

**PENGARUH RELIGIUSITAS DAN *SELF-CONTROL* TERHADAP
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA MUSLIM YANG SEDANG
MENGERJAKAN SKRIPSI**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun oleh:

Febriana Nur Amanah

NIM 18107010033

Dosen Pembimbing:

Denisa Apriliawati, S.Psi., M.Res

NIP. 19900407 201903 2 014

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

2022

Pernyataan Keaslian Penelitian

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah:

Nama : Febriana Nur Amanah

NIM : 18107010033

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia ditindak sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 8 Agustus 2022



Febriana Nur Amanah

NIM. 18107010033

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Nota Dinas Pembimbing Skripsi / Tugas Akhir

Hal : 1

Lamp : Nota Dinas Pembimbing Skripsi / Tugas Akhir

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hummaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Febriana Nur Amanah

NIM : 18107010033

Prodi : Psikologi

Judul : Pengaruh Religiusitas Dan *Self-Control* Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Muslim Yang Sedang Mengerjakan Skripsi

sudah dapat diajukan kembali kepada fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam program studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 8 Agustus 2022



Pembimbing

Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res.
SIGNED

Valid ID: 62fdcc70ce1e



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-827/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2022

Tugas Akhir dengan judul : **Pengaruh Religiusitas dan Self-Control terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Muslim yang sedang Mengerjakan Skripsi**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : FEBRIANA NUR AMANAH
Nomor Induk Mahasiswa : 18107010033
Telah diujikan pada : Kamis, 18 Agustus 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res.
SIGNED

Valid ID: 62fdec7e0ee1e



Penguji I
Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 62fdbb77c02a1



Penguji II
Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 62fde66751ead



Yogyakarta, 18 Agustus 2022
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 62fdd352b0e8a

Halaman Motto

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri”

(Q.S. Ar Rad 11)

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanmu”

(Umar bin Khattab)

“Mulai dari diri sendiri, mulai dari yang terkecil, mulai dari sekarang.”

(Anonim)

“Ketika Allah menutup satu peluang bagi hamba-Nya, atau menakdirkan satu ‘kekurangan’ atas hamba-Nya, pastilah Allah telah menyiapkan pintu lain sebagai karunia, juga kekuatan lain yang bisa jadi lebih baik dan lebih sempurna.”

(Dikutip dari buku Muslim Hebat karya Ustadz Abu Umar Abdillah)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Halaman Persembahan

...

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prodi Psikologi

Almamater UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Orang tua dan keluarga Tercinta

Segenap sahabat

...



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Kata Pengantar

Assalamu'alaikum wr. wb.

Alhamdulillah, puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penyusunan skripsi yang berjudul "Pengaruh Religiusitas dan *Self-Control* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Mengerjakan Skripsi" dapat terselesaikan dengan baik.

Peneliti menyadari bahwa dalam proses penelitian skripsi ini banyak mengalami kendala, namun berkat ridho Allah SWT, doa, bantuan, bimbingan, kerjasama dari berbagai pihak, kendala-kendala tersebut dapat teratasi. Untuk itu peneliti menyampaikan ucapan terima kasih setulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr.Phil. Al Makin, S.Ag., M.A selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi selaku Ketua Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta serta dosen penasihat akademik yang telah memberikan bimbingan, nasihat, semangat dan motivasi selama saya duduk dibangku perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi.
4. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M.Res., selaku dosen pembimbing skripsi yang sangat membantu serta dengan sabar, tulus, ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk memberikan arahan, motivasi, dan saran yang sangat berharga kepada peneliti selama penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi., selaku dosen penguji 1 yang sudah memberikan arahan serta masukan yang sangat membantu peneliti dalam penyusunan skripsi.
6. Bapak Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi., selaku dosen penguji 2 yang telah memberikan saran serta masukan yang sangat berharga dalam proses penyusunan skripsi ini. Terlebih atas bantuan beliau sebagai

validator alat ukur sehingga alat ukur dalam penelitian ini dapat digunakan untuk kepentingan penelitian.

7. Seluruh jajaran dosen Prodi Psikologi atas segala ilmu dan pengalaman yang menginspirasi. Terima kasih karena telah mendedikasikan diri menjadi bagian dari pembentukan generasi baru yang lebih baik.
8. Staff dan karyawan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, khususnya Prodi Psikologi yang sudah membantu dan mempermudah peneliti dalam melengkapi segala syarat yang dibutuhkan dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Orang tua saya tercinta, bapak Bajudi dan ibu Suprih Miyati yang telah menghantarkan saya ke bangku perkuliahan dan tiada hentinya memberikan saya *support* untuk menyelesaikan studi saya. Terima kasih atas do'a dan juga perjuangannya, *pak, mak*.
10. Teman-teman Psikologi A 2018 dan juga teman-teman Psikologi kelas B C dan D terima kasih sudah memberi warna baru di bangku perkuliahan.
11. Lina Himmah Shofia dan Hanis Kusuma Wardani, terima kasih sudah menjadi teman sambat selama menjalani perkuliahan di kampus tercinta. Mungkin setelah ini masing-masing dari kita akan berpisah, entah untuk melanjutkan pendidikan ataupun meniti karier. Namun besar harapan agar kita tetap menjalin pertemanan dengan baik. See u on top *gaes!!*
12. Terima kasih kepada teman seperjuangan dan seperbimbingan, Heni Agustina yang selama penyusunan skripsi ini selalu membantu *support* dan saling memberikan semangat saat satu sama lain ketika merasa lelah dan penat dalam menyelesaikan skripsi. *You never walk alone, Hen!*
13. Terima kasih juga saya ucapkan kepada *best partner* yang tidak ingin saya sebutkan namanya disini karena pamali katanya haha. Terima kasih banyak atas segala hal yang diberikan kepada saya termasuk dukungannya baik materi maupun non materi, selalu memberikan motivasi dan juga teguran dikala rasa malas menghantui. Hal itulah yang menjadi sumber semangat sehingga saya dapat menuntaskan skripsi ini. 143, mas!
14. Terima kasih tak lupa saya ucapkan kepada kurang lebih 150 responden yang tentunya sudah bersedia meluangkan waktu dan membantu saya dalam

melakukan pengambilan data. Semoga kebaikan yang telah dilakukan menjadi ladang pahala bagi teman-teman semua.

15. Terakhir, saya ingin mengucapkan terima kasih untuk diri sendiri yang sudah kuat bertahan dan berjuang sampai di titik ini. Lulus dari UIN bukanlah akhir dari segala-galanya. Semoga semakin kuat!

