

# Tugas dalam Perkuliahan: Profil Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci

Dharma Ferry<sup>1\*</sup>, Yulda Hermi Vera<sup>1</sup>, Dairabi Kamil<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Sungai Penuh, Indonesia

Dikirim: Juli 2022; Diterima: November 2022; Publikasi: November 2022

**ABSTRACT.** This study aims to determine academic procrastination level of students at Biology Department of State Islamic Institute of Kerinci. The population in this study were students of the Department of Biology, IAIN Kerinci, at 2<sup>nd</sup> semester to 8<sup>th</sup> semester. The sample in this study amounted to 189 which was determined using the Slovin formula. The sampling technique used by the researcher is Simple Random Sampling. Based on the results of the research conducted by the author at the Biology Study Program of IAIN Kerinci, it was found that through a questionnaire distributed to 189 students, academic procrastination could be concluded that the academic procrastination of IAIN Kerinci Biology Department students was classified as high at 42.85% with a frequency of 81 respondents, with the average male gender which is higher that is equal to 80.2 on average. With academic procrastination, students of the Department of Biology Education of IAIN Kerinci based on gender, the average is higher on male students.

**Keywords:** : *Academic Procrastination, student, Biology*

**ABSTRAK.** Penelitian ini bertujuan mengetahui tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci semester 2 sampai semester 8. Sampel dalam penelitian berjumlah 189 yang ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin. Teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah *Simple Random Sampling*. Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan di Mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci didapatkan bahwa melalui angket yang disebarakan kepada 189 mahasiswa, prokrastinasi akademik dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci tergolong tinggi yaitu sebesar 42,85% dengan jumlah frekuensi 81 responden, dengan rata-rata jenis kelamin laki-laki yang lebih tinggi yaitu sebesar 80,2 rata-rata. Dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci berdasarkan jenis kelamin dengan rata-rata yang tinggi lebih pada mahasiswa laki-laki.

**Kata Kunci:** Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa, Biologi.

\*Penulis korespondensi

Alamat surel: [dharmaferry88@gmail.com](mailto:dharmaferry88@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Pendidikan di Negara Kesatuan Republik Indonesia menunjukkan perkembangan dari waktu ke waktu dan menghendaki *output* yang bermutu dari prosesnya. Mahasiswa adalah peserta didik di perguruan tinggi yang ditempa untuk menjadi calon profesional dibidang Pendidikan berperan sebagai motor penggerak dalam pembangunan bangsa (Purnama, 2014). Mahasiswa menjadi sosok intelektual yang harusnya memahami kondisi bangsa dan negara serta selalu meningkatkan kualitas pengetahuan dalam banyak bidang. Namun, masih ditemukan adanya mahasiswa hanya belajar menjelang ujian. Ada beberapa mahasiswa yang sering tidak disiplin dalam perkuliahan, lalai dalam menyiapkan tugas, bahkan lebih fokus dalam kegiatan non akademik lainnya (Fauziah, 2016). Prokrastinasi merupakan suatu penundaan yang sengaja dilakukan berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan tidak nyaman secara subjektif (Ferrari et al., 1995).

Penundaan akademik adalah suatu bentuk kegagalan untuk menyelesaikan tugas dalam *timeframe* yang diinginkan atau penundaan dalam pengerjaan tugas sampai saat *deadline* pengumpulan. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berkaitan dengan tugas akademik. (Ferrari et al., 1995). Prokrastinasi akademik menjadi perilaku seseorang dalam menunda pekerjaan atau penyelesaian tugas akademik. Prokrastinasi berhubungan dengan penundaan yang khususnya pada tugas formal berupa tugas akademik disebut dengan Prokrastinasi Akademik (Saman, 2017). Karakteristik mahasiswa yang melakukan prokrastinasi adalah kesukaan mereka dalam hal ketidaksiplinan menyelesaikan tugas sampai batas waktu pengumpulan (*deadline*), suka mengabaikan atau ingkar pada janji untuk segera mengumpulkan tugas dengan berbagai alasan agar diberi waktu tambahan dalam mengerjakan tugas. Prokrastinasi dilakukan juga karena membutuhkan orang lain dalam membantu mengerjakan tugas di karenakan individu merasa malas, tidak mengerti, kesulitan mengatur waktu dan tidak menyukai tugasnya.

