

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan secara formal seperti pada perguruan tinggi mempunyai peran krusial untuk membentuk individu yang mandiri, bermartabat, individu yang handal, dan individu yang kreatif. Mewujudkan diri menjadi individu yang berdikari, kreatif, tangguh serta bermartabat itu tidaklah simpel, banyak proses pembelajaran yang harus dilewati.<sup>1</sup> Menjadi mahasiswa dan tamat dari perguruan tinggi merupakan suatu hal yang sangat diidam-idamkan oleh sebagian besar remaja dan orang tua mereka. Menjadi seorang sarjana dianggap sebagai salah satu syarat yang harus dipenuhi oleh setiap individu agar dapat bersaing dalam masyarakat dan didunia pekerjaan. Semakin tingginya kesadaran masyarakat akan pentingnya pendidikan membuat persaingan di masyarakat dan dunia perkerjan pun semakin

---

<sup>1</sup> Peni Ramanda, Agus Sukirno, Riski“Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau dari Keaktifan Berorganisasi “*Indonesian Journal Of Educational Counseling*”Vol 6, no. 2 (2022) h 111.

ketat, sehingga saat ini umur tidak lagi menjadi penghalang seseorang untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi.<sup>2</sup>

Sejalan dengan tuntutan tersebut, dalam kegiatan akademik mahasiswa diharapkan memiliki kompetensi belajar yang baik, kedisiplinan yang tinggi, serta motivasi belajar yang kuat. Ketiga aspek tersebut menjadi faktor penting dalam menunjang pencapaian prestasi akademik serta keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan studi secara tepat waktu. Tidak semua mahasiswa memiliki kemampuan mengatur diri dengan baik, banyak pelajar dan mahasiswa mengeluh karena tidak dapat membagi waktu dengan baik, kapan harus memulai dan mengerjakan sesuatu sehingga cenderung menunda untuk mengerjakan tugas.<sup>3</sup>

Umumnya, mahasiswa yang dihadapkan pada tugas-tugas

---

<sup>2</sup> Reizki Maharani “Efektivitas Layanan Informasi Menggunakan Pendekatan Islami Dalam Mengurangi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa” *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol 5, no 1 (2022) h 32.

<sup>3</sup> Dwi Sari Usop dan Amelia Dwi Astuti “Pengaruh Self-Regulated Learning , Intensitas Penggunaan Media Sosial , Dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa” *Jurnal Ilmiah* Vol 7, no 3 (2022) h 1782.

yang menumpuk seperti, tugas membaca buku teks, mengerjakan soal latihan, menulis esai dengan adanya analisis yang mendalam, hingga presentasi yang lebih kritis dapat membuat mereka merasa kewalahan dan kebingungan untuk mulai mengerjakan tugasnya dari mana, sehingga mereka menjadi takut dan merasa tidak memiliki kemampuan dalam mengelola waktunya.<sup>4</sup>

Idealnya, mahasiswa dengan kemauan yang tinggi akan mampu untuk bertanggung jawab, berkomitmen, dan akan memprioritaskan aktivitas perkuliahannya. Namun, pada kenyataannya tidak semua mahasiswa dapat fokus menjalankan aktivitas akademik dan non akademik. beberapa mahasiswa malah memilih untuk melakukan aktivitas menyenangkan di luar perkuliahan, seperti berbelanja, menonton TV, bermain game, dan aktivitas serupa.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Dahlia Novarianing, Novianti Kartika Dewi “Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling IKIP PGRI Madiun Ditinjau dari Efikasi Diri” *Jurnal LPPM* Vol 2, no 2 (2014) h 32.

<sup>5</sup> Fadhillah Lintang Ramadhanti, Andik Matulesy, Suhadianto” Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa: Bagaimana Peranan Kontrol Diri dan Efikasi Dir” *Jurnal Psikologi Indonesia* Vol 2 no. 1 (2024) h 173.

Diketahui bahwasannya prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa cenderung menunjukkan kategori tinggi. Mahasiswa yang cenderung berperilaku prokrastinasi akademik diidentifikasi melalui berbagai indikator antaranya keyakinan akan kemampuan, gangguan perhatian, faktor sosial, manajemen waktu, inisiatif pribadi, dan kemalasan.<sup>6</sup>

Kondisi tersebut menunjukkan adanya kelemahan dalam pengelolaan waktu, yang pada akhirnya dapat berdampak pada munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang tidak mampu mengatur waktunya dengan baik cenderung menunda penyelesaian tugas-tugas akademik, sehingga berpotensi menghambat pencapaian prestasi belajar. Prokrastinasi adalah istilah yang digunakan untuk menyebut perilaku menunda-nunda pekerjaan. Sedangkan bagi pelaku atau mahasiswa yang menunda pekerjaan disebut dengan procrastinator. Solomon dan Rothblum dalam

