

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Motivasi Berprestasi

1. Pengertian Motivasi

Motivasi adalah sebuah kata yang sudah tidak asing lagi bagi banyak kalangan. Motivasi itu sendiri berhubungan dengan timbulnya minat dalam belajar dan kemudian, sampai, menjadi dasar bagi belajar¹. Hendaknya setiap individu senantiasa siap untuk menemukan dan mengetahui perangsang-perangsang yang bisa melahirkan rasa senang atau kepuasan sehingga individu tersebut mampu dalam memelihara serta menguasai gagasan atau pokok bahasannya. Rencana itu semua baru bisa di anggap lengkap dan sempurna kalau di dalamnya dimasukkan motivasi.

Motivasi merupakan kata benda bentukan dari kata motif. Motif yang dalam bahasa Inggris disebut motive berasal dari istilah motion yang berarti gerakan atau suatu yang bergerak hal tersebut biasa disebut dengan tingkah laku². Menurut Woodworth motif berarti suatu dorongan, alasan, dan kemauan, atau dapat didefinisikan sebagai suatu tenaga dari dalam diri yang menyebabkan individu berbuat/bertindak untuk tujuan-tujuan tertentu³.

Woodworth mendefinisikan motivasi sebagai suatu proses yang memudahkan individu melakukan kegiatan-kegiatan tertentu dan untuk mencapai suatu tujuan tertentu⁴,

¹ Crow L., & Alice Crow.(1989). *Educational Psychology*. Yogyakarta. Nur Cahaya, hal:310

² Sarwono, S. W.(1986). *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang. Hal: 56

³ Woodworth, R. S. (1977).*Psikologi: Suatu Pengantar ke Dalam Ilmu Jiwa*. Bandung: Jemmars., hal:. 38.

⁴ Ibid hal: 40

sedangkan menurut Sarwono motivasi merupakan keseluruhan proses yang mendorong individu bertindak laku untuk tujuan tertentu⁵.

McDonald dalam Wasty memberikan sebuah definisi tentang motivasi sebagai suatu bentuk perubahan tenaga dalam diri atau pribadi seseorang yang ditandai oleh dorongan efektif dan reaksi-reaksi dalam usaha mencapai tujuan⁶. Definisi ini berisi tiga hal, yakni: *Pertama, motivasi dimulai dengan suatu perubahan tenaga dalam diri seseorang.* Maksudnya, bahwa setiap perubahan motivasi mengakibatkan beberapa perubahan tenaga di dalam sistem neurofisiologis daripada organism manusia sehingga banyak motif yang kepastian hakikat organis dari perubahan tenaganya tidak diketahui. Misalnya, dasar organis daripada keinginan untuk dihargai dan diakui adalah tidak dapat diterangkan, tetapi dapat diasumsikan, sedangkan dasar organis dari perubahan tenaga lainnya yang dapat diketahui seperti: haus, lapar, dan lelah. *Kedua, motivasi itu ditandai oleh dorongan afektif.* Maksudnya adalah dimana keadaan ini menerangkan tentang suasana “perasaan” atau “emosi” sehingga menimbulkan suatu tingkah laku. Misalnya bentakan, teriakan, pukulan ke meja dan sebagainya. Namun, ada juga dorongan afektif yang sulit diamati seperti anak dengan tenang sedang duduk bekerja di mejanya, akan tetapi tampak kurang daya dorong untuk bekerja, padahal ia mempunyai dorongan yang kuat untuk bekerja. *Ketiga, motivasi ditandai oleh reaksi-reaksi mencapai tujuan.* Maksudnya adalah orang yang sedang memperoleh semangat yang bagus, maka secara cepat ia akan segera mengerjakan tugasnya agar memperoleh tujuan yang diinginkannya. Misalnya seorang

⁵ Sarwono, S. W.(1986). *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang. Hal: 57

⁶ Drs. Wasty Suemanto. (2006). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta. PT. Rineka Cipta. Hal, 203

pemimpin yang mengkoordinir lembaga dengan memimpin strategi-strategi demi mendapatkan penghargaan dan diakui oleh orang lain⁷.

Motivasi juga sering disebut sebagai motif (*motive*), kebutuhan (*need*), desakan (*wish*), dan dorongan (*drive*) maksud dari hal tersebut adalah segala sesuatu yang mendorong keinginan seseorang untuk bertindak melakukan sesuatu untuk mencapai hasil-hasil atau tujuan tertentu⁸. Seperti yang dikatakan Sartain dalam bukunya *Psychology Understanding of Human Behavior* bahwa motivasi adalah suatu pernyataan yang kompleks dalam suatu organisme yang mengarahkan tingkah laku atau perbuatan kesuatu tujuan atau perangsang⁹. Sartain menggunakan kata motivasi dan *drive* untuk pengertian yang sama. Ia mengatakan motivasi adalah suatu organisme yang mengarahkan tingkah laku atau perbuatan kesuatu tujuan (*goal*) atau perangsang atau (*intencive*)¹⁰.

Berdasarkan uraian yang diatas dapat ditarik suatu kesimpulan, bahwa motivasi adalah suatu dorongan yang timbul oleh adanya rangsangan-rangsangan dari dalam maupun dari luar diri sehingga seseorang menjadi berkeinginan untuk mengadakan perubahan tingkah laku atau aktivitas tertentu lebih baik dari keadaan sebelumnya. Selain itu juga mendorong manusia untuk melakukan suatu aktifitas yang didasarkan atas pemenuhan kebutuhan. Dalam hal ini, motivasi merupakan motor penggerak dari setiap kebutuhan yang akan dipenuhi, sebagi penentu arah tujuan yang hendak dicapai serta menentukan perbuatan yang harus dilakukan.

⁷ Ibid hal:204

⁸ Ngalim M, Purwanto.(2002). *Psikologi Pendidikan*. Bandung. PT. Remaja Rosdakarya. Hal: 60

⁹ Ibid hal:61

¹⁰ Ibid

2. Macam - Macam Motivasi

Winkel menyatakan bahwa ada dua jenis motivasi, yaitu:

- a. Motivasi Intrinsik, yaitu kebutuhan atau dorongan dimulai dan diteruskan berdasarkan penghayatan terhadap suatu kebutuhan. Dorongan tersebut secara mutlak berkaitan dengan aktifitas individu. Hal itu biasanya dilakukan dengan minat dan keinginan sendiri untuk meningkatkan kualitas dari aktivitas yang sedang ditekuni.
- b. Motivasi Ekstrinsik, yaitu dorongan yang sama sekali tidak bersumber dari minat dalam diri individu, tetapi keinginan tersebut muncul karena sebab-sebab lain dari luar individu. Dorongan tidak secara mutlak berkaitan dengan aktivitas individu¹¹.