Prokrastinasi adalah sengaja melakukan penundaan kegiatan yang diinginkan meskipun menyadari bahwa penundaan itu memiliki pengaruh yang buruk. Menurut Tuckman (1991) Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan tidak melakukan, menunda, mengenyampingkan penyelesaian tugas yang seharusnya dituntaskan, prokrastinasi akademik

lebih ditunjukkan dengan menunda suatu tugas yang belum diselesaikan individu memiliki kebiasaan dan kecenderungan untuk menunda suatu tugas. Seseorang akan mudah untuk menyerah saat mengerjakan tugas yang sulit dan lebih memilih mengerjakan atau melakukan hal yang menjadi kesenangan (Muyana, 2018).

Solomon dan Rothblum, (1984) menyebutkan prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai ataupun menyelesaikan keseluruhan tugas dan untuk melakukan aktivitas yang bisa dikatakan tidak terlalu penting. Sehingga dapat menghambat untuk menyelesaikan tugas tepat pada waktunya. Prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif dan merupakan masalah penting yang harus mendapat perhatian karna dapat berpengaruh pada individu (Sari et al., 2012). Jadi dapat disimpulkan prokrastinasi akademik suatu kecenderungan untuk menunda suatu pekerjaan seperti tugas, belajar dan kegiatan akademik atau lebih memilih mengerjakan hal yang tidak begitu penting. Sehingga kecenderungan prokrastinasi mahasiswa dapat menyebabkan dampak yang tidak bagus untuk mahasiswa itu sendiri.

Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda memulai suatu tugas dengan melakukan kegiatan yang tidak produktif, yang mengakibatkan kegiatan tersebut dimulai terlambat, tidak selesai tepat waktu, dan sering terlambat. Tanggung jawab akademik tersebut, menurut Soloman & Rothblum, meliputi membaca, membuat makalah, menghadiri rapat (perkuliahan), mengikuti ujian, menangani dokumen, dan kinerja akademik secara umum. (Ursia et al., 2013a).

Solomon dan Rothblum menyebutkan bahwa prokrastinasi adalah tindakan menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas secara keseluruhan. Tujuan dari penundaan ini adalah membebaskan waktu untuk kegiatan yang tidak produktif yang akan mengganggu kinerja, mengurangi kemampuan menyelesaikan tugas tepat waktu, dan menyebabkan seringnya keterlambatan penyelesaian tugas perkuliahan. Setiap orang memiliki keinginan untuk menunda-nunda, tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau status mereka sebagai pekerja atau pelajar. (Kuswandi, 2009). Menurut Solomon dan Rothblum (1984), siswa menunda membaca tugas mingguan, menyelesaikan tugas kertas laporan, dan belajar untuk ujian paling banyak. Ketiga faktor ini menunjukkan bahwa sangat penting untuk memprioritaskan kegiatan ini. Kebiasaan menunda-nunda siswa berdampak pada

prestasi akademik mereka. Ketiga tugas tersebut memiliki kesamaan tertentu, termasuk persyaratan keterampilan tingkat tinggi dan komitmen waktu. (Ursia et al., 2013b).

Meskipun mengetahui konsekuensinya, prokrastinasi adalah kebiasaan yang secara aktif digunakan untuk menunda menyelesaikan tugas. Penundaan tugas mencegah siswa mencapai standar kinerja yang tinggi (Purnama, 2014). Siswa yang suka menunda-nunda seringkali memakan waktu lebih lama dari yang seharusnya, menghabiskan waktu mereka untuk mempersiapkan diri yang tidak perlu atau melakukan hal-hal yang tidak perlu dengan mengabaikan keterbatasan waktu yang mereka miliki. (Oematan, 2013).

