

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Prokrastinasi

a) Pengertian Prokrastinasi

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin "*procrastination*" yang terdiri dari awalan "*pro*", yang berarti mendorong maju atau bergerak maju, dan akhiran "*crastinus*", yang berarti keputusan hari esok. Ketika digabungkan, istilah tersebut bermakna "menunda sampai hari berikutnya" atau "menangguhkan".¹ (Solomon & Rothblum, 1984) menyampaikan bahwa prokrastinasi diartikan sebagai kecenderungan menunda dalam mengawali maupun menuntaskan kinerja secara totalitas untuk melaksanakan kegiatan lain yang tidak bermanfaat, sehingga kinerja membuat terhambat, tugas tidak pernah diselesaikan sesuai jadwal, serta kerap terlambat dalam pertemuan-pertemuan. Prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda yang sering terjadi dalam berbagai konteks, termasuk akademik. Dalam konteks akademik, prokrastinasi sering terlihat pada mahasiswa yang menunda memulai atau menyelesaikan tahapan penting dalam penulisan skripsi, seperti mencari judul, membaca jurnal untuk referensi, atau mengumpulkan data. Prokrastinasi ini bisa menyebabkan berbagai konsekuensi negatif, termasuk keterlambatan dalam pendaftaran ujian seminar proposal dan munaqasah, serta kehilangan kesempatan untuk lulus tepat waktu.

Pengukuran perilaku prokrastinasi akademik seringkali melibatkan penghitungan hari keterlambatan dalam memulai dan menyelesaikan tugas-tugas

¹ Ghufroon, M. N., dan Risnawati, R. S. (2017). Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, hlm. 150.

tersebut. Keterlambatan diinterpretasikan sebagai perbedaan antara harapan atau rencana awal untuk memulai dan menyelesaikan tugas dengan kenyataan bahwa individu tersebut sebenarnya menunda-nunda.² Ini mencakup penundaan tugas-tugas yang perlu dilakukan, seringkali karena adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan sempurna atau rasa takut akan kegagalan.

Menurut Silver, prokrastinasi tidak selalu dilakukan dengan maksud untuk menghindari tugas yang dihadapi. Ini berarti orang yang melakukan prokrastinasi tidak selalu melakukannya karena mereka ingin menghindari tugas itu sendiri. Mereka mungkin hanya menunda-nunda pekerjaan tersebut tanpa alasan yang jelas, sehingga menghabiskan waktu yang seharusnya mereka gunakan untuk menyelesaikan tugas tersebut. Akibat dari penundaan ini adalah kegagalan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu.³ Sementara itu, Ellis dan Knaus menyatakan bahwa prokrastinasi adalah penundaan yang tidak beralasan terhadap tugas yang sebenarnya perlu dilakukan.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah kegagalan dalam melakukan apa yang seharusnya dilakukan untuk mencapai tujuan. Prokrastinasi bisa menjadi sebuah trait atau kebiasaan yang terbentuk dari kebiasaan menunda-nunda yang telah menjadi respons tetap. sementara itu, prokrastinasi akademik sering kali memiliki dampak negatif pada mundurnya seminar proposal skripsi dan ujian skripsi yang terkait dengan kinerja belajar pencapaian akademik seseorang.

b) Dimensi dan Aspek

² Hidayah. Nur., Atmoko. Adi., (2014). Landasan Sosial Budaya Dan Psikologi Pendidikan. Malang: Penerbit Gunung Samudera. hlm. 81.

³ Ibid, hlm. 152.

Dimensi prokrastinasi menurut Solomon dan Rothblum⁴

1) Kecenderungan Menunda (*Trait Procrastination*) adalah Kecenderungan umum untuk menunda-nunda tugas yang harus diselesaikan tanpa alasan yang jelas.

2) Penundaan Pengambilan Keputusan (*Decisional Procrastination*) adalah Kesulitan dalam membuat keputusan yang diperlukan untuk memulai atau melanjutkan proses penulisan skripsi.

3) Perfeksionisme yang Menghambat (*Perfectionistic Procrastination*) adalah Memiliki standar yang sangat tinggi yang menyebabkan penundaan dalam menyelesaikan tugas karena takut hasilnya tidak akan sempurna.