Untuk menentukan bahwa suatu tindakan digerakkan oleh sebab dari dalam diri individu atau dari luar diri individu terkadang memang sulit. Oleh karena itu untuk menentukan apakah suatu tindakan digerakkan oleh motivasi intrinsik ataukah ekstrinsik dapat dilihat dari hubungan timbal balik antara faktor dalam dan faktor luar. Suatu tindakan yang bermotif intrinsik dimulai dengan proses munculnya inisiatif dari dalam diri individu (faktor dalam), dan berdasarkan inisiatif tersebut kemudian dilanjutkan dengan pencarian obyek yang tepat untuk sebuah tindakan (faktor luar). Sedangkan suatu tindakan yang bermotif ekstrinsik dimulai dengan adanya rangsangan dari luar individu (faktor luar), kemudian rangsangan tersebut menggerakkan individu untuk berbuat (faktor dalam)¹².

¹¹ Winkel, W. S.(1999).*Psikologi Pengajaran*. Jakarta: Grasindo, hal. 174.

¹² Martin Handoko.(1992). *Motivasi; Daya Penggerak Tingkah Laku*. Yogyakarta: Kanisius., hal: 9.

3. Pengertian Motivasi Berprestasi

Istilah motivasi berprestasi merupakan perpaduan dari dua istilah motivasi dan prestasi yang membentuk suatu kesatuan makna dan interpretasi. Istilah motivasi berarti sesuatu proses yang menggerakkan, mengarahkan, dan menjaga individu dalam berperilaku, untuk tercapainya suatu tujuan tertentu, sedangkan istilah prestasi berarti hasil dari suatu kegiatan yang telah dikerjakan, diciptakan, baik secara individual maupun kelompok¹³. Menurut Haldane (1985), prestasi merupakan sebuah pengalaman yang memberi seseorang suatu gabungan perasaan seperti :

- a. Perasaan bahwa ia telah melakukan sesuatu secara baik
- b. Perasaan senang dalam melakukan hal tersebut
- c. Perasaan bangga terhadap apa yang telah dilakukannya itu¹⁴.

Motivasi berprestasi menurut McClelland adalah dorongan yang ada pada individu untuk mengungguli, berprestasi sehubungan dengan seperangkat standart dan berusaha untuk mendapatkan keberhasilan¹⁵. Jadi, bisa dikatakan bahwa individu yang memiliki motivasi berprestasi adalah individu yang berorientasi pada tugas, menyukai tugas-tugas yang menantang dimana penampilan individu pada tugas tersebut dapat dievaluasi dengan berbagai cara, bisa dengan membandingkan dengan penampilan individu lain atau dengan standart tertentu¹⁶.

Murray dalam Tjundjing mendefinisikan motivasi berprestasi sebagai suatu dorongan untuk menyelesaikan sesuatu yang sulit, menguasai, memanipulasi atau mengatur benda-

¹³ Drs. Syaiful Bahri Djamarah. *Prestasi Belajar dan Kompetensi Guru*. Surabaya: Usaha Nasional. 1994, hl. 19.

¹⁴ Sia Tjundjing. *Hubungan Antara IQ, EQ, dan AQ Dengan Prestasi Studi Pada Siswa SMU*. Anima: Jurnal Psikologi Indonesia. 2001, vol. 17, No. 1, hl. 71.

¹⁵ Morgan, c.t., King, R. A., Weisz, J.R., & Schopler, J. (1986). *Introduction to Psychology* (7th ed.). Singapore: McGraw-hill, inc

¹⁶ ibid

benda fisik, manusia atau ide-ide, melakukan hal-hal tersebut secepatnya dan semandiri mungkin, mengatasi rintangan dan mencapai standar yang tinggi, mengunggulkan diri, menyaingi dan mengungguli orang lain, dan meningkatkan harga diri dengan menyalurkan bakat dengan sukses¹⁷.

Berdasarkan definisi motivasi berprestasi di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa pengertian motivasi berprestasi adalah dorongan yang ada pada individu untuk mengungguli, mendapatkan prestasi yang dibandingkan dengan seperangkat standard an berusaha untuk mendapatkan kesuksesan atas kegiatan yang dilakukannya.

4. Ciri - Ciri Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi sebagaimana dijelaskan di atas secara kontras dapat dibedakan dengan kebutuhan-kebutuhan lainnya. Menurut McClelland, seseorang dianggap memiliki motivasi berprestasi jika dia ingin mengungguli yang lain. Ada beberapa karakteristik orang yang mempunyai motivasi berprestasi, antara lain¹⁸:

a. Pemilihan tugas

1) Tingkat kesulitan tugas

Individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi memilih tugas yang memiliki tingkat kesulitan yang sedang daripada tugas yang memiliki tingkat kesulitan yang tinggi atau rendah. Mereka memilih tugas yang realities dengan derajat kesukaran yang sedang dimana memungkinkan mereka untuk berhasil. Individu yang memiliki motivasi berprestasi rendah biasanya sangat senang mengerjakan

¹⁷ Sia Tjundjing. *Hubungan Antara IQ, EQ, dan AQ Dengan Prestasi Studi Pada Siswa SMU*. Anima: Jurnal Psikologi Indonesia. 2001, vol. 17, No. 1, hl. 71

¹⁸ McClelland, D.C.(1987). *Human Motivation*. Sdney: Cambridge University Press.

tugas yang sangat mudah dimana mereka pasti dapat menyelesaikannya. Mereka cenderung mempunyai kecenderungan untuk memilih tugas yang sulit dan menghindari tugas yang memiliki taraf kesulitan sedang.

2) Tugas-tugas yang menantang

Individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi senang dengan tugas-tugas yang dapat menguji kemampuan yang dimilikinya dengan kata lain tugas yang menantang dengan motivasi berprestasi rendah menghindari tugas-tugas yang menantang.

