

# PROKRASINASI AKADEMIK DITINJAU DARI RELIGIUSITAS SISWA DI SMA NEGERI 10 BOGOR

**Riani Arifah Faujiah, Imas Kania Rahman, Yono**

Universitas Ibn Khaldun Bogor, Indonesia

arifah\_riani@yahoo.com

## **Abstract**

*In human life must have a variety of habits. There are those who tend to want to get the job done quickly and those who like to delay doing their work. The procrastination in the language of psychology is "procrastination" and the perpetrator is referred to as "procrastinator". This phenomenon of procrastination is at risk of harming students in their lives, both academic and non-academic. Procrastination among students there are several types of procrastination as said by experts such as writing tasks, reading, attending meetings, and others. This has become a habit repeated by procrastinators among students. This study aims to find out the relationship between student religiosity and academic procrastination in the 10th high school in Bogor. Data collection using a Likert Scale, is to measure attitudes, opinions, and perceptions of a person or group of people about social phenomena. The sampling method used in this study was Simple Random Sampling using 91 respondents. Data collection is carried out using two scales, namely student religiosity scale and academic procrastination scale. To find out the relationship between students' religiosity and academic procrastination using product moment correlation. The result of the correlation coefficient between two variables is  $r_{yx} = 0.466$   $p = 0.207$ . So it can be concluded that based on data analysis taken from this study there is a significant relationship between students' religiosity and academic procrastination at Bogor 10 High School.*

**Keywords:** *student religiosity, academic procrastination*

## **Abstrak**

Dalam kehidupan manusia pasti memiliki beragam kebiasaan. Ada yang cenderung ingin cepat menyelesaikan pekerjaan dan adapun yang suka menunda mengerjakan pekerjaannya. Sikap menunda-nunda dalam bahasa psikologi adalah "prokrastinasi" dan pelakunya disebut sebagai "prokrastinator". Fenomena prokrastinasi ini beresiko merugikan para pelajar dalam kehidupannya, baik berupa akademik maupun non akademik. Prokrastinasi di kalangan siswa terdapat beberapa jenis prokrastinasi seperti yang dikatakan oleh para ahli seperti tugas mengarang, membaca, menghadiri pertemuan, dan lainnya. Hal ini sudah menjadi kebiasaan yang terus diulang oleh pelaku prokrastinasi di kalangan pelajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Religiusitas Siswa Dengan Prokrastinasi Akademik di SMA Negeri 10 Bogor. Pengumpulan data menggunakan Skala *Likert*, adalah untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Metode sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Simple Random Sampling* dengan menggunakan 91 responden. Pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan dua skala yaitu skala religiusitas siswa dan skala prokrastinasi akademik. Untuk mengetahui hubungan antara religiusitas siswa dengan prokrastinasi akademik menggunakan kolerasi *product moment*. Hasil koefisien kolerasi antara dua variabel yaitu  $r_{yx} = 0,466$   $p = 0,207$ . Maka dapat disimpulkan bahwa berdasarkan analisis data yang diambil dari penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara religiusitas siswa dengan prokrastinasi akademik di SMA Negeri 10 Bogor.

**Kata Kunci :** religiusitas siswa, prokrastinasi akademik.

## Pendahuluan

Prokrastinasi sudah melekat di diri pelajar atau siswa, sudah menjadi hal yang biasa dan tanpa disadari selalu terus berulang. Prokrastinasi dikalangan pelajar terdapat beberapa jenis prokrastinasi yang dikatakan oleh para ahli seperti tugas mengarang, membaca, mengadiri pertemuan, dan lain-lain.

Adapun menurut Solomon dan Rothblum menyebutkan enam area akademik untuk melihat jenis-jenis tugas yang sering diprokrastinasikan oleh pelajar, yaitu tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, kerja administratif, menghadiri pertemuan, dan kinerja akademik secara keseluruhan.<sup>1</sup>

Dalam agama Islam pun diajarkan untuk tidak menyia-nyiakan waktu dan sangat menganjurkan untuk menghargai waktu dalam hal apapun termasuk hal akademik. Dalam QS. Al-‘Ashar Allah *Subhanahu wa Ta’ala* berfirman:

وَالْعَصْرِ ۱ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۲

Artinya : “*Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian*”.

Dalam QS. Adh-Dhuha 1-2 :

وَالضُّحَىٰ ۱ وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ ۲

Artinya : “*Demi waktu matahari sepenggalahan naik. Dan demi malam apabila telah sunyi (gelap)*”

Ayat-ayat di atas menunjukkan bahwa pentingnya waktu dalam kehidupan manusia. Karena Allah *Subhanahu wa Ta’ala* tidak bersumpah terhadap sesuatu di dalam Al-Quran kecuali untuk menunjukkan Maha Kuasa yang dimiliki-Nya.