4) Manajemen Waktu yang Buruk (*Time Management Issues*) adalah Kesulitan dalam mengatur waktu dengan efektif, yang mengakibatkan penundaan dalam menyelesaikan tahapan-tahapan skripsi.

5) Kurangnya Motivasi (*Lack of Motivation*) adalah Tidak adanya dorongan atau semangat untuk menyelesaikan tugas skripsi, mungkin disebabkan oleh kurangnya minat pada topik yang dipilih.

Dengan memahami dimensi-dimensi prokrastinasi menurut Ferrari mahasiswa dapat lebih mudah mengidentifikasi dan mengatasi perilaku prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.

Aspek-aspek prokrastinasi yang disebutkan oleh Surijah dan Tdunjing dapat disingkat sebagai berikut:

⁴ Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology, 31*(4), 503-509.

- 1) ***Perceived Time (Waktu yang Dirasakan)***: Prokrastinator cenderung memiliki persepsi waktu yang berbeda, fokus pada "masa sekarang" daripada "masa mendatang", yang menyebabkan kesulitan menepati deadline.
- 2) ***Intention-Action Gap (Celah antara Keinginan dan Perilaku)***: Terjadi perbedaan antara keinginan untuk menyelesaikan tugas dengan tindakan nyata yang diperlukan, memicu prokrastinasi.
- 3) ***Emotional Distress (Tekanan Emosi)***: Prokrastinasi dapat menyebabkan tekanan emosional seperti kecemasan atau rasa bersalah karena tugas menumpuk akibat penundaan.
- 4) ***Perceived Ability (Persepsi Kemampuan)***: Keraguan terhadap kemampuan untuk menyelesaikan tugas dengan baik dapat memicu prokrastinasi, meskipun tidak selalu berkaitan langsung dengan kemampuan sebenarnya.

Penundaan dalam menyelesaikan skripsi seringkali melibatkan faktor-faktor psikologis, emosional, dan persepsi diri yang kompleks. Dampaknya meliputi keterlambatan dalam menyelesaikan skripsi dan stres emosional seperti cemas atau bersalah.

c) **Jenis-Jenis Prokrastinasi**

Dalam pembagian yang Anda sebutkan dari Ferrari, prokrastinasi dibagi menjadi dua jenis utama: fungsional dan disfungsional.⁵

- (a) **Functional Procrastination**: Ini adalah jenis prokrastinasi di mana penundaan dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat sebelum memulai tugas. Dalam konteks ini, penundaan dianggap sebagai strategi yang bermanfaat untuk

⁵ Ghufroon, M. N., dan Risnawati, R. S. (2017). Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, hlm. 154.

mengumpulkan informasi yang dibutuhkan sebelum memulai pekerjaan. Ini bisa menjadi cara untuk memastikan bahwa tugas dikerjakan dengan lebih efektif dan efisien.

(b) Disfunctional Procrastination:

1) ***Decisional Procrastination:*** Jenis prokrastinasi ini terjadi ketika seseorang menunda pengambilan keputusan dalam situasi yang dipersepsikan sebagai stres. Penundaan ini bisa terjadi karena individu merasa sulit untuk mengidentifikasi tugas yang harus dilakukan atau karena adanya konflik internal yang muncul dalam menghadapi tugas tersebut. *Decisional procrastination* dapat berhubungan dengan kelupaan dan kesulitan dalam proses kognitif, tetapi tidak berkaitan dengan tingkat kecerdasan.

2) ***Avoidance Procrastination:*** Prokrastinasi ini terjadi ketika seseorang menunda melakukan tugas karena tugas tersebut dianggap tidak menyenangkan atau sulit. Individu cenderung menghindari tugas yang menantang dan mungkin merasa takut akan kegagalan seperti banyak revisi. Prokrastinasi jenis ini sering kali berkaitan dengan keinginan untuk menjaga citra diri dan impulsive behavior.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku penundaan yang disengaja, di mana seseorang melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan daripada mengerjakan tugas yang seharusnya dilakukan. Prokrastinasi dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan tujuan dan manfaat dari penundaan tersebut, yaitu fungsional dan disfungsional.