3) Tugas-tugas yang memperlihatkan keunggulan

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi akan tertarik dan memilih tugas yang melibatkan persaingan dimana mereka berkesempatan untuk bersaing dengan orang lain karena dalam situasi persaingan terdapat kemungkinan untuk unggul dan melebihi orang lain. Mereka lebih mencoba untuk mengerjakan dan menyelesaikan lebih banyak tugas daripada individu dengan motivasi berprestasi rendah.

b. Kebutuhan akan umpan balik

Individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi menerima dan menginginkan umpan balik yang bersifat korektif. Mereka memperhatikan umpan balik konkrit dari bagaimana cara mereka mengerjakan tugas dimana umpan balik ini selanjutnya akan dipergunakan untuk memperbaiki prestasi.

c. Ketangguhan dalam mengerjakan tugas

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi selalu berusaha mengatasi rintangan untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan, terutama pada hal yang bersifat

prestatif, dan tidak mudah menyerah. Selain itu, individu dengan motivasi berprestasi tinggi gigih dalam mengerjakan tugas yang menjadi tanggung jawabnya. Mereka gigih dalam mengejar waktu yang mereka tetapkan untuk mengerjakan tugas-tugas yang sulit dan gigih untuk bekerja dengan baik di sekolah.

d. Pengambilan tanggung jawab

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi mempunyai kecenderungan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang dikerjakannya. Mereka bertanggung jawab terhadap permasalahan yang mereka hadapi. Karena itulah, mereka menghubungkan kesuksesan yang mereka dapat dengan kemampuan yang mereka miliki dan menghubungkan kegagalan dengan kurangnya usaha yang mereka keluarkan daripada akibat dari faktor eksternal. Sedangkan individu dengan motivasi berprestasi rendah biasanya menyalahkan kesempatan untuk berhasil dan selalu menghindari berhadapan dan mengerjakan tugas yang mempunyai kemungkinan gagal dan berhasil yang seimbang.

e. Penambahan usaha-usaha tertentu

Individu yang memiliki motivasi berprestasi rendah biasanya melakukan usaha-usaha yang kecil dalam menghadapi ujian atau tugas yang mereka hadapi. Individu dengan motivasi berprestasi tinggi cenderung untuk memperbesar usahanya agar berhasil. Mereka biasanya memiliki usaha-usaha tertentu yang mendukung tercapainya tujuan.

f. Prestasi yang diraih

Individu dengan motivasi berprestasi rendah mempunyai standar nilai yang rendah, sedangkan individu dengan motivasi berprestasi tinggi memiliki standar nilai yang tinggi. Individu dengan motivasi berprestasi tinggi mencapai kesuksesan dan mendapatkan nilai yang baik.

g. Kepuasan dalam mengerjakan tugas

Individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi merasa berhasil dan merasa puas apabila telah mengerjakan tugas. Mereka merasa puas apabila telah melakukan tugas dengan sebaik mungkin yang secara umum didasarkan pada keunggulan yang ditetapkan oleh dirinya sendiri.

h. Individu dengan motivasi berprestasi tinggi cenderung mencari cara baru untuk menyelesaikan tugas seefisien dan seefektif mungkin. Tidak menyukai pekerjaan rutin dengan pekerjaan yang sama dari waktu ke waktu. Bila dihadapkan pada tugas yang bersifat rutin, ia akan berusaha mencari cara lain untuk menghindari rutinitas tersebut namun tetap dapat menyelesaikan tugasnya. Individu dengan motivasi berprestasi tinggi juga cenderung melakukan hal yang berbeda dari yang biasa dilakukan oleh orang lain pada umumnya, lebih kreatif dan inovatif dengan menghasilkan sesuatu yang berbeda dari orang lain, dengan demikian dapat memperlihatkan keunggulan yang dimilikinya.

i. Ketakutan akan kegagalan

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi memiliki harapan untuk sukses yang lebih kuat daripada ketakutan akan kegagalan sedangkan individu dengan motivasi berprestasi rendah cenderung merasakan ketakutan atau keresahan dalam sebuah situasi ujian.

Setiap tingkah laku manusia berlangsung karena adanya motivasi.

Menurut Mukhni (1988), motivasi berprestasi dapat diketahui dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut¹⁹ : Berorientasi pada keberhasilan serta lebih percaya pada diri sendiri dalam menghadapi tugas yang harus diselesaikan, bersikap mengarah pada tujuan, dan berorientasi pada masa depan, menyukai tugas yang cukup sulit, memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya, tahan kerja, dan lebih suka bekerja dengan orang lain yang lebih cakap meskipun tidak menyenangkan daripada orang yang menyenangkan tetapi tidak cakap.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas diperoleh suatu kesimpulan bahwa individu yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi adalah individu yang memiliki tanggung jawab pribadi atas kegiatan yang dilakukannya. Individu tersebut menyukai umpan balik sehingga dapat diketahui seberapa baik tugas yang telah dilakukannya serta tidak menyukai keberhasilan yang bersifat kebetulan atau karena tindakan individu lain. Kemudian lebih suka berkerja pada tugas yang tingkat kesulitannya menengah dan realistic dalam mencapai tujuannya. Individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi juga bersifat inovatif dimana dalam melakukan suatu tugas dilakukan dengan cara yang berbeda, efektif dan lebih baik daripada sebelumnya, tidak terganggu atas kegagalan yang diterimanya, dan puas setelah mengerjakan tugas-tugasnya sebaik mungkin. Begitu juga sebaliknya bahwa individu yang memiliki motivasi berprestasi yang rendah merupakan individu yang dalam melakukan tugasnya lebih termotivasi oleh ketakutan akan kegagalan dari pada ingin mendapatkan keberhasilan sehingga dirinya hanya memilih tugas-tugas dengan taraf kesulitan yang rendah atau memilih tugas dengan taraf kesulitan

¹⁹ Prof. Dr. Sudarwan Danim. *Motivasi, Kepemimpinan, dan Efektivitas Kelompok*. Bandung: Rineka Cipta, hl. 32

yang sangat tinggi, sehingga kegagalan adalah hal yang wajar, dan juga apabila individu memperoleh kegagalan maka dengan segera meninggalkan tugas yang telah dilakukannya bukan memperbaiki kegagalan sehingga memperoleh keberhasilan.

Motivasi berprestasi adalah dorongan yang ada pada individu untuk mengungguli, mendapatkan prestasi yang dihubungkan dengan seperangkat standard dan berusaha untuk mendapatkan kesuksesan atas kegiatan yang dilakukannya. Aspek – aspek motivasi berprestasi adalah sebagai berikut, pemilihan tugas, kebutuhan akan umpan balik, ketangguhan dalam mengerjakan tugas, pengambilan tanggung jawab, penambahan usaha – usaha tertentu, prestasi yang diraih, kepuasan dalam mengerjakan tugas, tidak menyukai pekerjaan rutin dan ketakutan akan kegagalan.

5. Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berprestasi

Fernald & Fernald mengungkapkan terdapat empat faktor yang berpengaruh terhadap motivasi berprestasi individu yaitu²⁰:

a. Keluarga dan Kebudayaan

Motivasi berprestasi mahasiswa dapat dipengaruhi oleh lingkungan social seperti orang tua dan teman, sedangkan McClelland menyatakan bagaimana orang tua dalam mengasuh anak mempunyai pengaruh terhadap motivasi berprestasi anak. Kemudian, kebudayaan pada suatu Negara seperti cerita rakyat atau hikayat-hikayat sering mengandung tema-tema prestasi yang dapat membangkitkan motivasi rakyatnya.

b. Konsep diri

²⁰ Fernald, L., Dodge & Fernald, Peter, S.(1999). *Introduction to psychology* (5th ed.). india:A.I.T.B.S Publisher

Konsep diri merupakan bagaimana mahasiswa berpikir mengenai dirinya sendiri. Apabila mahasiswa merasa mampu untuk melakukan sesuatu maka mahasiswa tersebut akan termotivasi untuk melakukan hal tersebut, sehingga mempengaruhi perilakunya.

c. Jenis kelamin

Prestasi yang tinggi biasanya diidentikkan dengan maskulinitas, sehingga banyak para perempuan belajar tidak maksimal khususnya jika perempuan tersebut berada diantara laki-laki sehingga biasanya sering disebut dengan motivasi menghindari kesuksesan. Perempuan banyak juga yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi namun tidak menampilkan karakteristik berperilaku layaknya laki-laki, selain itu perbedaan jenis kelamin pada laki-laki dan perempuan lebih disebabkan karena faktor budaya bukan genetik. Hal ini menyebabkan motivasi berprestasi pada perempuan lebih sering berubah-ubah dibandingkan dengan laki-laki.

d. Pengakuan dan prestasi

Individu akan berperilaku untuk bekerja lebih keras apabila dirinya merasa dipedulikan atau diperhatikan oleh individu lain.

Selain itu dalam setiap motif individu dapat ditemukan dua struktur dasar yang merupakan faktor-faktor yang menjadi sebab utama motivasi berprestasi, yaitu:

1) Pengharapan akan sukses

Berarti bila ada sesuatu yang baik, yang menyenangkan, atau bernilai maka individu juga ingin mendapatkan atau mencapainya.

2) Ketakutan akan gagal

Berarti bila sesuatu yang tidak enak, tidak menyenangkan atau sukar, maka individu akan berusaha menghindarinya.

B. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi

Prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan “pro” yang berarti mendorong maju dan akhiran “crastinus” yang berarti keputusan hari esok. Apabila digabungkan menjadi menanggguhkan atau menunda sampai akhir berikutnya²¹.

Menurut Brown dan Holzman prokrastinasi akademik adalah istilah yang digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda – nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan²².

Orang yang tidak segera mengerjakan tugas atau menunda untuk mengerjakan suatu tugas atau pekerjaan disebut orang yang melakukan prokrastinasi, baik penundaan tersebut beralasan atau tidak. Setiap penundaan dalam pengerjaan suatu tugas atau pekerjaan disebut dengan prokrastinasi.

Noran (dalam Akinsola, Tela & Tela, 2007) mendefenisikan prokrastinasi akademik sebagai bentuk penghindaran dalam mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan oleh individu. Individu yang melakukan prokrastinasi lebih memilih menghabiskan waktu

²¹ M. Nur Ghufon, 2003 “*Hubungan Kontrol Diri Dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik*”, Tesis, Jogjakarta : Universitas Gadjah Mada.

²² Ghufon, M.Nur & Rini Risnawati S. 2010. *Teori – Teori Psikologi*. Jojakarta : Ar – Ruz Media, hal : 151.

dengan teman atau pekerjaan lain yang sebenarnya tidak begitu penting daripada menyelesaikan tugas yang harus diselesaikan dengan cepat²³.

Ellis dan Knaus menatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal ini terjadi karena adanya perasaan takut gagal, dan pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar²⁴.

Menurut Millgram prokrastinasi adalah perilaku spesifik yang meliputi²⁵ :

- a. Suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas.
- b. Menghasilkan akibat – akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas.
- c. Melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya tugas kantor, tugas sekolah maupun tugas rumah tangga.
- d. Menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, panic dan sebagainya.

Menurut Silver, seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapinya. Akan tetapi, seorang pelaku prokrastinasi hanya menunda – nunda untuk mengerjakannya sehingga menyita

²³ Ahmaini, Dini. 2010. *“Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa Yang Aktif Dengan Yang Tidak Aktif Dalam Organisasi Kemahasiswaan PEMA USU”*. Skripsi. Sumatera Utara : Universitas Sumatera Utara. Hal : 25

²⁴ *Op-cit*, hal : 152.

²⁵ *Ibid*,

waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas, hal tersebut menyebabkan ia gagal menyelesaikan tugasnya tepat waktu²⁶.

Menurut Solomon dan Rothblum, prokrastinasi adalah perilaku penundaan yang dilakukan secara sengaja, dan berulang – ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas²⁷.

Ferri dkk, menyimpulkan bahwa pengertian dari prokrastinasi dapat dilihat dari beberapa batasan yaitu²⁸ :

- a. Prokrastinasi hanya sebagai suatu perilaku penundaan, setiap perbuatan yang menunda dalam menyelesaikan suatu tugas disebut prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan.
- b. Prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu yang mengarah kepada *trait*, penundaan sudah menjadi respon tetap yang dilakukan seseorang dalam mengerjakan tugas, biasanya disertai oleh keyakinan – keyakinan irrasional.
- c. Prokrastinasi sebagai suatu *trait* kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanya sebagai suatu perilaku penundaan, tetapi merupakan *trait* yang melibatkan komponen – komponen perilaku maupun struktur mental yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.

Ferri juga membagi prokrastinasi menjadi dua, yaitu²⁹ :

²⁶ Ghufroon, M.Nur & Rini Risnawati S. 2010. *Teori – Teori Psikologi*. Jojakarta : Ar – Ruz Media, hal : 152

²⁷ Tondok, Marselius Sampe dkk. 2008. *Prokrastinasi Akademik dan Niat Membeli Skripsi*. Anima Indonesia Psychological Jurnal, vol 24 no.1, 76 – 87. Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

²⁸ *Op-cit*, hal : 153

- a. *Functional procrastination*, yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat.
- b. *Disfunctional procrastination*, yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek dan menimbulkan masalah.