Dengan segala kerendahan hati, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, oleh karenanya peneliti mengharap adanya saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Akhir kata, semoga apa yang kita lakukan menjadi amal baik dan mendapat balasan yang setimpal dari-Nya. Aamiin yaa rabbal 'alamin.

Wassalamualaikum wr.wb.

Yogyakarta, 9 Agustus 2022

Peneliti,



Febriana Nur Amanah

NIM. 18107010033

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Daftar Isi

Pernyataan Keaslian Penelitian	ii
Halaman Persetujuan.....	iii
Halaman Pengesahan	iv
Halaman Motto.....	v
Halaman Persembahan	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xii
Daftar Bagan/Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
Intisari	xvi
Abstract	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian.....	6
C. Manfaat penelitian.....	6
D. Keaslian Penelitian	7
BAB II DASAR TEORI	13
A. Prokrastinasi Akademik.....	13
1. Definisi prokrastinasi akademik	13
2. Aspek prokrastinasi akademik.....	14
3. Faktor-faktor prokrastinasi akademik.....	16
B. Religiusitas	18
1. Definisi religiusitas	18
2. Aspek religiusitas.....	20
C. <i>Self-Control</i>	21
1. Definisi <i>self-control</i>	21
2. Aspek <i>self-control</i>	22

D. Dinamika Antar Variabel	24
E. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Desain Penelitian	28
B. Identifikasi Variabel Penelitian	28
C. Definisi Operasional	28
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
E. Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	33
F. Validitas, Seleksi Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur	35
G. Metode Analisis Data	36
BAB IV PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN	40
A. Orientasi Kacah dan Persiapan	40
1. Orientasi kacah	40
2. Persiapan.....	41
B. Pelaksanaan Penelitian	55
C. Hasil Penelitian.....	58
D. Pembahasan	71
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	77
A. Kesimpulan.....	77
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN.....	85

Daftar Tabel

Tabel 1. Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik	33
Tabel 2. Blueprint Skala Religiusitas	34
Tabel 3. Blueprint Skala Self-Control.....	35
Tabel 4. Komentar Dari Professional Judgement	44
Tabel 5. Daftar Aitem Terpakai dan Aitem Gugur pada Skala Prokrastinasi Akademik	49
Tabel 6. Daftar Aitem Terpakai dan Aitem Gugur pada Skala Religiusitas	52
Tabel 7. Daftar Aitem Terpakai dan Aitem Gugur pada Skala Religiusitas	54
Tabel 8. Reliabilitas Alat Ukur	55
Tabel 9. Distribusi Aitem pada Skala Prokrastinasi Akademik untuk Pengambilan Data Penelitian	56
Tabel 10. Distribusi Aitem pada Skala Religiusitas untuk Pengambilan Data Penelitian.....	56
Tabel 11. Distribusi Aitem pada Skala Self-Control untuk Pengambilan Data Penelitian.....	56
Tabel 12. Deskriptif Statistik Data Penelitian.....	58
Tabel 13. Rumus Norma Tiga Kategori	60
Tabel 14. Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik	61
Tabel 15. Kategorisasi Skor Religiusitas	61
Tabel 16. Kategorisasi Skor Self-Control	62
Tabel 17. Hasil Uji Normalitas	63
Tabel 18. Hasil Uji Linearitas	64
Tabel 19. Hasil Uji Multikolinearitas	64
Tabel 20. Hasil Uji Outliers	65
Tabel 21. Hasil Uji Independensi.....	66
Tabel 22. Uji Regresi Linear Berganda.....	67
Tabel 23. Pengaruh Masing-Masing Variabel Bebas.....	67
Tabel 24. Koefisien ΔR^2	68
Tabel 25. Koefisien	68

Tabel 26. Uji Beda Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Program Studi, dan Intensitas Menggunakan Sosial Media 69



Daftar Bagan/Gambar

Bagan 1. Bagan dinamika antar variabel.....	27
Gambar 1. Scatterplot Normalitas.....	63
Gambar 2. Scatterplot Heteroskedastisitas.....	65



Daftar Lampiran

Lampiran 1. Validitas isi alat ukur	85
Lampiran 2. Alat ukur uji coba dan alat ukur penelitian.....	87
Lampiran 3. Tabulasi data hasil uji coba	99
Lampiran 4. Uji seleksi aitem dan reliabilitas.....	105
Lampiran 5. Tabulasi data hasil penelitian	108
Lampiran 6. Output uji asumsi.....	121
Lampiran 7. Output uji hipotesis.....	122
Lampiran 8. Analisis uji beda	123
Lampiran 9. Surat/lembar kesediaan menjadi subjek	125



Pengaruh Religiusitas dan *Self-Control* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Muslim yang sedang Mengerjakan Skripsi

Febriana Nur Amanah

NIM. 18107010033

Intisari

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis lebih jauh terkait pengaruh religiusitas dan *self-control* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif UIN Sunan Kalijaga dan sedang mengerjakan skripsi. Hipotesis mayor dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh religiusitas dan *self-control* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sedangkan hipotesis minor adalah terdapat pengaruh religiusitas terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan terdapat pengaruh *self-control* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan variabel religiusitas dan *self-control* mempengaruhi prokrastinasi akademik dengan signifikansi $< 0,001$ dengan pengaruh sebesar 39,6%. Religiusitas secara parsial tidak mempengaruhi prokrastinasi akademik, karena nilai signifikansinya $> 0,05$ dengan sumbangan efektif sebesar 0,003%. Sementara itu, *self-control* secara parsial dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik karena nilai signifikansinya $< 0,05$ dengan sumbangan efektif sebesar 39,3%.

Kata Kunci: *Mahasiswa Muslim, Prokrastinasi Akademik, Religiusitas, Self-Control*



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

**Pengaruh Religiusitas dan *Self-Control* terhadap Prokrastinasi Akademik
Mahasiswa Muslim yang sedang Mengerjakan Skripsi**

Febriana Nur Amanah

NIM. 18107010033

Abstract

This study aims to further analyze the influence of religiosity and self-control on academic procrastination of students who are working on their thesis. The subjects in this study were active students of UIN Sunan Kalijaga. The mayor's hypothesis is the influence of religiosity and self-control on the academic procrastination of students who are working on their thesis. Minor's hypothesis is that there is a religious influence on the academic procrastination and there is an influence of self-control on the academic procrastination of students who are working on their thesis. The method is a quantitative research method. The results showed that simultaneously religiosity and self-control variables affected academic procrastination with a significance < 0.001 with an effect of 39.6%. Religiosity partially doesn't affect academic procrastination, because the $p > 0.05$ with an effective contribution of 0.003%. Self-control can explain academic procrastination $p < 0.05$ with an effective contribution of 39.3%.