---

<sup>6</sup> Anisa Bela "Prokrastinasi Akademik Dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi" *Jurnal Psikologi Wijaya Putra* "Vol 4, no. 1 (2023) h 40.

mengemukakan prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dan menyelesaikan tugas berulang-ulang dan sengaja untuk melakukan kegiatan lain sehingga kinerja menjadi minim dan tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu.<sup>7</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mayasari dkk, dalam Winandya Ayu, di sebuah perguruan tinggi di Surabaya, ditemukan sebanyak 95% dari total responden 60 mahasiswa mengakui pernah melakukan prokrastinasi. Alasan mahasiswa melakukan prokrastinasi antara lain adalah rasa malas mengerjakan tugas sebesar 42%, banyak tugas lain yang harus dilakukan sebesar 25%, serta dikarenakan hal-hal lain sebesar 28%.<sup>8</sup> Selain itu, individu yang melakukan prokrastinasi akademik biasanya lebih memilih untuk melakukan aktivitas yang menyenangkan daripada melakukan kegiatan yang berkaitan

---

<sup>7</sup> Megawati Muhammad Syukur, A. Octamaya Tenri Awaru, "Fenomena Prokrastinasi Akademik Di Kalangan Mahasiswa," *Neo Societal* " Vol 5, no. 4 (2020) h 375.

<sup>8</sup> Winandya Ayu Kemalla, M Rizqon Kamil, and Muhammad Jamaluddin, "Efektivitas Teknik Konseling Client-Centered Dalam Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa," Vol 2 no. 3 (2025) h 3.

dengan akademik yang akhirnya akan berakibat buruk bagi individu itu sendiri.

Serupa dengan temuan tersebut, gambaran kondisi prokrastinasi di Indonesia dapat diketahui dalam sebuah penelitian yang diteliti oleh Juliawati dengan mendapatkan hasil 60% masuk dalam kategori tinggi, 20% dalam kategori sedang dan 20% masuk dalam kategori rendah, hal ini di akibatkan oleh kebiasaan bergadang, main game online, jalan-jalan ke mall membuat pelajar menunda melakukan tugas-tugas akademik.<sup>9</sup> Menurut Wijaya dan Tori dalam Virgie, prokrastinasi dilakukan karena kurang adanya energi diri dan tekad untuk mengerjakan tugas. Meskipun sudah memiliki tujuan yang ingin dicapai, mahasiswa sulit untuk memulai atau menyelesaikan pekerjaannya, terutama jika waktu yang tersedia hanya sedikit.<sup>10</sup>

Jika ditinjau dari faktor penyebabnya, mahasiswa

---

<sup>9</sup> Jusmeli Hartati et.al “Hubungan Prokrastinasi Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam FITK UIN Raden Patah Palembang” *Jurnal agama sosial dan budaya*"Vol 5, no. 4 (2022) h 609.

<sup>10</sup> Virgie Nathania dan Monika “Pengaruh Passion Terhadap Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa” *Jurnal Psikologi Pendidikan*"Vol 16, no. 1 (2023) h 56.

yang melakukan prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang memengaruhi mahasiswa melakukan prokrastinasi yaitu mahasiswa merasa lelah dan mengantuk dikarenakan aktivitas di perkuliahan maupun diluar perkuliahan sehingga menyebabkan mahasiswa lebih memilih untuk beristirahat dibandingkan menyelesaikan tugas, kemudian mahasiswa tidak memahami intruksi tugas dari dosen serta tidak menguasai materi yang diberikan dosen, timbulnya rasa malas dan lebih memilih untuk melakukan hal menarik dari pada menyelesaikan tugas.<sup>11</sup> Pada faktor eksternal disebabkan tugas yang terlalu sulit, kurangnya fasilitas untuk mengerjakan tugas (laptop rusak, tidak ada kuota atau jaringan internet), tugas yang menumpuk membuat mahasiswa menjadi bingung untuk mendahulukan tugas yang mana pada akhirnya menyelesaikan nya ketika sudah mendekati waktu pengumpulan.

---

<sup>11</sup> Dewi Kumalasari Bella Khansa Puspita, "Prokrastinasi Dan Stres Akademik Mahasiswa," *Jurnal Penelitian Psikologi*, no. 2 (2022).hal, 81.

