

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Prokrastinasi Akademik

##### 1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Secara etimologis atau menurut asal kata, istilah prokrastinasi berasal dari dua kata dalam bahasa latin yaitu *pro* yang berarti bergerak maju, dan *crastinus* yang berarti keputusan hari esok, ini berarti prokrastinasi adalah menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya.<sup>1</sup> Selanjutnya Gufron, menuturkan prokrastinasi dikatakan sebagai suatu penundaan atau kecendrungan menunda-nunda memulai suatu pekerjaan, namun juga prokrastinasi juga bisa dikatakan sebagai penghindaran tugas yang diakibatkan perasaan yang tidak senang dan takut untuk gagal dalam mengerjakan tugas.<sup>2</sup>

Menurut Steel prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda yang dilakukan secara sengaja terhadap suatu pengerjaan tugas, meskipun kita tahu tahu dampak negatif yang akan terjadi. Penunda-nundaan tugas inilah yang membuat mahasiswa tidak bisa mencapai prestasi yang baik.<sup>3</sup>

Menurut Solomon & Rothblum, prokrastinasi akademik dapat dideskripsikan sebagai kegiatan yang tidak memiliki manfaat yang menunjang akademik yang terjadi akibat perasaan tidak nyaman. Prokrastinasi akademik merupakan penundaan terhadap tugas-tugas akademik yang meliputi enam bidang tugas akademik yaitu tugas menulis paper,

---

<sup>1</sup> Burka, Jane B dan Yuen, Lenora M, *Procrastination: Why You Do it, What to Do It Now*,(MA: Da Capo Press, 2008), 5.

<sup>2</sup> Rachma Ulimaz Almira, “ Tipologi Prokrastinasi Akademik Dalam Menyusun Skripsi (Studi Kasus Mahasiswa Semester Terakhir Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga)”,(Yogyakarta: UIN Sunan Kali Jaga Yogyakarta, 2013),5.

<sup>3</sup>Steel, P, “The nature of procrastination: meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure”, *Psychological Bulletin*, 133, (Januari, 2007), 65-94.

belajar menghadapi ujian, membaca, menyelesaikan tugas-tugas administratif, menghadiri pertemuan, dan menyelesaikan tugas-tugas akademik secara umum.<sup>4</sup>

Menurut Ferrari prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus.<sup>5</sup> Menurut Ferrari, mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik ditandai dengan perilaku yang menunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas akademik, terlambat dalam menyelesaikan tugas akademik, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan. Mahasiswa tersebut lebih mengutamakan tugas di luar akademik dan lebih memfokuskan kegiatan di luar perkuliahan, karena subyek melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas akademiknya terlebih dahulu.<sup>6</sup>

Menurut Burka dan Yuen seorang prokrastinator memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna sehingga dia merasa lebih aman untuk tidak melakukannya dengan segera. Dikarenakan jika segera mengerjakan tugas akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal. Dengan kata lain, penundaan yang dikategorikan sebagai prokrastinasi adalah apabila penundaan tersebut sudah merupakan kebiasaan atau pola yang menetap dan selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas dan penundaan tersebut disebabkan oleh adanya keyakinan – keyakinan yang irasional dalam memandang tugas.<sup>7</sup>

---

<sup>4</sup> Solomon, L.J., & Rothblum, E.D, Academic Procrastination: Frequency and Cognitive Behavioral Correlates, *Journal of Counseling Psychology*, 31, No. 4, (1984), 503.

<sup>5</sup> M Nur Gufron dan rini risnawita S, *Teori teori Psikologi*,(Jogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 153.

<sup>6</sup> Ahlisa Nurul majid, “hubungan antar kontrol diri (self - control) dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa ftik jurusan PAI angkatan 2012 IAIN Salatiga”, (Salatiga: IAIN Salatiga, 2017), 28.

<sup>7</sup> M Nur Gufron dan rini risnawita S, *Teori teori Psikologi*,(Jogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 158.