Menurut Syahridlo yang dikutip oleh Musiatun Wahaningsih bahwa religiusitas atau keagamaan seseorang ditentukan dari banyak hal, diantaranya : pendidikan keluarga, pengalaman, dan latihan-latihan yang dilakukan pada waktu kecil atau pada masa kanak-kanak. Seorang remaja yang pada masa kecilnya mendapatkan pengalaman-pengalaman agama dari kedua orangtuanya, lingkungan sosial dan teman-teman yang taat menjalani perintah agama serta mendapat pendidikan agama baik di rumah maupun di sekolah, sangat berbeda dengan anak yang tidak pernah mendapatkan pendidikan agama dimasa kecilnya, maka pada dewasa ia tidak akan merasakan betapa pentingnya agama dalam hidupnya. Orang yang mendapatkan pendidikan agama baik di rumah maupun di sekolah dan masyarakat, maka orang tersebut mempunyai

---

<sup>1</sup> M. Nur Ghufro dan Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta :AR-RUZZ Media, 2010, h.157

kecenderungan hidup dalam aturan-aturan agama, terbiasa menjalankan ibadah, dan takut melanggar larangan-larangan agama.<sup>2</sup>

Penulis mengambil variabel religiusitas dan variabel prokrastinasi akademik dikarenakan masalah-masalah yang terdapat di lapangan. Masih banyak siswa yang melakukan prokrastinasi akademik karena rendahnya religiusitas pada siswa. Yang dipengaruhi oleh lingkungan sosial, keluarga, maupun lingkungan sekolah. Dan rendahnya religiusitas pada siswa, meyakini bahwa mengulur-ulur waktupun akan mencapai keberhasilan dalam mengerjakan tugasnya.

Oleh karena itu, berangkat dari pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut dengan judul “*Hubungan Antara Religiusitas Siswa Dengan Prokrastinasi Akademik di SMA Negeri 10 Bogor*”.

## **Kajian Teori**

### **Pengertian Religiusitas**

Menurut Arifin, kata religiusitas berasal dari kata benda *religion* dari kata *re* dan *ligare* yang memiliki arti menghubungkan kembali yang telah putus, yaitu menghubungkan kembali hubungan antara Tuhan dan manusia yang telah terputus doanya.<sup>3</sup>

Anshori (1980) membedakan antara istilah religi atau agama dengan religiusitas. Jika agama menunjuk pada aspek-aspek formal yang berkaitan dengan aturan-aturan dan kewajiban, maka religiusitas menunjuk pada aspek religi yang telah dihayati oleh seseorang dalam hatinya. Pendapat tersebut senada dengan Dister dalam Subandi (1989) mengartikan keberagamaan sebagai keterdekatan yang lebih tinggi dari manusia kepada Yang Maha Kuasa yang memberikan perasaan aman.<sup>4</sup>

Menurut Nashori, religiusitas seringkali diidentifikasi dengan keberagamaan. Religiusitas diartikan sebagai seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa pelaksanaan ibadah dan kaidah, dan seberapa dalam penghayatan atas agama

---

<sup>2</sup> Musiatun Wahaningsih, “Hubungan Antara Religiusitas, Konsep Diri, dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Prestasi Belajar Pada Siswa SMP Muhammadiyah 3 Depok Yogyakarta”, *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, vol. 1, No. 1, 2013

<sup>3</sup> Rohmatas Naini, “*Wellness* Ditinjau dari Religiusitas Mahasiswa Univrsitasn Negeri Yogyakarta”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi Ke-4 tahun Ke-4*, 2015, h. 3

<sup>4</sup> M. Nur Ghufro dan Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta :AR-RUZZ Media, 2010, h. 167

yang dianutnya. Bagi seorang Muslim, religiusitas dapat diketahui dari seberapa jauh pengetahuan, keyakinan, pelaksanaan dan penghayatan atas agama Islam.<sup>5</sup>

Syahridlo (2004) Religiusitas merupakan kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan agama dan bertujuan sebagai pengembangan mental individu. Religiusitas dapat diketahui melalui beberapa aspek penting yaitu : aspek keyakinan terhadap ajaran agama (aqidah), aspek ketaatan terhadap ajaran agama (syari'ah atau ibadah), aspek penghayatan terhadap ajaran agama (ikhsan), aspek pengetahuan terhadap ajaran agama (ilmu) dan aspek pelaksanaan ajaran agama (amal atau akhlak).<sup>6</sup>

Berdasarkan pendapat-pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa religiusitas adalah makhluk religi yang berpengaruh kuat terhadap lingkungan sosial. Religiusitas merupakan perbuatan yang terus berulang-ulang dan tetap. Religiusitas merupakan keyakinan yang kokoh, penghayatan terhadap agamanya, seberapa pengetahuan yang dimilikinya tentang agama, dan melakukan amal dan ibadah yang sudah ditetapkannya.

Sedangkan agama yaitu aspek-aspek formal yang berkaitan dengan kewajiban dan aturan-aturan yang telah ditetapkan. Agama dan religi tidak dapat terpisahkan karena merupakan satu kesatuan dalam kehidupan manusia. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa religiusitas atau keberagaman adalah kadar atau kualitas seberapa dalam individu merealisasikan atau menerapkan ajaran-ajaran agamanya dalam kehidupan sehari-hari.

### **Konsep Religiusitas Perspektif Islam dan Barat**

Religiusitas selama ini banyak dilakukan pada masyarakat Barat dalam perspektif agama Kristian. Dalam perspektif religiusitas Barat yang masih didominasi agama Kristen dan masyarakat yang cenderung materialistik. Religiusitas selama ini yang dipahami peneliti Barat masih belum komprehensif jika dibandingkan dengan budaya Timur yang lebih “religiusitas transendentalistik”.