Solomon dan Rothblum mengidentifikasi enam area akademik di mana prokrastinasi sering terjadi di antara mahasiswa:

1) Tugas Mengarang: Menunda tugas-tugas menulis seperti skripsi, makalah, dan esai. Penundaan ini bisa disebabkan oleh kesulitan, kurang motivasi, atau rasa tidak mampu menyelesaikan tugas dengan baik.

2) Belajar Menghadapi Ujian: Menunda persiapan ujian, seperti membaca materi dan membuat catatan. Prokrastinasi ini disebabkan oleh kurangnya motivasi, takut gagal, atau tidak memahami pentingnya persiapan.

3) Membaca: Menunda membaca bahan bacaan pembelajaran seperti buku referensi, artikel dan jurnal. Alasan penundaan termasuk kesibukan, kurang minat, atau kurang keterampilan membaca.

4) Kerja Administratif: Menunda tugas administratif seperti mengisi formulir, membayar kuliah, atau mengumpulkan dokumen. Penundaan ini termasuk ke dalam tekanan hidup dari berbagai latarbelakang mahasiswa.

5) Menghadiri Pertemuan: Menunda kehadiran di kelas, seminar, atau bimbingan dengan dosen. Alasan penundaan termasuk ketidakminatan, kemalasan, atau ketidaknyamanan dalam lingkungan akademik.

6) Kinerja Akademik Secara Keseluruhan: Menunda menyelesaikan tugas, memenuhi tenggat waktu, atau mencapai standar akademik. Penundaan ini disebabkan oleh kurang motivasi, kurang keterampilan manajemen waktu, atau takut gagal.⁶

d) Ciri-Ciri Prokrastinasi

Menurut Ferrari, ciri-ciri prokrastinasi akademik yang dapat diamati dan diukur meliputi:

⁶ Solomon, L.J.& Rothblum, E.D. (1984). *Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates*, *Journal of Counseling Psychology*, 31, 504-510 : University of Vermont.

1) Penundaan untuk Memulai dan Menyelesaikan Tugas: Prokrastinator cenderung menunda-nunda baik memulai maupun menyelesaikan tugas, meskipun mengetahui pentingnya menyelesaikannya segera.

2) Keterlambatan dalam Mengerjakan Tugas: Prokrastinator membutuhkan lebih banyak waktu daripada seharusnya untuk menyelesaikan tugas, sering kali menghabiskan waktu berlebihan untuk persiapan.

3) Kesenjangan Waktu antara Rencana dan Kinerja Aktual: Prokrastinator sering gagal memenuhi batas waktu yang telah ditetapkan, meskipun telah membuat rencana sebelumnya.

4) Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan: Prokrastinator mengalihkan perhatian dari tugas dengan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan seperti menonton film, drakor, scroll sosial media.

Ciri-ciri ini menunjukkan pola perilaku prokrastinasi akademik, di mana individu terus menunda pekerjaan yang harus dilakukan dan sering menggunakan waktu untuk kegiatan yang kurang produktif.

e) Faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi

Menurut Joseph dan Ferrari, faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dibagi menjadi dua jenis utama:⁷

1) Faktor Internal: Ini mencakup kondisi fisik dan psikologis individu yang memengaruhi kecenderungan untuk menunda-nunda. Contoh faktor internal meliputi tingkat motivasi, kesejahteraan emosional, tingkat konsep

⁷ Sekar, R.A & Anne, F. (2013). Hubungan Antara Distress dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sahid Surakarta. *Jurnal Psikologi*, (Online), 2(2): 50-80.

diri, kepercayaan pada kemampuan diri (*self-efficacy*), kemampuan mengatur diri, serta kecenderungan untuk menghindari situasi yang menimbulkan stres.

- 2) **Faktor Eksternal:** Ini adalah faktor-faktor di luar individu yang juga berperan dalam prokrastinasi. Termasuk gaya pengasuhan orangtua, norma dan kebiasaan di lingkungan tempat tinggal, tekanan dari nilai atau penilaian akademik, serta dukungan sosial dari keluarga, teman, atau lingkungan sekitar.

Dengan mengenali faktor-faktor ini, kita dapat lebih memahami penyebab prokrastinasi penyelesaian skripsi dan merencanakan strategi untuk mengatasi masalah ini. Faktor internal menyoroti aspek individu yang perlu diperhatikan dan dikelola, sementara faktor eksternal menunjukkan bagaimana lingkungan dan dukungan sosial dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang.