Milgram mengatakan bahwa penundaan adalah bukan hanya penyimpangan manusia yang penasaran, salah satu dari banyak contoh adalah dimana orang gagal untuk mengerjakan kepentingan mereka dengan cara yang efisien dan produktif. Itu merupakan disfungsi kemampuan manusia yang penting, jika tidak penting, untuk mengatasi segudang tugas, besar atau kecil, yang menumpuk setiap hari di meja kami, dalam memo kami, buku, atau dalam pikiran kita. Ketika kita menunda - nunda kita membuang - buang waktu, kehilangan kesempatan dan tidak hidup otentik.<sup>8</sup>

Dari beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda yang dilakukan secara sengaja terhadap suatu pengerjaan tugas akademik yang terjadi akibat perasaan tidak nyaman. Dimana orang gagal dalam mengerjakan kepentingan mereka dengan cara yang efisien.

## 2. Faktor faktor Prokrastinasi

Menurut Steel, faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah sebagai berikut:<sup>9</sup>

### 1. Rendahnya *Self Regulated Learning*

Ketidak mampuan seseorang dalam mengendalikan aktivitas belajarnya sendiri, memonitor motivasi dan tujuan akademik, mengelola sumber daya manusia dan benda, serta menjadi perilaku dalam proses pengambilan keputusan dan pelaksana dalam proses belajar.

### 2. Rendahnya Asertivitas

---

<sup>8</sup> Josep R. Ferrari , Judithl L. Johnson dan William G. Mc Cown, “*Prorastinasi end Task Avoidance Theory, Research end Treatment*”, (New York: penum press, 1995), 1.

<sup>9</sup> Steel, P, “The nature of procrastination: meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure”, *Psychological Bulletin*, 133, (Januari, 2007), 65-94.

Kurangnya kemampuan untuk mengomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan kepada orang lain namun dengan tetap menjaga dan menghargai hak – hak serta perasaan pihak lain. Seseorang dikatakan asertif jika dirinya mampu bersikap tulus dan jujur dalam mengekspresikan perasaan, pikiran, dan pandangannya pada pihak lain. Perilaku yang membuat seseorang dapat bertindak demi kebaikan dirinya mempertahankan haknya tanpa cemas mengekspresikan perasaan secara nyaman dan menjalankan haknya tanpa melanggar orang lain

3. Tidak memiliki *Self Efficacy* yang tinggi

Kurangnya keyakinan atau kepercayaan diri individu mengenai kemampuannya untuk mengorganisasi, melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, menghasilkan sesuatu dan mengimplementasi tindakan untuk mencapai kecakapan tertentu.

4. Tidak memiliki *Self Control* yang baik

Tidak mempunya seseorang untuk mengendalikan dirinya sendiri secara sadar agar menghasilkan perilaku yang tidak merugikan orang lain, sehingga sesuai dengan norma sosial dan dapat diterima oleh lingkungannya.

Dan ada yang menyebutkan faktor – faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> M Nur Gufron dan rini risnawita S, *Teori teori Psikologi*,(Jogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 163 - 164.

## 1. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor – faktor yang terdapat dalam individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor – faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis dari individu.<sup>11</sup>

### a. Kondisi fisik individu

Faktor dalam dari individu yang turut memengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya *fatigue*. Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada yang tidak. Tingkat inteligensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi. Walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan – keyakinan yang irasional yang di miliki seseorang.

### b. Kondisi psikologis individu

Menurut Millgram dkk. *Trait* kepribadian individu yang turut memengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya *Trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam *Self regulation* dan tingkat kecemasan dalam perubahan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik. Berbagai hasil penelitian juga menemukan aspek – aspek lain pada diri individu yang turut mempengaruhi seseorang

---

<sup>11</sup> Ibid., 165 – 166.

untuk mempunyai sesuatu kecendrungan perilaku prokrastinasi, antara lain rendahnya kontrol diri.

## 2. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor – faktor yang terdapat di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor – faktor itu berupa pengasuhan orang tua dan lingkungan dan lingkungan yang kondusif, yaitu lingkungan yang *Ienient*.

### a. Gaya pengasuhan orangtua

Hasil penelitian Ferrari dalam Ollivete menemukan bahwasannya tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecendrungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian pada anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak perempuan yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecendrungan melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecendrungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula.

### b. Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan yang *Ienient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan. Tingkat atau level sekolah, juga apakah sekolah terletak di desa ataupun di kota tidak memengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang.