---

<sup>5</sup> Iredho Fani Reza, “Hubungan Antara Religiusitas Dengan Moralitas Pada Remaja Di Madrasah Aliyah, Jurnal Humanitas, Vol. 10, No. 2, Agustus 2013, h. 49

<sup>6</sup> Musiatun Wahaningsih, “Hubungan Antara Religiusitas, Konsep Diri, dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Prestasi Belajar Pada Siswa SMP Muhammadiyah 3 Depok Yogyakarta”, Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan, vol. 1, No. 1, 2013

Sedangkan religiusitas menurut perspektif Islam adalah seluruh aspek kehidupan umat Islam sebagaimana yang dimaksud dalam firman Allah dalam QS. Al-Baqarah ayat 208 :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اذْخُلُوا فِي السِّلْمِ كَآفَّةً وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ٢٠٨

Artinya :*“Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu ke dalam Islam keseluruhan, dan janganlah kamu turut langkah-langkah syaitan. Sesungguhnya syaitan itu musuh yang nyata bagimu”*.

Secara komprehensif, religiusitas dalam perspektif Islam terdiri dari tiga dimensi dasar, yaitu Islam, Iman dan Ihsan. Islam adalah ketaatan dan beribadat kepada Allah *Subhanahu wa Ta’ala*. Islam meliputi segala tingkahlaku seorang Muslim baik dalam bentuk perbuatan ataupun ucapan. Iman adalah keyakinan dalam dalam hati dan ikhsan penghayatan yang dimiliki.<sup>7</sup>

Dalam konsep religiusitas dalam pendapat Barat dan Islam adanya perbedaan, dapat diambil kesimpulan bahwa religiusitas perspektif barat lebih kepada paham materialistik, masyarakat barat yang materialistik yang didominasi semangat keilmuan positivistik. Materialistik yaitu “pandangan hidup yang mencari dasar segala sesuatu yang termasuk kehidupan manusia di dalam alam kebendaan semata, dengan mengesampingkan segala sesuatu yang mengatasi alam indera.”<sup>8</sup> Materialistik lebih mengarah kepada hal yang nampak atau nyata, lebih bersifat kebendaan.

Sedangkan pandangan Islam sangat berbeda, Islam memiliki keyakinan bahwa adanya Allah *Subhanahu wa Ta’ala*, meyakini bahwa adanya Malaikat, Jin atau hal yang tidak nampak oleh panca indera. Religiusitas dalam pandangan Islam sangatlah jelas, tidak terlalu abstrak. Islam meyakini kebahagiaan dunia dan akhirat berasal dari ketaatan, keyakinan, penghayatan, ilmu dan sebagainya yang dimiliki manusia.

### **Dimensi Religiusitas**

Dimensi merupakan sebuah ukuran atau sudut pandang tentang sebuah gejala psikologik. Orang bisa melihat dari satu dimensi atau dua dimensi, tetapi kalau ingin lebih menyeluruh tentunya perlu dilihat secara totalitas (semua dimensi).<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> Safrilsyah,dkk, “Religiusitas Dalam Perspektif Islam”, Substantia : Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuludin Dan Filsafat, Vol. 12, No. 2, 2010, h. 401- 403

<sup>8</sup> HsffBot, 2017, *Materialisme*, [online], <http://id.m.wikipedia.org/wiki/Materialisme> (diakses pada tanggal 12 Maret 2018)

<sup>9</sup> Safrilsyah,dkk, “Religiusitas Dalam Perspektif.....”, h. 407

Dengan demikian religiusitas meliputi berbagai sisi atau dimensi yaitu menurut Glock & Stark terdapat pembagian dimensi-dimensi religiusitas yang terdiri dari lima dimensi religiusitas, diantaranya :

- a. Dimensi keyakinan (*the ideological dimension*) adalah tingkat sejauh mana seseorang menerima dan mengakui hal-hal kepercayaan agamanya.
- b. Dimensi peribadatan atau praktik agama (*the ritualistic dimension*) adalah tingkat sejauh mana seseorang menunaikan kewajiban-kewajiban ritual dengan agamanya.
- c. Dimensi penghayatan (*the experiential dimension*) adalah perasaan keagamaan yang pernah dialami dan dapat dirasakan seperti merasa dekat dengan Tuhan, tentram saat berdoa, tersentuh mendengar ayat kitab suci, dan sebagainya.
- d. Dimensi pengetahuan agama (*the intellectual dimension*) adalah seberapa jauh seseorang mengetahui dan memahami ajaran-ajaran agamanya terutama yang ada dalam kitab suci, hadits, pengetahuan tentang fikih, dan sebagainya.
- e. Dimensi *effect* atau pengalaman (*the consequential dimension*) adalah sejauh mana implikasi ajaran agama memengaruhi perilaku seseorang dalam kehidupan sosial.<sup>10</sup>

Ancok dan Nashori mengungkapkan tentang kelima dimensi religiusitas muslim, yaitu :

- a. Dimensi akidah, yaitu tingkat keyakinan seorang muslim terhadap kebenaran ajaran-ajaran agama Islam.
- b. Dimensi ibadah (syariah), yaitu tingkat kepatuhan muslim dalam mengerjakan kegiatan-kegiatan ritual sebagaimana diperintahkan dan dianjurkan dalam agama Islam.
- c. Dimensi akhlak, yaitu tingkat perilaku seorang muslim berdasarkan ajaran-ajaran agama Islam, bagaimana terealisasi dengan dunia beserta isinya.
- d. Dimensi pengetahuan agama, yaitu tingkat pemahaman muslim terhadap ajaran-ajaran agama Islam, sebagaimana termuat dalam Al-Qur'an.
- e. Dimensi penghayatan, yaitu mengalami perasaan-perasaan dalam menjalankan aktivitas beragama dalam agama Islam.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta :AR-RUZZ Media, 2010, h. 170-171

### **Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Religiusitas**

Menurut Thouless menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi religiusitas, yaitu :

- a. Pengaruh pendidikan atau pengajaran dan berbagai tekanan sosial (faktor sosial) yang mencakup semua pengaruh sosial dalam perkembangan sikap keagamaan, termasuk pendidikan orang tua, tradisi-tradisi sosial untuk menyesuaikan dengan berbagai pendapat sikap yang disepakati oleh lingkungan.
- b. Berbagai pengalaman yang dialami oleh individu dalam membentuk sikap keagamaan terutama pengalaman mengenai :
  - 1) Keindahan, keselarasan dan kebaikan di dunia (faktor alamiah)
  - 2) Adanya konflik moral (faktor moral)
  - 3) Pengalaman emosional keagamaan (faktor afektif)
- c. Faktor-faktor yang seluruhnya atau sebagian timbul dari kebutuhan-kebutuhan yang tidak terpenuhi, terutama kebutuhan terhadap keamanan, cinta kasih, harga diri, dan ancaman kematian.
- d. Proses pemikiran verbal atau proses intelektual.<sup>12</sup>

### **Prokrastinasi**

#### **Pengertian Prokrastinasi**

Kamus *The Webster New Collegiate* mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu pengunduran secara sengaja serta disertai dengan perasaan tidak suka untuk mengerjakan sesuatu yang harus dikerjakan. Prokrastinasi di kalangan ilmuan, pertama kali digunakan oleh Brown & Holtzman untuk menunjukkan kecenderungan untuk menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda atau tidak segera memulai bekerja disebut *procrastinator*.<sup>13</sup>

---

<sup>11</sup> Rifqi Komara, "Peran Program Layanan Bimbingan Konseling Sekolah Dalam Membangun Kesadaran Religiusitas", Skripsi Sarjana fakultas Agama Islam, Universitas Ibn Khaldun Bogor, (Tidak diterbitkan), 2016, h. 24

<sup>12</sup> Nur Azizah, "Perilaku Moral dan Religiusitas Siswa Berlatar Belakang Pendidikan Umum dan Agama", Jurnal Psikologi, Vol. 33, No. 22, h. 3-4

<sup>13</sup> Nini Sri Wahyuni, "Hubungan Dukungan Sosial Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa STEI Pelita Bangsa Binjai", Jurnal Pedagogi, Vol. 7, No. 13, 2015, h. 57

Istilah prokrastinasi ini pertama kali dicetuskan oleh Brown & Holtzman pada tahun 1967 (Rumiani, 2006). Yang berakar dari bahasa Latin “*procrastinare*” yang berarti menunda sampai hari selanjutnya.<sup>14</sup>

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastinare*. Kata tersebut berarti menunda hingga esok hari. Istilah ini tersusun dari istilah *pro* dan *crastinus*. Kata *pro* berarti “bergerak maju” sedangkan *crastinus* berarti “menjadi esok hari”.<sup>15</sup>

Menurut Solomon dan Rothblum, mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan tugas secara menyeluruh untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terlambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat pada waktunya, serta sering terlambat dalam menghadiri pertemuan-pertemuan.<sup>16</sup>

Menurut Ellis dan Knaus, prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda secara sukarela terhadap pekerjaan yang sudah terjadwal dan penting untuk dilakukan sehingga menimbulkan konsekuensi secara emosional, fisik dan akademik. Beberapa tahun terakhir banyak penelitian telah dilakukan yang menunjukkan bahwa prokrastinasi adalah masalah yang lebih umum terjadi di dunia akademis.<sup>17</sup>

Dari beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah penundaan, memulai atau menyelesaikan sesuatu dengan lambat dan mengakibatkan konsekuensi yang buruk bagi penderitanya. Prokrastinasi merupakan perilaku yang irasional dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas secara sukarela dan tidak menghawatirkan konsekuensi yang akan di alaminya. Prokrastinasi tidak hanya pengerjaan dan menyelesaikan tugas, perilaku prokrastinasi juga termasuk dalam penundaan pengambilan putusan. Karena kurangnya motivasi diri atau gagalnya termotivasi hingga menyebabkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas dalam tenggat waktu tertentu.