Ada dua bentuk prokrastinasi berdasarkan *disfunctional* berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan yaitu³⁰ :

- a. *Decisional procrastination*, adalah suatu penundaan dalam pengambilan keputusan. Prokrastinasi dilakukan sebagai suatu bentuk koping yang digunakan untuk menyesuaikan diri dalam perbuatan pada situasi – situasi yang dipersepsikan penuh stress.
- b. *Avoidance procrastination* atau *behavioral procrastination* adalah suatu penundaan dalam perilaku yang tampak. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit dilakukan. Prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam mengerjakan tugas yang akan mendatang.

Burka dan Yuen mengatakan adanya aspek irrasional yang dimiliki oleh seorang prokrastinator. Seorang prokrastinator memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus dikerjakan dengan sempurna sehingga ia lebih merasa nyaman untuk tidak melakukannya dengan segera, dikarenakan jika tugas dikerjakan dengan segera maka tidak akan dihasilkan hasil yang sempurna. Penundaan yang dapat dikatakan sebagai prokrastinasi apabila penundaan tersebut sudah merupakan pola atau kebiasaan yang menetap yang

²⁹Ghufroon, M.Nur & Rini Risnawati S. 2010. *Teori – Teori Psikologi*. Jojakarta : Ar – Ruz Media, hal: 154

³⁰ *Ibid*, hal : 154

selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas dan penundaan tersebut disebabkan oleh adanya keyakinan – keyakinan yang irrasional³¹.

Dari beberapa pengertian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa prokrastinasi akademik adalah merupakan kecenderungan individu menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas-tugas akademik yang seharusnya dikerjakan, tugas-tugas akademik yang sering ditunda berupa tugas individu maupun kelompok serta diikuti dengan berbagai alasan tertentu.

2. Jenis – Jenis Tugas Pada Prokrastinasi Akademik

Seorang prokrastinator dapat melakukan penundaan pada suatu pekerjaan tertentu atau pada semua pekerjaan. Jenis – jenis tugas yang sering ditunda oleh seorang procrastinator adalah tugas pembuatan keputusan, tugas – tugas rumah tangga, aktivitas akademik, pekerjaan kantor dan lainnya. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau kuliah.

Menurut Green (1982), jenis tugas yang menjadi objek prokrastinasi akademik adalah tugas yang berhubungan dengan kinerja akademik. Perilaku – perilaku yang mencirikan penundaan dalam tugas akademik dipilah dari perilaku lainnya dan dikelompokkan menjadi unsur prokrastinasi akademik³².

Solomon dan Rothblum (1984) menyebutkan ada enam jenis tugas akademik yang sering diprokrastinasi oleh pelajar, antara lain³³ :

³¹ *Ibid*, hal : 152

³² Ghufroon, M.Nur & Rini Risnawati S. 2010. *Teori – Teori Psikologi*. Jojakarta : Ar – Ruz Media, hal : 157.

³³ *Ibid*,

- a. Tugas mengarang, meliputi penundaan terhadap tugas – tugas yang berkaitan dengan menulis, seperti menulis laporan, makalah, skripsi dan lain – lain.
- b. Tugas belajar menghadapi ujian, pada tugas ini penundaan mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, misalnya penundaan belajar ketika ujian tengah semester.
- c. Tugas membaca meliputi adanya penundaan membaca referensi atau buku yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.
- d. Kerja tugas administratif, seperti menyalin catatan, menulis presensi kehadiran, daftar peserta praktikum dan lain sebagainya.
- e. Menghadiri pertemuan, yaitu penundaan maupun keterlambatan dalam menghadiri pelajaran, praktikum dan pertemuan – pertemuan lainnya.
- f. Penundaan dalam kinerja akademik keseluruhan, yaitu menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas – tugas akademik secara keseluruhan.

3. Ciri – Ciri Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dkk (1995) prokrastinasi akademik sebagai suatu perilaku penundaan dapat dimanifestasikan dalam beberapa indikator tertentu yang dapat diamati ciri – cirinya, sebagai berikut³⁴ :

- a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas.

³⁴ Ghufron, M.Nur & Rini Risnawati S. 2010. *Teori – Teori Psikologi*. Jojakarta : Ar – Ruz Media, hal ; 158

Seseorang yang melakukan prokrastinasi akademik tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan. Akan tetapi ia menunda – nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda – nunda untuk menyelesaikannya sampai tuntas.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.

Orang yang melakukan prokrastinasi akademik membutuhkan waktu yang lebih lama untuk mengerjakan suatu tugas daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya. Prokrastinator menggunakan banyak waktu untuk mempersiapkan dirinya secara berlebihan, selain itu melakukan hal – hal yang tidak berkaitan dengan tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Lambannnya seseorang dalam mengerjakan tugas dapat menjadi ciri utama dari prokrastinasi akademik.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Seorang prokrastinator kesulitan untuk melakukan suatu tugas dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya, ia juga sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ditentukan oleh dirinya sendiri. Prokrastinator sudah menentukan waktunya sendiri untuk mengerjakan tugas, akan tetapi ketika saatnya tiba ia tidak mengerjakan tugas sesuai waktu yang telah ditentukan sehingga menyebabkan keterlambatan bahkan kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

d. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Menggunakan waktunya untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan dianggap hiburan daripada mengerjakan tugas yang harus dikerjakan, seperti membaca (koran, majalah, buku cerita dan lainnya), nonton, ngobrol, jalan,

mendengarkan musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan.

4. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Faktor – faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua faktor, yaitu³⁵ :

a. Faktor Internal adalah faktor – faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, antara lain ;

1) Kondisi Fisik Individu

Keadaan fisik dan kondisi kesehatan ikut mempengaruhi individu dalam melakukan prokrastinasi akademik. Tingkat intelegensi tidak mempengaruhi terjadinya prokrastinasi, walaupun pada prokrastinator sering terdapat pikiran – pikiran yang irrasional.

2) Kondisi Psikologis Individu

Kondisi ini misalnya besarnya motivasi yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi prokrastinasi akademik secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu maka akan semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik.

b. Faktor Eksternal adalah faktor – faktor yang terdapat diluar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, antara lain :

1) Gaya Pengasuhan Orang Tua

³⁵ Ghufron, M.Nur & Rini Risnawati S. 2010. *Teori – Teori Psikologi*. Jojakarta : Ar – Ruz Media, hal : 163

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menimbulkan kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak perempuan yang bukan prokrastinator. Ibu yang melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan *avoidance procrastination* pula.