## 3. Aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Steel, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam aspek tertentu yang dapat diukur dan diamati berupa:<sup>12</sup>

1. Ketidaksesuaian keinginan dan perilaku

Perbedaan antara keinginan dengan perilaku senyatanya ini terwujud dalam kegagalan mahasiswa mengerjakan tugas akademik walau sesungguhnya mahasiswa tersebut sangat menginginkan untuk mengerjakannya. Namun, ketika tenggat waktu semakin dekat, besar celah antara keinginan dan perilaku semakin kecil. Pelaku prokrastinasi yang semula menunda pengerjaan tugas sebaliknya dapat mengerjakan hal-hal lebih dari yang ditargetkan semula.

2. Emotional distress

Emotional distress ini tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Seseorang akan memiliki perasaan cemas dan bingung ketika mengerjakan tugas sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman, yang akhirnya menyebabkan mereka tidak dapat menyelesaikan tugas tepat pada waktunya.

---

<sup>12</sup> Steel, P. (2007). The nature of procrastination: meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.

### 3. Ketidakyakinan terhadap kemampuan diri

Keragu-raguan terhadap kemampuan diri akan menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sebagai yang “tidak mampu.” Untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas kuliah karena takut akan pengalaman kegagalan.

### 4. Gagal menepati deadline

Seseorang dengan kecenderungan prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati deadline. Mereka berorientasi pada “masa sekarang” dan tidak mempertimbangkan “masa mendatang.” Hal ini mengakibatkan individu tersebut menjadi seseorang yang tidak tepat waktu karena gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

## 4. Jenis Prokrastinasi Akademik

Ferrari membagi prokrastinasi menjadi dua kategori, yaitu :<sup>13</sup>

- 1) *Functional procrastination*, yaitu penundaan dalam mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat. Prokrastinasi fungsional ini biasanya dilakukan untuk mengumpulkan data-data penting, referensi atau informasi lain yang terkait dengan tugas primer (tugas yang penting). Dalam kenyataannya, untuk mengumpulkan data-data memang membutuhkan waktu yang tidak pasti sesuai dengan jenis informasi yang akan dicari. Ada informasi yang membutuhkan waktu sebentar, dan ada juga yang lama. Prokrastinasi macam ini sering terjadi pada tugas-tugas yang berhubungan dengan penelitian.

---

<sup>13</sup> M Nur Gufron dan rini risnawita S.. *Teori teori Psikologi*, 154-155.



2) *Disfunctional procrastination*, yaitu penundaan yang tidak memiliki tujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah. Prokrastinasi disfungsional ini dibagi lagi menjadi dua bentuk berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan, yaitu *decisional procrastination* dan *avoidance procrastination*.

a) *Decisional procrastination* adalah suatu penundaan yang terkait dengan pengambilan keputusan. Bentuk prokrastinasi ini merupakan sebuah anteseden kognitif dalam menunda untuk mulai melakukan suatu kerja dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stress. Prokrastinasi dilakukan sebagai suatu bentuk coping yang digunakan untuk menyesuaikan diri dalam pembuatan keputusan pada situasi yang dipersepsikan penuh stress. Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu, sehingga akhirnya seorang menunda untuk memutuskan masalah. *Decisional procrastination* berhubungan dengan kelupaan, kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang

b) *Avoidance procrastination* atau *behavioral procrastination* adalah suatu penundaan dalam perilaku tampak. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Prokrastinasi ini dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan yang akan mendatangkan nilai negatif padanya atau mengancam *self esteem*-nya. *Avoidance procrastination* berhubungan dengan tipe *self presentation*, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang dan *implusiveness*.

## B. Mahasiswa Madura

### 1. Pengertian Mahasiswa Madura

Mahasiswa merupakan anggota civitas akademik yang diposisikan sebagai insan dewasa yang memiliki kesadaran sendiri dalam mengembangkan potensi diri di perguruan tinggi untuk menjadi intelektual, ilmuwan, praktisi dan profesional.<sup>14</sup>

Madura merupakan pulau kecil yang terdapat di Jawa Timur. Terdapat perdebatan mengenai asal-usul nama Madura. Salah satunya menyebut Madura berasal dari bahasa Sansekerta yang berarti permai, indah, molek, cantik, jelita, manis, ramah tamah, lemah lembut. Nama tersebut diberikan oleh kaum Brahmana yang menemukan pulau tersebut. Terlepas di kalangan masyarakat awam banyak berkembang asal-usul nama Madura yang direka-reka sebagai singkatan suatu ungkapan yang dikaitkan dengan mitologi dan legenda setempat.<sup>15</sup>

Peneliti mendefinisikan mahasiswa Madura sebagai civitas akademik yang berasal<sup>19</sup> dari Madura, yang mana mereka mengambil program sarjana strata 1 (S-1) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.