2. Konsep Diri Akademik

a) Pengertian Konsep Diri Akademik

Konsep diri akademik merupakan elemen penting dalam pendidikan yang mempengaruhi cara mahasiswa berinteraksi dengan proses belajar mereka. Flowers dalam Blegur (2020) menyatakan bahwa konsep diri akademik adalah persepsi individu tentang bakat akademis mereka di bidang tertentu. Hal ini berarti bahwa bagaimana seorang mahasiswa memandang dirinya sendiri dalam konteks akademik akan berpengaruh langsung terhadap motivasi dan kinerja mereka. Misalnya, seorang mahasiswa yang memiliki konsep diri akademik yang positif cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi tugas-tugas akademik, termasuk menyelesaikan skripsi. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki pandangan negatif

tentang kemampuan akademis mereka mungkin akan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas tersebut.⁸

Dari perspektif psikologis, konsep diri akademik juga berhubungan dengan bagaimana mahasiswa mengelola stres dan tekanan akademik. Menurut Resmin dkk. (2022), mahasiswa yang memiliki konsep diri akademik yang baik lebih mampu mengatasi tekanan yang muncul selama proses penulisan skripsi. Mereka cenderung lebih resilient dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Contoh kasus yang relevan adalah mahasiswa yang aktif berpartisipasi dalam kelompok studi atau diskusi akademik, yang dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka dan memperkuat konsep diri akademik mereka.⁹

Dari beberapa definisi yang telah dikemukakan, dapat disimpulkan bahwa konsep diri akademik adalah suatu penilaian yang dilakukan oleh individu terhadap dirinya sendiri dalam konteks akademik. Konsep diri akademik terdiri dari gabungan antara perilaku dan perasaan yang merefleksikan persepsi diri, evaluasi diri yang relatif stabil, dan perilaku yang berfokus pada prestasi dalam menghadapi berbagai tugas akademik. Hal ini mencakup bagaimana seseorang melihat kemampuan akademisnya, bagaimana mereka menilai kemajuan dan pencapaian akademiknya, serta faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi dan semangat mereka dalam belajar.

b) Aspek-Aspek Konsep Diri Akademik

⁸ Jusuf Blegur, S.Pd., M.Pd., *Soft Skills untuk Prestasi Belajar: Disiplin Percaya diri Konsep diri akademik Penetapan tujuan Tanggung jawab Komitmen Kontrol diri* (Scopindo Media Pustaka, 2020), hal 52.

⁹ Resmin Manik, Carolina L. Radjah, and Triyono Triyono, 'Rendahnya Konsep Diri Akademik Siswa SMP', *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan* 2, no. 4 (2017): 494–502.

Terdapat dua aspek yang mempengaruhi konsep diri akademik. Liu & Wang dalam Blegur memaparkan sebagai berikut:¹⁰

1) Kepercayaan Akademik

Individu yang memiliki kepercayaan bahwa apapun tugas dan tanggung jawab akademik yang diberikan harus mampu diselesaikan dan dikerjakan dengan baik dan tuntas. Dalam kondisi atau keadaan apapun, individu tetap memiliki niat untuk menyelesaikan tugasnya sesuai kemampuannya. Sehingga, individu akan optimis dan yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya, selalu responsif dalam mengikuti proses diskusi serta memiliki prestasi atau ipk akademik yang baik.

2) Upaya Akademik

Upaya akademik adalah perasaan yang menunjukkan komitmen individu untuk berpartisipasi dan tertarik pada pekerjaan-pekerjaan akademik di kampus. Dengan upaya akademik ini, individu akan membentuk ketekunan, konsepsi, dan pengendalian informasi negatif yang menghalangi atau merintanginya. Upaya ini mencerminkan dedikasi individu dalam menghadapi tantangan akademik dan keberlanjutan dalam upaya mencapai prestasi akademik yang optimal.