Menurut Prayitno, satu-satunya faktor terpenting bagi keberhasilan seorang mahasiswa di perguruan tinggi adalah kemampuannya untuk menyiapkan menangani tugas-tugas yang diberikan oleh dosen dengan disiplin dan berkualitas (Damri et al., 2017). Prokrastinasi, atau menunda-nunda, dapat dicirikan oleh perhatian dan kesadaran akan situasi yang dihadapi. Menunda-nunda dipandang sebagai penghalang bagi mahasiswa untuk mencapai kesuksesan akademis karena dapat menurunkan kualitas dan kuantitas proses pembelajaran, meningkatkan level stres, dan berdampak negatif bagi kehidupan mahasiswa sehari-hari. Dampak yang terjadi akibat prokrastinasi akademik sering kali gagal dicatat sebagai perhatian utama mayoritas mahasiswa (Muyana, 2018). Prokrastinasi akademik menjadi salah satu penyebab turunya prestasi mahasiswa, memiliki dampak yang besar terhadap capaian prestasi Mahasiswa. Temuan yang ada mengisyaratkan bahwa prokrastinasi harus ditekankan untuk diterapkan dalam rangka menjaga negara pengawet Mahasiswa (Kadafi et al., 2018; Wang et al., 2021).

Meskipun efek prokrastinasi yang merugikan, banyak mahasiswa tetap melakukannya. Menurut Bernard (1991), ada sepuluh alasan mengapa siswa menunda mengerjakan pekerjaannya, antara lain memilih kegiatan yang tidak menyenangkan, mengerjakan tugas-tugas yang sulit, tidak tahu harus mulai dari mana, kesulitan mengatur waktu, gangguan dari lingkungan luar, khawatir tentang bagaimana orang lain akan melihat kemampuan mereka, keinginan untuk memberontak terhadap kekuasaan lainnya, stres, depresi, dan kelelahan. (Fauziah, 2016).

Alasan mengapa siswa melakukan prokrastinasi termasuk memilih kegemaran yang lebih menyenangkan, merasa sulit untuk menyelesaikan tugas, tidak yakin harus mulai dari mana, stres, ketidakmampuan untuk mengatur waktu,

gangguan dari lingkungan, depresi, kurang percaya diri, kemalasan, dan kelelahan. Beberapa alasan di atas berdampak pada maraknya prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa. Salah satunya adalah rendahnya rasa percaya diri siswa menyebabkan terjadinya prokrastinasi. Keyakinan bahwa siswa mengembangkan memainkan dampak yang signifikan dalam proses penyelesaian tugas. Keyakinan ini menginformasikan apakah akan menyelesaikan pekerjaan atau tidak. (Muyana, 2018; Nur Rachmah et al., 2015; Pekpazar et al., 2021).

Berdasarkan hasil observasi yang ditemukan oleh peneliti di Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci, bahwa mahasiswa kebanyakan menunda tugas yang seharusnya diselesaikannya, kebanyakan mahasiswa lebih memilih mengerjakan hal yang mudah diperoleh atau yang lebih menyenangkan ketimbang mengerjakan tugas yang diberikan dosen, bahkan ada dari beberapa mahasiswa tidak mengumpulkan tugas tepat waktu yang telah di tentuka. Beberapa dari mahasiswa mengeluh karena tidak dapat membagi waktu dengan baik, kapan dan bagaimana mengerjakan tugas kuliah. hasil wawancara dengan mahasiswa juga diperoleh kesimpulan bahwa mahasiswa lebih memilih mengerjakan aktifitas yang menyenangkan dibanding mengerjakan tugas-tugas akademik yang seharusnya dikerjakan dan sebagian dari mahasiswa lebih memilih mengerjakan tugas secara bersamaan sehingga saat mahasiswa lain sibuk dengan kegiatannya, maka timbul rasa malas pada mahasiswa tersebut. Penelitian lain menunjukkan bahwa banyak siswa yang sering menunda-nunda membuat tugas sehingga tugas tersebut selesai saat telah melewati batas waktu. Hal ini terbukti ketika dosen memberikan instruksi kepada mahasiswanya untuk menyelesaikan tugas rumah; beberapa siswa meminta perpanjangan waktu. (Purnama, 2014).

