

MENGENAL PROKRASTINASI AKADEMIK

Ima Ni'mah Chudari & Fatihaturasyidah
Program Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Kampus di Serang,
Universitas Pendidikan Indonesia

PENDAHULUAN

Mahasiswa dalam masa studinya dihadapkan dengan berbagai macam kegiatan, yaitu mengikuti perkuliahan, mengerjakan tugas-tugas perkuliahan, membaca buku wajib, praktikum dan kegiatan lainnya. Masa studi yang tepat waktu merupakan harapan dari mahasiswa dan juga perguruan tinggi itu sendiri. Namun fenomena yang ada beberapa mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyelesaikan studinya.

Fenomena yang terjadi di perguruan tinggi di berbagai negara menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan pendidikannya dan jumlahnya tidak sedikit, seperti hasil penelitian tahun 2011 yang dimuat dalam *Education at Glance 2013*, dengan menggunakan metode penelitian *cross-section* diperoleh data bahwa mahasiswa yang menempuh pendidikan setingkat strata 1 (S1) di Australia sebanyak 18% tidak dapat menyelesaikan studinya, dari data tersebut diketahui mahasiswa perempuan (88%) dapat menyelesaikan studinya, sedangkan mahasiswa laki-laki yang dapat menyelesaikan studinya persentasenya lebih sedikit yaitu 74%. Di Inggris yang dapat menyelesaikan studinya sebesar 79% mahasiswa, dan di Jepang sebesar 91% mahasiswa. Sedangkan di Amerika (dengan menggunakan metode penelitian *survey Longitudinal*) diketahui hanya sebesar 64% mahasiswa yang dapat menyelesaikan studinya.

Lembaga Akademik UPI mencatat mahasiswa UPI dari angkatan 2008/2009 sampai dengan semester ganjil 2015/2016, pada bulan April 2016 sebanyak 362 orang (dari jumlah mahasiswa program S0 dan S1 UPI sebanyak 31.400 orang mahasiswa) yang tidak dapat menyelesaikan studinya. Artinya sebanyak 1,153 % dari jumlah mahasiswa mengalami ketidakmampuan menyelesaikan studinya, dan hal ini perlu diketahui penyebab dari masalah mahasiswa yang bersangkutan, sehingga dapat dilakukan tindakan pencegahan.

Keterlambatan akademik berhubungan dengan kinerja akademik mahasiswa itu sendiri. Hasil penelitian Isaiyah (dalam Ilfiandra, 2008) menunjukkan bahwa kinerja akademik memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi. Studi empiris tentang gejala intensitas Prokrastinasi akademik pada mahasiswa UPI menunjukkan kategori **sedang menuju tinggi** (Ilfiandra, 2008, hlm. 200). Gejala ini tidak bisa dianggap enteng karena dapat menghambat penyelesaian studi mahasiswa. Mengenal pengertian Prokrastinasi dan mengenal gejala serta usaha mengatasinya dapat memberi informasi penting sehingga mahasiswa dapat terhindar dari perilaku Prokrastinasi.

PEMBAHASAN PROKRASTINASI

Prokrastinasi berasal dari Bahasa Latin yaitu kata Pro berarti *forward, fort, or in favour of* dan *crastinus* yang berarti *tomorrow*. Istilah Prokrastinasi pertama digunakan oleh Brown & Holtzman (dalam Ilfiandra, 2008) untuk menunjukkan suatu kecenderungan individu menunda-nunda menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan.

Gejala Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa sangat beragam bentuknya seperti terlambat mengumpulkan tugas makalah, laporan, menunda mengerjakan tugas, mempersiapkan diri menghadapi ujian, dan membaca buku yang diwajibkan, dan lain sebagainya Prokrastinasi akademik meliputi enam area yaitu : penundaan melaksanakan tugas menulis makalah/ laporan; ; penundaan belajar ketika menghadapi ujian; menunda membaca buku; tugas administrative (menyalin, daftar presentasi, praktikum); menghadiri pertemuan (terlambat menghadiri, praktikum); menunda kewajiban menyelesaikan atau mengerjakan tugas secara keseluruhan.