Sedangkan Marsh dkk. mengemukakan bahwa secara umum terdapat tiga aspek utama konsep diri akademik, yaitu kepercayaan diri, penerimaan

¹⁰ Blegur, S.Pd., M.Pd., *Soft Skills untuk Prestasi Belajar*, hal 57.

diri, dan penghargaan diri. Dari beberapa aspek tersebut maka dapat dijelaskan secara lebih terinci sebagai berikut:¹¹

a) Kepercayaan Diri

Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung merasa optimis terhadap kemampuan yang dimiliki dalam bidang yang mereka geluti, serta berupaya untuk mencapai prestasi yang maksimal. Sebaliknya, mahasiswa dengan kepercayaan diri yang rendah sering kali diliputi oleh keraguan dalam proses belajar dan dalam menekuni pendidikan sesuai dengan disiplin ilmu yang mereka pilih di kampus.

b) Penerimaan Diri

Individu yang mampu menerima baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki akan dapat menilai secara realistis kemampuan diri dan merasa yakin terhadap penilaian tersebut tanpa terpengaruh oleh opini orang lain. Mahasiswa yang mampu mengakui keterbatasan dirinya tidak akan menyalahkan pihak lain atas kekurangan yang ada dan tidak akan mencari kambing hitam atas situasi yang dihadapi.

c) Penghargaan Diri

Rasa harga diri individu berkembang dari penilaian pribadi yang kemudian memengaruhi proses berpikir, emosi, keinginan, nilai-nilai, dan tujuan yang berujung pada keberhasilan atau kegagalan. Mahasiswa yang memiliki penghargaan diri yang tinggi cenderung berpikir positif tentang diri mereka maupun bidang yang mereka tekuni di universitas, yang pada

¹¹ Samiroh Samiroh and Zidni Immawan Muslimin, 'Hubungan Antara Konsep Diri Akademik Dan Perilaku Menyontek Pada Siswa-Siswi Mas Simbangkulon Buaranpekalongan', *Psikis: Jurnal Psikologi Islami* 1, no. 2 (2015): 67–77, <https://openrecruitment.radenfatah.ac.id/index.php/psikis/article/view/569>.

gilirannya akan mendorong mereka untuk meraih kesuksesan dalam pendidikan.

c) **Macam-macam Konsep Diri Akademik**

Menurut Carl Rogers macam-macam konsep diri akademik ada 2¹²

- 1) Konsep diri akademik Positif: Meliputi kepercayaan diri dalam kemampuan akademik, motivasi tinggi, penerimaan diri, dan penilaian diri positif. Ini berhubungan dengan sikap optimis dan yakin terhadap pencapaian akademik.
- 2) Konsep diri akademik Negatif: Meliputi rasa tidak percaya diri, motivasi rendah, penilaian diri negatif, dan respons terhadap kesulitan yang pesimis. Ini mencerminkan pandangan yang kurang percaya diri dan ketidakpuasan terhadap pencapaian akademik.

d) **Faktor-faktor konsep diri akademik**

Konsep diri akademik individu merupakan pandangan dan evaluasi diri terhadap kemampuan akademis yang dimiliki. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri akademik ini sangat bervariasi, dan pemahaman terhadapnya sangat penting untuk membantu individu mencapai potensi maksimal mereka dalam pendidikan. Berdasarkan penjelasan dari Hattie serta Saam dan Wahyuni, terdapat beberapa elemen kunci yang berkontribusi terhadap pembentukan konsep diri akademik.

Menurut Hattie:¹³

- 1) Struktur Keluarga:

¹² Witono, A. H., & Widodo, A. (2023). Aplikasi Teori Carl R. Rogers dalam Kampus Merdeka untuk Mewujudkan Pendidikan yang Humanis di Perguruan Tinggi. *Journal on Education*, 5(3), 9833-9838.

¹³ Dina Lutfiana and Ermita Zakiyah, 'Hubungan Konsep Diri Akademik Dan Self Regulated Learning Dengan Stres Akademik Santri Dalam Mengikuti Pembelajaran Daring', *Journal of Indonesian Psychological Science* 1, no. 01 (2021)

- Tingkat kelahiran.
- Jumlah anak-anak di rumah.