Permasalahan ini juga mengarah terhadap dampak psikologis maupun fisik seseorang yang melakukannya akibat dari keterlambatan menyelesaikan suatu tugas. Adapun jenis penundaan yang biasanya dilakukan oleh mahasiswa seperti tugas makalah berkelompok, tugas untuk menghadapi ujian pertengahan semester maupun akhir semester, tugas membaca jurnal, tugas administratif, dan kinerja akademik.<sup>12</sup>

Kondisi tersebut umumnya disertai dengan kecemasan dan ketakutan akan kegagalan, sehingga memperkuat kecenderungan prokrastinasi yang terjadi. Oleh karena itu, prokrastinasi akademik dianggap sebagai salah satu faktor yang dapat menghambat pencapaian prestasi akademik, karena berpotensi meningkatkan tingkat stres, menurunkan kualitas dan efektivitas proses pembelajaran, serta memberikan dampak negatif secara lebih luas.<sup>13</sup>

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi

---

<sup>12</sup> Sarpiya Maulida "Problematic Internet Use Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Universitas Islam, and Negeri Antasari" *Jurnal Psikologi* Vol 7, no 2 (2023) h 35.

<sup>13</sup> M Fahmi AUFAR ASYRAF, dkk "Teknik Pomodoro untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa" *Prosiding PsychoNutrition* Vol 01, no. 1 (2024) h 402.

akademik memiliki dampak negatif bagi individu. Dampak-dampak negatif tersebut, di antaranya distress, rendahnya prestasi akademik, tugas tidak terselesaikan atau hasil pengerjaan tugas tidak maksimal, serta menurunkan produktivitas sehingga waktu yang dimiliki menjadi terbuang sia-sia.<sup>14</sup>

Fenomena prokrastinasi akademik menjadi salah satu permasalahan yang sering dialami mahasiswa di berbagai perguruan tinggi, termasuk di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu. Berdasarkan wawancara awal pada tanggal 15 september 2025, pada beberapa mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu menyatakan bahwa mereka sering menunda penyelesaian tugas akademik karena berbagai alasan. Mahasiswa mengaku rasa malas sebagai penyebab utama mereka menunda mengerjakan tugas. Sebagian mahasiswa mengalami keterbatasan fasilitas dalam menyelesaikan tugas akhir, seperti laptop yang kurang memadai atau akses internet yang

---

<sup>14</sup> Arif Sahin, "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa" *Journal of psychology and education counseling* Vol 1, no. 1 (2025) h 2.

terbatas. Mahasiswa lainnya lebih memilih berkumpul bersama teman-teman pada waktu luang daripada menyelesaikan tugas yang telah diberikan dosen. Kebiasaan tersebut menyebabkan tugas akademik menumpuk menjelang batas waktu pengumpulan. Kondisi ini berdampak pada kualitas hasil tugas yang kurang optimal karena mahasiswa mengerjakannya secara terburu-buru. Perilaku prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal yang saling berkaitan. Oleh karena itu, fenomena prokrastinasi akademik perlu memperoleh perhatian yang lebih serius agar mahasiswa mampu meningkatkan kedisiplinan dalam menyelesaikan tugas akademik tepat waktu.<sup>15</sup>

Berdasarkan pengamatan awal pada tanggal 14 september 2025 yang dilakukan peneliti pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu, peneliti menemukan adanya fenomena prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa. Fenomena

---

<sup>15</sup> Hasil Wawancara awal tanggal 17 september 2025.

tersebut terlihat dari perilaku beberapa mahasiswa yang sering menunda penyelesaian tugas akademik meskipun telah mengetahui batas waktu pengumpulannya. Mahasiswa cenderung memberikan alasan, seperti merasa lelah setelah mengikuti perkuliahan atau kurang memiliki semangat untuk segera mengerjakan tugas. Selain itu, sebagian mahasiswa lebih memilih melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan, seperti bermain media sosial, menonton video di TikTok, bermain game, atau berkumpul bersama teman. Perilaku tersebut menyebabkan tugas akademik sering dikerjakan pada saat mendekati batas waktu pengumpulan. Akibatnya, mahasiswa merasa terburu-buru dalam menyelesaikan tugas sehingga hasil yang diperoleh kurang maksimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu dan menentukan prioritas antara kegiatan akademik dan aktivitas lainnya.<sup>16</sup>

Penelitian ini, penting untuk dilakukan kajian yang lebih mendalam mengenai problematika prokrastinasi

---

<sup>16</sup> Hasil Observasi awal tanggal 14 september 2025.

