

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Prokastinasi Akademik

1. Definisi Prokastinasi akademik

Istilah Prokastinasi Akademik berasal dari bahasa latin *procastinase*, dari kata *pro* yang artinya maju, ke depan, bergerak maju, dan *crastinus* yang berarti besok atau menjadi hari esok atau lebih suka menyelesaikannya besok, atau menunda sampai hari berikutnya. Orang yang melakukan Prokastinasi disebut dengan *procrastinator*.²³

Ferrari Dkk. Menyimpulkan ada batasan tertentu untuk mengrtikan prokastinasi akademik, antara lain : 1). Prokastinai hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan tugas disebut prokastinasi akademik, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan. 2). Prokastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu yang mengarah kepada *trait*, penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon tetap yang sealalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, biasanya disertai oleh adanya keyakinan keyakinan yang irrasional. 3). Prokastinasi sebagai suatu *Trait* kepribadian, dalam pengertian ini prokastinasi tidak

²³ Burka, DKK, "Procrastination: Why You Do it, What to Do It Now", Da Capo Press, (2008), hal 5.

hanya sebuah perilaku penundaan saja tetapi merupakan *Trait* yang melibatkan komponen komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.²⁴

prokrastinasi adalah suatu mekanisme untuk mengatasi kecemasan yang berhubungan dengan bagaimana cara memulai atau menyelesaikan pekerjaan dan dalam hal membuat keputusan.²⁵

prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai bentuk penghindaran dalam mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan oleh mahasiswa. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi lebih memilih menghabiskan waktu dengan teman atau pekerjaan lainnya yang sebenarnya tidak begitu penting daripada mengerjakan tugas yang harus diselesaikan dengan cepat. Selain itu, mahasiswa yang melakukan prokrastinasi juga lebih memilih menonton film atau televisi daripada belajar untuk kuis atau ujian.²⁶

Ellis dan Knaus mengartikan prokrastinasi sebagai kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses

²⁴ M Nur Ghufon & Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta:Ar-Ruzz Media,2012), hal 153-154.

²⁵ Catrunada,DKK, ” Perbedaan Kecenderungan Prokrastinasi Tugas Skripsi Berdasarkan Tipe Kepribadian Introvert Dan Ekstrovert”, Program Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, Jakarta,(2008)hal 6.

²⁶Akinsola, DKK, ”Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of University Undergraduate Student”, *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, No. 3. Vol. 4,(2007), hal. 364.

penghindaran tugas, yang hal itu sebenarnya tidak perlu dilakukan seseorang karena adanya ketakutan untuk gagal, serta adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar, bahwa penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai suatu trait prokrastinasi.²⁷

Menurut definisi diatas dapat kita simpulkan bahwa perilaku Prokastinasi adalah sebuah perilaku yang menyengaja menunda untuk melakukan atau menyelesaikan tugas. Maksudnya faktor-faktor yang menyebabkan penundaan itu berasal dari dirinya sendiri. Perilaku ini dapat dikategorikan sebagai prokastinasi ketika perilaku tersebut menimbulkan ketidaknyamanan emosi seperti cemas.

2. Aspek-Aspek dalam prokastinasi akademik

Ferrari dkk dan Stell mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut berupa:

a. *Perceived time*

seseorang yang cenderung prokastinasi adalah orang-orang yang gagal mencapai *deadline*. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang.

Prokastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera

²⁷ M. Nur Ghufon, " Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik", Tesis. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah mada,(2003)hal 15-16.

diselesaikannya, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika ia sudah memulai pekerjaannya. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

b. Intention action

celah antara keinginan dan tindakan. Perbedaan antara keinginan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun siswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Prokastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. seorang mahasiswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah ia rencanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.

c. Emotional distress

adanya perasaan cemas saat melakukan prokastinasi. Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada perilakunya, konsekuensi negatif yang

ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokastinasi. Pada mulanya mahasiswa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak. Tanpa terasa waktu sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.

d. Perceived ability

Adalah keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Walaupun prokastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keraguan-keraguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokastinasi. 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.²⁸

3. Faktor yang mempengaruhi prokastinasi akademik.

Menurut Ferrari dkk dan Stell Faktor yang mempengaruhi Prokastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi 2, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.²⁹

²⁸ Pera Apriani DKK, "Hubungan Antara konsep diri dengan Prokastinasi akademik siswa", Jurnal Tawazun, vol 11, hal 55.