Struktur keluarga menjadi salah satu faktor yang signifikan. Tingkat kelahiran dalam sebuah keluarga dan jumlah anak-anak yang ada di rumah dapat memengaruhi perhatian dan sumber daya yang tersedia untuk pendidikan setiap individu. Misalnya, dalam keluarga dengan banyak anak, mungkin ada persaingan untuk mendapatkan perhatian dan dukungan dari orang tua, yang dapat berdampak pada bagaimana anak merasa tentang kemampuan akademisnya.

2) Status Sosial:

- Pekerjaan ayah.
- Pendidikan orang tua.
- Kemampuan untuk melanjutkan pendidikan.

Selanjutnya, status sosial juga memainkan peran penting dalam membentuk konsep diri akademik. Pekerjaan ayah dan tingkat pendidikan orang tua sering kali menjadi indikator kemampuan finansial dan dukungan yang dapat diberikan kepada anak dalam melanjutkan pendidikan. Hattie menyatakan bahwa meskipun korelasi antara status sosial dan prestasi akademik tidak terlalu kuat, tetap ada pengaruh yang signifikan. Data menunjukkan bahwa anak-anak dari keluarga dengan latar belakang pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki prestasi yang lebih baik di sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial yang mendukung dapat memberikan dorongan positif bagi perkembangan akademik individu.

3) Karakteristik Psikologis Keluarga:

- Dorongan dan harapan.

- Aktivitas-aktivitas pendidikan di lingkungan rumah.
- Ketertarikan pendidikan.
- Evaluasi orang tua terhadap kualitas pendidikan anak.
- Ganjaran dan hukuman.

Karakteristik psikologis keluarga juga tidak boleh diabaikan. Dorongan dan harapan yang diberikan oleh orang tua, serta aktivitas pendidikan yang dilakukan di rumah, berkontribusi besar terhadap bagaimana individu memandang diri mereka sendiri dalam konteks akademis. Ketertarikan orang tua terhadap pendidikan anaknya, serta evaluasi yang mereka berikan terhadap kualitas pendidikan yang diterima, dapat membentuk keyakinan anak tentang kemampuan akademis mereka. Ganjaran dan hukuman yang diterapkan oleh orang tua juga dapat memengaruhi motivasi dan sikap anak terhadap belajar. Hattie menekankan bahwa karakteristik psikologis keluarga memiliki korelasi yang paling tinggi terhadap prestasi individu di universitas, menunjukkan bahwa dukungan emosional dan intelektual dari keluarga sangat berpengaruh.

Menurut Saam dan Wahyuni Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri akademik seseorang:¹⁴

1) Kemampuan dan Penampilan Fisik:

- Seluruh kemampuan yang dimiliki oleh individu.
- Bagaimana seseorang melihat fisiknya.

Di sisi lain, Saam dan Wahyuni menambahkan bahwa kemampuan dan penampilan fisik individu juga berkontribusi terhadap konsep diri akademik.

¹⁴ Moh Badrul Faizin, 'Hubungan Efikasi Diri Dan Konsep Diri Akademik Dengan Hasil Belajar PAI Siswa Kelas Xi Jurusan Otkp (Otomatisasi Dan Tata Kelola Perkantoran) Di SMK PGRI 2 Kediri' (PhD Thesis, IAIN Kediri, 2020), <http://etheses.iainkediri.ac.id/4688/>.

Seluruh kemampuan yang dimiliki oleh individu, serta bagaimana mereka melihat diri mereka secara fisik, dapat memengaruhi rasa percaya diri yang dimiliki saat berinteraksi di lingkungan akademis. Dalam konteks ini, individu yang merasa baik tentang penampilan fisik mereka mungkin lebih percaya diri dalam berpartisipasi dalam kegiatan akademik dan sosial.

2) Peranan Kelompok Teman Sebaya:

- Konsep diri individu terbentuk dari bagaimana penilaian teman mengenai dirinya.

Peranan kelompok teman sebaya juga sangat krusial dalam pembentukan konsep diri akademik. Konsep diri individu sering kali terbentuk dari bagaimana penilaian teman-teman mereka terhadap diri mereka. Jika individu dikelilingi oleh teman-teman yang mendukung dan memotivasi, mereka cenderung memiliki pandangan yang lebih positif terhadap kemampuan akademis mereka. Sebaliknya, jika mereka terlibat dalam kelompok yang tidak mendukung atau bahkan merendahkan, hal ini dapat menurunkan rasa percaya diri dan motivasi belajar mereka.