akademik pada mahasiswa, khususnya mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu. Sebagai calon konselor yang secara akademis dibekali ilmu regulasi diri, manajemen waktu, serta mampu mengatasi masalahnya sendiri, mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam idealnya memiliki ketahanan emosional dan kontrol diri yang tinggi dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan. Namun, realita di lapangan menunjukkan bahwa mereka sering melakukan penundaan akademik yang berdampak pada prestasi, Kesehatan fisik, tingkat stress dan lebih memilih melakukan aktivitas yang menyenangkan seperti bermain media sosial, bermain game daripada mengerjakan tugas kuliah. Oleh karena itu, Penelitian ini diharapkan dapat menggambarkan secara komprehensif berbagai faktor penyebab serta dampak yang ditimbulkan oleh prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris dalam bidang bimbingan dan konseling, serta strategi pencegahan perilaku prokrastinasi akademik di lingkungan perguruan tinggi Islam.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan tersebut, maka rumusan masalah penelitian ini yaitu:

1. Faktor apa saja yang menyebabkan munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu?
2. Bagaimana dampak prokrastinasi akademik terhadap aktivitas belajar mahasiswa BKI UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu?

## **C. Batasan Masalah**

Agar hasil dari penelitian ini lebih terarah dan tidak menyimpang dari pembahasan maka peneliti memberi batasan ini pada :

1. Penelitian ini dibatasi dengan mahasiswa yang mengalami Problematika prokrastinasi akademik yaitu mahasiswa pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam semester 2, 4, dan 6 di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.

2. Problematika prokrastinasi akademik dari faktor internal seperti ( kondisi fisik individu dan kondisi psikologis individu) serta faktor eksternal seperti ( gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan).
3. Problematika prokrastinasi akademik dari dampak seperti (perfoma akademik yang buruk, ingkat stress yang tinggi, dampak Kesehatan dan Tingkat kecemasan yang tinggi).

#### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk :

1. Mengetahui faktor-faktor penyebab yang memengaruhi timbulnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa BKI UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.
2. Menganalisis dampak prokrastinasi akademik terhadap aktivitas belajar mahasiswa BKI UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.

## **E. Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan yang diharapkan dari penelitian ini di bedahkan menjadi dua, yaitu manfaat teoretis dan manfaat praktis:

### **1. Kegunaan Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian teoretis dalam bidang psikologi pendidikan dan bimbingan konseling, khususnya terkait pemahaman mengenai perilaku prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa perguruan tinggi Islam. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji topik serupa dengan pendekatan yang lebih luas atau berbeda.

### **2. Kegunaan Praktis**

#### **a. Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengelolaan waktu,

tanggung jawab akademik, dan pengendalian diri untuk menghindari perilaku prokrastinasi.

b. Bagi Praktisi dan Dosen Pembimbing

Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam memberikan bimbingan, motivasi, dan strategi pembelajaran yang dapat mengurangi kecenderungan menunda tugas pada mahasiswa.

c. Bagi Program Studi Bimbingan Konseling Islam

Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam pengembangan program bimbingan dan konseling kampus yang berorientasi pada peningkatan kedisiplinan akademik dan karakter Islami mahasiswa.

## **F. Kajian Penelitian Terdahulu**

Agar penelitian ini lebih terarah pada masalah yang spesifik dan menghasilkan temuan yang baru, serta untuk mengidentifikasi posisi penelitian yang akan dilakukan, peneliti perlu menelaah penelitian-penelitian sebelumnya

yang relevan dengan tema yang akan diteliti. Oleh karena itu, peneliti meneliti kajian literatur terhadap hasil-hasil penelitian sebelumnya, dan hasil dari kajian tersebut dijelaskan sebagai berikut :

1. Penelitian oleh Anisa, Rahmatia Thahir, Nurul Magfirah, Ernawati, dan Aliem Bahri (2023) berjudul *“Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa”*. Mengungkap bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa berada pada kategori tinggi, dengan persentase 33,3%, serta dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti penggunaan media digital, kesulitan memahami tugas, dan lemahnya manajemen waktu mahasiswa selama pembelajaran daring. Persamaanya, sama-sama meneliti fenomena prokrastinasi akademik pada mahasiswa, Sedangkan perbedaanya, penelitian terdahulu menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan instrumen kuesioner sehingga menekankan pada gambaran numerik dan persentase perilaku prokrastinasi. sedangkan, penelitian saya berjudul *“Problematika*

Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Studi di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu” menggunakan pendekatan kualitatif untuk menggali faktor penyebab, serta dampak prokrastinasi secara lebih mendalam melalui wawancara langsung dengan mahasiswa yang mengalami fenomena tersebut.<sup>17</sup>