²⁹ M Nur Ghufon & Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta:Ar-Ruzz Media,2012), hal 163.

a. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dari dalam individu yang mempengaruhi Prokastinasi. Faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis dari individu.

1) Kondisi fisik individu

Faktor dari individu yang turut memengaruhi munculnya prokastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi keadaan individu.³⁰

2) Kondisi Psikologi Individu

Menurut Millgram dkk. Trait kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya Trait kemampuan sosial yang tercermin dalam Self regulation dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Besarnya motifasi seseorang juga akan mempengaruhi prokastinasi secara negatif. Semakin tinggi motifasi instrinsik seseorang, akan semakin rendah kecenderungannya untuk prokastinasi akademik.³¹

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam

³⁰ ..Ibid hal 164.

³¹ ..Ibid, hal 165.

diri seseorang yaitu faktor pola asuh orang tua, lingkungan keluarga, masyarakat dan sekolah.

Menurut Ferrari, tingkat pengasuhan otoriter ayah akan menyebabkan munculnya kecenderungan prokrastinasi yang kronik pada subyek peneliti anak wanita, sedangkan tingkat otoritatif ayah menghasilkan perilaku anak wanita yang tidak melakukan prokrastinasi. Menurut Millgram, kondisi lingkungan yang linent, yaitu lingkungan yang toleran terhadap prokrastinasi mempengaruhi tinggi rendahnya prokrastinasi seseorang daripada lingkungan yang penuh dengan pengawasan.³²

4. Jenis-Jenis Prokastinasi Akademik.

Ferrari membagi prokastinasi menjadi 2 yakni :

- a. *Functional Procastination*, yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat.
- b. *Disfunctional Procastination*, yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek, dan menimbulkan masalah.

Sedangkan *Disfunctional* Prokastinasi dibagi menjadi dua lagi berdasarkan bentuk tujuan mereka melakukan penundaan, yaitu *Decisional procastination* dan *avoidance procastination*.

³² M. Nur Ghufon, "Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik", Tesis. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah mada,(2003), hal 23.

- a. *Decisional procrastination* adalah suatu penundaan dalam mengambil keputusan, bentuk prokastinasi ini merupakan sebuah anteseden kognitif dalam menunda untuk memulai melakukan suatu pekerjaan dalam menghadapi situasi yang dipersepsikann penuh stres. Prokastinasi jenis ini berhubungan dengan kelupaan dan kegagalan proses kognitif. Akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang.³³
- b. *Avoidance procrastination* adalah suatu penundaan dalam bentuk perilaku tampak. Penundaan dilakukan sebagai bentuk cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan.³⁴

B. Konsep Diri

1. Definisi Konsep diri.

Membahas tentang dirinya sendiri adalah sebuah aktivitas manusia yang tidak dapat dihindari. Pada umumnya, orang akan berpusat kepada dirinya sendiri. Seperti yang sudah kita ketahui, faktor genetik yang memainkan sebuah peran terhadap identitas diri atau konsep diri. Yang sebagian besar didasari ketika berinteraksi dengan orang lain baik dengan keluarga maupun lingkungan.

³³ M Nur Ghufon & Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta:Ar-Ruzz Media,2012), hal 154.

³⁴ ..Ibid, hal 155.