Selain itu, kurangnya waktu merupakan faktor signifikan dalam hal prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa. Data penelitian sebelumnya menemukan bahwa penundaan dalam mengerjakan tugas-tugas lain tidak boleh dilakukan karena berdampak negatif bagi mahasiswa. Prokrastinasi adalah perilaku yang melibatkan penundaan memulai tugas, tetapi juga dapat dicirikan sebagai perilaku untuk menghindari tugas dan kecemasan akan kegagalan dalam menyelesaikan tugas ataupun pekerjaan. Prokrastinasi adalah perilaku seseorang yang menunda untuk memulai atau menyelesaikan suatu pekerjaan, yang menyebabkan emosi yang tidak stabil seperti depresi, kecemasan, rasa malu, dan rasa bersalah, serta permasalahan lain yang sering terjadi di kalangan mahasiswa. (Saraswati, 2017; Wang et al., 2021).

Dalam suatu penelitian terhadap kepada 61 mahasiswa diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa perilaku Meski menyadari akan akan implikasinya, seperti keterlambatan penyelesaian studi dan berdampak pada menurunnya prestasi akademik mahasiswa, namun banyak mahasiswa yang cenderung menunda pekerjaannya. (Lubis, 2018).

Walaupun masalah manajemen waktu seringkali menjadi kendala dalam mengalokasikan waktu secara efektif, namun idealnya mahasiswa dapat berperan aktif dan rajin mengikuti perkuliahan hingga selesainya tugas akademik yang diberikan oleh dosen. Mahasiswa lebih memilih mengerjakan kegiatan lain yang lebih menyenangkan selain mengerjakan tugas akademik dari dosen, yang bisa menyebabkan kegiatan untuk segera menyelesaikan tugas menjadi tertunda. Rutinitas yang tidak berubah dan cenderung monoton juga bisa menjadi penyebabnya. Seseorang yang menunda-nunda tugas atau pekerjaan tanpa bermaksud untuk melakukannya atau tanpa mengetahui bahwa melakukannya akan menambah jumlah waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas, penundaan itulah yang mengakibatkan gagal menyelesaikan tugas atau pekerjaan tepat waktu. (Wicaksono, 2017).

Mahasiswa kadang merasa sulit untuk memutuskan kapan harus memulai untuk mengerjakan tugas kuliah mereka. Akibatnya, banyak mahasiswa yang menunda pembuatan tugas hingga mendekati batas waktu pengumpulan, sehingga banyak waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu pun (Rusdi et al., 2020). Prokrastinasi akademik berefek pada kurangnya performa ataupun kinerja, kualitas hidup, dan prestasi serta cenderung meningkatkan beban mental dan membuat seseorang lebih rentan terhadap depresi, kecemasan, dan rasa tidak percaya diri. (Zusya & Akmal, 2016).

Kebiasaan mahasiswa dalam menunda tugas kuliah membuat mahasiswa tidak mempergunakan waktu dengan baik yang seharusnya tugas bisa selesai tepat waktu akan tetapi mahasiswa lebih memilih menundanya. Kadang-kadang, prokrastinasi terhadap tugas tidak menunjukkan bahwa mahasiswa berusaha menghindarinya atau tidak ingin melakukannya. Akan tetapi mahasiswa hanya menunda-nunda membuat tugas sehingga mengerjakan kegiatan tersebut menyita waktu dan pada akhirnya memperoleh hasil yang tidak maksimal. Mahasiswa memperoleh hasil yang tidak sesuai harapan. (Sagita et al., 2017). Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan Tadris Biologi dalam menyelesaikan tugas.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian survei dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci semester 2 sampai 8 yang dipilih secara acak dengan jumlah 215 mahasiswa. Dalam penelitian ini teknik *sampling* yang digunakan peneliti adalah *Simple Random Sampling*. Penarikan sampel dilakukan dengan menggunakan rumus slovin dan didapatkan sebanyak 189 mahasiswa sebagai sampel.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala prokrastinasi akademik berupa angket yang diadaptasi atau dimodifikasi dari penelitian sebelumnya. Data dianalisis dengan menggunakan rumus persentase yang selanjutnya dibagi menjadi lima kriteria (sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah).