Menurut Milgram & Mowrer (dalam Ilfiandra , 2008) menuliskan bahwa Prokrastinasi memiliki lima bentuk yaitu: (1) academic procrastination, yaitu meninggalkan tugas atau mempersiapkan diri untuk ujian atau pada saat-saat akhir; (2) decisional procrastination, yaitu ketidak mampuan mengambil keputusan tepat pada waktunya; (3) neurotic procrastination, yaitu kecenderungan menunda keputusan penting dalam kehidupan; (4) compulsive procrastination, yaitu prokrastinasi perilaku dan keputusan yang dialami individu secara bersamaan ; (5) life routine procrastination, yaitu kesulitan dalam menjadwalkan tugas secara berulang-ulang dan melaksanakan tugas rutin berdasarkan jadwal yang sudah ditentukan.

Dari penjelasan di atas menunjukkan bahwa prokrastinasi kegiatan akademik pada mahasiswa dan juga pada kehidupan individu sehari-hari. Selama bergaul dengan mahasiswa di dalam perkuliahan beberapa gejala prokrastinasi yang nampak pada mahasiswa yaitu keterlambatan menyerahkan tugas, keterlambatan masuk ke ruang kuliah, keterlambatan mengikuti ujian tanpa alasan yang jelas, keterlambatan melakukan kontrak rencana belajar, keterlambatan mengikuti ujian perbaikan, malas membaca buku yang diwajibkan, malas mempersiapkan diri untuk presentasi di ruang kuliah, system kebut semalam menghadapi ujian, keterlambatan dalam mendaftarkan diri untuk mengikuti kegiatan PPL, KKN, seminar dan kegiatan lainnya yang penting dan wajib diikuti mahasiswa.

Ada juga yang membagi Prokrastinasi menjadi dua macam (Ferrari dalam Rizvi, 1997) yaitu (1) prokrastinasi fungsional, yaitu penundaan mengerjakan tugas dengan alasan untuk terlebih dahulu memperoleh informasi atau data yang lebih lengkap dan akurat ; (2) prokrastinasi tidak fungsional. Hal ini ditandai dengan penundaan yang tidak bertujuan, menimbulkan masalah, atau berdampak buruk terhadap penyelesaian tugas. Selanjutnya dijelaskan bahwa prokrastinasi tidak fungsional memiliki dua macam yaitu prokrastinasi pengambilan keputusan dan prokrastinasi perbuatan. Yang dimaksud Prokrastinasi pengambilan keputusan ialah penundaan pengambilan keputusan yang merupakan anteseden kognitif; sedangkan Prokrastinasi Perbuatan adalah kecenderungan untuk menunda tugas sehari-hari. Kedua jenis prokrastinasi ini terkadang dilakukan individu secara bersama-sama. Prokrastinasi pengambilan keputusan dilanjutkan dengan Prokrastinasi perbuatan. Maksud dari pernyataan tersebut dapat dipahami karena jika seseorang melakukan prokrastinasi perbuatan sebenarnya dilakukan karena individu tersebut menunda dalam mengambil keputusan.

Faktor-faktor yang menyebabkan munculnya Prokrastinasi

Knaus (dalam Ilfiandra, 2008) mengemukakan ada sembilan factor yang dapat menyebabkan mahasiswa mengalami Prokrastinasi yaitu **kesatu**, manajemen

waktu yang buruk ; kedua, mengalami kesulitan berkonsentrasi; **ketiga**, mengalami takut dan cemas; **keempat**, memiliki keyakinan yang irrasional; **kelima**, mempunyai masalah pribadi; **keenam**, mengalami kejenuhan; **ketujuh**, mempunyai harapan yang tidak realistis dan **kedelapan**, perfeksionis; **kesembilan**, takut gagal.

Dari penjelasan di atas dapat kita simpulkan bahwasanya Prokrastinasi banyak disebabkan dari factor psikologis individu yang bersangkutan. Namun beberapa aliran psikologi mempunyai pandangan yang berbeda tentang factor yang mempengaruhi Prokrastinasi. Psikodinamika memandang pengalaman masa kecil terutama masalah trauma, misalnya dalam mengerjakan tugas akademik, maka jika dihadapkan dengan tugas yang sama cenderung melakukan prokrastinasi.. Hal ini terjadi karena individu tersebut teringat pada pengalaman yang tidak menyenangkan dimasa yang lalu (Ferrari dalam Ilfiandra, 2008).

Aliran Psikologi Behavioristik menjelaskan bahwa Prokrastinasi akademik muncul karena akibat proses pembelajaran. Jika individu dimasa yang lalu pernah merasakan sukses dalam tugas akademik walaupun melakukan penundaan, maka cenderung akan melakukan hal yang sama pada waktu berikutnya. Kesuksesan yang lalu tersebut menjadi reward untuk mengulang perilaku yang sama.