Dengan pengamatan diri, yang sampai terhadap gambaran dan penilaian diri, ini yang disebut dengan Konsep diri. William D. Brooks mendefinisikan konsep diri sebagai “*Those physical, sosial, and psychological perception with other*”. Jadi konsep diri adalah pandangan dan perasaan tentang diri. Persepsi tentang diri ini boleh bersifat psikologi, sosial dan fisik. Konsep ini bukan hanya gambaran deskriptif, tetapi juga penilaian tentang diri. Jadi konsep diri meliputi apa yang dipikirkan dan apa yang dirasakan tentang diri.³⁵

Menurut Hurlock konsep diri ialah konsep seseorang dari siapa dan apa dia itu. Konsep ini merupakan bayangan cermin, ditentukan sebagian besar oleh peran dan hubungan orang lain, apa yang kiranya reaksi orang terhadapnya. Konsep diri ideal ialah gambaran mengenai penampilan dan kepribadian yang di dambakannya.³⁶

Agustiani menyatakan konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya, yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksinya dengan lingkungan. Konsep ini bukan faktor bawaan, melainkan perkembangan dari pengalaman yang terus menerus. Dasar dari konsep diri individu ditanamkan pada saat-saat dini kehidupan anak menjadi dasar yang mempengaruhi tingkah lakunya

³⁵ Rahmad.J, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007),hal 99-100.

³⁶ Hurloch.B, *Psikologi Perkembangan Anak Jilid 2*,(Jakarta: Erlangga, 2005), hal 23.

dikemudian hari. Konsep diri menurut Rogers adalah bagian sadar dari ruang fenomenal yang didasari dan disimbolisasikan, yaitu “aku” merupakan pusat referensi setiap individu yang secara perlahan-perlahan dibedakan dan disimbolisasikan sebagai bayangan tentang diri yang mengatakan “apa dan siapa aku sebenarnya” dan “apa sebenarnya yang harus aku perbuat”.³⁷

Kartini dan kartono dalam kamus besar psikologinya menuliskan bahwa Konsep diri merupakan keseluruhan yang dirasa dan diyakini benar oleh seseorang mengenai dirinya sebagai individu, ego, dan hal-hal yang dilibatkan didalamnya. Konsep diri adalah keyakinan yang dimiliki individu tentang atribut atau cita-cita yang dimilikinya.ata dapat dimengerti sebagai pengetahuan dan keyakinan yang dimiliki individu tentang karakteristik atau ciri-ciri pribadinya.³⁸

Calhaun dan Acocella mendefinisikan konsep diri sebagai gambaran mental diri seseorang.³⁹ Calhaun dan Acocella juga mengemukakan tentang sumber informasi yang penting dalam pembentukan konsep diri yaitu : 1) Orang tua. 2) Teman sebaya. 3) Masyarakat.⁴⁰

³⁷ Mulyana,dedy,*Ilmu Komunikasi Sebuah Pengantar* (Bandung:Remaja Rosdakarya, 2001), hal 70.

³⁸ Dayakisni dan Hudaniyah, *Psikologi Sosial Edisi Revisi* (Malang:UMM Press, 2003), hal 65.

³⁹ M Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta:Ar-Ruzz Medi,2012), Hal 13.

⁴⁰ ..Ibid, hal 16.

Berdasarkan penertian-pengertian diatas peneliti dapat dapat mengambil kesimpulan bahwa yang dinamakan konsep diri adalah pandangan individu tentang dirinya. Mengenai “siapa saya”,”apa dan bagaimana saya”. Pandangan tersebut dimulai dari identitas diri kita dan apa yang harus kita lakukan . Meskipun berpusat kepada diri sendiri, konsep diri ini juga bisa kita peroleh melalui informasi-informasi yang diberikan orang lain kepada kita, melalui interaksi dan komunikasi dengan orang lain.

2. Aspek-aspek Konsep diri

a. Pengetahuan

Pengetahuan adalah apa yang individu ketahui tentang dirinya sendiri. Individu di dalam benaknya terdapat daftar yang menggambarkan dirinya, kelengkapan fisik, kekurangan fisik, usia, jenis kelamin, kebangsaan, suku, pekerjaan, agama, dan lainnya.

b. Harapan

Yang dimaksud harapan disini adalah individu memiliki satu aspek pandangan tentang kemungkinan dirinya menjadi apa dimasa depan. Pendeknya, individu memiliki harapan bagi dirinya sendiri untuk menjadi diri yang ideal.

c. Penilaian

Di dalam penilaian, individu berkedudukan sebagai penilai tentang dirinya sendiri. 1). “Siapa saya”,

pengharapan bagi individu. 2). “Seharusnya saya menjadi apa”, standar bagi individu, hasil penilaian tersebut disebut harga diri. Semakin tidak sesuai antara harapan dan standar diri, maka akan semakin rendah harga diri seseorang.⁴¹

C. Hubungan konsep diri dengan prokastinasi Akademik .

Pada dasarnya manusia tidak bisa menetap dalam berperilaku, karena hal itu besar kemungkinan setiap orang pernah melakukan perilaku Prokastinasi dalam banyak bidang entah itu akademik, ataupun bidang lainnya.

Mahasiswa dikatakan sebagai seorang Prokastinator akademik ketika mahasiswa tersebut memiliki tugas yang harus diselesaikan, akan tetapi mahasiswa tersebut selalu menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya dengan alasan tertentu. Dan pada akhirnya tugas tidak dapat diselesaikan pada waktunya atau bahkan tidak dikerjakan.

42

Mahasiswa bisa melakukan Prokastinasi akademik itu dipengaruhi banyak faktor, bisa jadi mereka tidak segera menyelesaikan tugas tersebut karena kondisi fisik yang rentan sakit akibat kelalahan ataupun karena mereka memandang bahwa tugas-tugasnya yang tidak menyenangkan. Banyak seseorang yang melakukan Prokastinasi akademik karena pola asuh orang tua atau karena pergaulan dengan teman-temannya.

⁴¹ ..Ibid, hal 17-18.

⁴² Pera Apriani DKK, "Hubungan Antara konsep diri dengan Prokastinasi akademik siswa", Jurnal Tawazun, vol 11, hal 47.

Sebagai mahasiswa, tugas kuliah adalah tugas pertama yang harus dikerjakan. Dan hasil tugas bisa dikatakan baik ketika kita mempunyai waktu yang cukup untuk mengerjakannya, ketika tugas tersebut dikerjakan dengan waktu yang singkat menggunakan “Sistem Kebut semalam (SKS)” maka hasilnya akan kurang maksimal.

Seorang yang melakukan Prokastinasi akademik akan menyesali tindakannya tersebut ketika waktu yang dia miliki telah habis. Konsep diri terdiri dari konsep diri positif dan konsep diri negatif, konsep diri yang positif dan negatif dapat dilihat dari respon seseorang mengenai suatu hal yang ada dalam dirinya dan respon seseorang dalam bersikap terhadap lingkungannya. Ketika seseorang mempunyai konsep diri yang positif maka dia akan merespon dengan baik suatu hal tersebut sedangkan seseorang memiliki konsep diri yang negatif maka dia akan merespon suatu hal tersebut dengan respon yang tidak baik.

Banyak orang yang tidak memahami konsep dirinya secara utuh seperti halnya siapa dia dan apa yang harus mereka lakukan cenderung akan salah dalam merespon setiap yang datang atau yg ada pada dirinya. Ketika seseorang mengenal dirinya secara utuh maka dia akan menerima semua yang ada dalam dirinya dengan sangat baik, yaitu melakukan apa yang seharusnya menjadi tugasnya, menjaga dirinya dan memperbaiki apa yang ada dalam dirinya. saat seseorang mengetahui dirinya sendiri, mulai dari kondisi fisiknya, kelebihanannya,

kekurangannya, tugas-tugasnya, sampai dengan tujuannya, setiap tugasnya dikerjakan dengan sangat baik, dan baik pula dalam menggunakan setiap kesempatan yang datang kepadanya agar tujuannya tercapai.⁴³