Keyword: *Academic Procrastination, Religiosity, Self-Control*



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 232/U/2000 yang berhubungan dengan Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa bab III pasal 5 ayat 1 menyatakan bahwa masa menuntaskan studi yang tepat untuk mahasiswa S1 adalah 8 semester atau kurang lebih 4 tahun. Artinya, mahasiswa diharapkan dapat menyelesaikan kuliahnya dalam jangka waktu 4 tahun (Hayyinah, 2004). Selama 4 tahun, mahasiswa memiliki aktivitas akademik yang harus dijalankan seperti mengikuti jadwal perkuliahan secara tertib, *review* jurnal, mengerjakan tugas, menulis makalah, melakukan presentasi, berdiskusi dengan teman, pengabdian masyarakat (KKN), dan menulis skripsi di akhir masa studi (Kristina, 2022).

Pada sebagian besar perguruan tinggi, skripsi bersifat wajib karena merupakan prasyarat bagi mahasiswa memperoleh gelar sarjana (Aini & Mahardayani, 2011). Skripsi adalah karya tulis ilmiah. Skripsi disusun berdasarkan hasil analisis data penelitian, telaah kajian pustaka, hasil wawancara dengan informan dan hasil pengamatan terhadap fenomena yang terjadi di lingkungan sekitar. Skripsi dilaksanakan dengan memperhatikan kaidah-kaidah karya tulis ilmiah dan ditulis pada akhir masa perkuliahan (Darmono & Ani, 2002, p.1).

Umumnya, mahasiswa diberi waktu kurang lebih selama dua semester atau satu tahun untuk menyelesaikan skripsi (Wulan & Abdullah, 2014). Dalam hal ini seorang mahasiswa diminta supaya dapat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya. Jika mahasiswa menyelesaikan skripsi pada waktu yang tepat maka akan segera mendapatkan gelar sarjana dan hal tersebut sesuai dengan tujuan peraturan menteri pendidikan seperti yang telah disebutkan.

Selain mendapat gelar sarjana secepat mungkin dan dapat menyesuaikan peraturan menteri pendidikan, menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya juga dapat dianggap sebagai salah satu upaya memenuhi karakteristik yang sebaiknya dimiliki oleh seorang muslim. Agama Islam menganjurkan umatnya agar dapat menghargai waktu dalam bentuk apapun termasuk didalamnya kegiatan-kegiatan

akademik. Waktu merupakan hal yang penting bagi kehidupan manusia seperti yang diterangkan dalam Q.S Al-Ashr ayat 1-3 (Hayyinah, 2004).

وَالْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالحَقِّ هُ
وَتَوَّصُوا بِالصَّبْرِ

Artinya:

“Demi masa. Sungguh, manusia berada dalam kerugian. Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasehati untuk kebenaran dan saling menasehati untuk kesabaran”

Bukti bahwa agama Islam menganjurkan umat-Nya untuk menghargai waktu tidak hanya tertuang dalam Q.S. Al-Ashr, bahkan Rasulullah SAW pun menganjurkan umat-Nya untuk selalu menyegerakan sholat ketika adzan berkumandang. Anjuran tersebut tertuang dalam hadits yang diriwayatkan Imam Bukhari saat Ibnu Mas'ud bertanya tentang perbuatan yang paling mulia kepada Rasulullah SAW (Eroy, 2015 p.249). Selain itu ada pula beberapa hadits yang menganjurkan kepada umatnya agar selalu menghargai waktu.

“Ya Rasulullah, perbuatan apa yang paling dicintai Allah?” Beliau pun menjawab: “Sholat tepat pada waktunya.” (HR. Bukhari)

“Jagalah lima perkara sebelum (datang) lima perkara (lainnya). mudamu sebelum masa tuamu, sehatmu sebelum sakitmu, kayamu sebelum miskinmu, waktu luangmu sebelum sibukmu dan hidupmu sebelum matimu.” (HR Nasai dan Baihaqi)

“Dua nikmat yang banyak manusia tertipu di dalam keduanya, yaitu nikmat sehat dan waktu luang.” (HR. Bukhari, Tirmidzi dan Ibnu Majah)

Beberapa dalil maupun ayat dalam Al-Qur'an tersebut menjelaskan mengenai pentingnya memanfaatkan waktu yang ada supaya senantiasa menjadi manusia yang memiliki karakter untuk menghargai waktu.

Sayangnya, tidak sedikit mahasiswa yang terlambat menyelesaikan skripsi serta menghabiskan waktu lebih dari satu semester untuk menyelesaikannya (Darmono & Ani, 2002 p.8; Wulan & Abdullah, 2014). Berdasarkan hasil identifikasi data pada tahun 2003 yang didapatkan oleh Hayyinah (2004) pada mahasiswa subjek penelitiannya diketahui bahwa 29,24% subjeknya tidak dapat

menyelesaikan skripsi tepat waktu. Bahkan Basri (2017) juga melaporkan persentase mahasiswa yang tidak lulus tepat waktu sebanyak 30%.

Lebih jauh lagi, hasil penelitian Adelina (2018) juga menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa tidak dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu. Jumlah tersebut sangat signifikan: sebanyak 714 dari 718 mahasiswa yang mengambil mata kuliah skripsi pada rentang bulan Juli - Desember 2017 tidak dapat menyelesaikan skripsinya pada waktu yang telah ditentukan. Bahkan dari tahun ke tahun semakin bertambah.

Hal ini tentu saja mengkhawatirkan, karena prokrastinasi akademik selain menyebabkan mahasiswa terlambat lulus juga mengakibatkan waktu yang digunakan akan terbuang sia-sia, meningkatkan rasa cemas dan menghilangkan kesempatan yang mungkin dicapai (Azalia dkk., 2019). Disisi lain biaya perkuliahan yang dikeluarkan akan semakin banyak jika mahasiswa tidak segera menyelesaikan studinya. Lebih jauh lagi, dampak dari prokrastinasi akademik juga berimbas pada fakultas karena dapat mempengaruhi penilaian akreditasi (Zusya & Akmal, 2016).

Fenomena mahasiswa terlambat lulus karena terlalu lama mengerjakan skripsi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Adelina (2018) dalam penelitiannya menunjukkan beberapa faktor yang menyebabkan lamanya penyelesaian skripsi, diantaranya faktor pribadi, faktor lingkungan kampus, faktor keluarga, faktor interaksi teman sebaya dan faktor perhatian. Selain itu, Wangge (2021) juga melaporkan faktor yang mempengaruhi mahasiswa tidak lulus tepat waktu adalah masalah kesehatan, kurangnya motivasi dalam diri maupun dari luar diri, kendala saat melakukan konsultasi dengan dosen, dan kurangnya pengetahuan cara menulis karya ilmiah. Dari beberapa temuan yang telah disebutkan, peneliti mengasumsikan bahwa ketidaktepatan mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu menjadi masalah yang cukup penting untuk diteliti lebih lanjut.