2) Kondisi Lingkungan

Prokrastinasi lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah pengawasan daripada yang pengawasannya ketat. Letak sekolah di desa atau di kota maupun level atau tingkat sekolah tidak mempengaruhi seseorang melakukan prokrastinasi.

Sedangkan pendapat lain yang menyatakan tentang faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menurut Biordy adalah sebagai berikut faktor – faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi tiga macam yaitu³⁶ :

- a. Karakteristik tugas yang dipersepsikan mahasiswa sebagai tugas yang menyenangkan atau membosankan mempengaruhi mahasiswa untuk menunda penyelesaian tugas. Karakteristik tugas yang membosankan pada umumnya membuat mahasiswa melakukan penundaan terhadap tugas.
- b. Faktor kepribadian prokrastinator, individu yang memiliki kepercayaan diri rendah akan lebih cenderung melakukan prokrastinasi.
- c. Faktor situasional, gangguan atau distraksi lingkungan mempengaruhi seseorang untuk melakukan penundaan pekerjaan.

³⁶ Ahmaini, Dini. 2010. “Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa Yang Aktif Dengan Yang Tidak Aktif Dalam Organisasi Kemahasiswaan PEMA USU”. Skripsi. Sumatera Utara : Universitas Sumatera Utara. Hal : 32

5. Karakteristik Prokrastinasi Akademik

Pendapat Young (2004) ada beberapa karakteristik individu yang melakukan prokrastinasi akademik, antara lain³⁷ : kurang dapat mengatur waktu, percaya diri yang rendah, menganggap diri terlalu sibuk jika harus mengerjakan tugas, keras kepala dalam arti menganggap orang lain tidak dapat memaksanya untuk mengerjakan tugas, memanipulasi tingkah laku orang lain dan menganggap pekerjaan tidak dapat dilakukan tanpanya, menjadikan penundaan sebagai *coping* untuk menghindari tekanan, merasa dirinya sebagai korban yang tidak memahami mengapa tidak dapat mengerjakan sesuatu yang dapat dikerjakan orang lain.

Sedangkan menurut Sapadin dan Maquire (2004) karakteristik individu yang melakukan prokrastinasi akademik adalah sebagai berikut³⁸ : perfeksionisme yaitu mengerjakan sesuatu yang dirasa kurang sempurna, pemimpi yaitu memiliki banyak ide besar tetapi tidak dilakukan, pencemas yaitu tidak berpikir tugas dapat berjalan dengan baik tetapi tidak takut apa yang dilakukan lebih jelek atau gagal, penentang, pembuat masalah, terlalu banyak tugas.

C. Hubungan Motivasi Berprestasi Dan Prokrastinasi Akademik

Mahasiswa mungkin memiliki keinginan untuk melakukan suatu aktivitas akademis sesuai harapannya atau waktu yang telah ditentukan, namun pada akhirnya kehilangan motivasi untuk melakukannya sehingga mahasiswa tersebut terjebak dalam perilaku menunda pekerjaan secara akademis atau disebut dengan prokrastinasi akademis. Lebih

³⁷ *Ibid*,

³⁸ *ibid*

lanjut dalam penelitian *Sene'cal* mengusulkan bahwa prokrastinasi akademis merupakan masalah motivasi yang melibatkan tidak hanya rendahnya kemampuan mengatur waktu atau perilaku malas.

Penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang kehilangan motivasi akan melakukan suatu prokratinasi akademis. Namun pernyataan ini tidak sesuai dengan pendapat Schouwenberg dan Groenewoud yang menemukan bahwa mahasiswa yang melakukan perilaku prokrastinasi akademis tetap memiliki motivasi dengan memotong *reward* masa depannya (menyelesaikan tugas dengan segera). Mereka menunda mendapatkan *reward*, karena ingin memperoleh manfaat yang lebih luas (menyelesaikan tugas yang lebih penting) dibandingkan mahasiswa yang tepat waktu³⁹.

Berdasarkan penelitian Schouwenberg dan Groenewoud tersebut menunjukkan bahwa individu dengan perilaku prokrastinasi tidak kehilangan motivasi. Pendapat ini didukung oleh Knaus yang membantah bahwa tidak semua prokrastinasi mengarah pada hal yang negatif. Misalnya, penundaan yang dihasilkan dari waktu yang dihabiskan untuk perencanaan dan penyiapan informasi yang penting dapat menjadi menguntungkan. Selain itu banyak orang menyatakan bahwa meskipun mereka bekerja pada menit-menit terakhir, mereka dapat menyelesaikannya tepat waktu dan mereka cenderung bekerja lebih cepat dan lebih baik atau membangkitkan lebih banyak ide-ide kreatif dibawah tekanan waktu⁴⁰.

Namun Ferrari tidak sependapat dengan pernyataan di atas, meskipun mahasiswa merasa lebih kreatif dan produktif jika bekerja di menit-menit terakhir, prokrastinasi

³⁹ Schouwenberg, H.C., & Lay, C.H.(1995). *Trait Procrastination And The Big Five Factors Of Personality. Personality and Differences*, 18(4), hal 481- 490

⁴⁰ Knaus W.J. (1994). *Change you life now: Powerful techniques for positive change*. New York: John Wiley&Sons

hanya menghasilkan keuntungan jangka pendek. Selain itu juga procrastinator mungkin dapat mengumpulkan tugas akademis dengan tepat waktu, namun hasil yang diperoleh tidak akan maksimal. Procrastinator justru menunjukkan performa rendah, karena kecenderungan telat untuk memulai, sehingga procrastinator tidak memiliki waktu yang cukup untuk mengerjakan tugas sesuai dengan kapasitas yang mereka miliki⁴¹.

Berdasarkan teori-teori yang telah ditemukan, peneliti telah mengidentifikasi dua jenis dari motivasi yaitu ekstrinsik dan instrinsik. Kedua jenis motivasi ini merupakan karakteristik dari motivasi berprestasi. Instrinsik motivasi mengarah kepada motivasi yang timbul akibat dorongan dari dalam, sebaliknya ekstrinsik motivasi merupakan dorongan yang berasal dari luar baik itu dorongan positif maupun dorongan negatif. Menurut Conti dalam Deci menyatakan meskipun motivasi ekstrinsik diperlukan untuk mencegah penundaan tugas, namun partisipan dengan instrinsik motivasi menghabiskan banyak waktu pada tugasnya dibandingkan partisipan dengan motivasi ekstrinsik, karena ingin memperoleh kesempurnaan (perfeksionis)⁴². Jadi dapat dikatakan bahwa jenis motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi procrastinasi secara negatif, dimana semakin tinggi motivasi instrinsik (memiliki motivasi berprestasi tinggi) yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk procrastinasi akademis.