---

<sup>14</sup> Rumiani, “Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stres Mahasiswa”, Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, Vol. 3 No. 2, 2006, h. 38

<sup>15</sup> Edwin Andrianta Suriyah, Sia Tjundjing, “Mahasiswa Versus Tugas : Prokrastinasi Akademik dan *Conscientousness*”, Anima : Indonesian Psychological Journal, Vol. 22, No. 4, 2007, h. 356

<sup>16</sup> Putri Sari Indah dan Vivik Shofiah, “Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Ketidakjujuran Akademik pada Mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau”, Jurnal Psikologi, Vol 8, Nomor 1, 2012, h. 30

<sup>17</sup> Dewi Novita Sari, “Hubungan Antara Stres Guru Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta”, Empathy : Jurnal Psikologi, Vol. 2, No. 1, 2013

Perilaku prokrastinasi berkaitan dengan takut gagal, perpeksionis dalam mengerjakan, sulit mengambil keputusan hingga menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas dalam waktu yang diharapkan.

### **Pengertian Prokrastinasi Akademik**

Senecal, prokrastinasi akademik yang terjadi di lingkungan akademik, disebut dengan prokrastinasi akademik.<sup>18</sup> Menurut Aitken, prokrastinasi pada area atau bidang akademik yang dilakukan pada umumnya dilakukan oleh pelajar atau mahasiswa disebut prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik atau kinerja akademik.<sup>19</sup>

Menurut Milgram, prokrastinasi akademik adalah perilaku spesifik yang meliputi suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan baik untuk memulai maupun menyelesaikan, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, melibatkan suatu yang dipersepsikan oleh perilaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan misalnya, tugas sekolah yang banyak. Yang menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan seperti cemas, perasaan bersalah, marah dan panik.<sup>20</sup>

Prokrastinasi akademik menurut Jeremy Hsieh, dianggap sebagai suatu kecenderungan sifat yang dimiliki oleh pelajar yang sering menghadapi tugas-tugas yang mempunyai tugas batas waktu. Pengulangan perilaku prokrastinasi akademik menurut Jeremy Hsieh, karena adanya berupa keberhasilan tugas-tugas yang dilakukan pada saat-saat terakhir.<sup>21</sup>

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik biasanya terjadi di lingkungan akademik seperti siswa maupun mahasiswa (pelajar). Prokrastinasi merupakan perilaku menunda-nunda pekerjaan yang bersifat akademis. Pelaku prokrastinasi atau prokrastinator lebih memilih menghabiskan waktu bersama

---

<sup>18</sup> Noor Fitriana Annisa Putri, Sri Wiyanti, Aditya Nanda Priyatama, "Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta". *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, Vol. 1, No. 2, 2012, h. 2

<sup>19</sup> *Ibid*, h. 3

<sup>20</sup> Shofi Septi Purnam, "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya", *Jurnal BK Unesa*, Vol. 4, No. 3, 2014, h. 683

<sup>21</sup> Hayyinah, "Religiusitas dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa", *Psikologika : Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, Vol. 9, No. 17, 2004, h. 33

teman atau kepada hal-hal yang menyenangkan dan tidak begitu penting. Hingga mengakibatkan seperti tugas sekolah yang dikerjakan diakhir-akhir waktu dan mengalami keterlambatan atau belajar di akhir-akhirkan pada saat ujian sehingga menimbulkan kecemasan atau panik. Perilaku menunda-nunda bisa terjadi secara berulang-ulang.

### **Aspek- Aspek Prokrastinasi Akademik**

Menurut Surijah dan Tjundjing (2007) dalam jurnalnya mengatakan bahwa ada empat aspek yang dapat menjadi aspek-aspek prokrastinasi, yaitu :

- a. *Perceived Time* adalah seseorang dengan kecenderungan prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati *deadline*. Mereka berorientasi pada “masa sekarang” dan tidak mempertimbangkan “masa mendatang”.
- b. Celah antara keinginan dan perilaku atau *intention-action gap*. Perbedaan antara keinginan dan perilaku senyatanya itu terwujud dalam kegagalan mengerjakan tugas akademik walau sesungguhnya sangat menginginkan untuk mengerjakannya.
- c. *Emotional Distress* ini tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi.
- d. *Perceived Ability* atau keyakinan terhadap kemampuan diri. Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan seseorang, keraguan terhadap kemampuan dirinya akan menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi.<sup>22</sup>

### **Jenis-Jenis Prokrastinasi Akademik**

Solomon dan Rothblum (1984) menyatakan terdapat 6 area akademik yaitu :

- a. Tugas Menulis, contohnya keengganan dan penundaan siswa dalam melaksanakan kewajiban menulis makalah, laporan, dan tugas menulis lainnya.