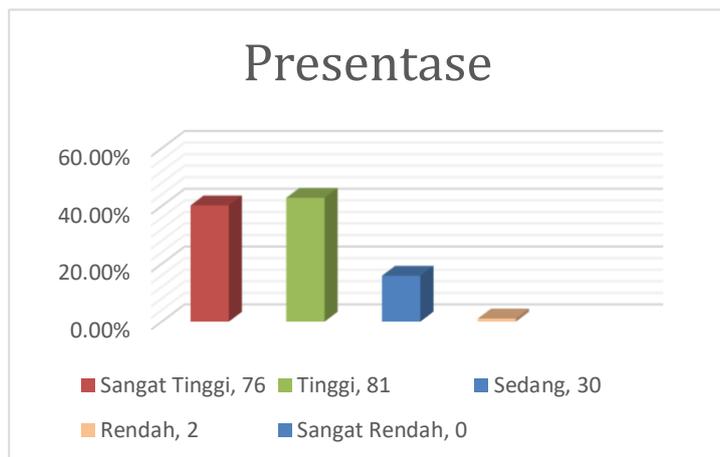
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan uji coba terlebih dahulu pada mahasiswa jurusan lain atau yang mempunyai karakteristik sama dengan penelitian dengan jumlah 70 responden. Selanjutnya peneliti melakukan penelitian dengan menyebar angket kepada mahasiswa dengan jumlah 189 responden. Jumlah Variabel ini diukur menggunakan angket yang telah divalidasi dengan jumlah 32 butir pernyataan dengan 4 kategori “sangat sesuai”, ”esuai”, “tidak sesuai” dan “sangat tidak sesuai”. Angket ini digunakan untuk mengetahui Prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tadris Biologi. Berdasarkan angket yang disebar di peroleh skor tertinggi sebesar 102 dengan persentase skor hasil angket intensitas bermain game kemudian dianalisis berdasarkan kriteria yang diadaptasi dari Ridwan (2010) seperti pada tabel berikut:

**Tabel 1.** Distribusi Prokrastinasi akademik

No	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Sangat Tinggi	76	40,21 %
2	Tinggi	81	42,85 %
3	Sedang	30	15,87 %
4	Rendah	2	1,05 %
5	Sangat Rendah	0	0 %
<b>Total</b>		189	

Sumber : Data primer



**Gambar 1.** Grafik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci

Berdasarkan hasil tabel di atas diketahui bahwa, prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tadris Biologi dengan kateogri sangat tinggi sebesar 40,21% dengan jumlah frekuensi 76 responden, dengan kategori tinggi sebesar 42,85% dengan jumlah frekuensi 81 responden, dengan kategori sedang sebesar 15,87% dengan jumlah frekuensi 30 responden, dengan kategori rendah sebesar 1,05% dengan frekuensi 2 responden sedangkan kategori sangat rendah 0% dengan frekuensi 0 responden. Berdasarkan tabel distribusi prokrastinasi akademik di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci tergolong tinggi, tingkat prokrastinasi mahasiswa akan terus bertambah jika mahasiswa terus melakukan prokrastinasi akademik, dilihat dari tingginya prokrastinasi akademik mahasiswa sebesar 42,85% sebagian mahasiswa melakukan prokrastinasi hampir setiap hari dengan mengerjakan hal yang lebih menyenangkan dari pada menyelesaikan tugas yang seharusnya diselesaikan. Semakin tinggi prokrastinasi akademik mahasiswa maka dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa, menurunkan kepercayaan mahasiswa dalam mengerjakan tugas ataupun pengerjakan tugas akademik yang lainnya, dengan menurunnya prestasi belajar mahasiswa dikatakan juga akan seiring dengan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa. Prokrastinasi akademik mahasiswa akan meningkat sejalan dengan lamanya durasi studi mahasiswa. Penelitian lainnya menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi, maka prestasi akademik mahasiswa akan semakin rendah atau menurun dan sebaliknya tingkat prokrastinasi akademik semakin rendah maka tingkat prestasi akademik mahasiswa akan semakin tinggi (Oematan, 2013).

Kebanyakan prokrastinasi akademik terjadi di kalangan mahasiswa. Jika mahasiswa secara konsisten menunjukkan kecenderungan menunda-nunda ini, itu pasti akan berdampak negatif bagi prestasi belajar mereka. Prokrastinasi akademik menghabiskan banyak waktu dan memiliki banyak dampak negatif. Hasilnya menunjukkan bahwa tugas diabaikan, dan bahkan ketika selesai, hasilnya di bawah standar. Jika perilaku ini berulang kali dilakukan, efek prokrastinasi akademik yang bervariasi tentunya akan berdampak pada hasil atau prestasi akademik siswa. (Ferrari et al., 1995).

Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor, yang pertama adalah internal, atau pribadi, yang mencakup aspek psikologis dan fisik individu. Kedua adalah faktor eksternal yang meliputi kuantitas tugas yang harus diselesaikan pada waktu yang hampir bersamaan. (Ferrari et al., 1995; Hong et al., 2021). Prokrastinasi akademik umumnya cenderung negatif, waktu yang banyak akan tersita dan terbuang apabila melakukan prokrastinasi. Tugas diabaikan, dan bahkan ketika selesai, hasilnya di bawah standar. Seseorang yang melakukan prokrastinasi mungkin juga kehilangan peluang yang akan datang. (Kadi, 2016; Sari et al., 2012). Dapat disimpulkan bahwa penundaan atau prokrastinasi akademik yang sering mahasiswa lakukan bisa sangat berdampak negatif pada diri mahasiswa sehingga tugas yang seharusnya diselesaikan menjadi terbengkalai.

Prokrastinasi akademik ketidakberhasilan mahasiswa menyelesaikan tugas sesuai dengan *timeframe* yang telah ditentukan atau penyelesaian tugas ditunda hingga mendekati batas waktu penyelesaian. Penundaan tugas cenderung dilakukan mahasiswa dapat diketahui berdasarkan persepsi atau perasaan mahasiswa tentang hal tertentu dirinya sendiri pada domain akademik (Retno et al., 2017).

**Tabel 2.** Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Rata-Rata
Laki-laki	81	80,2
Perempuan	108	71,1
Total	189	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa dari 189 responden, terdapat 80,2 rata-rata laki-laki dan 71,1 rata-rata perempuan. Berdasarkan tabel

distribusi prokrastinasi akademik berdasarkan jenis kelamin di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci berdasarkan jenis kelamin dengan rata-rata yang tinggi lebih kepada laki-laki, dikarenakan laki-laki lebih memilih mengerjakan pekerjaan lain yang lebih menyenangkan salah satunya dalam bermain game, dari pada belajar sehingga prokrastinasi akademik pada laki-laki lebih tinggi dari pada perempuan, juga searah dengan temuan penelitian sebelumnya bahwa kecenderungan mahasiswa laki-laki lebih dominan dalam hal prokrastinasi akademik dibanding dengan mahasiswa perempuan, 30 % mahasiswa laki-laki lebih tinggi tingkat prokrastinasi akademiknya dibanding dengan mahasiswa perempuan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Prokrastinasi akademik pada sebagian besar mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci dalam kategori “Tinggi”. Dimana sebanyak 81 mahasiswa berada pada kategori ini atau sebanyak 42,85%. Sedangkan Prokrastinasi akademik pada mahasiswa Jurusan Tadris Biologi IAIN Kerinci berdasarkan jenis kelamin dengan rata-rata yang tinggi lebih kepada laki-laki. terbukti dengan 80,2 rata-rata dengan 81 mahasiswa sedangkan rata-rata perempuan sebanyak 71,1 dengan sebanyak 108 mahasiswa. Dengan tingginya tingkat prokrastinasi mahasiswa maka dapat dikatakan bahwa masih banyak mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik hampir setiap hari. Faktor internal dari individu seperti kemalasan dan faktor eksternal seperti lingkungan sosial atau pertemanan menjadi hal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa yang ditunjukkan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tergolong pada level tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Damri, D., Engkizar, E., & Anwar, F. (2017). HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN TUGAS PERKULIAHAN. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 74. <https://doi.org/10.22373/je.v3i1.1415>
- Fauziah, H. H. (2016). FAKOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UIN SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG. *Psymphatic :*

- 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*. Springer US. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6>
- Hong, W., Liu, R.-D., Ding, Y., Jiang, S., Yang, X., & Sheng, X. (2021). Academic procrastination precedes problematic mobile phone use in Chinese adolescents: A longitudinal mediation model of distraction cognitions. *Addictive Behaviors*, 121, 106993. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106993>
- Kadafi, A., Ramatus Mardiyah, R., Komsiya, N., & Rahmawati, D. (2018). JURNAL EDUKASI UPAYA MENURUNKAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK ISLAMI. *Jurnal Edukasi*, 4(2).
- Kadi, A. P. U. (2016). Hubungan Kepercayaan Diri dan Self-Regulated Learning Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i1.3933>
- Kuswandi, N. (2009). ANALISIS DESKRPTIF FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB PROKRASTINASI PENYELESAIAN SKRIPSI PADA MAHASISWA STRATA SATU FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG ANGKATAN 2001 DAN 2002. *INTUISI*, 1(1), 1–7. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/intuisi>
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *JURNAL DIVERSITA*, 4(2), 90. <https://doi.org/10.31289/diversita.v4i2.1884>
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.1868>
- Nur Rachmah, D., Dwi Mayangsari, M., & Noor Akbar, S. (2015). MOTIVASI BELAJAR SEBAGAI MEDIATOR HUBUNGAN KECERDASAN ADVERSITAS DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG AKTIF BERORGANISASI. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 2(2). <https://doi.org/10.21831/cp.v2i2.4826>

- Oematan, S. C. (2013). Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi-Universitas Surabaya. *Calyptra*, 2(1), 1–7.
- Pekpazar, A., Kaya Aydın, G., Aydın, U., Beyhan, H., & Ari, E. (2021). Role of Instagram Addiction on Academic Performance among Turkish University Students: Mediating Effect of Procrastination. *Computers and Education Open*, 2, 100049. <https://doi.org/10.1016/j.caeo.2021.100049>
- Purnama, S. S. (2014). PROKRASTINASI AKADEMIK (PENUNDAAN AKADEMIK ) MAHASISWA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN UNIVERSITAS NEGRI SURABAYA. *Jurnal BK UNESA*, 4(3), 682–692.
- Retno, S., Handayani, I., & Abdullah, A. (2017). HUBUNGAN STRES DENGAN PROKRASTINASI PADA MAHASISWA. *PSIKOVIDYA*, 20(1). <http://psikovidya.wisnuwardhana.ac.id/index.php/psikovidya/article/view/15>
- Riduwan. 2010. Dasar-dasar Statistika. Bandung: Alfabeta.
- Rusdi, M., Hidayah, N., Rahmawati, H., & Hitipeuw, I. (2020). Academic procrastination data of students in Makassar, Indonesia. *Data in Brief*, 33, 106608. <https://doi.org/10.1016/j.dib.2020.106608>
- Sagita, D. D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017). HUBUNGAN SELF EFFICACY, MOTIVASI BERPRESTASI, PROKRASTINASI AKADEMIK DAN STRES AKADEMIK MAHASISWA. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*, 1(2), 43. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n2.p43-52>
- Saman, A. (2017). Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 55. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v0i0.3070>
- Saraswati, P. (2017). STRATEGI SELF REGULATED LEARNING DAN PROKRASTINASI AKADEMIK TERHADAP PRESTASI AKADEMIK. <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI>
- Sari, P., Vivik, I., Fakultas, S., Uin, P., Syarif, S., & Riau, K. (2012). Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Ketidakefektifan Akademik Pada Mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau. *Jurnal Psikologi*, 8(1), 29–36. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/jp.v8i1.181>
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013a). Academic Procrastination and Self-Control in Thesis Writing Students of Faculty of Psychology, Universitas Surabaya. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 17(1), 1. <https://doi.org/10.7454/mssh.v17i1.1798>
- Wang, Y., Gao, H., Chang Sun, Liu, J., & Fan, X. (2021). Academic procrastination in college students: The role of self-leadership. *Personality and Individual Differences*, 178, 110866. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110866>
- Wicaksono, L. (2017). PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA. *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, 2(2). [www.luhurwicaksono@yahoo.com](http://www.luhurwicaksono@yahoo.com)
- Zusya, A. R., & Akmal, S. Z. (2016). Hubungan Self Efficacy Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 191–200. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.900>