### 2. Karakter Dasar Orang Madura

Beberapa karakter dasar orang Madura adalah sebagai berikut :<sup>16</sup>

- 1) *Ejhin* (secara harfiah berarti sendiri-sendiri) merupakan pembawaan dasar orang Madura yang cenderung bersifat individualistis walaupun tidak egoistis. Pembawaan tersebut sangat menekankan pada rasa ketidaktergantungan dirinya pada orang lain.

Pada prinsipnya pembawaan *ejhin* ini secara umum akan membentuk karakter orang

---

<sup>14</sup> UU No. 12 Tahun 2012 Pasal 13 Ayat 1.

<sup>15</sup> Mien Ahmad Rifai, *Manusia Madura*, (Yogyakarta: Pilar Media, 2007), 29-30.

<sup>16</sup> Ainurrahman Hidayat, "Karakter Orang Madura Dan Falsafah Politik Lokal", *Jurnal Karsa*, Vol. XV, No. 1. (2009), 3.

- Madura yang bisa bersikap toleran menghadapi lingkungannya sepanjang hal tersebut tidak mengganggu kepentingan dirinya, baik langsung maupun tidak langsung.
- 2) Kaku dan kasar (*gherra*). Karakter orang Madura yang kedua ini seperti perumpamaan *akanta sa'ar gherrana* (seperti ijuk aren kekakuannya). Perumpamaan tersebut diduga muncul dari pengamatan orang-orang tua Madura tempo dulu saat lidahnya merasakan kekasaran potongan ijuk yang mengotori penganan yang terbuat dari tepung sagu aren yang halus dan lembut. Ibarat ini tepat sekali untuk diterapkan pada seseorang yang dalam bergaul tidak lentur sikapnya, tidak halus perilakunya dan tidak lemah lembut tutur katanya.
  - 3) Kukuh (*koko*). Keteguhan orang Madura dalam memegang keyakinan, pendirian, kecondongan hati, pendapat dan juga perkataannya tidak pernah terlepas dari pengamatan orang luar. Pembawaan kukuh yang disandang orang Madura tersebut dalam perspektif yang lebih luas berpotensi mengantarkan orang Madura untuk selalu loyal pada pekerjaan, setia pada atasan atau juga patuh pada sistem dan pranata yang ada.
  - 4) *Saduhuna* (apa adanya). Pembawaan yang sering mengesankan keluguan ini akan membuat orang Madura jujur dan polos dalam menyatakan perasaan hati serta segala sesuatu yang terdapat di benaknya. Pembawaan *saduhuna* ini berpotensi menciptakan situasi lingkungan dimana orang Madura hidup dengan kejujuran dalam bersikap, berkata-kata dan berperilaku. Potensi *saduhuna* ini menyebabkan orang Madura dalam hal sikap, perkataan, dan perilakunya tidak berbasa-basi dalam merespons setiap fenomena kehidupan yang tidak disenangi atau sesuatu yang diyakini.

- 5) *Enteng* (meremehkan) sifat meremehkan ini terdapat pada orang Madura dan sifat inilah yang membuat orang Madura sulit untuk mencapai apa yang dia inginkan, dan biasanya sifat meremehkan sesuatu itu bisa menghambat orang itu untuk kesuksesan dalam banyak hal seperti dalam pekerjaan, pendidikan dan sosial.
- 6) *Denbeden* (ceroboh) orang yang tidak berfikir dulu sebelum bertindak lebih mementingkan emosi dan hawa nafsunya. Orang yang ceroboh tidak memperdulikan akibat dari perbuatan yang dilakukannya. Sifat ceroboh biasanya identik dengan tidak berhati-hati tidak berfikir baik. Dan ceroboh itu bisa membuat sesuatu yang dikerjakan itu tidak bisa diselesaikan secara maksimal.