

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa :

Penelitian ini melibatkan populasi sebanyak 80 orang yang merupakan mahasiswa tahun akademik 2019-2022. Data populasi tersebut diperoleh melalui rekapitulasi kuisioner dari tiga program studi, yaitu Pendidikan Agama Islam (PAI) dengan jumlah responden sebanyak 51 orang, Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI) dengan jumlah responden sebanyak 21 orang, dan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) dengan jumlah responden sebanyak 8 orang.

Penelitian ini menghasilkan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Agama Islam bentuk-bentuk prokrastinasi dan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi.

Disfunctional Procrastination mengacu pada penundaan dalam mengerjakan tugas tanpa alasan yang jelas dan dapat merugikan. Bentuk prokrastinasi ini meliputi penundaan yang berulang-ulang, perilaku menghindari, dan gangguan emosional menyatakan perilaku ini Sangat Sering 62%, Sering 17%, Kadang-Kadang 14%, Tidak Pernah 8%.

Functional Procrastination adalah penundaan yang memiliki tujuan tertentu dan tidak merugikan. Bentuk prokrastinasi ini mencakup melakukan kegiatan lain yang memiliki prioritas lebih tinggi, penundaan karena kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan, atau mencari informasi tambahan sebagai referensi menyatakan perilaku ini Sangat Sering 28%, Sering 18%, Kadang-Kadang 17%, Tidak Pernah 38%.

Berdasarkan hasil analisis bentuk perilaku, ditemukan bahwa rata-rata presentase tingkat prokrastinasi secara keseluruhan adalah 45% yang termasuk dalam kategori "Sangat Sering".

Penemuan ini menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi umumnya sering terjadi pada populasi yang diteliti. Namun, perlu dicatat bahwa tidak semua jenis prokrastinasi bersifat merugikan, karena terdapat juga prokrastinasi fungsional yang dapat memiliki manfaat tertentu.

Faktor Faktor Perilaku Prokrastinasi dapat dilihat bahwa presentase setiap indikator Pertama Malas, Sangat Sering 57%, Sering 19%, Kadang-kadang 36%, Tidak Pernah 9%, Indikator Kedua Kesulitan Tugas ,Sangat Sering 57%, Sering 23%, Kadang-kadang 13%, Tidak Pernah: 8%, Indikator Ketiga: Buruknya Pengelolaan Waktu, Sangat Sering 60%, Sering: 21%,Kadang-kadang: 14%, Tidak Pernah: 5% Indikator Keempat: Perfeksionis, Sangat Sering: 52%, Sering: 27%, Kadang-kadang: 10%, Tidak Pernah: 11%

Hasil jawaban pada indikator ini dengan presentase rata rata nya Sangat sering 58%, Sering 21%, Kadang-Kadang 14%, Tidak Pernah 8% Temuan ini menunjukkan adanya kecenderungan mahasiswa untuk sering menunda pekerjaan akademik, terutama pada tugas-tugas yang dianggap sulit atau memerlukan banyak waktu dan kemudian kesimpulan dari tabel indikator kriteria hasil penelitian ini masuk dalam kategori "Tinggi" karena hasil perhitungan akhir dari perilaku prokrastinasi hasilnya Sangat Sering 51% itu berarti setara 46 Mahasiswa melakukan prokrastinasi.

Hal ini dapat berdampak negatif pada hasil akademik dan menuntut perluasan pengelolaan waktu yang lebih efektif agar meningkatkan produktivitas belajar mahasiswa. Oleh karena itu, penting bagi institusi dan mahasiswa itu sendiri untuk mengakui masalah prokrastinasi ini dan mengambil langkah-langkah untuk mengatasi dan mencegahnya.

B. Saran

Sebagai akhir dari penelitian ini, penulis memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Metro Fakultas Agama Islam kepada dosen memberikan kesadaran terhadap masalah prokrastinasi yang bisa dialami oleh mahasiswa dan ingin dosen berperan aktif dalam membantu mengurangi tekanan tugas yang mungkin dapat memperburuk kecenderungan perilaku prokrastinasi tersebut dan juga tentang pentingnya disiplin dalam hal pengumpulan tugas seperti memberikan pengingat rutin tentang batas waktu pengumpulan tugas atau memberikan konsekuensi yang jelas untuk keterlambatan.
2. Dengan memberikan perhatian lebih pada penugasan yang wajar dan mempertimbangkan beban tugas yang diberikan, diharapkan mahasiswa dapat lebih fokus dan produktif dalam menyelesaikan tugas mereka tanpa terjebak dalam pola perilaku prokrastinasi.
3. Pentingnya Kesadaran Diri
Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik cenderung tinggi di kalangan mahasiswa. Oleh karena itu, kesadaran diri tentang kecenderungan untuk menunda pekerjaan akademik sangat penting. Pengelolaan Waktu dan Motivasi: Temuan penelitian ini menyoroti pentingnya keterampilan pengelolaan waktu dan motivasi dalam mengatasi perilaku prokrastinasi. Mahasiswa harus mengembangkan kebiasaan yang baik dalam merencanakan pekerjaan akademik mereka, mengatur jadwal studi.
4. Identifikasi Faktor Prokrastinasi Pribadi: Setiap mahasiswa mungkin memiliki faktor-faktor pribadi yang menyebabkan perilaku prokrastinasi. Penting bagi setiap individu untuk mengidentifikasi faktor-faktor ini dan mencari solusi yang sesuai. Jika kecemasan, motivasi rendah, atau keterampilan pengaturan waktu menjadi masalah, carilah dukungan dan bantuan untuk mengatasi hal tersebut.