⁴¹ Ferrari, J.R., Keane, S.M., Wolfe, R.N., & Beck B.L (1998). *The antecedents and consequences of academic excuse making: examining individual differences in procrastination*. Research in higher education, 39, hal 199-215

⁴² Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self determination in human behavior*. New York: Plenum

D. Motivasi Berprestasi dan Prokrastinasi Akademik Dalam Pandangan Islam

1. Motivasi Berprestasi Dalam Pandangan Islam

Islam mengajak umatNya untuk merealisasikan kontrol diri tersebut menjadi suatu dorongan untuk berbuat lebih baik lagi. Sesama hamba Allah, manusia harus saling memberikan dorongan dalam berbuat kebajikan dan bekerja keras demi kehidupan yang lebih baik. Dalam Islam, Rasulullah selalu berusaha membangkitkan dan mendorong semangat umatnya dengan bentuk pendampingan. Dimana antara sesama umat islam dianggap efektif untuk saling memotivasi. Salah satu cara melahirkan motivasi dengan jalan persuasi atau pemberian nasehat-nasehat bijak untuk mendorong umatnya berbuat kebajikan. Sebagai contoh, suatu saat nabi berkata tentang sahabat bernama Abdulloh, “betapa Abdulloh adalah orang yang baik, andai saja ia sholat diwaktu malam”, ketika Abdulloh mendengar hal ini ia langsung memulai sholat malam dan hanya tidur sebentar.

Menurut Najati manusia diberi kebutuhan untuk meraih prestasi, sukses, unggul dari yang lain dan merealisasikan ambisinya. Karena semua itu akan menghidupkan rasa percaya diri, puas dan bahagia. Bahkan manusia masih memiliki banyak kebutuhan psikologis yang akan muncul ditengah-tengah pergaulannya dengan masyarakat. Al Qur'an sangat sering menyebutkan aneka motivasi manusia, baik yang bersifat fisiologis, psikologis, maupun spiritual⁴³.

Dalam berprestasi seseorang membutuhkan dorongan untuk berkompetisi, dan bersaing. Najati menguraikan bahwa motivasi berkompetisi merupakan salah satu motivasi psikologi yang sangat lumrah dimiliki oleh orang yang tinggal ditengah masyarakat. Budaya masyarakat dan berbagai sistem nilai yang berlaku akan membatasi

⁴³ Najati. Utsman. 2000. *Psikologi dalam tinjauan Hadist Nabi*. Jakarta. Penerbit Buku Islami hal: 22

beberapa hal yang dianggap baik untuk dikompetisikan. Al Qur'an sendiri telah menganjurkan kaum muslimin untuk berkompetisi dalam hal peningkatan kualitas taqwa, mendekatkan diri kepada Allah dengan cara beribadah, dan beramal sholeh⁴⁴.

Menurut Suharsono ada banyak faktor yang menyebabkan seseorang kelihatan murung dan malas sehingga dapat merusak prestasinya. Diantara faktor-faktor tersebut yang sangat penting adalah hilangnya motivasi untuk belajar dan berprestasi. Dalam kegiatan belajar, sukses dan gagalnya seseorang mencapai prestasi, tidak hanya ditentukan oleh kecerdasan semata saja, melainkan yang tidak kalah pentingnya adalah motivasi. Perannya sangat khas dalam hal membangkitkan gairah, rasa senang dan semangat untuk belajar. Ketika seseorang kehilangan motivasi, maka yang akan menjadi tugas utamanya akan terabaikan⁴⁵.

Firman Allah dalam Q.S Al Mujaadilah ayat 11:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ آذِنُوا

فَآذِنُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

Artinya: Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi

⁴⁴ Ibid hal: 41

⁴⁵ Suharsono, 2002. *Menjelitikan IQ, IQ, & IS*. Jakarta. Penerbit Inisiasi Press. Hal:63

ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.

Dalam mengerjakan segala perintah Allah SWT, manusia diberikan motivasi untuk mengerjakan ibadah, berupa pahala dan surga sehingga manusia termotivasi untuk bersungguh-sungguh dalam mengerjakan perintah-perintahNya, fastabiqul khairat berlomba-lomba dalam kebaikan dan inilah yang dimaksud dalam motivasi berprestasi dalam islam, seperti dalam firman Allah SWT dalam Q.S Al-Zalzalah ayat 7 :

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ ﴿٧﴾

Artinya: barangsiapa yang mengerjakan kebaikan seberat dzarahpun, niscaya dia akan melihat (balasan)Nya.

Allah SWT juga berfirman dalam Q.S Al-Muzzammil ayat 20 :

إِنَّ رَبَّكَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُومُ أَدْنَىٰ مِنْ ثُلُثِي اللَّيْلِ وَنِصْفَهُ وَثُلُثَهُ وَطَآئِفَةٌ مِّنَ الَّذِينَ مَعَكَ ۗ وَاللَّهُ يُقَدِّرُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ ۗ عَلِمَ أَن لَّنْ نَّحُصُّهُ فَتَابَ عَلَيْكُمْ ۖ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ ۗ عَلِمَ أَن سَيَكُونُ مِنكُمْ مَّرْضَىٰ ۖ وَآخَرُونَ يَضْرِبُونَ فِي الْأَرْضِ يَبْتَغُونَ مِن فَضْلِ اللَّهِ ۖ وَآخَرُونَ يُقْتَتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ۖ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنهُ ۗ وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَأَقْرِضُوا اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا ۗ وَمَا تُقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ مِن خَيْرٍ نَّحْدُوهُ عِندَ اللَّهِ هُوَ خَيْرٌ وَأَعْظَمُ أَجْرًا ۗ وَاسْتَغْفِرُوا لِلَّذِينَ تَبَتُّوا أَنَّهُمْ لَمْ يَكْفُرُوا بِاللَّهِ وَهُمْ غَافِلُونَ ۚ

Artinya: Sesungguhnya Tuhanmu mengetahui bahwasanya kamu berdiri (sembahyang) kurang dari dua pertiga malam, atau seperdua malam atau sepertiganya dan (demikian

pula) segolongan dari orang-orang yang bersama kamu. dan Allah menetapkan ukuran malam dan siang. Allah mengetahui bahwa kamu sekali-kali tidak dapat menentukan batas-batas waktu-waktu itu, Maka Dia memberi keringanan kepadamu, karena itu bacalah apa yang mudah (bagimu) dari Al Quran. Dia mengetahui bahwa akan ada di antara kamu orang-orang yang sakit dan orang-orang yang berjalan di muka bumi mencari sebagian karunia Allah; dan orang-orang yang lain lagi berperang di jalan Allah, Maka bacalah apa yang mudah (bagimu) dari Al Quran dan dirikanlah sembahyang, tunaikanlah zakat dan berikanlah pinjaman kepada Allah pinjaman yang baik. dan kebaikan apa saja yang kamu perbuat untuk dirimu niscaya kamu memperoleh (balasan)nya di sisi Allah sebagai Balasan yang paling baik dan yang paling besar pahalanya. dan mohonlah ampunan kepada Allah; Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.

