deskripsi
Faktor eksternal	Adanya pemberontakan dalam kontrol dari figur otoritas, Adanya pengalaman terhadap suatu kelompok, dan Beberapa wujud sukses ataupun kegagalan.
Faktor internal	Ketakutan Akan Kegagalan (<i>fear of failure</i>), Ketakutan Akan Kesuksesan (<i>fear of success</i>), Ketakutan akan mengalami kekalahan (<i>fear of losing the battle</i>), Ketakutan akan kelekatan (<i>fear of attachment</i>), Ketakutan akan perpisahan (<i>fear of separation</i>).

sikap seorang Dosen yang memberikan Tugas terlalu sulit dan berat bahkan tugas yang diberikan sangat banyak menjadi beban kepada Mahasiswa karena hal tersebut dapat berakibat Mahasiswa mengalami kecapekan baik secara fisik maupun psikisnya.¹³

Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Saat Pembelajaran Jarak Jauh Daring

Beberapa Faktor yang menjadi latar belakang Prokrastinasi terhadap Mahasiswa Menurut Patrzek, yakni dijelaskan pada tabel 2. Dari beragam faktor yang telah dipaparkan, ada salah satu faktor yang dominan dalam pembentukan regulasi diri ialah prokrastinasi, banyak sekali riset yang memberi bukti mengenai regulasi diri yang rendah. Ghufroon & Risnawati menjelaskan terdapat dua kategori faktor dimana mampu memberi pengaruh terhadap prokrastinasi akademik, dapat dilihat pada tabel 3. Beberapa faktor dimana memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi, Burka & Yuen mengatakan yakni dijelaskan pada tabel 4.

Terdapat perasaan takut jika ditinggalkan sendirian. kekhawatiran serta ketakutan akan perpisahan yang dialami oleh individu dimana kondisi ini mempunyai dampak negatif terhadap perilaku, kemampuan sosial serta emosional dari dalam diri individu tersebut. Ketakutan akan perpisahan ini dapat mempengaruhi fungsi-fungsi kehidupan, selain itu dampak fatal yang ditimbulkan dari ketakutan akan perpisahan ini yaitu meningkatkan kemungkinan munculnya gangguan mental. Berdasarkan penjabaran faktor-faktor prokrastinasi akademik dimana telah dijabarkan di atas, penulis mampu menarik kesimpulan mengenai faktor yang mampu memberikan pengaruh prokrastinasi akademik terbagi menjadi dua, yakni faktor internal serta faktor eksternal. Penulis menarik kesimpulan yakni efikasi diri akademik mampu digolongkan menjadi faktor internal prokrastinasi akademik dikarenakan efikasi akademik merupakan kondisi psikologis dimana seseorang mempunyai keyakinan pada kemampuan yang dimilikinya dalam menyelesaikan tugas yang harus dilakukan.

KESIMPULAN

Prokrastinasi akademik adalah perilaku yang dilakukan mahasiswa dimana menunda-nunda dalam menuntaskan kewajiban akademik mengenai segala hal hingga memunculkan akibat buruk dimana kewajiban terus menumpuk serta dibiarkan begitu saja. Dilain itu kegiatan prokrastinasi dilaksanakan oleh mahasiswa secara sadar serta mengambil aktivitas lainnya dimana tidak penting serta tujuannya tidak ada sampai lupa melihat batas pengumpulan dari kewajiban yang harus dituntaskan. Hal tersebut dapat beresiko fatal dikarenakan kebiasaan tersebut bisa menjadikan seseorang tidak tenang secara psikis serta gagal sukses didalam hidupnya terkhusus dalam

¹³ Turmudi, Imam, and SURYADI SURYADI. "Manajemen perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa selama pembelajaran daring." *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 10, no. 1 (2021): 39-58.

menampilkan akademiknya. Mahasiswa, dalam masa pandemi covid 19 menetapkan sistem pembelajaran dimana awalnya secara langsung didalam kelas (Luring) Luar Jaringan dirubah menjadi Daring (Dalam Jaringan) agar sistem pembelajaran masih berjalan, hal tersebut tentunya mengganti bentuk pembelajaran dan kegiatan belajar mengajar Pelajar (Mahasiswa) secara spontan menggunakan fasilitas digital dengan *long distance*.

REFERENSI

- Amalia, D., & Sekar, C. (2020). Penerapan Sistem Attachment Pada Anak Melalui Gawai. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 21(2), 144–159. <https://doi.org/10.7454/jurnalkessos.v21i2.263>
- Annisa, Dona Fitri, and Ildil Ildil. "Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia)." *Konselor* 5, no. 2 (2016): 93-99. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Fitriyani, Yani, Irfan Fauzi, and Mia Zultrianti Sari. "Motivasi belajar mahasiswa pada pembelajaran daring selama pandemik covid-19." *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran* 6, no. 2 (2020): 165-175. <https://doi.org/10.23917/ppd.v7i1.10973>
- Khoirunnisa, R. N., Jannah, M., Dewi, D. K., & Satiningsih, S. Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 11, no. 3 (2021), 278. <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p278-292>
- Khotimah, Rahmawati Husnul, Carolina Ligya Radjah, and Dany Moenindyah Handarini. "Hubungan antara konsep diri akademik, efikasi diri akademik, harga diri dan prokrastinasi akademik pada siswa SMP negeri di kota malang." *Jurnal kajian bimbingan dan konseling* 1, no. 2 (2016): 60-67. <http://dx.doi.org/10.17977/um001v1i22016p060>
- Laili, S. M., Dassucik, D., & Noervadila, I.. Pengaruh Pembelajaran Daring Dan Luring Terhadap Minat Belajar Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal IKA PGSD (Ikatan Alumni PGSD) UNARS*, 10 2 (2022), 205. <https://doi.org/10.36841/pgsdunars.v10i2.1418>
- Marsela, Ramadona Dwi, and Mamat Supriatna. "Konsep diri: Definisi dan faktor." *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research* 3, no. 02 (2019): 65-69.
- Nurjan, Syarifan. "Analisis teoritik prokrastinasi akademik mahasiswa." *Muaddib: Studi Kependidikan dan Keislaman* 1, no. 1 (2020): 61-83. <https://doi.org/10.24269/muaddib.v1i1.2586>
- Santosa, Ratna Dewi, and Komang Rahayu Indrawati. "Pengaruh trait kepribadian dan kualitas kehidupan kerja terhadap Organizational Citizenship Behavior (OCB) pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Bali." *Jurnal Psikologi Udayana*, (2018).
- Saputro, Arnaz Anggoro. "Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Setres Mahasiswa Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Pandemi." *Jurnal Porkes* 4, no. 2 (2021): 81-86. <https://doi.org/10.36841/pgsdunars.v10i2.1418>
- Sekar, Dwi A. Chandra, and Aqilatul Layyinah. "Penerapan Sistem Attachment pada Anak melalui Gawai." *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial* 21, no. 2 (2020): 144-159. <https://doi.org/10.7454/jurnalkessos.v21i2.263>
- Turmudi, Imam, and SURYADI SURYADI. "Manajemen perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa selama pembelajaran daring." *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 10, no. 1 (2021): 39-58.