Selain beberapa faktor yang mempengaruhi keterlambatan lulus seperti yang telah disebutkan diatas, faktor yang paling berpengaruh adalah faktor psikologis seperti kebiasaan melakukan penundaan atau yang sering disebut prokrastinasi akademik (Basri, 2017). Penundaan pada tugas formal yang berkaitan dengan tugas

akademik sering kali disebut prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan perilaku otomatis dalam menunda suatu hal atau kegiatan yang penting hingga mendekati *deadline* (Azalia dkk., 2019).

Prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang mengakar dan kerap terjadi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Kadafi dkk. (2019) melaporkan hampir 70% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi atau sekitar 70 dari 116 mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Tidak hanya itu, penelitian Nisa dkk. (2019) juga menunjukkan bahwa 53,4% dari 79 mahasiswa berada pada frekuensi prokrastinasi akademik yang tinggi.

Kartadinata dan Tjundjing (2008) dalam penelitiannya menyebutkan beberapa alasan mengapa mahasiswa melakukan prokrastinasi diantaranya yaitu malas, keteteran dalam mengerjakan tugas, buruknya pengelolaan waktu dan memiliki kendala dalam membuat keputusan. Selaras dengan penelitian Jannah dan Muis (2014) mengenai faktor yang menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik diantaranya ialah malas, tidak ingin mengambil resiko, efek negatif teman, tidak asertif dan *anxiety*. Lebih jauh lagi, faktor-faktor yang berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik juga dikemukakan dalam penelitian Mudalifah dan Madhuri (2019) diantaranya adalah rendahnya kontrol diri, kesadaran diri, harga diri dan efikasi diri.

Secara khusus prokrastinasi akademik dalam konteks mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi pernah diteliti oleh Aziz dan Raharjo (2013). Dari hasil penelitian tersebut diperoleh beberapa faktor yang memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Faktor yang pertama adalah faktor prokrastinasi primer atau faktor yang selalu muncul pada setiap *informan* yaitu *anxiety*, rendahnya kemampuan dalam mengolah waktu, rendahnya pendekatan tugas, stress, dan kelelahan. Sedangkan faktor kedua disebut juga sebagai faktor prokrastinasi sekunder atau faktor yang muncul hanya pada beberapa *informan* yaitu rendahnya toleransi terhadap tekanan dan usaha, *inferiority*, lingkungan yang kurang asertif.

Selain itu Hayyinah (2004) juga mengemukakan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Faktor tersebut dibagi menjadi dua, diantaranya adalah faktor *intern* dan faktor *ekstern*. Faktor *ekstern* merupakan

faktor yang bukan berasal dari diri individu, seperti memiliki banyak tugas dengan masa penyelesaian yang bersamaan. Sedangkan faktor *intern* adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu dan berpartisipasi dalam membentuk perilaku prokrastinasi. Faktor *intern* tersebut terdiri atas lemahnya fisik maupun psikis individu. Lemahnya psikis individu berpengaruh terhadap rendahnya tingkat religiusitas. Ketiga sikap seperti motivasi yang rendah, pikiran irasional, dan malas merupakan indikasi rendahnya religiusitas seseorang.

Faktor religiusitas juga disebutkan dalam penelitian Basri (2017) yang menunjukkan bahwa penyebab adanya prokrastinasi akademik dalam diri individu karena kurangnya penghayatan terhadap nilai-nilai agama dalam menjalani kehidupan. Religiusitas adalah keyakinan dan penghayatan terhadap agama, tingkat pengetahuan mengenai agama, dan melaksanakan ibadah yang sudah ditetapkan oleh agama yang dianut (Faujiah dkk., 2018).

Agama dapat membantu individu meningkatkan *moral sense*. Selain itu, agama dapat berguna sebagai petunjuk dalam kehidupan manusia. Agama mampu mempengaruhi tingkah laku manusia, oleh sebab itu agama merupakan aspek penting dalam kehidupan seseorang (Rakhmat, 2003). Dengan menerapkan nilai-nilai agama inilah perilaku mahasiswa dalam menunda tugas akademik dapat dikendalikan, sehingga dapat menyelesaikan studinya dengan cepat dan mendapatkan gelar sarjana. Pernyataan tersebut didukung oleh Hayyinah (2004) yang memaparkan bahwa dengan menerapkan pendekatan religi dapat mengatasi prokrastinasi akademik. Dalam penelitian Basri (2017) religiusitas memberikan sumbangan efektif terhadap prokrastinasi akademik sebesar 1,68%. Selain itu, hasil penelitian eksperimen Kadafi dkk. (2019) membuktikan bahwa aplikasi keagamaan dalam bentuk *treatment* dengan bimbingan islami dapat mengurangi prokrastinasi akademik mahasiswa yang tengah mengerjakan skripsi.

Selain religiusitas, *self-control* juga dapat berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik (Ghufon & Risnawita, 2012, p.165). Penelitian yang dilakukan oleh Azalia dkk. (2019) menyebutkan bahwa *self-control* mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 38,2%. Steel (2007) melaporkan bahwa seseorang yang melakukan penundaan cenderung bersikap impulsif, fokus berkurang, dan

rendahnya *self-control*. *Self-control* adalah kemampuan mengendalikan diri, mengkoordinasikan dan mengarahkan perilaku ke arah yang positif (Azalia dkk., 2019).

Individu yang dapat mengendalikan perilakunya berarti individu tersebut memiliki *self-control*. Individu yang memiliki kontrol diri artinya selalu mempertimbangkan sesuatu terlebih dahulu sebelum mengambil tindakan. Mahasiswa yang memiliki *self-control* artinya dapat mengontrol segala tindakan untuk mendahulukan tugas daripada melakukan aktivitas lain yang kurang penting. Jika *self-control* tinggi maka prokrastinasi akademik berkurang, sebaliknya jika *self-control* rendah maka prokrastinasi akademik tinggi (Mudalifah & Madhuri, 2019).

Self-control tidak hanya mengontrol prokrastinasi akademik, namun juga dapat mengontrol perilaku agresif. Seperti yang tertera dalam hasil penelitian Fasilita (2012) yang menunjukkan bahwa *self-control* dapat mengendalikan perilaku agresif Satuan Anggota Pamong Praja (Satpol PP). *Self-control* yang buruk akan mengarah pada tindakan negatif yang bisa merugikan diri sendiri maupun orang lain. Oleh sebab itu perlu pengendalian diri yang baik untuk mencegah terjadinya perilaku yang tidak diinginkan, termasuk didalamnya prokrastinasi akademik.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh religiusitas dan *self-control* terhadap prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa muslim, khususnya yang sedang mengerjakan skripsi.