---

<sup>22</sup> Fevi Zanfiana Siswanto, “Hubungan Antara Kedisiplinan Melaksanakan Sholat Wajib Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa di Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan”, *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol. 2, No. 1, 2013, h. 5

- b. Belajar menghadapi ujian, contohnya siswa melakukan penundaan ketika menghadapi ujian. Baik ketika ujian tengah semester, ujian akhir semester, ulangan harian, maupun ujian yang lainnya.
- c. Tugas membaca, contohnya keengganan dan penundaan siswa dalam melaksanakan kewajiban membaca referensi atau literatur-literatur yang berhubungan dengan tugas akademiknya.
- d. Tugas administratif, meliputi penundaan pengerjaan dan penyelesaian tugas-tugas administratif, seperti menyalin catatan, membayar SPP, dan lain lain.
- e. Menghadiri pertemuan, antara lain penundaan dan keterlambatan masuk sekolah, terlambat masuk jam pelajaran, praktikum, dan pertemuan lainnya.
- f. Tugas akademik lainnya pada umumnya, yaitu penundaan mahasiswa dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas akademik lainnya secara umum.<sup>23</sup>

### **Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik**

Menurut Burka dan Yuen, terbentuknya tingkah laku prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor-faktor antara lain : kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, kesulitan dalam mengambil keputusan, pemberontakan terhadap kontrol dari figur otoritas, kurangnya tuntunan dari tugas, standar yang terlalu tinggi mengenai kemampuan individu.<sup>24</sup>

Menurut Ellis dan Knaus, seseorang dikatakan melakukan prokrastinasi , apabila ia menunjukkan ciri-ciri antara lain takut gagal, impulsif, perfeksionis, pasif dan menunda-nunda sehingga melebihi tenggat waktu.<sup>25</sup>

Kerugian lain yang dihasilkan dari perilaku prokrastinasi akademik, menurut Solomon dan Rothblum, adalah tugas yang tidak terselesaikan, atau terselesaikan namun hasilnya tidak maksimal, karena dikejar *deadline*. Menimbulkan kecemasan sepanjang waktu pengerjaan tugas, sehingga jumlah kesalahan yang tinggi karena individu mengerjakan dalam waktu yang sempit. Disamping itu, sulit berkonsentrasi

---

<sup>23</sup> Umar Yusuf, Milda Yunuvianti, Farida Coralia, "Rancangan Intervensi Berbasis "Cognitive Behavioral Therapy" Untuk Menanggulangi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISBA", ISSN 2089-3590, Vol. 2, No.1, 2011, h. 433

<sup>24</sup> Imas Kania Rahman, Frendi Fernando, "Konsep Bimbingan Konseling Islam dan Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Untuk Membantu Menyembuhkan Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa", Jurnal Edukasi Vol 2, Nomor 2, 2016, hal. 228-229

<sup>25</sup> Rumiani, "Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stres Mahasiswa", Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, Vol. 3 No. 2, 2006, h. 38

karena ada perasaan cemas, sehingga motivasi belajar dan kepercayaan diri menjadi rendah.<sup>26</sup>

Catrunada mengungkapkan tentang sepuluh wilayah magnetis yang menjadi faktor-faktor yang dilakukan prokrastinasi:

- a. Kecemasan (*Anxiety*)
- b. Pencelaan terhadap diri sendiri (*Self-Depreciation*)
- c. Rendahnya toleransi terhadap ketidaknyamanan (*Low Discomfort Tolerance*)
- d. Cenderung mencari kenyamanan atau kesenangan (*Pleasure-seeking*)
- e. Tidak teraturnya waktu (*Time Disorganization*)
- f. Lingkungan yang tidak terorganisasi dengan baik (*Environmental Disorganisation*)
- g. Kurangnya pengetahuan akan tugas yang dikerjakan (*Poor Task Approach*)
- h. Kesulitan untuk menolak permintaan orang lain (*Lack of Assertion*)
- i. Permusuhan atau marah terhadap orang lain (*Hostility with other*)
- j. Stres dan Kelelahan (*Stress and Fatigue*)<sup>27</sup>

## **Metode Penelitian**

### **Pendekatan Penelitian**

Rancangan penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam pembahasan ini, penulis menggunakan metode kolerasi. Hasil observasi yang peneliti lakukan, bahwa populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X MIPA 6, X IPS 2, kelas XI MIPA 1, dan XI MIPA 3. Dan populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X MIPA 6, X IPS 2, kelas XI MIPA 1, dan XI MIPA 3 di SMA Negeri 10 Kota Bogor.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian dilakukan mulai dari bulan Februari hingga bulan Mei 2018 semester Genap tahun 2017-2018. Tempat penelitian yang peneliti lakukan adalah di SMA Negeri

---

<sup>26</sup> Nela Regar Ursia,dkk, "Prokrastinasi Akademik dan *Self-Control* Pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya", Makara Sosiaol Humaniora, 2013 h. 2

<sup>27</sup> Imas Kania Rahman, Frendi Fernando, "Konsep Bimbingan Konseling Islam dan Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Untuk Membantu Menyembuhkan Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa", Jurnal Edukasi Vol 2, Nomor 2, 2016, hal. 228-229

10 Bogor yang beralamat di Jl. Pinang Raya Kelurahan Curug Mekar, Kec. Bogor Barat, Kab. Bogor.

### **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian ini berjumlah 91 siswa dengan menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Teknik *Simple Random Sampling* adalah seluruh individu yang menjadi anggota poulasi memiliki peluang yang sama dan bebas dipilih sebagai anggota sampel. Setiap individu memiliki peluang yang sama untuk diambil sebagai sampel, karena individu-individu tersebut memiliki karakteristik yang sama. Setiap individu juga bebas dipilih karena pemilihan individu-individu tersebut tidak akan mempengaruhi individu yang lainnya.<sup>28</sup>