3) Peranan Keluarga:

- Sikap dan penilaian keluarga terhadap individu.

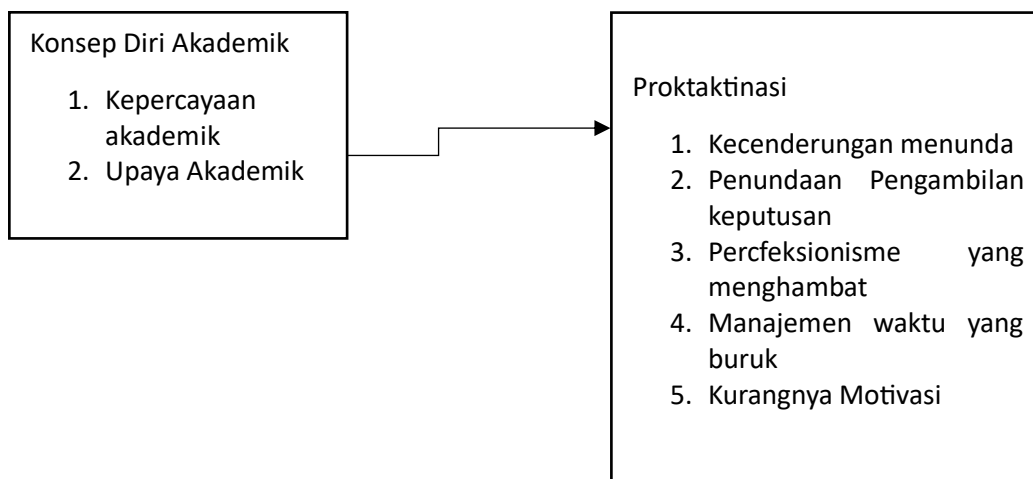
Terakhir, peranan keluarga dalam penilaian individu tidak bisa diabaikan. Sikap dan penilaian keluarga terhadap individu dapat membentuk cara pandang individu terhadap diri mereka sendiri. Keluarga yang memberikan dukungan dan pengakuan terhadap pencapaian akademis anak akan membantu anak merasa lebih percaya diri dan termotivasi untuk belajar. Sebaliknya, kritik yang berlebihan atau penilaian yang negatif dapat mengakibatkan penurunan konsep diri akademik yang dimiliki individu.

Dengan memahami faktor-faktor ini, kita dapat lebih mengerti bagaimana berbagai aspek kehidupan mempengaruhi konsep diri akademik seseorang. Interaksi antara lingkungan keluarga, sosial, serta persepsi diri memainkan peranan penting dalam pembentukan konsep diri tersebut. Oleh karena itu, penting bagi pendidik dan orang tua untuk menciptakan lingkungan yang mendukung, tidak hanya dalam hal akademis tetapi juga dalam pengembangan karakter dan kepercayaan diri anak. Dengan pendekatan yang holistik, diharapkan individu dapat mengembangkan konsep diri akademik yang positif, yang pada gilirannya akan berkontribusi pada prestasi dan keberhasilan mereka di masa depan.

B. Kerangka Berpikir

Kerangka teoritis penelitian ini berawal dari kecenderungan mahasiswa program studi komunikasi dan psikologi islam angkatan 2019 IAIN Kediri yang melakukan prokstinasi akademik dalam mengerjakan skripsi.

1.1 Gambar Kerangka Berfikir.



Keterangan

1) Hubungan antara Konsep Diri Akademik dan Prokrastinasi Akademik

Kerangka Berpikir: Konsep diri akademik, yang melibatkan kepercayaan akademik dan upaya akademik, sangat mempengaruhi bagaimana mahasiswa menghadapi tugas-tugas akademik mereka. Mahasiswa dengan konsep diri akademik

yang positif yaitu, mereka yang percaya pada kemampuan akademik mereka (kepercayaan akademik) dan yang berusaha keras dalam studi mereka (upaya akademik) cenderung memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih rendah. Mereka lebih mungkin untuk menghadapi tugas dengan rasa percaya diri dan motivasi tinggi.