B. Tujuan Penelitian

Menganalisis lebih jauh terkait pengaruh religiusitas dan *self-control* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

C. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya data empiris mengenai pengaruh religiusitas dan *self-control* terhadap prokrastinasi

akademik mahasiswa yang tengah mengerjakan skripsi. Selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan pada keilmuan psikologi khususnya di bidang Psikologi Pendidikan.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini secara praktis diharapkan dapat berguna bagi mahasiswa mengenai pentingnya meningkatkan religiusitas dan *self-control* agar dapat mengurangi perilaku menunda dalam pengerjaan atau penyelesaian penulisan skripsi sehingga mahasiswa dapat lulus tepat waktu.
- b. Dapat bermanfaat bagi institut pendidikan agar lebih *aware* terhadap permasalahan prokrastinasi akademik dengan terus memberikan dorongan agar mahasiswa tidak berlarut-larut dalam penundaan dan segera menyelesaikan skripsi.

D. Keaslian Penelitian

Khoirunnisa dkk. (2021) melakukan penelitian yang berjudul “Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi Covid-19”. Penelitian tersebut mengangkat topik mengenai dampak negatif pandemi Covid-19 yang berimbas pada mahasiswa yang tengah mengerjakan skripsi. Dampak itulah yang menyebabkan prokrastinasi akademik yang berujung pada tertundanya kelulusan mahasiswa. Tujuan dari penelitian ini adalah mendapatkan gambaran prokrastinasi akademik mahasiswa semester akhir saat pandemi Covid-19. Skala prokrastinasi akademik disusun oleh Khoirunnisa dkk. (2021) berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Ferrari et. al. (1995). Subjeknya adalah seluruh mahasiswa semester akhir angkatan 2014-2017 yang tengah mengerjakan skripsi sebanyak 224 mahasiswa. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada subjek berada pada kategori yang cukup.

Ulum (2016) melakukan penelitian terkait prokrastinasi akademik yang berjudul “Strategi *Self-Regulated Learning* untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa”. Topik yang diangkat dalam penelitian tersebut berkaitan dengan prokrastinasi akademik yang disebabkan karena rendahnya *self-*

regulated siswa dalam belajar. Tujuan dilakukan penelitian adalah menguji apakah *self-regulated learning* dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademik subjek. Subjek yang digunakan adalah 68 siswa yang terbagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan jumlah masing-masing kelompok yaitu 34 siswa. Metode yang digunakan adalah *quasi experiment*, membandingkan dua kelompok penelitian. Strategi *self-regulated learning* yang digunakan antara lain adalah pembekalan materi, FGD dan *games*. Instrumen penelitian untuk mengukur variabel bebas menggunakan indikator prokrastinasi akademik milik Schouwenburg (1992). Hasil penelitian menunjukkan strategi *self-regulated learning* dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik secara efektif.

Mudalifah dan Madhuri (2019) melakukan penelitian dengan tema prokrastinasi akademik “Pengaruh Kontrol Diri dan Efikasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi STKIP PGRI Tulungagung” bertujuan untuk membuktikan pengaruh *self-efficacy* dan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik. Metode yang digunakan ialah metode kuantitatif dengan sampel sebanyak 53 siswa. Instrumen penelitian disusun berdasarkan indikator prokrastinasi akademik milik Ferrari et. al. (1995), kemudian menggunakan aspek kontrol diri menurut Ghufron dan Risnawati (2012) dan tiga dimensi *self-efficacy* menurut Bandura (1997). Penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh negatif antara *self-control* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang tengah mengerjakan skripsi.

Basri (2017) melakukan penelitian berjudul “Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau dari Religiusitas”. Tujuannya adalah untuk menguji hubungan antara religiusitas dan prokrastinasi akademik serta melihat perbedaan religiusitas dan prokrastinasi akademik dilihat dari *gender*, etnik, dan program studinya. Sampel yang digunakan sebanyak 185 mahasiswa angkatan 2011-2013. Penyusunan alat ukur yang digunakan berdasarkan aspek prokrastinasi akademik dan lima aspek religiusitas menurut Glock dan Stark (1968). Metode yang digunakan pada penelitian adalah metode kuantitatif. Penelitian menunjukkan hasil

bahwa terdapat hubungan negatif secara signifikan antara religiusitas dengan prokrastinasi akademik

Penelitian Aziz dan Raharjo (2013) berjudul “Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Menyusun Skripsi Di Universitas Muhammadiyah Purwokerto Tahun Akademik 2011/2012”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor penyebab prokrastinasi akademik mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun tugas akhir atau skripsi. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui pengamatan, wawancara dengan *informan* dan dokumentasi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ditemukan faktor-faktor prokrastinasi akademik yang terbagi menjadi 2 golongan, yaitu faktor prokrastinasi primer seperti kecemasan, disorganisasi waktu, *poor task approach*, stres, dan kelelahan. Sedangkan faktor prokrastinasi sekunder diantaranya adalah rendahnya toleransi terhadap ketidaknyamanan dan mencari kesenangan, depresiasi diri, disorganisasi lingkungan dan kurang tegas.

Sagita dkk. (2017) melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan *Self-Efficacy*, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik dan *Stress* Akademik Mahasiswa”. *Stress* dianggap sebuah problem yang kompleks di kalangan mahasiswa dalam kesehariannya. *Self-efficacy*, motivasi dalam berprestasi dan prokrastinasi akademik diharapkan dapat mempengaruhi stress akademik yang dialami mahasiswa. Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis deskriptif korelasi. Sekitar 236 mahasiswa dijadikan subjek. Hasil penelitian tersebut menunjukkan ada keterkaitan yang signifikan antara *self-efficacy*, motivasi untuk berprestasi, dan prokrastinasi akademik dengan stress akademik pada subjek yang diteliti.

Selanjutnya, Lubis (2018) membuat penelitian mengenai “Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa”. Topik yang diangkat berkaitan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang dihubungkan dengan variabel bebas regulasi diri efikasi diri. Tujuan dari penelitian adalah untuk melihat adakah pengaruh antara regulasi diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Sebanyak 61 mahasiswa program

studi Manajemen angkatan 2017 dijadikan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan negatif antara regulasi diri dalam belajar/*self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik.