Perilaku Prokrastinasi akademik pada mahasiswa/pembelajar harus dihindari karena ini sangat merugikan bagi kelangsungan proses belajar dan akhirnya dapat membuat keterlambatan penyelesaian studi. Menurut Dembo (2004) terdapat beberapa alasan yang melatar belakangi ketidakmampuan mahasiswa dalam belajar yaitu : (1) memiliki keyakinan yang salah tentang kemampuan, proses pembelajaran dan motivasi; (2) tidak sadar tentang perilaku belajar yang tidak efektif; (3) gagal mempertahankan strategi pembelajaran dan motivasi yang efektif; (4) tidak siap mengubah perilaku dalam belajar.

Ketidakmampuan mahasiswa untuk mengelola dirinya sehubungan dengan bidang akademik (*academic self-management*) akan mempengaruhi proses pembelajaran yang akhirnya akan menghasilkan prestasi belajar yang rendah atau lebih jauhnya kegagalan menyelesaikan kuliahnya (*drop out*). Dembo (2004) menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki *academic self-management* lebih cenderung menguasai kemampuan untuk mengontrol faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses pembelajarannya, dan juga mahasiswa tersebut mampu menciptakan kondisi yang baik dan optimal untuk belajar serta mampu menyingkirkan halangan yang mengganggu proses pembelajarannya.

Agar mahasiswa memiliki kemampuan pengelolaan akademik yang baik, maka harus ada upaya mahasiswa untuk melakukan beberapa tindakan yang dapat menciptakan kondisi belajar yang optimal. Zimmerman (dalam Dembo: 2004) menjelaskan bahwa untuk menciptakan kondisi belajar yang optimal harus dilakukan beberapa langkah tindakan, yaitu : (1) *goal setting*, yaitu menetapkan sasaran atau tujuan dan membuat rencana tindakan; (2) penggunaan strategi belajar yang bervariasi, seperti menggaris bawahi (*under line*) kalimat atau istilah penting, menjawab pertanyaan (dari soal yang diajukan dalam buku), membuat grafik; (3) memonitor pemahaman materi ketika belajar; dan (4) belajar di lingkungan yang mendukung dan mengambil istirahat bila diperlukan.

Prokrastinasi akademik harus dihindari mahasiswa dalam studinya. Salah satunya dengan cara memperjelas tujuan atau sasaran dari kegiatan yang akan dilakukan dan ini merupakan suatu hal yang dapat memotivasi seseorang dalam

mencapai tujuan itu sendiri dan akan lebih terinci lagi jika dibuat tujuan jangka pendek dan menengah. Sedangkan faktor-faktor yang mendukung *academic self-management* menurut Zimmerman dan Risenberg (dalam Dembo, 2004) terdapat enam komponen, yaitu: (1) adanya motivasi; (2) metode pembelajaran yang tepat; (3) pemanfaatan waktu; (4) Lingkungan fisik; (5) lingkungan sosial dan (6) adalah kinerja (*performance*).

KESIMPULAN

Kesimpulan dari tulisan ini adalah:

1. Prokrastinasi adalah gejala yang menunjukkan suatu kecenderungan individu menunda-nunda menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan.
2. Prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang terjadi pada mahasiswa/pembelajar Gejala Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa sangat beragam bentuknya seperti terlambat mengumpulkan tugas makalah, laporan, menunda mengerjakan tugas, mempersiapkan diri menghadapi ujian, dan membaca buku yang diwajibkan, dan lain sebagainya
3. Ada sembilan faktor yang menyebabkan mahasiswa mengalami Prokrastinasi yaitu **kesatu**, manajemen waktu yang buruk ; kedua, mengalami kesulitan berkonsentrasi; **ketiga**, mengalami takut dan cemas; **keempat**, memiliki keyakinan yang irrasional; **kelima**, mempunyai masalah pribadi; **keenam**, mengalami kejenuhan; **ketujuh**, mempunyai harapan yang tidak realistis dan **kedelapan**, perfeksionis; **kesembilan**, takut gagal.
4. Prokrastinasi akademik harus dihindari dengan mengoptimalkan kondisi belajar yang dilakukan beberapa langkah tindakan, yaitu : (1) *goal setting*, yaitu menetapkan sasaran atau tujuan dan membuat rencana tindakan; (2) penggunaan strategi belajar yang bervariasi, seperti menggaris bawahi (*under line*) kalimat atau istilah penting, menjawab pertanyaan (dari soal yang diajukan dalam buku), membuat grafik; (3) memonitor pemahaman materi ketika belajar; dan (4) belajar di lingkungan yang mendukung dan mengambil istirahat bila diperlukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Chudari, NI. (2017). *Prgram Pelatihan Pengelolaan Diri (Self-management) dengan Teknik Kognitif untuk Mahasiswa*. Disertasi Doktor pada PPS UPI. Tidak diterbitkan
- Dembo, H. M. (2004). *Motivation and Learning Strategies for College Success*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers
- Gerhardt, M. (2007). *Teaching Self-management : The Design and Implementation of Self-Management Tutorials*. [Online]. Tersedia: <http://erecources.pnri.go.id:2058/docview/230305327/fulltexPDF/13E3C6D4346605A8750/1?accountid=25704>. (24 Mei 2013)
- Ilfiandra, (2008). *Model Konseling Kognitif-Perilaku untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. Disertasi Doktor pada PPS UPI. Tidak diterbitkan
- Rizvi, at al. (1997). *Pusat Kendali Diri dan Efikasi-diri sebagai Prediktor terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. Psikologika. No.3. tahun II 1997. UGM

Lorig, R. K. and Holman, R., Halsted. (2003). *Self-management: History, Definition, Outcomes and Mechanisms*. Journal self-management Education. vol.26, number 1, 2003. [tersedia : www.researchgate.net/publication, 2013)

KONSEPTUALISASI SITUASI PEDAGOGIS DALAM MERANCANG PEMBELAJARAN DI SEKOLAH DASAR

Dita Ikhfatul Inayah¹, Susi Susilawati², Tatang Suratno³
Program Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Kampus Daerah Serang,
Universitas Pendidikan Indonesia

E-mail: ditaikhfatul07@gmail.com¹, susilawatimadani@gmail.com², ts@upi.edu³

Abstrak: Penelitian ini mengeksplorasi pertanyaan “Bagaimana menjadi pendidik yang baik?”, dalam pencarian jawaban tersebut menuntun peneliti bertemu dengan situasi yang sering diabaikan namun sangat penting. Apa yang sebenarnya dibutuhkan untuk menciptakan pembelajaran yang baik?, Apakah keterampilan guru dalam mengendalikan pembelajaran? Atau saat guru mampu merencanakan kegiatan pembelajaran dengan sempurna?. Pertanyaan tersebut menuntun peneliti mengungkapkan hubungan guru dan murid. Perlu penggambaran situasi yang terjadi untuk membantu menjelaskan pertanyaan-pertanyaan tersebut. Oleh karenanya metode *narrative inquiry* digunakan untuk memudahkan penulis menggambarkan hasil temuan penelitian dalam bentuk narasi. Sehingga pembaca lebih mudah memahami hasil penelitian lewat sebuah situasi yang digambarkan melalui cerita sehingga pembaca akan memahami makna situasi pedagogis: tindakan komunikatif (*communicative action*), tindakan co-regulatif (*co-regulative action*), dan tindakan yang disengaja (*intentional action*). Penelitian ini secara khusus membahas perjalanan peneliti belajar bersama siswa dalam memanusiasi diri sehingga menemukan kasih sebagai upaya mensyukuri kehidupan.

Kata Kunci: Konseptualisasi, *Narrative Inquiry*, Situasi Pedagogis.

Abstract: Dita Ikhfatul Inayah (2019) “*The Conceptualization Of Pedagogical Situation In Elementary School Lesson Design*”. This research explores the question “How to be a good educator?” It leads the researchers to meet with the often overlooked but very important situations: What exactly is needed to create a powerful learning?; what are the skills teachers need to engage students in safe environment? Or when the teacher is able to design a flourishing learning for their students? Accordingly, the researchers take particular attention to reveal the nature of teacher and students relationship. In doing so, a narrative inquiry was employed to engage researchers in explicating the findings in the form of story so that readers would understand and make meaning about pedagogical situations: communicative action, co-regulative action and intentional action. The study implies that designing pedagogical situations are pivotal to humanize classroom practice that promote a grateful school life.

Keywords: Conceptualization, *Narrative Inquiry*, Pedagogical Situation.