Beberapa ayat-ayat dan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa suatu motivasi dapat merubah kondisi kejiwaan seseorang. Ketika motivasi itu terpuaskan, maka situasi perasaan seseorang menjadi lega dan tenang sebab kebutuhannya telah tercapai. Motivasi berprestasi itu sendiri akan sempurna ketika manusia menjalani perintah-perintah Allah SWT yang kemudian diaktualisasikan dalam kehidupan sehari-hari berupa ibadah, berbuat baik dengan sesama dan sebagainya, sehingga dapat menjadikan manusia menuju kondisi yang baik dan menjadi khalifah yang dapat menjalankan amanah sesuai dengan perintah Allah SWT.

2. Prokrastinasi Akademik Dalam Pandangan Islam

Allah SWT senantiasa menuntut kepada seluruh manusia agar selalu memanfaatkan waktu semaksimal mungkin dan mengisinya dengan berbagai amal atau perbuatan-perbuatan yang positif, bukannya menunda-nunda pekerjaan atau tugas yang seharusnya bisa dikerjakan sekarang tapi ditunda-tunda dengan atau tanpa alasan. Sebagaimana dijelaskan dalam Q. S. Al-Ashr ayat 1-3 :

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ ﴿٣﴾ وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٤﴾

Artinya: Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.

Ayat-ayat di dalamnya menjelaskan betapa pentingnya waktu bagi kehidupan manusia. Jika manusia tidak memperhatikan waktu yang terus berjalan maka manusia akan mengalami kerugian. Anjuran-anjuran menghargai waktu juga tercermin dalam sebuah hadist yang diriwayatkan oleh Abu Mas'ud Al-Anshori menceritakan bahwa nabi Muhammad menganjurkan umatnya untuk melaksanakan sholat dengan segera ketika waktunya telah tiba yang sesuai dengan Q.S. An-Nissa ayat 142 yakni:

إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالَى يُرَاءُونَ النَّاسَ وَلَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا ﴿١٤٢﴾

Artinya: sesungguhnya orang-orang munafik itu menipu Allah, dan Allah akan membalas tipuan mereka. Dan apabila mereka berdiri untuk bershalat mereka berdiri dengan malas. Mereka bermaksud riya (dengan sholat) di hadapan manusia. Dan tidaklah mereka menyebut Allah kecuali sedikit sekali.

Ayat lain yang juga menjelaskan tentang menghargai dan memanfaatkan waktu sebaik-baiknya misalnya perintah tentang sholat yang juga diriwayatkan oleh Abdullah bin Mas'ud menerangkan bahwasannya pekerjaan yang paling disukai oleh Allah adalah sholat tepat pada waktunya yang terdapat pada Q.S. At-Taubah 54 yakni:

وَمَا مَنَعَهُمْ أَنْ تُقْبَلَ مِنْهُمْ نَفَقَتُهُمْ إِلَّا أَنَّهُمْ كَفَرُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَلَا يَأْتُونَ الصَّلَاةَ إِلَّا وَهُمْ كُسَالَى وَلَا يُنْفِقُونَ إِلَّا وَهُمْ كَرِهُونَ ﴿٥٤﴾

Artinya: Dan tidak ada yang menghalangi mereka untuk diterima dari mereka nafkah-nafkahnya melainkan karena mereka kafir kepada Allah dan Rasul-Nya dan mereka tidak mengerjakan sembahyang, melainkan dengan malas dan tidak (pula) menafkahkan (harta) mereka, melainkan dengan rasa enggan.

Hadits Rasulullah SAW yang diriwayatkan oleh Bukhari-Muslim juga menjelaskan tentang pemanfaatan waktu yakni diantaranya sebagai berikut :

“Mujahid bercerita kepadaku dari Abdullah bin Umar r.a, Rasulullah SAW bersabda: “Jadilah kalian di dunia seperti orang asing atau pengembara”. Ibnu Umar berkata “Jika kalian berada pada sore hari maka jangan menunggu pagi, jika kalian berada pada pagi maka jangan menunggu sore hari dan jagalah sehatmu untuk sakitmu, hidupmu untuk matimu”.

Riwayat Bukhari-Muslim yang lain yakni :

*“Persiapkanlah lima hal sebelum datang lima hal; hidupmu sebelum matimu, sehatmu sebelum sakitmu, kesempatanmu sebelum datang kesempatanmu, masa mudamu sebelum masa tuamu dan masa kayamu sebelum masa fakirmu”.*⁴⁶

Beberapa penjelasan pada ayat-ayat Al-Quran dan hadist di atas secara keseluruhan dapat menggambarkan bahwa islam sangat menganjurkan kepada semua manusia untuk selalu memperhatikan tentang waktu, dimana waktu harus dapat dimanfaatkan dengan baik dan benar.

Menunda-nunda (prokrastinasi) adalah suatu penyakit berbahaya yang diderita oleh banyak manusia. Prokrastinasi menyebabkan seseorang menangguhkan sebuah amal karena berfikir amal tersebut bisa dikerjakan lain hari atau lain waktu. Padahal dengan menunda ia akan menyesal ketika tidak mampu lagi mengerjakan pekerjaan tersebut di lain hari atau lain waktu. Harta hilang mungkin dapat dicari, namun jika waktu yang hilang sedikitpun tidak akan bisa diganti walaupun harus ditebus dengan apapun. Kerugian menunda-nunda tidak sekedar dirasakan dampaknya di dunia saja namun juga di akhirat kelak.

⁴⁶ Hayyinah. 2004. *Religiusitas dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. Jurnal Psikologika. No. 17. Th. IX hal: 35

E. Hipotesis

Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat hubungan tingkat motivasi berprestasi dan tingkat prokrastinasi akademik Mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