2. Penelitian oleh Shelvya Putri Damayanti dkk (2023) yang berjudul “ *Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konsling Islam Angkatan 2018 Di UIN Khas Jember)*”. Menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik terjadi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Khas Jember, dengan faktor utama berupa rasa malas, kesibukan bekerja, kurangnya fasilitas, serta kesulitan menentukan waktu bimbingan. Persamaannya yaitu sama-sama meneliti perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa perguruan

---

<sup>17</sup> Anisa, Rahmatia Thahir, Nurul Magfirah, and Aliem Bahri, “Prokrastinasi Akademik Di Kalangan Mahasiswa” *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Sains* Vol 1, no. 2 (2023) h 29.

tinggi islam dan sama-sama menyoroti faktor internal seperti rasa malas serta rendahnya motivasi sebagai penyebab utama terjadinya prokrastinasi. Perbedaannya, penelitian terdahulu menggunakan pendekatan kualitatif berfokus pada identifikasi bentuk serta faktor penyebab prokrastinasi mahasiswa tingkat akhir, sedangkan penelitian saya tidak hanya menggali faktor penyebab, tetapi juga menganalisis dampak prokrastinasi terhadap aktivitas akademik mahasiswa. Selain itu, penelitian terdahulu berfokus pada mahasiswa angkatan 2018 yang terlambat menyelesaikan tugas akhir, sedangkan penelitian saya melibatkan mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu semester 2, 4, 6 dengan cakupan fenomena prokrastinasi yang lebih beragam dan tidak terbatas.<sup>18</sup>

### 3. Penelitian oleh Angel Sadut (2025) yang berjudul *“Hubungan antara manajemen waktu dengan*

---

<sup>18</sup> Shelvya Putri Damayanti dkk “Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa ( Studi Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konsling Islam Angkatan 2018 Di UIN Khas Jember )” *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni* Vol 1, no. 3 (2023) h 466.

*prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan dan konseling*”. Bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi negative yang signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $-0,622$  dan signifikansi  $0,000$ . Mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang baik cenderung lebih sedikit melakukan prokrastinasi akademik dibandingkan mahasiswa dengan manajemen waktu yang buruk. Persamaannya sama-sama melibatkan populasi mahasiswa bimbingan dan konseling. Perbedaananya, penelitian terdahulu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel 100 mahasiswa untuk menguji hubungan antara variable manajemen waktu dan prokrastinasi akademik, sedangkan penelitian saya menggunakan metode kualitatif untuk menggali problematika faktor dan dampak dari prokrastinasi akademik secara mendalam.<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> Angel Sadut “Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling” *Jurnal Ilmu Bimbingan dan Konseling* Vol 02, No 02 (2025) h 30.

4. Penelitian oleh Cindi Claudia Devanda (2022) yang berjudul “*Hubungan Coping stress terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMA N 5 Bengkulu Tengah*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara coping stress dengan perilaku prokrastinasi akademik siswa, dimana siswa yang memiliki coping stress kurang baik cenderung memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang lebih tinggi. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa kemampuan siswa dalam mengelola stres sangat memengaruhi perilaku mereka dalam menyelesaikan tugas akademik tepat waktu. Persamaannya sama-sama membahas tentang prokrastinasi akademik dalam konteks pendidikan. Namun, terdapat perbedaan pada variabel dan subjek penelitian. Penelitian terdahulu meneliti hubungan antara coping stress dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA di SMAN 5 Bengkulu Tengah dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Sedangkan penelitian saya berfokus pada problematika

prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu dengan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menggambarkan secara mendalam faktor penyebab dan dampak prokrastinasi akademik.<sup>20</sup>

#### **G. Sistematika Penulisan Skripsi**

Pada penelitian ini agar lebih jelas dan terarah, maka penulis menyusun penulisan skripsi ini dengan sistematika sebagai berikut:

**BAB I** : Pada bab pertama berupa latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, kajian penelitian terdahulu, sistematika penulisan skripsi.

**BAB II** : Pengertian prokrastinasi akademik, Faktor penyebab prokrastinasi akademik, dampak prokrastinasi akademik, strategi mengatasi

---

<sup>20</sup> Cindi Claudia Devanda, “Hubungan Coping Strees Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMAN 5 Bengkulu Tengah” (Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, 2022) h 1.

prokrastinasi akademik, urgensi penanganan prokrastinasi akademik, mahasiswa.

BAB III : Berupa pendekatan dan jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, subjek/informan penelitian, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data, Teknik analisis data, teknik keabsahan data.

BAB IV : Pada bab ini menguraikan tentang hasil penelitian dari prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan dan konseling UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.

BAB V : Pada bab ini adalah penutup penulis yang mana berisi tentang Kesimpulan dan berisi saran-saran, kemudian disertai dengan daftar pustaka.