Penelitian berjudul “Hubungan *Self-Efficacy* Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi” diteliti oleh Zusya dan Akmal (2016). Permasalahan terlambat lulus sering dijumpai pada mahasiswa. Prokrastinasi akademik menjadi salah satu dari sekian banyak faktor yang disinyalir menjadi penyebab tertundanya pengerjaan skripsi. *Self-efficacy* akademik diketahui menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Teori prokrastinasi akademik yang dirujuk pada penelitian ini adalah teori prokrastinasi akademik yang diungkapkan oleh McCloskey (2011). Kemudian teori *self-efficacy* akademik oleh Zajacova dkk. (2005). Zusya dan Akmal (2016) dalam mengukur tingkat *self-efficacy academic* subjek menggunakan skala *Academic Self-Efficacy* (ASE) oleh Zajacova (2005). Skala tersebut telah diadaptasi oleh Rauf (2015), terdiri dari 27 pernyataan. Penelitian ini juga menggunakan skala *Academic Procrastination Scale* (APS) yang disusun oleh McCloskey (2011) sebagai alat untuk mengukur tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian tersebut menggunakan metode kuantitatif untuk mengetahui keterkaitan antara *self-efficacy* akademik dengan prokrastinasi akademik pada 210 mahasiswa tingkat akhir di wilayah Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada keterkaitan yang signifikan antara *self-efficacy* akademik dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir.

Rahmandani (2017) melakukan penelitian berjudul “Pemaafan dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa”. Prokrastinasi memiliki dampak terhadap menurunnya prestasi akademik dan akan berpengaruh terhadap kesehatan mental. Beberapa penelitian membuktikan adanya keterkaitan antara dua variabel yaitu pemaafan dan prokrastinasi akademik. Tujuan dilakukannya penelitian tersebut adalah mengkaji keterkaitan antara pemaafan dan prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa. Sebanyak 127 mahasiswa jurusan Ilmu Gizi dijadikan sampel penelitian. Peneliti membuat skala prokrastinasi akademik berdasarkan

dimensi yang dikemukakan Schouwenburg (1995), serta menyusun skala pemaafan yang telah dimodifikasi dan diuji coba kembali berdasarkan dimensi pemaafan yang ditulis oleh Thompson dkk. (2005). Penelitian tersebut menunjukkan hasil terdapat hubungan negatif yang signifikan antara pemaafan dengan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa. Pemaafan memberikan pengaruh sebesar 12,8%.

Aviyah dan Farid (2014) meneliti tentang “Religiusitas, Kontrol Diri dan Kenakalan Remaja”. Tujuannya untuk melihat adakah hubungan antara religiusitas dan kontrol diri terhadap kecenderungan kenakalan remaja. Subjek yang digunakan adalah 100 siswa SMA N 1 Bancar dan SMA N 1 Jatirogo. Skala yang digunakan ini disusun berdasarkan konsep Jensen, kemudian skala religiusitas berdasarkan dimensi Glock and Stark (1968). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa religiusitas dan kontrol diri berhubungan dengan kenakalan yang dilakukan remaja secara simultan dan sangat signifikan.

Berdasarkan penelitian diatas, dapat diketahui bahwa penelitian ini memiliki perbedaan dalam beberapa hal, antara lain:

1. Keaslian Topik

Setelah peneliti mengkaji beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, dapat diketahui bahwa penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian terdahulu. Penelitian ini mengangkat topik mengenai religiusitas dan *self-control* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir yang tengah menyelesaikan skripsi. Terdapat persamaan dengan penelitian sebelumnya yaitu terkait variabel prokrastinasi akademik menjadi variabel tergantung dengan variabel bebas *self-efficacy*, *forgiveness*, regulasi diri, regulasi diri akademik, *self-control*, religiusitas dan motivasi diri. Penelitian sebelumnya yang memiliki variabel bebas yang sama peneliti temukan pada penelitian Aviyah dan Farid (2014), namun dalam penelitian itu variabel tergantungnya adalah kenakalan remaja.

Meskipun memiliki persamaan dengan penelitian sebelumnya terkait dengan variabel tergantung dan variabel bebas, namun dalam kajian pustaka sebelumnya tidak menemukan penelitian yang menyertakan variabel

religiusitas dan *self-control* yang secara langsung dihubungkan dengan prokrastinasi akademik.

2. Keaslian Teori

Penelitian sebelumnya menggunakan teori prokrastinasi akademik milik Ferrari et. al. (1995) dan teori Schouwenburg seperti pada penelitian Ulum (2016), Mudalifah dan Madhuri (2019) dan Khoirunnisa dkk. (2021) sedangkan penelitian ini menggunakan teori prokrastinasi akademik Tuckman (1991). Selain itu, penelitian sebelumnya menggunakan teori religiusitas Glock dan Stark (1968), sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teori religiusitas Dali et. al. (2019). Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan teori Averill, sedangkan pada penelitian ini menggunakan teori *self-control* milik Tangney dkk. (2004). (Tangney et al., 2004)

3. Keaslian Alat Ukur

Skala prokrastinasi akademik dibuat berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Tuckman (1991). Alat ukur variabel religiusitas disusun sendiri oleh peneliti mengacu pada aspek religiusitas Dali et. al. (2019) dan skala *self-control* disusun berdasarkan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Tangney dkk. (2004).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Berdasarkan kajian literatur pada penelitian sebelumnya terdapat persamaan pada beberapa penelitian terdahulu terkait sampel penelitian. Sampel penelitian dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir yang tengah mengerjakan skripsi seperti dalam penelitian Aziz dan Raharjo (2013), Zusya dan Akmal (2016), Mudalifah dan Madhuri (2019) dan Khoirunnisa dkk. (2021). Dalam penelitian ini, subjek yang digunakan adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis regresi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa secara simultan kedua variabel bebas dalam penelitian ini mampu menjelaskan prokrastinasi akademik dengan signifikansi $< 0,001$ dengan pengaruh sebesar 39,6%. Religiusitas secara parsial tidak mempengaruhi prokrastinasi akademik, karena nilai signifikansinya $> 0,05$ dengan sumbangan efektif sebesar 0,003%. Sementara itu, *self-control* secara parsial dapat menjelaskan prokrastinasi akademik karena nilai signifikansinya $< 0,05$ dengan sumbangan efektif sebesar 39,3%.

B. Saran

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk mahasiswa, terutama yang sedang menyusun tugas akhir bahwa pentingnya meningkatkan *self-control* agar dapat mengurangi perilaku menunda dalam pengerjaan atau penyelesaian skripsi sehingga mahasiswa dapat lulus tepat waktu.