Sebaliknya, mahasiswa dengan konsep diri akademik yang negatif, yang meragukan kemampuan mereka dan kurang berupaya dalam kegiatan akademik, lebih rentan terhadap prokrastinasi. Mereka mungkin menunda tugas karena merasa tidak mampu menyelesaikannya dengan baik atau merasa tidak ada gunanya berusaha karena persepsi negatif tentang kemampuan diri mereka.

Hubungan Antara Variabel

1. Hubungan Konsep Diri Akademik dengan Prokrastinasi

Prokrastinasi bisa timbul karena seseorang mencela dirinya sendiri.¹⁵ Faktor pencelaan terhadap diri sendiri meliputi pandangan rendah terhadap diri sendiri dan kurangnya kepercayaan diri terhadap masa depan.¹⁶ Cara seseorang memandang dirinya merupakan bagian integral dari konsep dirinya. Konsep diri merujuk pada persepsi seseorang tentang kemampuan dan sifat dirinya yang membimbing perilakunya.¹⁷ Konsep diri juga didefinisikan sebagai persepsi individu terhadap dirinya sendiri yang terbentuk melalui pengalaman di lingkungan, interaksi dengan orang lain yang signifikan, serta atribusi terhadap perilakunya sendiri.

Penelitian yang dilakukan oleh Handayani dan Suharnan pada tahun 2012 mengenai hubungan antara konsep diri akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan. Hasil

¹⁵ Batchelor, D. (2013). How to be a good private investigator paperback. United State of America: Xlibris LLC. Hal 7.

¹⁶ Tatan, Z. (2012). Analisis prokrastinasi tugas akhir/skripsi. Jurnal Formatif, 2, 82-89.

¹⁷ Feldman, R. D., Olds, S. W., & Papalia, D. E. (2008). Human development. Jakarta: Salemba Humanika. Hal 9

penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi konsep diri akademik, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa ($N = 337$) dengan nilai $r = -0,348$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$).¹⁸

Penelitian yang dilakukan oleh Ferrari pada tahun 2007 menunjukkan bahwa konsep diri mahasiswa memiliki pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik mereka dalam menyelesaikan tugas. Konsep diri ini tidak muncul begitu saja, melainkan terbentuk berdasarkan persepsi individu tentang sikap orang lain terhadap dirinya. Ferrari menjelaskan bahwa konsep diri adalah hasil dari interaksi sosial dan persepsi tentang bagaimana orang lain memperlakukan dan melihat kita. Sikap orang lain, seperti dukungan, kritik, atau apresiasi, mempengaruhi bagaimana seseorang menilai dirinya sendiri. Jika individu menerima dukungan dan umpan balik positif, mereka cenderung memiliki konsep diri yang lebih kuat dan positif. Sebaliknya, kritik yang berlebihan atau kurangnya dukungan dapat mengarah pada konsep diri yang rendah.¹⁹

Berdasarkan penelitian oleh Handayani, Rusma Apriliana, Andreas, Sri Wiroro, dan Ferrari yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa konsep diri memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi pada setiap individu. Konsep diri yang tinggi membuat mahasiswa tidak mengalami prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi, lebih percaya diri, dan yakin akan keberhasilannya dalam prestasi akademik.

C. Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono, hipotesis adalah dugaan atau jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang akan dibuktikan melalui data yang dikumpulkan. Berdasarkan

¹⁸ Handayani, S. W., & Suharnan. (2012). Konsep diri, stres dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 1, 114-121.

¹⁹ Ferrari, J.R., & Francisco J. (2007). Perceptions of Self-Concept and Self Presentation by Procrastinators: Further Evidence. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(1), 91-96.

pernyataan ini, hipotesis yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.²⁰

Ho: Tidak terdapat hubungan negatif antara konsep diri akademik dengan prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa psikologi islam angkatan 2019 IAIN Kediri.

Ha: Terdapat hubungan negatif antara konsep diri akademik dengan prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa psikologi islam angkatan 2019 IAIN Kediri.

²⁰ Prasastiningtyas, T. R., & Djawoto, D. (2016). Pengaruh citra merek, kualitas produk, dan harga terhadap keputusan pembelian kartu seluler. *Jurnal Ilmu Dan Riset Manajemen (JIRM)*, 5(7).