### **Intrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

Pada penelitian ini peneliti, peneliti menggunakan skala model *Likert*. Skala Likert adalah untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian. Dengan skala Likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel, kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item intrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.<sup>29</sup>

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan dua skala yaitu skala religiusitas dan skala prokrastinasi akademik. Skala religiusitas yang digunakan peneliti merupakan modifikasi dari Maria dan Yhuva. Hasil yang diperoleh dari subjek skala menunjukkan “cukup” atau “sedang”. Skala prokrastinasi akademik yang digunakan pneliti merupakan modifikasi dari Laila Rizkqi Amalia. Hasil yang diperoleh dari skala prokrastinasi akademik menunjukkan “cukup” atau “sedang”.

Pengujian reliabilitas untuk skala religiusitas menghasilkan koefisien Alpha sebesar 0,758. Koefisien Alpha tersebut berada dalam kategori reliabel dan konsisten. Pengujian reliabilitas untuk skala prokrastinasi akademik menghasilkan koefisien Alpha sebesar 0,701. Koefisien alpha tersebut dinyatakan memiliki nilai reliabel dan

---

<sup>28</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitan PendidikanI*, Bandung : Remaja Rosdakarya dengan Program Pasca Sarjana Univeristas Pendidikan Indonesia, 2011, h. 255

<sup>29</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung : Alfabeta, 2013, h. 134-135

konsisten. Metode analisis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah analisis *product moment* dari Pearson.

### Hasil Penelitian

Perhitungan uji validitas menggunakan bantuan program SPSS 16. Yang terdapat 42 item variabel religiusitas dan variabel prokrastinasi akademik. Jumlah item Religiusitas Siswa yang Valid ada 19 terdapat di No 3 dan 11. Jumlah skor validitas berada di atas 0,304. Sedangkan jumlah item yang gugur atau tidak valid ada 2 berada di No 3 dan 11. Jumlah skor berada di bawah 0,304. Dengan demikian dapat diketahui bahwa jumlah terbanyak adalah jumlah item valid dengan skor 19 di atas 0,304. Jumlah item Prokrastinasi Akademik yang Valid ada 20 terdapat di No 11. Jumlah skor validitas berada di atas 0,304. Sedangkan jumlah item yang gugur atau tidak valid ada 1 berada di No 11. Jumlah skor berada di bawah 0,304. Dengan demikian dapat diketahui bahwa jumlah terbanyak adalah jumlah item valid dengan skor 20 di atas 0,304.

Uji normalitas dengan One Sample Kolmogorov-Smirnov Z sebaran normal dengan dua variabel KS  $Z = 0,548$  dan nilai signifikan sebesar  $p = 0,925$  lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan data yang digunakan berdistribusi normal.

Hasil analisis dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* angka yang telah diperoleh  $r_{yx}$  yaitu 0,466 maka dapat diketahui bahwa terdapat korelasi antara variabel X dan variabel Y dengan hubungan yang *sedang* atau *cukup*. Responden dalam penelitian ini sebanyak 91, untuk mencari nilai df menggunakan rumus  $Df = N - 2 = 91 - 2 = 89$ . Dengan df sebesar 91 diperoleh  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% sebesar 0,207. Ternyata  $r_{yx}$  lebih besar dari pada  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan, sehingga hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Hal hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima atau dengan kata lain terdapat hubungan yang *Cukup* atau *Sedang* antara Religiusitas Siswa dengan Prokrastinasi Akademik di SMA Negeri 10 Bogor.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan, yaitu :

1. Religiusitas Siswa di SMA Negeri 10 Bogor dikategorikan “Cukup” baik. Hal ini berdasarkan dari rekapitulasi jawaban pernyataan skala yang menunjukkan alternatif jawaban yang banyak dipilih adalah jawaban C atau dengan kata lain

religiusitas siswa di SMA Negeri 10 dikategorikan “Cukup” hal ini dapat dilihat dari presentasi sebesar 37,04%.

2. Prokrastinasi Akademik di SMA Negeri 10 Bogor dikategorikan “Cukup” baik. Hal ini berdasarkan dari rekapitulasi jawaban pernyataan skala yang menunjukkan alternatif jawaban yang banyak dipilih adalah jawaban C atau dengan kata lain prokrastinasi akademik di SMA Negeri 10 dikategorikan “Cukup” hal ini dapat dilihat dari presentasi sebesar 45,61%.
3. Berdasarkan pengaruh pada taraf signifikan 5% sebesar 0,207 dan ternyata  $r_{yx}$  lebih besar daripada  $r_{tabel}$ , karena  $r_{yx}$  diperoleh sebesar 0,47. Pada interpretasi secara sederhana angka indeks kolerasi *r product momen* ( $r_{yx}$ ) angka 0,47 terletak pada indeks 0,40-0,70 yang berarti terdapat kolerasi yang sedang atau cukup pada variabel X terhadap variabel Y. Sehingga Hipotesis Nol ( $H_0$ ) ditolak dan Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat kolerasi yang *sedang* atau *cukup* signifikan tentang Hubungan Antara Religiusitas Siswa Dengan Prokrastinasi Akademik di SMA Negeri 10 Bogor.