Bagi institut pendidikan untuk lebih *aware* terhadap permasalahan prokrastinasi akademik dengan terus memberikan dorongan agar mahasiswa tidak berlarut-larut dalam penundaan dan segera menyelesaikan skripsi sehingga tidak menghambat fakultas atau program studi ketika sedang melakukan penilaian akreditasi.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode lain seperti metode kuantitatif-eksperimen untuk menjadikan variabel religiusitas dan *self-control* sebagai upaya mereduksi perilaku prokrastinasi akademik. Peneliti selanjutnya juga dapat mencari variabel bebas lainnya yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik. Selain itu, berdasarkan analisis tambahan yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa program studi psikologi memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang lebih besar dibandingkan mahasiswa program studi non-psikologi. Berdasarkan temuan tersebut, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai faktor apa saja yang mempengaruhi prokrastinasi pada

mahasiswa program studi psikologi, mengapa terdapat perbedaan yang cukup signifikan terkait perilaku penundaan antara mahasiswa program studi psikologi jika dibandingkan dengan mahasiswa program studi yang lain.

Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian mengenai pengaruh media sosial terhadap prokrastinasi akademik. Karena dalam penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang aktif bermain sosial media dengan mahasiswa yang tidak aktif bermain sosial media.



DAFTAR PUSTAKA

- Adelina, S. (2018). Faktor Penyebab Lamanya Mahasiswa Menyelesaikan Skripsi di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Padang. *Jurnal Ecogen*, 1(1), 184–196. <https://doi.org/10.24036/JMPE.V1I1.4738>
- Adrianta, E., & Tjundjing, S. (2007). Mahasiswa Versus Tugas : Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness . Mahasiswa Versus Tugas : Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness . *Jurnal Psikologi*, 22(Juli), 352–374.
- Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa universitas muria kudas. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(2), 65–71.
- Akhtar, H. (2020). *Menentukan Jumlah Sampel Minimal Penelitian dengan G*Power*. Semesta Psikometrika. <https://www.semestapsikometrika.com/2020/02/menentukan-jumlah-sampel-minimal.html>
- Anshari, E. S. (1987). *Ilmu, Filsafat dan Agama*. Bina Ilmu.
- Astuti, Y., Nisa, H., Sari, K., & Kumala, I. D. (2021). Perbedaan Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa. *Seurune, Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(2), 169–184. <http://202.4.186.66/seurune/article/view/22108>
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, Kontrol Diri dan Kenakalan Remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02), 126–129. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/376>
- Azalia, N., Rosra, M., & Andriyanto, R. E. (2019). Hubungan Self Control Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan 2016. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 7(4).
- Azima, M. F., Trimulyaningsih, N., & Gusniarti, U. (2016). Pengaruh Pelatihan Shalat Untuk Menurunkan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa The Effect of Shalat'S Training To Decrease Academic Procrastination on University Student. *Intervensi Psikologi*, 8(1), 109–126.
- Aziz, A., & Raharjo, P. (2013). Faktor-faktor Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Menyusun Skripsi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto Tahun Akademik 2011/2012. *Psycho Idea*, 11(1), 61–68. <http://www.jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PSYCHOIDEA/article/view/257>
- Azizah, N., & Kardiyem. (2020). Pengaruh Perfeksionisme, Konformitas, dan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik dengan Academic Hardiness sebagai Variabel Moderasi. *Economic Education Analysis Journal*, 9(1), 119–132. <https://doi.org/10.15294/eeaj.v9i1.37240>

- Basri, A. S. H. (2017). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau dari Religiusitas. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 14(2), 54–77.
- Burger, J. M. (1989). Negative Reactions to Increases in Perceived Personal Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 246–256.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why You Do It, What to Do About It Now* (2nd ed.). Da Capo Lifelong Books.
- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi* (1st ed.). Rajawali Pers.
- Cohen, B. H. (2013). Explaining Psychological Statistics. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (4th ed.). Wiley.
- Dali, N. R. S. M., Yousafzai, S., & Hamid, H. A. (2019). Religiosity scale development. *Journal of Islamic Marketing*, 10(1), 227–248. <https://doi.org/10.1108/JIMA-11-2016-0087>
- Darmono, & Ani, H. (2002). *Menyelesaikan Skripsi Dalam Satu Semester*. Grasindo. https://books.google.co.id/books?id=NfeLMK0gwIYC&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Dewi, E. T. K., Agoestanto, A., & Sunarmi. (2016). *Metode Least Trimmed Square (LTS) dan MM-Estimation untuk Mengestimasi Parameter Regresi ketika Terdapat Outlier*. 5(1), 47–54.
- Endrianto, C. (2014). Hubungan Antara Self-Control dan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan TMT. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1), 1–11.
- Eroy, A. R. El. (2015). *88 jalan kebahagiaan*. Rasi Terbit.
- Fasilita, D. A. (2012). Kontrol Diri terhadap Perilaku Agresif Ditinjau Dari Usia Satpol PP Kota Semarang. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 1(2), 34–40.
- Faujiah, R. A., Rahman, I. K., & Yono, Y. (2018). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Religiusitas Siswa di SMA Negeri 10 Bogor. *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(2), 43–52. <https://doi.org/10.29313/tjpi.v7i2.3952>
- Fauziah, H. H. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123–132. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research and Treatment* (1st ed.). SpringerUS.
- Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (J. Seaman (ed.); 5th ed.). Sage Publications Ltd.