Dalam penelitian rahmawati menegaskan bahwa jika semakin positif konsep diri seseorang maka prokrastinasi akademik orang tersebut semakin rendah. Dan apabila konsep diri seseorang semakin negatif maka prokrastinasi akademiknya semakin tinggi.⁴⁴

D. Program Bidikmisi

Bidikmisi merupakan program pemerintah untuk memberikan akses pendidikan tinggi kepada masyarakat miskin untuk dapat memutus mata rantai kemiskinan. Sampai saat ini jumlah penerima Bidikmisi sudah mencapai angka 432.409 mahasiswa, sehingga berkontribusi untuk meningkatkan Angka Partisipasi Kasar (APK) Pendidikan Tinggi.

Bidikmisi juga memiliki skema yang berbeda dengan bantuan biaya pendidikan lain, dengan filosofinya untuk menjemput penerima, Bidikmisi memberikan jaminan pembiayaan mulai dari pendaftaran sampai penerima Bidikmisi menuntaskan pendidikan tinggi. Bidikmisi adalah bantuan biaya pendidikan dari Kementerian Riset Teknologi

⁴³ Sri Wiworo Retno Indah Handayani, "Konsep Diri, Stres, dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa", *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, Malang, (2012) hal 115.

⁴⁴ Layingatus Syifa DKK, *Prokrastinasi Akademik pada lembaga kemahasiswaan dari segi konsep diri dan regulasi emosi*, *Indonesia Journal of Guidance and Counseling*, maret, 2018, hal 26.

dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia yang memberikan fasilitas pembebasan biaya pendidikan dan subsidi biaya hidup.

Bidikmisi diberikan kepada penerima selama 8 (delapan) semester untuk S1 / D4, 6 (enam) semester untuk D3, 4 (empat) semester untuk D2, dan 2 (dua) semester untuk D1. Besaran subsidi biaya hidup yang diberikan serendah-rendahnya Rp650.000,00 per bulan diberikan setiap 6 bulan. Adapun pembebasan biaya pendidikan mencakup semua biaya yang dibayarkan ke Perguruan Tinggi untuk kepentingan pendidikan.⁴⁵

1. Misi dan Tujuan

Misi Bidikmisi adalah memutus mata rantai kemiskinan dengan memberikan akses pendidikan tinggi untuk masyarakat Indonesia yang miskin, namun memiliki prestasi akademik yang baik. Hal ini diharapkan mampu menguatkan nilai-nilai kebangsaan, patriotisme, cinta tanah air, dan semangat bela negara. Adapun tujuan Bidikmisi adalah sebagai berikut :

- a. Meningkatkan akses dan kesempatan belajar di Perguruan Tinggi bagi peserta didik yang tidak mampu secara ekonomi dan memiliki prestasi akademik yang baik.
- b. Meningkatkan prestasi mahasiswa, baik pada bidang kurikuler, kokurikuler, maupun ekstrakurikuler.

⁴⁵ Intan Ahmad (direktur jendral pembelajaran dan kemahasiswaan), "Panduan bidikmisi 2018", hal 01.

- c. Menimbulkan dampak iring bagi mahasiswa dan calon mahasiswa lain untuk berkarakter dan selalu meningkatkan prestasi.
 - d. Melahirkan lulusan yang mandiri, produktif, dan memiliki kepedulian sosial, sehingga mampu berperan dalam upaya pemutusan mata rantai kemiskinan dan pemberdayaan masyarakat.
2. Kebijakan-kebijakan Mahasiswa Bidikmisi IAIN Kediri.
- a. Menjalankan hak dan kewajiban sebagai mahasiswa IAIN Kediri.
 - b. Menjaga kondisi ketentraman dilingkungan kampus dan tidak melakukan pelanggaran kriminal.
 - c. Bersedia dan sanggup bertempat tinggal di ma'had/pondok pesantren selama 4 semester yang sudah ditentukan oleh pengelola bidikmisi.
 - d. Tidak diperbolehkan menikah selama menjadi mahasiswa bidikmisi.