### Saran

#### 1. Bagi sekolah

Bagi pihak sekolah senantiasa untuk memberikan suatu pengajaran agama agar berkarakter yang religius, yang selalu mendekatkan peserta didik kepada Tuhannya dan memiliki akhlak yang baik.

#### 2. Bagi Peserta didik

Hendaknya peserta didik dapat meningkatkan religiusitas dengan cara mengikuti kegiatan keagamaan, baik di lingkungan sekolah, rumah maupun di lingkungan masyarakat sekalipun. Meningkatkan kualitas ibadah dan selalu dekat dengan Allah *Subhanahu wa Ta'ala*. Dalam mengerjakan tugas atau suatu pekerjaan, peserta didik hendaknya tidak mengerjakan dengan cara menunda-nunda pekerjaan atau lebih memilih mengerjakan ketika mendekati *deadline*. Gunakanlah waktu dengan sebaik-baiknya.

#### 3. Bagi Mahasiswa

Kepada mahasiswa untuk selalu semangat dalam mengerjakan tugas akhir atau tugas lainnya. Motivasi diri sendiri untuk selalu semangat dan bersungguh-sungguh dalam mengerjakannya. Teruslah semangat dan giat mencari ilmu, mencari

pengalaman dan mencari bekal dimasa depan. Semoga Allah memberikan kemudahan dan kelancaran saat mengerjakannya.

### Daftar Pustaka

- Azizah, N. "Perilaku Moral dan Religiusitas Siswa Berlatar Belakang Pendidikan Umum dan Agama", *Jurnal Psikologi*, Vol. 33, No. 22.
- Ghufroon, M. Nur dan Rini Risnawati S. *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta :AR-RUZZ Media, 2010.
- Hayyinah. "Religiusitas dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa". *Psikologika : Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, vol. 9, No. 17, 2004.
- Indah, P. S. & Shofiah, V. "Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Ketidakjujuran Akademik pada Mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau", *Jurnal Psikologi*, Vol 8, Nomor 1, 2012.
- Naini, R. "Wellness Ditinjau dari Religiusitas Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi Ke-4 tahun Ke-4*, 2015.
- Putri, N. F. A., Wiyanti, S., & Priyatama, A. N. "Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta". *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, Vol. 1, No. 2, 2012.
- Purnama, S. S. "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya", *Jurnal BK Unesa*, Vol. 4, No. 3, 2014.
- Reza, I. F. "Hubungan Antara Religiusitas Dengan Moralitas Pada Remaja Di Madrasah Aliyah", *Jurnal Humanitas*, Vol. 10, No. 2, 2013.
- Rifqi Komara, "Peran Program Layanan Bimbingan Konseling Sekolah Dalam Membangun Kesadaran Religiusitas", Skripsi Sarjana fakultas Agama Islam, Universitas Ibn Khaldun Bogor, (Tidak diterbitkan), 2016.
- Rahman, I. K., & Fernando, F. "Konsep Bimbingan Konseling Islam dan Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Untuk Membantu Menyembuhkan Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa", *Jurnal Edukasi Vol 2, Nomor 2*, 2016.
- Rumiani. "Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stres Mahasiswa", *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol. 3 No. 2, 2006.
- Surijah, E. A., & Tjundjing, S. "Mahasiswa Versus Tugas : Prokrastinasi Akademik dan *Conscientousness*", *Anima : Indonesian Psychological Journal*, Vol. 22, No. 4 , 356, 2007.
- Sukmadinata, Nana Syaodih.. *Metode Penelitian Pendidikan I*, Bandung: Remaja Rosdakarya dengan Program Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia, 2011.
- Safrihsyah, dkk. "Religiusitas Dalam Perspektif Islam", *Substantia : Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuludin Dan Filsafat*, Vol. 12, No. 2, 2010.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta, 2013.

- Siswanto, F. Z. “Hubungan Antara Kedisiplinan Melaksanakan Sholat Wajib Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa di Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan”, *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol. 2, No. 1, 2013.
- Sari, D. N. “Hubungan Antara Stres Guru Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta”, *Empathy : Jurnal Psikologi*, Vol. 2, No. 1, 2013.
- Ursia, N. R. Dkk.. “Prokrastinasi Akademik dan *Self-Control* Pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya”, *Makara Sosiaol Humaniora*, 2, 2013.
- Wahaningsih, M.. “Hubungan Antara Religiusitas, Konsep Diri, dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Prestasi Belajar Pada Siswa SMP Muhammadiyah 3 Depok Yogyakarta”, *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, vol. 1, No. 1, 2013.
- Wahyuni, N. S. “Hubungan Dukungan Sosial Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa STEI Pelita Bangsa Binjai”, *Jurnal Pedagogi*, Vol. 7, No. 13, 2015.
- Yusuf, U., Yunuvianti, M., Coralia, F. “Rancangan Intervensi Berbasis “*Cognitive Behavioral Therapy*” Untuk Menanggulangi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISBA”, ISSN 2089-3590, Vol. 2, No.1, 2011.