- Ghufron, M. N., & Risnawita, S. R. (2012). *Teori-teori Psikologi* (R. Kusumaningratri (ed.)). Ar-Ruzz Media.
- Glock, C. Y., & Stark, R. (1968). *American Piety: The Nature of religious Commitment*. University of California Press.
[https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=qC0EUhhjigC&oi=fnd&pg=PR7&dq=Glock+%26+Stark+\(1970\).+American+Piety:+The+Nature+of+Religious+Commitment.+London:+University+of+California+Press.&ots=exNCzhi83e&sig=LNJUVz6SR7wOu7JRZdyIjmx7rNw&redir_esc=y#v=on](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=qC0EUhhjigC&oi=fnd&pg=PR7&dq=Glock+%26+Stark+(1970).+American+Piety:+The+Nature+of+Religious+Commitment.+London:+University+of+California+Press.&ots=exNCzhi83e&sig=LNJUVz6SR7wOu7JRZdyIjmx7rNw&redir_esc=y#v=on)
- Gultom, S. A., Wardani, N. D., Fitrikasari, A., & Dewi Wardani, N. (2018). Hubungan Adiksi Internet Dengan Prokrastinasi Akademik. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 7(1), 330–347.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/19392>
- Hayyinah, H. (2004). Religiusitas dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 9(17).
<https://doi.org/10.20885/psikologika.vol9.iss17.art3>
- Hendryadi. (2014). Content Validity (Validitas Isi). In *Teorionline Personal Paper* (Issue 01). <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.44011-0>
- Howell, A. J., Watson, D. C., Powell, R. A., & Buro, K. (2006). Academic procrastination: The pattern and correlates of behavioural postponement. *Personality and Individual Differences*, 40(8), 1519–1530.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.11.023>
- Hurlock, E. B. (1994). Developmental Psychology. In *McGraw-Hill Book Company* (5th ed.). McGraw-Hill Book Company.
- Husna, F., Suprihatin, T., Fakultas, M., Universitas, P., Sultan, I., & Diri, K. (2019). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Islam Sultan Agung 1 Semarang The Relationship Between Self-Control And Academic Procrastination In Students Sultan Agung 1 Islamic High School Semarang*. 000, 1092–1099.
- Jalaluddin. (2016). *Psikologi Agama: Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi* (18th ed.). Rajawali Pers.
- Jannah, M., & Muis, D. T. (2014). Prokrastinasi Akademik (Perilaku Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 4(3), 1–8.
- Kadafi, A., Mardiyah, R. R., & Rahmawati, N. K. D. (2019). Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Bimbingan Kelompok Islami. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(2), 181–193.
<http://103.107.187.25/index.php/cobaBK/article/view/3882>
- Kartadinata, I., & Tjundjing, S. (2008). I Love You Tomorrow: Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu Iven Kartadinata dan Sia Tjundjing. *Indonesian Psychological Journal*, 23(2), 109–119.

- KBBI. (2008). *Kamus Bahasa Indonesia*. Balai Pustaka.
- Khoirunnisa, R. N., Jannah, M., & Satiningsih, D. K. D. (2021). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi COVID-19 Academic Procrastination of the Final-Year Undergraduate Students during COVID-19 Pandemic. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(3), 278–292. <http://dx.doi.org/10.26740/jppt.v11n3.p278-292>
- Knaus, W. (2006). *The procrastination workbook : your personalized program for breaking free from the patterns that hold you back* ([Nachdr.]). New Harbinger Publ.
- Kristina. (2022). 6 Jenis Tugas Kuliah Mahasiswa, Calon Maba Perlu Tahu Nih. 8 Februari 2022. <https://www.detik.com/edu/perguruan-tinggi/d-5933298/6-jenis-tugas-kuliah-mahasiswa-calon-maba-perlu-tahu-nih>
- Lubis, I. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90–98. <https://doi.org/10.31289/diversita.v4i2.1884>
- Madjid, N. (2000). *Kehampaan Spiritual Masyarakat Modern: Respon dan Transformasi Nilai-nilai Islam Menuju Masyarakat Madani* (M. H. Noer & M. A. Akkas (eds.)). Media Cita.
- Mudalifah, K., & Madhuri, N. I. (2019). Pengaruh Kontrol Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi STKIP PGRI Tulungagung. *Jurnal Inovasi Pendidikan Ekonomi (JIPE)*, 9(2), 91. <https://doi.org/10.24036/011052050>
- Nashori, F., Mucharam, R., & Ru'iyah, S. (2002). *Mengembangkan Kreativitas dalam Perspektif Psikologi Islam* (cet. 1). Menara Kudus.
- Nisa, N. K., Mukhlis, H., Wahyudi, D. A., & Putri, R. H. (2019). Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan. *Journal of Psychological Perspective*, 1(1), 29–34. <https://doi.org/10.47679/JOPP.1172019>
- Nurlina, Umari Tri, Yakub, E. (2022). Perbedaan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI yang Tinggal di Kos dengan yang Tinggal di Rumah Pada SMK Abrurrah Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(2), 365–371. <http://202.4.186.66/seurune/article/view/22108>
- Nuryadi, A., & Ginting, A. A. (2017). Self-Control dan Self-Efficacy Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Adiraga*, 3(2), 34–42.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human Development 10th ed* (10th ed.). McGraw-Hill Education. <https://psycnet.apa.org/record/2006-01747-000>

- Popoola, B. I. (2005). A Study of Procrastinatory Behaviour and Academic Performance of Undergraduate Students in South Western Nigeria. *Journal of Social Sciences*, 11(3), 215–218. <https://doi.org/10.1080/09718923.2005.11892516>
- Rahmandani, A. (2017). Pemaafan dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Forgiveness and Academic Procrastination among College Students). *Jurnal Psikologi Undip*, 16(1), 64–76. <https://doi.org/10.14710/jpu.16.1.64-76>
- Sagita, D. D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017). Hubungan Self-Efficacy, Motivasi Berprestasi Prokrastinasi Akademik dan Stress Akademik Mahasiswa. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 1(2), 43–52. <https://doi.org/10.26740/BIKOTETIK.V1N2.P43-52>
- Schouwenburg, H. C. (1992). Procrastinators and fear of failure: an exploration of reasons for procrastination. *European Journal of Personality*, 6(3), 225–236. <https://doi.org/10.1002/per.2410060305>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (19th ed.). Alfabeta. <https://id1lib.org/book/5686376/9d6534>
- Suseno, M. N. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Ash-Shaff.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 72(2).
- Tuckman, B. W. (1991). The Development and Concurrent Validity of the Procrastination Scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473–480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512022>
- Ulum, M. I. (2016). Strategi Self-Regulated Learning untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 153–170. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.1107>
- Wangge, M. (2021). Penerapan Metode Principal Component Analysis (PCA) Terhadap Faktor-faktor yang Mempengaruhi Lamanya Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Matematika FKIP UNDANA. *Jurnal Cendekia : Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(2), 974–988. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v5i2.465>
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrastinasi Akademik Dalam

Penyelesaian Skripsi. *Jurnal Sosio - Humaniora*, 5(1), 1–25.
file:///C:/Users/anggirahmas/Downloads/136-379-1-PB.pdf

Yaningsih, S., & Fachrurrozie. (2018). Self-Regulated Learning Memoderasi Pengaruh Media Sosial, Esktrakurikuler, dan Teman Sebaya terhadap Prokrastinasi Akademik. *Economic Education Analysis Journal*, 7(3), 909–923. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj/article/view/37240>

Zarzycka, B., Liszewski, T., & Marzel, M. (2021). Religion and behavioral procrastination: Mediating effects of locus of control and content of prayer. *Current Psychology*, 40(7), 3216–3225. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00251-8>

Zein, R. A. (2018). *Mitos Rumus Slovin*. 22 Agustus.
<https://medium.com/@ameliazein/mitos-rumus-slovin-d62a4eb21101>

Zusya, A. R., & Akmal, S. Z. (2016). Hubungan Self Efficacy Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 191–200.
<https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.900>



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA