

BAB II

KAJIAN TEORI DAN KERANGKA BERFIKIR

A. Kajian Pustaka

Kajian pustaka penelitian terdahulu ditemukan beberapa kajian yang meneliti variabel prokrastinasi akademik, diantaranya sebagai berikut:

1. Penelitian Rahmat Aziz²⁹ menemukan bahwa seorang mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik pada dasarnya sedang melakukan perilaku penundaan sebagai sarana mengembangkan strategi untuk mengatasi ketakutan terhadap kegagalan yang saat itu sedang dirasakan. Ellis dan Knaus memberikan penjelasan tentang prokrastinasi akademik dari sudut pandang *Cognitive-Behavioral*.

Menurutnya, prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irrasional yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan irrasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah, seperti: memandang tugas sebagai beban yang berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of the task*) serta takut mengalami kegagalan (*fear of failure*). Akibatnya, ia merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugasnya secara memadai, sehingga ia menunda penyelesaian tugas tersebut.

Adapun hasil penelitian memberitahukan bahwa analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat konsep diri akademik subjek berada pada kategori tinggi, tingkat ketakutan terhadap kegagalan berada pada kategori rendah, dan tingkat prokrastinasi akademik subjek berada pada kategori tinggi. Selanjutnya, dari jumlah 70 mahasiswa pascasarjana UIN Malang yang mempunyai tingkat prokrastinasi akademik

²⁹ Rahmat Aziz, Model Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pascasarjana, *Journal of Islamic Education*, Vol.1, No.2, Januari-Agustus 2015, ISSN: 2084-5902, hal. 121-124.

tinggi jumlahnya lebih banyak dibandingkan dengan subjek yang mempunyai tingkat prokrastinasi akademik rendah.

Konsep diri akademik berpengaruh secara langsung terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa pascasarjana UIN Malang, dan ketakutan terhadap kegagalan tidak dapat menjadi variabel perantara pada hubungan antara konsep diri akademik dengan prokrastinasi akademik, tapi ketakutan terhadap kegagalan berpengaruh secara langsung terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa pascasarjana UIN Malang.

Penelitian Azis lebih menekankan pada konsep diri akademik mahasiswa pascasarjana UIN Malang berpengaruh secara langsung terhadap prokrastinasi akademik, yang mana berbeda penelitian terdahulu tidak menggunakan variabel intervening hanya menggunakan 2 variabel utama yaitu 1 bebas dan 1 tergantung. Perbedaan lainnya adalah variabel yang analisis yaitu pada variabel bebas dukungan sosial dan resiliensi, Analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana sedangkan penelitian ini menggunakan SEM.

2. Penelitian Edwin Adrianta Surijah dan Sia Tjundjing³⁰ menjelaskan bahwa tingkat prokrastinasi akademik dan *conscientiousness* pada mahasiswa Fpsi. Sebanyak 91 (30.9%) mahasiswa Fpsi menurut skala prokrastinasi peneliti tergolong sebagai *high* sampai dengan *very high procrastinator*. Mereka adalah kelompok responden yang memiliki kerentanan tinggi terhadap penundaan pengerjaan tugas akademik. Ada 91 (30.9%) mahasiswa yang tergolong sebagai individu dengan karakter *conscientious* tinggi hingga sangat tinggi. Mahasiswa

³⁰Edwin Adrianta Surijah dan Sia Tjundjing Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness. *Anima, Indonesian Psychological Journal*. Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya. 2007, Vol. 22, No. 4, hal. 352-374

yang tergolong *procrastinator* rendah hingga sangat rendah ada 79 (26.8%) dan mahasiswa yang tergolong memiliki karakter *conscientious* yang rendah hingga sangat rendah ada 82 (27.8%). Sisanya adalah 125 (42.4%) mahasiswa yang tergolong *moderate procrastinator* dan 122 (41.4%) mahasiswa yang tergolong *conscientious* tingkat *moderate*.

Hasil pengujian hipotesis, peneliti menemukan adanya korelasi signifikan antara prokrastinasi akademik dengan *conscientiousness* menggunakan alat ukur peneliti sebesar -0.612. Hasil ini diperkuat dengan menguji kedua variabel menggunakan alat ukur lain. Contohnya dengan menggunakan API dan BFI dimensi *conscientiousness*, peneliti menemukan adanya hubungan signifikan sebesar -0.481.

Dari hasil pengujian silang antara skala prokrastinasi peneliti dengan BFI dimensi *conscientiousness* dan API dengan skala *conscientiousness*, peneliti menemukan adanya korelasi signifikan masing-masing sebesar -0.536 dan -0.489. Peneliti mengharapkan temuan ini dapat memberikan sumbangan keilmuan dalam memahami fenomena prokrastinasi akademik khususnya di Fpsi. Penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi bahwa mahasiswa yang terencana, terstruktur, tekun, serta memiliki kendali diri yang baik akan terhindar dari prokrastinasi. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang memiliki kualitas pribadi tersebut lebih rentan terhadap prokrastinasi akademik. Contohnya adalah prokrastinasi mengerjakan tugas, membaca materi kuis, atau menyelesaikan tugas akhir.

Hubungan yang negatif antara *conscientiousness* dengan prokrastinasi akademik menyisakan harapan bagi peneliti. Dengan mengembangkan kualitas diri yang terstruktur, terkendali, dan tekun, mahasiswa dapat terhindar dari dampak negatif prokrastinasi. Efek negatif prokrastinasi seperti dipaparkan sebelumnya yaitu kegagalan memenuhi kewajiban

yang penting, perasaan tidak berharga (karena seringkali gagal menunaikan kewajiban), dan munculnya ketidaknyamanan psikologik saat melakukan prokrastinasi. Oleh karena itu, peneliti menggaris bawahi pentingnya mengembangkan karakter *conscientious* pada mahasiswa.

Penelitian Edwin & Sia lebih menekankan pada hubungan prokrastinasi akademik dan *conscientiousness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang mana berbeda dengan penelitian yang peneliti analisis yaitu berupa dukungan sosial, resiliensi dan karakter religius berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

3. Penelitian Putri Sari Indah dan Vivik Shofiah³¹ menunjukkan bahwa adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai ketika menghadapi suatu tugas merupakan indikasi dari perilaku menunda dan kelalaian dalam mengatur waktu. Pelaku prokrastinasi akademik pada umumnya mengerjakan tugas pada menit terakhir batas pengumpulan tugas dan dapat membuat mereka merasa panik, perasaan panik tersebut dapat menyebabkan mahasiswa membuat keputusan buruk yakni perilaku ketidakjujuran akademik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Ketidakjujuran Akademik pada Mahasiswa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara prokrastinasi akademik dengan ketidakjujuran akademik. Sampel sebanyak 155 orang Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Stratified Proporsional Random Sampling* diolah menggunakan teknik koefisien korelasi product moment dari Pearson.

³¹Putri Sari Indah dan Vivik Shofiah. Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Ketidakjujuran Akademik Pada Mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau. *Jurnal Psikologi*, Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau Volume 8 Nomor 1, Juni 2012, hal. 171-178

Berdasarkan hasil analisa koefesien korelasi sebesar 0,705 pada taraf signifikan 0,000. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Ketidakhujuran Akademik Mahasiswa, artinya semakin tinggi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa maka akan semakin tinggi pula Ketidakhujuran Akademik mahasiswa.

Penelitian ini lebih menekankan pada hubungan prokrastinasi akademik dan ketidakhujuran akademik mahasiswa, yang mana berbeda dengan penelitian yang peneliti analisis yaitu berupa dukungan sosial, resiliensi dan karakter religius berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

4. Penelitian Ni Nyoman Wiranti dan Supriyadi³² menyatakan bahwa menyusun skripsi merupakan salah satu area akademik yang penting sebagai salah satu syarat mahasiswa untuk mendapatkan gelar S1. Pada proses pengerjaan skripsi, tidak sedikit mahasiswa yang mengalami kesulitan dan kegagalan, yang disebabkan oleh kecenderungan mahasiswa menunda-nunda mengerjakan skripsi.

Dilihat dari faktor internal, efikasi diri adalah salah satu variabel yang terlibat dalam kelancaran skripsi mahasiswa. Sementara dari faktor eksternal, dukungan dosen pembimbing dinilai penting untuk kelancaran skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dosen pembimbing terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

³²Ni Nyoman Wiranti dan Supriyadi. Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Dosen Pembimbing Skripsi pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas UDAYANA, *Jurnal Psikologi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Udayana, 2015, Vol. 2, No. 1, ISSN: 2354 5607, hal. 100-112.

Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa Universitas Udayana sebanyak 98 orang dengan metode pengambilan sampelnya yaitu simple random. Penelitian ini menggunakan validitas isi dan perhitungan reliabilitas Cronbach Alpha. Alat ukur yang digunakan adalah skala efikasi diri (18 aitem; $r_{xx'} = 0,780$), skala dukungan sosial dosen pembimbing skripsi (22 aitem; $r_{xx'} = 0.929$) dan skala prokrastinasi akademik (33 aitem; $r_{xx'} = 0.955$).

Data diolah dengan analisis regresi linier ganda. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dosen pembimbing terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Udayana ($r = 0,695$; $p = 0,000$). Koefisien determinasi diperoleh sebesar 0,483 yang berarti sumbangan efektif dari variabel efikasi diri dan dukungan sosial dosen pembimbing terhadap variabel prokrastinasi akademik sebesar 48.3%.

Penelitian ini lebih menekankan pada hubungan prokrastinasi akademik dengan efikasi diri dan dukungan sosial, yang mana berbeda dengan penelitian yang peneliti analisis yaitu menekankan variabel karakter religius sebagai variabel mediator yang mengakibatkan hubungan variabel bebas menjadi hubungan yang tidak langsung dalam pengaruhnya terhadap variabel prokrastinasi akademik. Selain itu Analisis datanya menggunakan analisis regresi linier berganda sedangkan penelitian ini menggunakan SEM-AMOS.

5. Penelitian Karmila³³ menunjukkan bahwa model pengembangan diri Siswa melalui budaya religius (*religious culture*) di SMK TI Airlangga Samarinda, dapat peneliti gambarkan hasil penelitian dalam temuan dilapangan sebagai

³³Karmila. Model Pengembangan Diri Siswa melalui Budaya Religius (*Religious Culture*) di Sekolah Menengah Kejuruan Teknologi Informasi (SMK TI). *Syamil*. pISSN: 2339-1332, eISSN: 2477-0027 2014, Vol. 2 No. 2, hal. 111-117.

berikut: Nilai religius yang dimaksudkan oleh SMK IT Samarinda, sebagai berikut: Menanamkan 1) rasa cinta kepada Tuhan Yang Maha Esa dan Ciptaannya, 2) tanggung jawab, disiplin dan mandiri, 3) kejujuran, 4) hormat dan santun, 5) kasih sayang, peduli, dan kerjasama, 6) percaya diri, kreatif, kerja keras, dan pantang menyerah, 7) keadilan dan kepemimpinan, 8) baik dan rendah hati, 9) toleransi, cinta damai, dan persatuan.

Bentuk kegiatan pengamalan budaya Religius di sekolah, di antaranya adalah; membiasakan salam ketika bertemu guru kawan dan, bersalaman dengan guru dengan mencium tangan gurunya, membiasakan berdoa pada saat memulai dan mengakhiri pelajaran di kelas, belajar baca tulis al-quran, membiasakan shalat dhuhur berjamaah, dzikir setelah shalat, menyelenggarakan peringatan hari besar Islam (PHBI), kegiatan majlis taklim yang diselenggarakan kerohanian Islam (Rohis tiap hari jum'at. Guru selalu memberi teladan dan contoh kepada siswa siswi dalam melaksanakan kedisiplinan sekolah dan memberi contoh dalam berperilaku yang baik.

Optimalisasi budaya religius yang di kembangkan oleh SMK TI Samarinda dengan kuat dan kondusif. Beberapa kegiatan ekstrakurikuler keagamaan yang dikembangkan dalam rangka pengembangan diri melalui budaya religius (*Religious Culture*) di SMK TI Airlangga Samarinda, sebagai berikut: Rohis, majlis ta'lim, PHBI, pesantren/ramadhan, dan belajar baca tulis al-quran.

Dimensi yang lainnya untuk pengembangan budaya religius dalam mengembangkan diri peserta didik dilakukan sebagai berikut: Sosialisasi nilai-nilai religius yang telah disepakati sebagai sikap dan perilaku ideal yang ingin dicapai pada masa mendatang, Penetapan *plan action* sebagai tahapan dan langkah sistematis yang akan dilakukan oleh semua pihak

SMK TI dalam mewujudkan nilai-nilai religius yang telah disepakati.

Pemberian penghargaan terhadap prestasi warga sekolah seperti guru, siswa, dan warga sekolah yang lain sebagai usaha dan perilaku yang komitmen. Pembiasaan (mengucapkan salam, berjabat tangan, menyapa dengan senyum, ambil sampah), budaya Jum'at bersih, berdo'a sebelum dan selesai pelajaran, budaya sholat Jum'at bagi siswa laki-laki, *halal bihalal*, PHBI, santunan anak yatim, budaya model pengembangan diri siswa anjang sana keluarga dewan guru dan karyawan, dan (budaya tasyakuran), *majlis ta'lim*, pesantren Ramadhan.

Penelitian ini lebih menekankan pada model pengembangan diri Siswa melalui budaya religius (*religious culture*) di SMK TI Airlangga Samarinda, yang mana berbeda dengan penelitian yang peneliti analisis yaitu berupa dukungan sosial, resiliensi dan karakter religius berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Analisis dalam penelitian Karmila tidak menggunakan istilah variabel karena sifatnya tunggal. Analisis data menggunakan analisis deskriptif sedangkan penelitian ini menggunakan SEM-AMOS. Selain itu penelitian yang peneliti analisis yaitu menggunakan variabel bebas yaitu dukungan sosial dan resiliensi, dalam pengaruhnya terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa dan variabel karakter religius sebagai variabel mediatornya.

6. Penelitian Esya Anesty Mashudi³⁴ bertujuan menguji efektivitas konseling *rational emotive behavior* dengan teknik pencitraan (*imagery*) untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa dengan latar belakang status sosial-ekonomi lemah. Penelitian

³⁴Esya Anesty Mashudi Karmila. Konseling *Rational Emotive Behavior* dengan Teknik Pencitraan untuk Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa Berstatus Sosial Ekonomi Lemah. *Psikopedagogia*. Universitas Ahmad Dahlan. 2016. Vol. 5, No. 1 ISSN: 2301-6167, hal. 175-183

menggunakan pendekatan kuantitatif kualitatif dengan metode penelitian campuran (*mix methods*). Jenis penelitian ini adalah eksperimen kuasi *non-equivalentpretest-posttestcontrol group design* (*pretest-posttest* dua kelompok).

Penelitian dilakukan di Universitas Pendidikan Indonesia dengan subjek penelitian 160 mahasiswa jurusan pendidikan guru pendidik anak usia dini yang diambil melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala resiliensi remaja dan jurnal kegiatan. Hasil penelitian menunjukkan secara empirik, intervensi konseling *rational emotive behavior* melalui teknik pencitraan (*imagery*) teruji efektif untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa berstatus sosial-ekonomi lemah khususnya pada aspek efikasi diri.

Berdasarkan uji t terhadap hasil *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen, diperoleh hasil bahwa H_0 ditolak (dengan t hitung=8,152 dan t tabel=1,760). Penelitian ini dapat dijadikan rujukan bagi unit pelaksana pelayanan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi, dosen, dan konselor di perguruan tinggi untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa yang berstatus sosial ekonomi lemah.

Penelitian ini lebih menekankan pada efektivitas konseling *rational emotive behavior* dengan teknik pencitraan (*imagery*) untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa dengan latar belakang status sosial-ekonomi lemah di Universitas Pendidikan Indonesia, yang mana berbeda dengan penelitian yang peneliti analisis yaitu berupa dukungan sosial, resiliensi dan karakter religius berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Penelitian Esya lebih kepada penelitian eksperimen dengan pendekatan *mix methode*. Analisis data menggunakan analisis uji beda dengan *paired sample t-test*, sedangkan penelitian peneliti menggunakan SEM-AMOS.

7. Penelitian Iven Kartadinata dan Sia Tjundjing³⁵ dengan judul *Love You Tomorrow: Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu*. Ditemukan korelasi negatif sebesar -0.377 antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. Pengujian linearitas menyatakan bahwa manajemen waktu dan prokrastinasi akademik memiliki hubungan linear, dan sumbangan efektif yang diberikan manajemen waktu sebesar 10.8%. Akan tetapi, manajemen yang buruk tidak boleh disamakan dengan prokrastinasi. Manajemen waktu yang buruk baru dianggap prokrastinasi jika hal itu dilakukan dengan sengaja walaupun prokrastinator sadar bahwa ia butuh waktu lebih banyak.

Penelitian ini lebih menekankan pada hubungan prokrastinasi akademik dan manajemen waktu dengan judul *Love You Tomorrow*, yang mana berbeda dengan penelitian yang peneliti analisis yaitu berupa dukungan sosial, resiliensi dan karakter religius berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

8. Penelitian Yücel Öksüz dan Elif Güven³⁶ bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara ketahanan psikologis dan tingkat penundaan guru kandidat. Sesuai dengan tujuan ini "Skala Ketahanan untuk Dewasa" yang dikembangkan oleh Basim ve Çetin dan "Tuckman Skala Penundaan" disesuaikan dengan Turki oleh Uzun Özer digunakan untuk mengumpulkan data. Sampel terdiri dari 196 guru kandidat (86 Pria, 110 Wanita) yang belajar di Fakultas Pendidikan di Universitas Ondokuz Mayıs, dipilih melalui acak metode pengambilan sampel. Data

³⁵Iven Kartadinata dan Sia Tjundjing. *Love You Tomorrow: Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu*. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, Vol. 23, No. 2. 2008, hal. 109-119

³⁶ Yücel Öksüz., Elif Güven. The relationship between psychological resilience and procrastination levels of teacher candidates. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 116, 2014, hal. 3189-3193

dikumpulkan pada awal semester musim gugur tahun akademik 2012-2013.

Independen variabel penelitian ditentukan sebagai jenis kelamin dan tingkat kelas. Data dianalisis dengan menggunakan Pearson Correlation Analisis Koefisien dan Multivariat Variabel (MANOVA). Temuan penelitian menunjukkan bahwa ada yang positif dan hubungan yang signifikan antara ketahanan psikologis dan tingkat penundaan calon guru. Selain itu, itu menemukan bahwa perbedaan yang signifikan antara tingkat ketahanan psikologis calon guru sehubungan dengan tingkat kelas.

Penelitian ini lebih menekankan pada hubungan antara ketahanan psikologis dan tingkat penundaan guru kandidat, yang mana berbeda dengan penelitian yang peneliti analisis yaitu berupa dukungan sosial, resiliensi dan karakter religius berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Analisis dalam penelitian ini tidak menggunakan variabel intervening hanya menggunakan 2 variabel utama yaitu 1 independent dan 1 dependent. Analisis data menggunakan *Pearson Correlation Analisis Koefisien dan Multivariat Variabel (MANOVA)*. sedangkan penelitian peneliti menggunakan SEM-AMOS.

9. Penelitian Jin Kuan Kok³⁷ menguji hubungan antara prokrastinasi akademik dan aspek motivasi pengaturan diri. Sampel, yang terdiri dari 310 mahasiswa dari dua Universitas di Perak, Malaysia, direkrut untuk menyelesaikan versi modifikasi dari Skala Penilaian Penundaan untuk Siswa dan Skala Motivasi Akademik - Sekolah Tinggi (AMS-C 28). Wawancara dan kelompok fokus dilakukan untuk

³⁷ Jin Kuan Kok. The Relationships Between Procrastination And Motivational Aspects Of Self-Regulation. *Jurnal Psikologi*, Malaysia, 30, 1, 2016, hal. 30-39.

mendapatkan detail lingkungan sosial yang berkontribusi pada penundaan siswa dalam keterlibatan kegiatan akademik.

Hasil menunjukkan bahwa ada korelasi negatif yang signifikan antara prokrastinasi akademik dan motivasi intrinsik. Korelasi positif yang signifikan ditemukan antara prokrastinasi akademik dan motivasi ekstrinsik. Gaya motivasi yang teridentifikasi di bawah kategori ekstrinsik ditemukan paling sering digunakan. Temuan dari analisis data kualitatif memberikan penjelasan untuk temuan kuantitatif. Implikasi didiskusikan dalam konteks Malaysia di mana siswa selalu menginternalisasi harapan orang tua dan masyarakat dalam karir akademis mereka.

Penelitian ini lebih menekankan pada hubungan antara prokrastinasi akademik dan aspek motivasi pengaturan diri, yang mana berbeda dengan penelitian yang peneliti analisis yaitu berupa dukungan sosial, resiliensi dan karakter religius berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

10. Penelitian Charine Petronella Joubert³⁸ mengeksplorasi apakah ada hubungan yang signifikan antara akademik penundaan dan prestasi akademik di pelajar sekolah menengah atas di Afrika Selatan. Selanjutnya diperiksa apakah ciri-ciri kepribadian tertentu dari individu lebih rentan penundaan daripada yang lain. Ini terakhir menyelidiki hubungan antara gender dan prokrastinasi akademik, usia dan prokrastinasi akademik, jumlah saudara kandung dan akademis penundaan; dan area tempat tinggal dan prokrastinasi akademik.

Data dikumpulkan dengan menggunakan Informasi Pribadi Kuesioner (PIQ), Skala Penundaan Tuckman (TPS) dan Kepribadian Ten-Item Inventaris (TIPI). Korelasi negatif

³⁸ Charine Petronella Joubert. The relationship between procrastination and academic achievement of high school learners in North West province, South Africa. *Psychology*, University Of South Africa, 2018, hal. 1-177.

yang signifikan ditemukan antara prokrastinasi dan prestasi akademik. Korelasi antara penundaan dan jenis kelamin, usia, area tempat tinggal dan jumlah saudara kandung masing-masing tidak signifikan. Conscientiousness dan Stabilitas Emosi keduanya ditemukan berhubungan negatif secara signifikan terhadap penundaan.

Penelitian Charine lebih menekankan pada hubungan yang signifikan antara akademik penundaan dan prestasi akademik di pelajar sekolah menengah atas di Afrika Selatan, yang mana berbeda dengan penelitian yang peneliti analisis yaitu berupa dukungan sosial, resiliensi dan karakter religius berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Perbedaannya selanjutnya terletak pada variabel penelitian, peneliti menggunakan variabel dukungan sosial, resiliensi dan karakter religius berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Analisis dalam penelitian Charine tidak menggunakan variabel intervening hanya menggunakan 2 variabel utama yaitu 1 independen dan 1 dependen dan menggunakan karakteristik responden sebagai kontrolnya. Analisis data menggunakan *Pearson Correlation* dan analisis regresi linier berganda, sedangkan penelitian ini menggunakan SEM-AMOS. Pada aspek pengukuran tingkat prokrastinasi dalam penelitian ini juga berbeda yaitu menggunakan Skala Penundaan Tuckman (TPS), Sedangkan penelitian ini menggunakan Skala PASS.

11. Penelitian Katarzyna Markiewicz, Bożydar L.J. Kaczmarek³⁹ berkaitan dengan hubungan antara penundaan dan subjek universitas. Mereka ditanya untuk mengisi Kuesioner Skala Penundaan Murni. Temuan menunjukkan itu kecenderungan

³⁹Katarzyna Markiewicz, Bożydar L.J. Kaczmarek, Sara Filipiak. Relationship between Procrastination and a University Subject in Polish University Students, *New Educational Review*, 49, 2017, hlm. 285-296.

untuk menunda-nunda adalah yang paling terwujud jelas dalam domain perilaku, yang menunjukkan kurangnya efikasi diri dan atau manajemen waktu yang buruk. Hasil yang diperoleh terbukti secara statistik signifikan, namun mereka harus diperlakukan dengan hati-hati karena sampel kecil subyek yang diperiksa.

Persamaan dalam penelitian ini hanya terletak pada satu variabel prokrastinasi yang diteliti. Konsep prokrastinasi yang ada dalam penelitian ini adalah sama yaitu berkaitan dengan penundaan dalam lingkup akademik saja. Perbedaan dalam penelitian ini lebih menekankan konsep penyebab terjadinya prokrastinasi yang berdampak pada efikasi diri dan atau manajemen waktu yang buruk.

Perbedaan yang mendasar dalam penelitian ini adalah fokus pada pendeteksian prokrastinasi sedangkan peneliti mengkaitkan prokrastinasi akademik dengan aspek psikologi resiliensi, aspek psikososial dukungan sosial, dan karakter religius sebagai aspek religiusitas dalam perspektif psikologi Islam.

Berdasarkan kajian pustaka penelitian-penelitian terdahulu, penelitian tentang prokrastinasi akademik yang dipengaruhi oleh dukungan sosial, resiliensi yang dimediasi oleh karakter religius masih sangat jarang dan belum ditemukan oleh peneliti. Sehingga penelitian ini menjadi layak untuk diteliti, kajian sebelumnya cenderung menelaah tentang hubungan prokrastinasi akademik dengan manajemen waktu, ketahanan akademik, prestasi akademik dan lain sebagainya tanpa ada variabel mediasi sedangkan penelitian ini lebih menekankan pada fungsi karakter religius sebagai variabel mediator (*Intervening*).

B. Kerangka Teori

1. Prokrastinasi Akademik

a. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Kata prokrastinasi, dalam bahasa Latin disebut “*procrastinare*” yang merupakan berasal dari kata “*pro*” (maju atau bergerak maju), dan kata “*crastinus*” (keputusan hari esok), yang memiliki pengertian “menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya”,⁴⁰ dan dalam bahasa Inggrisnya kata tersebut disebut dengan *procrastination*. Kata prokrastinasi, awal mula pertama ditulis oleh Milgram, bahwa masyarakatnya membutuhkan komitmen tinggi dan deadline untuk menurunkan timbulnya prokrastinasi.⁴¹

Mencari pengertian prokrastinasi, bukanlah suatu yang mudah, hal ini dikarenakan belum adanya tercapainya kesepakatan yang jelas terhadap pengertian prokrastinasi. Namun, secara umum, prokrastinasi merupakan kecenderungan seseorang (*procrastinator*) memperlambat dalam penyelesaian pekerjaannya dan menimbulkan konsekuensi yang buruk bagi dirinya sendiri. Dan keterlambatan tersebut, membuat *procrastinator* tidak mampu menuntaskan tugas-tugasnya, yang disebabkan belum cukupnya waktu untuk menuntaskannya ataupun belum sesuai dengan kapasitas dan kemampuan potensi dirinya.

Menurut Solomon dan Rothblum (dalam Ferrari),⁴² perilaku prokrastinasi merupakan perilaku

⁴⁰ J. R. Ferrari, R. N. Wolfe, J. C. Wesley, L. A. Schoff, and B. L. Beck, Ego Identity And Academic Procrastination Among University Students, *Journal of College Student Development*, 36, 1995, hal. 361-367.

⁴¹ P. Steel, The Nature Of Procrastination: A Meta Analytic And Theoretical Review Of Quintessential Self Regulatory Failure, *Psychological Bulletin*, 133, 1, 2007, hal. 65-94.

⁴² J. R. Ferrari, et all, *Ibid*, hal. 365.

penundaan terhadap pekerjaan dan penyelesaian tugas yang dilakukan secara sengaja. Perilaku prokrastinator tersebut, merupakan perilaku dilakukan secara sadar, dan memang berasal dari dirinya sendiri. Dan pada hakekatnya, seseorang prokrastinator memiliki kesadaran untuk menyelesaikan tugas tersebut. Namun, dikarenakan prokrastinasi sudah menjadi kelakuan yang i- rasional dalam dirinya, maka berakibat kepada gangguan terhadap performanya, pada saat mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang seharusnya diselesaikan dengan cepat.

Umumnya, prokrastinasi juga dapat didefinisikan sebagai kecenderungan seseorang berperilaku yang i- rasional, terutama dalam menunda untuk menyelesaikan tugas yang diberikan kepadanya. Dan prokrastinasi ini, melibatkan kesadaran seseorang (prokrastinasi), pada saat menerima tugas, dia memiliki keinginan yang kuat untuk menyelesaikan tugasnya dengan cepat, namun pada saat dilakukan, dia mengalami kegagalan, dikarenakan tidak adanya motivasi yang kuat untuk menyelesaikan tugas tersebut.

Perilaku prokrastinasi umumnya terjadi pada orang dewasa (selain yang menjalani perawatan klinis), tidak hanya dalam menunda pekerjaan saja, namun juga dalam menunda keputusan yang seharusnya diambilnya dengan cepat. Perilaku penundaan tersebut, dikategorikan prokrastinasi, disebabkan timbulnya ketidaknyamanan emosi, seperti rasa cemas. Namun, perilaku ini juga memiliki batasan untuk dapat dikategorikan prokrastinasi, yaitu dikala seseorang memiliki keinginan dan kesungguhan untuk segera mengambil keputusan yang akan diambilnya, walaupun membutuhkan waktu yang agak lambat.

Kata prokrastinasi, dalam kamus *Oxford English Reference Dictionary*, diartikan sebagai “menunda aksi, terutama ketika seseorang tidak mempunyai suatu alasan yang jelas”. Hal senada juga dikemukakan oleh Steel,⁴³ yang mengemukakan bahwa: “prokrastinasi merupakan tindakan yang dilakukan oleh seseorang dengan sengaja dalam menunda pekerjaan yang harus diselesaikannya, dan tidak memikirkan sebab dan akibat yang akan diterimanya, ketika menunda pekerjaan tersebut.

Dari uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa prokrastinasi merupakan perilaku keterlambatan seseorang dalam memulai suatu pekerjaan, kegagalan seseorang dalam menyelesaikan suatu pekerjaan, ataupun kecenderungan irasional dan sukarela untuk menunda pekerjaan, diluar dari waktu yang diharapkannya. Keterlambatan dan kegagalan tersebut, bukanlah suatu harapan yang diinginkan oleh prokrastinator (*intend to*), dan membuat prokrastinator tidak nyaman secara emosi.

Bidang akademik, prokrastinasi merupakan suatu tindakan yang dilakukan untuk menghindari kegiatan tanpa adanya alasan yang jelas. Dalam hal ini, menurut Balkis dan Duru, perilaku prokrastinasi adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh individu, dengan kesengajaannya, meninggalkan aktivitas yang penting dan telah direncanakan sebelumnya, tanpa ada alasan yang jelas dan masuk akal.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dipahami bahwa: seorang individu dapat dikategorikan telah melakukan perilaku prokrastinasi, apabila ia memperlambat ataupun menunda aktivitas dengan sengaja dan tanpa adanya

⁴³ P. Steel, *Ibid*, hal. 65–94.

alasan yang masuk akal, dan secara hakekatnya ia mampu menyelesaikan aktivitas tersebut, sesuai dengan waktu yang telah direncanakan sebelumnya.⁴⁴ Hal senada, juga dikemukakan oleh Solomon dan Rothblum, bahwa penundaan merupakan tindakan menunda pekerjaan yang tidak perlu sampai mengalami ketidaknyamanan subyektif, ataupun permasalahan yang terlalu umum.

Pernyataan di atas, menjelaskan bahwa penundaan dikategorikan prokrastinasi, apabila seorang individu menunda tugas yang penting dengan sengaja dan berulang-ulang, dan menimbulkan perasaan tidak nyaman secara emosi.⁴⁵ Ruang lingkup akademik, prokrastinasi merupakan perilaku penundaan terhadap tugas akademis, seperti mempersiapkan diri untuk menjawab soal ujian, mengerjakan tugas perkuliahan (makalah, skripsi, tesis, disertasi, dan lain-lain), dan mengerjakan pekerjaan rumah.⁴⁶

Menurut Akinsola dan Tella, prokrastinasi merupakan upaya seseorang dalam menghindari dari penyelesaian tugas, dan lebih mementingkan untuk bepergian bersama dengan temannya, memilih menonton, daripada belajar untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas perkuliahannya.⁴⁷ Hal senada juga dikemukakan oleh

⁴⁴ Balkis and Duru, Prevalence Of Academic Procrastination Behavior Among Pre-Service Teachers, And Its Relationships with Demographics And Individual Preferences, *Journal of Theory and Practice in Education*, 5, 1, 2009, hal. 18-32.

⁴⁵ Solomon and Rothblum, Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioural Correlates, *Journal of Counseling Psychology*, 31, 1984, hal. 503-509.

⁴⁶ *Ibid*, hal. 505.

⁴⁷ Akinsola, and Tella, Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of University Undergraduate Student, *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, Vol. 4, No. 3, 2007, hal. 363-370.

Bums, Dittman, Nguyen dan Mitchelson, yang mengemukakan bahwa: mahasiswa yang menunda-nunda dalam menuntaskan tugas-tugas perkuliahannya, dan dikaitkan dengan berbagai macam indikasi tertentu, dapat dikategorikan sebagai prokrastinasi akademik.⁴⁸

Menurut Van Erde, prokrastinasi akademik merupakan tindakan seorang individu yang sudah memiliki niat untuk menunda tugas. Sedangkan komponen lain mendefinisikan bahwa itu perlu untuk dilakukan atau dihadiri. Hal ini didasari karena beberapa orang menunda untuk menyelesaikan tugas tertentu untuk mengerjakan tugas yang lebih penting. Asalkan memiliki manajemen waktu secara efisien untuk bisa menyelesaikan tugas-tugas lainnya yang telah tertunda.⁴⁹

Menurut Ghufron, prokrastinasi akademik merupakan kebiasaan yang dilakukan oleh mahasiswa dalam penundaan tugas yang sebenarnya disadarinya dan tidak seharusnya dilakukan, yang mungkin disebabkan ketakutan akan gagalnya apa yang dilakukannya dan adanya pandangan harus melakukan pekerjaan dengan sempurna. Penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa tersebut, menjadi suatu kebiasaan yang telah masuk ke arah *trait* prokrastinasi.⁵⁰

Dari uraian di atas, dapat dipahami bahwa prokrastinasi dalam kegiatan akademik merupakan salah

⁴⁸ Bums, Dittman, Nguyen, and Mitchelson, Academic Procrastination, Perfectionism, And Control: Associations With Vigilant And Avoidant Coping, *Journal of Sosial Behavior & Personality*, 5, 2000, hal. 35-46.

⁴⁹ Van Eerde, A Meta-Analytically Derived Nomological Network Of Procrastination, *Personality and Individual Differences*, 35, 2003, hal. 1401-1418.

⁵⁰ Ghufron, Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik, *Thesis*, Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada, 2003, hal. 13-15.

satu bentuk perilaku mahasiswa yang secara sadar dan sengaja, menunda untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik, sehingga menimbulkan efek yang negative bagi dirinya sendiri, dengan semakin menumpuk dan terbengkalainya tugas yang seharusnya dapat diselesaikan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Perilaku prokrastinasi akademik dilakukan oleh mahasiswa terjadi, dikarenakan mahasiswa lebih memilih kegiatan yang tidak penting dan tidak bertujuan, sehingga tidak memperhatikan *deadline* dari tugas yang seharusnya diselesaikan. Jika terus menerus dilakukan, akan mengakibatkan mahasiswa dapat membuat mahasiswa tersebut tidak nyaman secara psikologis dan tidak berhasil dalam hidup khususnya performan akademiknya.

b. Sejarah Prokrastinasi

Sejarah perilaku prokrastinasi telah terjadi sejak zaman Mesir Kuno, dimana pada saat itu, warga Mesir Kuno, menggunakan kata “prokrastinasi” pada dua istilah,⁵¹ yaitu *pertama*, perilaku prokrastinasi merupakan perilaku yang bermanfaat, untuk dapat menjauhkan individu dari berbagai pekerjaan yang tidak penting untuk dikerjakan; dan *kedua*, perilaku prokratinasi merupakan perilaku yang tidak bermanfaat, dikarenakan adanya kesengajaan dari individu untuk tidak menyelesaikan pekerjaan yang penting bagi kehidupan (seperti mengolah lahan pertanian sesuai dengan siklus banjir sungai Nil).

Selain pada zaman Mesir Kuno, kurang lebih tahun 800 SM, Yunani sebagai pusat peradaban dunia pada saat itu, juga telah memunculkan beberapa tokoh dan literature

⁵¹ Ferrari, Johnson, and McGown, *Procrastination And Task Avoidance: Theory, Research, And Treatment*, New York: Plenum Press, 1995, hal. 137-139.

tentang prokrastinasi.⁵² Tokoh-tokoh Yunani yang membicarakan prokrastinasi, yaitu *pertama*, Hesiod, yang menuliskan kritiknya terhadap beberapa rakyat yang hobby menunda pekerjaan hingga esok hari, dan berakibat kepada kegagalan; *kedua*, Thucydides, seorang Jendral Athena, yang menuliskan mengenai strategi dan taktik selama peperangan, dalam tulisannya beliau mengatakan bahwa perilaku prokrastinasi yang terjadi didalam pasukannya selama peperangan Sparta tidak menguntungkan; dan *ketiga*, Marcus Cicero, ahli perpolitikan, dalam berbagai pidato politiknya sangat mengecam perilaku prokrastinasi.

Di kawasan Asia Timur, tepatnya di wilayah India, dimana dalam kitab Bhagavad Gita, prokrastinasi disebut dengan kata *taamasika*, yang menunjuk pada perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang atas tindakan kemalasan, ketidak disiplin, ceroboh, keras kepala, dan lain-lainnya.⁵³ Sedangkan dalam budaya hinduisme, *taamasika* didefinisikan sebagai kegagalan seseorang dalam melakukan proses reinkarnasi terhadap dirinya sendiri, dan neraka merupakan tempat yang terbaik baginya.

Perilaku prokrastinasi mulai populer pada era Revolusi Industri, yang terjadi pada akhir abad ke-18.⁵⁴ Hal ini berdasarkan kepada hasil riset seorang peneliti yang bernama Steel, yang menggambarkan tentang kesadaran orang Barat terhadap bahaya kemunculan prokratinasi, yaitu *pertama*, dalam sebuah novel berjudul Eupheus, yang ditulis oleh Lyly, pada tahun 1579, dalam buku tersebut, digambarkan bahwa perilaku prokrastinasi merupakan perilaku yang sangat berbahaya; *kedua*,

⁵² Steel, *Ibid*, hal. 76.

⁵³ *Ibid*, hal. 78.

⁵⁴ *Ibid*, hal. 82.

ungkapan yang dikemukakan oleh seorang pendeta yang bernama Walker, pada tahun 1682, beliau mengatakan bahwa perilaku prokrastinasi merupakan perilaku yang sangat berdosa; dan *ketiga*, ungkapan yang dikemukakan oleh Samuel Johnson, pada tahun 1751, beliau mengatakan perilaku prokrastinasi merupakan perilaku yang sangat perlu mendapatkan perhatian yang lebih dari perilaku-perilaku lainnya, dikarenakan perilaku ini telah muncul sejak peradaban kuno.

Kata “prokrastinasi” sendiri, mulai diperbincangkan pertama kali pada tahun 1992, setelah terbitnya buku yang ditulis oleh Milgram dan Ferrari, dimana dalam buku tersebut menjelaskan tentang perkembangan komunitas yang memunculkan berbagai macam komitmen. Komunitas yang tidak memunculkan perkembangan (komunitas agraris), tidak ditemukan indikasi yang mengarah kepada prokrastinasi.⁵⁵ Prokrastinasi tersebut muncul, justru pada kalangan komunitas yang telah mengembangkan dan mengunggulkan laju perubahan dalam bidang teknologi dan informasi.

Milgram dan Ferrari, dalam buku tersebut, juga mengemukakan bahwa perkembangan perilaku prokrastinasi timbul sangat pesat, justru terjadi disaat komunitas telah mulai berkembang dan berkemajuan dengan teknologi dan informasi. Walaupun demikian, catatan sejarah tentang prokrastinasi, telah mewakili gambaran akan bahayanya perilaku prokrastinasi, dan mengakibatkan kepada kegagalan dan kemalasan, sebagaimana yang telah terjadi pada peradaban Yunani, peradaban Mesir Kuno, dan peradaban India.

⁵⁵ Ferrari, *Ibid*, hal. 125-128.

Selain itu, penelitian lebih lanjut akan perilaku prokratinasi, baru benar-benar diteliti pada dekade terakhir ini, dimana hasil dari beberapa penelitian yang telah dilakukan oleh beberapa peneliti, telah menghasilkan suatu kesimpulan bahwa: perilaku prokrastinasi merupakan perilaku yang sangat merugikan bagi generasi-generasi selanjutnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: perilaku prokrastinasi merupakan perilaku *archetypal*, yaitu perilaku seseorang yang disebabkan rekam jejak yang dibawa oleh para leluhur, dan sangatlah lazim jika ditemukan pada masyarakat modern saat ini.

c. Ciri-ciri prokrastinasi akademik

Perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi dikalangan mahasiswa cenderung menghabiskan banyak waktu untuk mempersiapkan, mengerjakan tugas dan melakukan hal-hal lainnya. Dan terkadang beberapa dari mahasiswa mempersiapkan persiapannya dengan cara yang berlebihan, padahal tindakan tersebut tidak diperlukan, yang menyebabkan tugas-tugas tersebut, tidak selesai, melainkan hanya menghabiskan waktu yang tidak penting. Oleh karena itu, ciri seseorang yang memiliki prokrastinasi tersebut sering disebut “kelambanan”, dikarenakan seseorang sulit untuk mengatur waktu dan cenderung melakukan sesuatu sampai batas waktu dan cenderung tidak tuntas menyelesaikannya.

Burka dan Yuen, karakteristik seorang prokratinator terdiri dari beberapa kode, yang sering disebut dengan kode prokrastinasi, yaitu suatu cara berpikir individu yang dipengaruhi oleh asumsi-asumsi yang tidak masuk akal, dan memperkuat hal tersebut dengan penundaan dan perlambatan yang disengajanya,

serta menyebabkannya frustrasi.⁵⁶ Adapun kode-kode prokrastinasi dalam hal ini terdiri hal-hal berikut ini:

- 1) *Pertama*, kurang percaya diri, pada kode ini, individu prokrastinator dalam setiap tindakannya selalu menggunakan perasaan yang terlalu mendalam dalam bertindak dan terkadang kurang menghargai diri sendiri (kemungkinan kurang percaya diri individu ini, disebabkan pada keinginnya untuk selalu menampilkan yang bagus, namu ditunda). Seperti contohnya, ketika memiliki suatu ide yang bagus dan cemerlang, individu yang kurang percaya diri ini, cenderung akan menunda bahkan tidak akan menyampaikan idenya, disebabkan individu tersebut, sudah beranggapan idenya tidak akan diterima oleh forum.
- 2) *Kedua*, perfeksionis, pada kode ini, individu prokrastinator dalam setiap kegiatan yang dilakukannya akan selalu beranggapan, apapun yang dilakukannya haruslah sempurna, dan terkadang individu tersebut, lebih memilih untuk menunda pekerjaan, dan lebih banyak menanti waktu yang tepat bagi individu dalam menyelesaikan pekerjaan tersebut, untuk memperoleh hasil yang sempurna dari pekerjaannya, dan terkadang individu tersebut, selalu siap untuk mengambil resiko dari tindakannya, walaupun sampai harus dinilai gagal.
- 3) *Ketiga*, tingkah laku menghindari, pada kode ini, individu prokrastinator memiliki kecenderungan untuk mencari aman dari pekerjaan yang dilakukannya dan selalu menghindari berbagai macam tantangan yang

⁵⁶ Yuen Burka, *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It*, Cambridge: Da Capo, 1983, hal. 139.

terjadi dalam pekerjaan tersebut, hal dikarenakan individu ini selalu beranggapan pekerjaan yang dilakukan haruslah mudah, tidak sulit, dan tanpa usaha, tapi menghasilkan.

Menurut Ferrari, dkk, mengatakan bahwa ciri-ciri individu prokrastinasi dapat diukur dan diamati, dengan beberapa indikator-indikator berikut ini:

- 1) *Pertama*, prokrastinasi terjadi pada saat seorang individu memulai pekerjaan yang diberikan kepadanya dan menuntaskan pekerjaan yang seharusnya diselesaikan. Individu prokrastinator memahami dengan baik, bahwa tugas yang diberikannya haruslah diselesaikan, namun individu ini lebih memilih untuk menunda dalam memulai pekerjaannya, bahkan ketika hendak menyelesaikannya juga, individu ini lebih memilih untuk menunda.
- 2) *Kedua*, prokrastinasi terjadi pada saat seorang individu dengan sengajanya memperlambat dalam memulai dan mengerjakan tugas. Individu prokrastinator cenderung meminta waktu yang lebih lama dalam menyelesaikan tugasnya, karena mereka ingin memanfaatkan waktu tersebut dengan persiapan diri yang berlebihan, dan melakukan tindakan-tindakan yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas tersebut, serta tidak memperhitungkan dengan cermat atas segala macam tindakan yang dilakukannya.
- 3) *Ketiga*, prokrastinasi terjadi pada saat seorang individu memiliki kesenjangan antara rencana dan kinerja actual. Individu prokrastinator terkadang memiliki polemik dalam melakukan pekerjaan yang telah ditentukan batasan waktu untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut, baik ditentukan oleh dirinya sendiri maupun orang lain, ketika pekerjaan tersebut

dikerjakannya, seringkali individu prokratinator mengalami keterlambatan atau melebihi batas waktu yang telah ditentukan dan terkadang mengalami kegagalan untuk menyelesaikan pekerjaan yang telah diamanahkan kepadanya.

- 4) Melaksanakan kegiatan-kegiatan yang lebih menyenangkan selain melaksanakan tugas yang seharusnya diselesaikan. Individu prokrastinator yang sengaja tidak memulai dan menyelesaikan tugasnya, namun menggunakan waktunya untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang dinilai lebih menghibur, seperti dalam hal membaca majalah, koran, buku, dan lain-lainnya; menonton, mendengarkan musik, mengobrol, mendaki gunung, *travelling*, dan sebagainya, yang mengakibatkan terbuangnya waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan aktivitas dan kegiatan yang seharusnya selesai pada waktu yang telah ditentukan.⁵⁷

Sirois, Melia, dan Pychyl, telah melakukan penelitian terkait ciri-ciri individu prokrastinator dan dampak yang akan dirasakannya, dalam penelitian tersebut salah satu dampak individu yang memiliki perilaku prokrastinasi, adalah terganggunya kesehatan individu, baik secara jasmani dan rohani, seperti stres, jika individu sudah mengalami stress diakibatkan prokratinasi, dapat membahayakan kesehatan jasmaninya, mungkin bisa terkena sakit flu, sakit migran, dan lain-lain.⁵⁸

⁵⁷ Ferrari, Wolfe, Wesley, Schoff, Beck, Ego Identity And Academic Procrastination Among University Students. *Journal of College Student Development*, 36, 1995, hal. 361-367.

⁵⁸ Sirois, Melia-Gordon, dan Pychyl, I'll Look After My Health Later: An investigation of Procrastination and Health, *Personality and Individual Differences*, 35, 2003, hal. 1167-1184.

Tice dan Baumeister, dalam hasil penelitiannya juga menyebutkan dampak bahayanya jika individu memiliki perilaku prokrastinasi, yaitu adanya peningkatan yang tinggi terhadap kadar hormon yang negatif pada sistem kekebalan tubuh, yang dapat membuat individu merasa lelah dan lesu. Hal tersebut terjadi dikarenakan prokrastinator telah sampai pada tahap *overload*, ketika menyelesaikan pekerjaan dengan lembur yang berlebihan.

Terkadang hasil akhir dari pekerjaannya kurang memuaskan dan kualitas pekerjaannya rendah. Berbeda dengan individu yang mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik, kesehatan yang dimilikinya cenderung bagus, karena individu telah mampu mengurangi tingkat stress pada dirinya dan mampu menghindari dari kecemasan penyakit yang akan menghampirinya.⁵⁹

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: menunda dan memperlambat untuk memulai maupun menyelesaikan pekerjaan yang dihadapi oleh individu seharusnya diselesaikan, merupakan salah satu ciri-ciri dari perilaku prokrastinasi akademik. Penundaan tersebut, disebabkan adanya kesenjangan antara rencana waktu dan kinerja aktual, dan memilih untuk menyelesaikan kegiatan yang lebih menyenangkan daripada harus menyelesaikan pekerjaannya, sehingga berakibat terhadap sistem kekebalan tubuhnya yang melemah secara psikis, dan kinerja yang rendah.

d. Faktor-faktor prokrastinasi akademik

Bruno, dalam bukunya "*stop procrastinating*," mengemukakan bahwa faktor utama yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik terdiri dua faktor, yaitu:

⁵⁹ Tice, dan Baumeister, Longitudinal Study Of Procrastination, Performance Stress, and Health: the Costs and Benefits of Dawdling, *Psychological Science*, 8, 1997, hal. 454-458.

- 1) Faktor internal, berasal dari dalam individu yang memiliki peran penting atas terbentuknya perilaku prokrastinasi, baik dari segi fisik maupun psikologis.
- 2) Faktor eksternal, berasal dari luar individu yang memiliki banyak pekerjaan, dan dituntut untuk menyelesaikannya dalam waktu yang bersamaan.⁶⁰

Dalam penjabaran diatas, terlihat faktor internal memiliki pengaruh yang lebih dominan untuk memunculkan prokrastinasi daripada faktor eksternal. Namun, dikarenakan tuntutan yang tidak bisa diatasi, maka individu lebih cenderung untuk melakukan prokrastinasi, walaupun melalui salah satu dari faktor tersebut dan prokrastinasi akan menjadi semakin lebih buruk, apabila faktor internal dan eksternal saling berinteraksi.⁶¹ Selain itu, Ferrari dan McCown, juga mengemukakan bahwa: faktor pendukung dari terjadi prokrastinasi terbagi menjadi dua faktor, yaitu:⁶²

- 1) Faktor internal, yang menjadi pemicu munculnya perilaku prokrastinasi dalam diri individu, meliputi: *pertama*, kondisi kodrati yang meliputi jenis kelamin anak, umur, dan urutan kelahiran. Kecenderungan dalam keluarga dapat memicu individu berperilaku prokrastinasi. Misalkan *pertama* lebih diperhatikan, dilindungi, sedangkan anak terakhir lebih dimanja terlebih jika selisih usia lebih jauh.

Kesenjangan dari sisi keluarga dapat memicu prokrastinasi terbentuk untuk mencari perhatian; *kedua*, kondisi fisik dan kesehatan, juga dapat mempengaruhi timbulnya perilaku prokrastinasi akademik; dan *ketiga*, kondisi psikologis, seperti

⁶⁰ Bruno, *Stop Procrastinating!*, Jakarta: PT.Gramedia, 1998, hal. 231

⁶¹ *Ibid*, hal. 239

⁶² Ferrari, *ibid*, hal. 97.

kepribadian individu dan perfeksionis. Kepribadian individu seperti kemampuan sosial dan tingkat kecemasan dalam hubungan sosial.

Prefeksionis dapat menyebabkan individu menjadi prokrastinasi lebih tinggi. Hal ini dikarenakan tugas yang dikerjakan harus sebegitu dan sesempurna mungkin, sehingga tanpa menghiraukan batas waktu yang ditentukan. Berbeda jika individu memiliki motivasi yang tinggi, cenderung rendah melakukan prokrastinasi akademik.

- 2) Faktor eksternal, yang menjadi pemicu terjadinya prokrastinasi dalam diri individu, ditimbulkan oleh lingkungan yang memberikan toleransi bagi individu yang mengalami prokrastinasi, sehingga lama kelamaan cenderung semakin meningkat daripada lingkungan yang penuh dengan pengawasan. Kemudian faktor pola asuh, lingkungan, keluarga dan masyarakat. Perilaku prokrastinasi juga tak dapat dilepaskan dari bantuan orang lain untuk dapat mengerjakan segenap tugas yang diberikannya, menghilangkan sifat malas, dan mengatur waktu yang dimilikinya.

Dari beberapa faktor-faktor yang telah dikemukakan oleh para ahli diatas, Solomon dan Rothblum, menekankan bahwa sebenarnya prokrastinasi yang dilakukan oleh individu, merupakan penundaan yang dilakukan secara berulang-ulang dan secara sengaja, terlebih pada beberapa pekerjaan penting, yang dapat membuat individu prokrastinator berada pada posisi yang tidak nyaman.

Solomon dan Rothblum, mengemukakan hal tersebut, sebelum menemukan pengukuran prokrastinasi dengan skala PASS (*Procrastination Assessment Scale for*

Students) untuk dapat menentukan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi yang sangat berkaitan erat dalam diri individu, terutama dalam bidang pendidikan.⁶³

Dalam studi yang dilakukan Solomon dan Rothblum yang menyelidiki frekuensi relatif terjadinya prokrastinasi dalam akademik dan bidang sosial. Hasil dari studi tersebut menjelaskan bahwa: prokrastinasi itu paling umum dan lebih banyak terjadi dalam lingkup akademik, yang terbagi menjadi enam indikator yang sangat mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik tersebut, antara lain sebagai berikut:

- 1) Dalam kegiatan belajar, individu yang terdampak prokrastinasi, seringkali menunda untuk belajar ketika akan menghadapi ujian, baik UTS maupun UAS.
- 2) Dalam membuat tugas tulis-menulis, individu yang terdampak prokrastinasi, seringkali menunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas membuat laporan, menulis karya ilmiah, menulis berita acara, dan lainnya.
- 3) Dalam kegiatan administratif, individu yang terdampak prokrastinasi, seringkali menunda-nunda dalam mendaftarkan dirinya dalam presentasi, praktikum, daftar ulang perkuliahan, menyalin catatan perkuliahan, dan lain sebagainya.
- 4) Dalam kegiatan pertemuan, individu yang terdampak prokrastinasi, seringkali menunda-nunda untuk hadir tepat waktu dalam perkumpulan, perkuliahan, praktek, dan lain sebagainya.

⁶³ Solomon and Rothblum, *Academic Procrastination: Frequency And Cognitive-Behavioral Correlates*, *Journal of Counseling Psychology*, 31, 4, 1984, hal. 503-509.

- 5) Dalam kegiatan baca dan membaca, individu yang terdampak prokrastinasi, seringkali menunda-nunda untuk membaca berbagai literature bacaan yang sangat dibutuhkan bagi kegiatan akademiknya, seperti buku, jurnal, koran, majalah, dan lain sebagainya.
- 6) Dalam kegiatan pekerjaan akademik secara menyeluruh, individu yang terdampak prokrastinasi, seringkali menunda-nunda untuk menyelesaikan kewajibannya dalam tugas skripsi, tesis, disertasi, dan lain sebagainya.

Indikator-indikator dalam bidang akademik yang telah dipaparkan diatas, menurut Solomon dan Rothblum, terjadi dikarenakan adanya tiga faktor mendasar, antara lain sebagai berikut:

- 1) Faktor pertama, *fear of failure* (takut akan kegagalan), merupakan salah satu faktor yang berasal dari individu untuk menolak kegagalan dalam kegiatan yang dilakukannya, dan terkadang timbul perasaan bersalah, apabila kegiatan yang dilakukan tidak dapat mencapai tujuan yang diinginkan.
- 2) Faktor kedua, *aversive of the task* (tidak terlalu suka dengan tugas), merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan perasaan negative yang timbul dalam diri individu, dikala terbebani dengan tugas yang dihadapinya, dan terkadang berlebihan, tidak suka dengan tugas-tugas tersebut, dan tidak merasa puas akan tugas yang diberikan.
- 3) Faktor ketiga, *help seeking to other* (terlalu bergantung dengan orang lain), yaitu: terkadang kurang tegas dalam mengambil sikap yang harus diputuskan; banyak memberontak akan ketidaksesuaian tugas yang diberikan; terlalu bergantung kepada orang lain dan terlalu

membutuhkan akan bantuan orang lain tersebut; terlalu berlebihan dalam mengambil resiko atas tindakan yang dilakukannya; dan sulit dalam mengambil keputusan yang seharusnya ditentukannya.⁶⁴

Disamping hal di atas, Solomon dan Rothblum juga mengemukakan beberapa faktor yang dapat menimbulkan prokrastinasi akademik, antara lain:

- 1) *Dependency and help seeking* (tidak mandiri dan mencari bantuan).
- 2) *Evaluation anxiety* (kecemasan terhadap evaluasi).
- 3) *Difficulty making decisions* (Terkendala dalam memberikan keputusan).
- 4) *Perfectionism* (kesempurnaan dalam mengerjakan tugasnya).
- 5) *Tendency to feel overwhelmed and poorly manage time* (cenderung merasa tidak mampu dan kewalahan dalam mengatur waktu).
- 6) *Fear of success* (takut akan kesuksesan).
- 7) *Laziness* (mengedepankan kemalasan).
- 8) *Lack of assertion* (kurang berkomunikasi).
- 9) *Lack of self confidence* (kurang percaya akan potensi diri sendiri).
- 10) *Risk taking* (mengambil risiko).
- 11) *Peer influence* (terpengaruh teman).
- 12) *Versiveness of the task and low frustration tolerance* (ketidaksukaan terhadap tugas dan toleransi terhadap frustrasi rendah).
- 13) *Rebellion against control* (Melakukan tindakan pemberontakan tanpa kontrol).

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: terdapat 2 faktor yang mempengaruhi terjadinya

⁶⁴ Solomon, *ibid*, hal. 387-392.

perilaku prokrastinasi akademik antara lain: *pertama*, faktor internal yang berkaitan dengan disposisi individu dan *kedua*, faktor eksternal yang berasal di luar dari aspek psikososial dan lingkungannya. Namun, dari uraian di atas, peneliti lebih memilih argumentasi yang dikemukakan oleh Solomon dan Rothblum, dalam melihat faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik yaitu: *pertama*, dilihat dari area terjadinya prokrastinasi yaitu lingkup area akademik dan *kedua*, dilihat dari alasan melakukan prokrastinasi dari area akademik itu sendiri.

e. Pengukuran prokrastinasi akademik

Mengukur prokrastinasi akademik terhadap individu yang terdampak prokrastinasi, terdapat beberapa skala pengukurannya, antara lain:

1. API (*Aitken Procrastination Inventory*), yaitu skala yang tersusun dari 19 butir tentang kehidupan sehari-hari dan *academic performance*. Dan setiap butir pernyataan terdiri dari butir *favourable* dan *unfavourable*. Sampel yang diambil dalam butir tersebut nantinya, bergerak dari nomor satu (*false*) hingga angka lima (*true*), seperti: “saya sering terlambat hadir ke perkuliahan”, yang merupakan butir pernyataan *favourable* dalam skala *Aitken Procrastination Inventory*.⁶⁵
2. TAP (*Tel-Aviv Procrastination Inventory*), yaitu dalam skala ini, sampel merupakan perintah untuk memberikan tanda “R” (relevan) atau tanda “NR” (tidak relevan), di setiap butir pernyataan (namun dalam skala TAP, berbeda dengan skala API, dimana skala ini tidak ada pengelompokan terhadap butir pernyataan). Kemudian sampel yang diambil dalam

⁶⁵ Ferrari, *ibid*, hal. 112

butir pernyataan tersebut nantinya, bergerak dari nomor satu (kecenderungan mengerjakan) hingga angka empat (kecenderungan menunda pekerjaan), seperti: “pergi ke bioskop”.⁶⁶

3. PASS (*Procrastination Assessment Scale Students*), dalam skala ini, terdapat dua bentuk instruksi butir pernyataan yang berbeda, dimana 18 butir pernyataan yang pertama, subjek akan diberi pernyataan untuk memberikan respon antara huruf “a” menuju huruf “e” dengan tiga ketentuan yang berbeda-beda, dan butir pernyataan setelahnya sampai butir pernyataan nomor 44, diberikan perintah untuk mendeskripsikan tentang subjek yang sedang menyelesaikan tugas akhir perkuliahan, dan sisa butir pernyataan memberikan ungkapan tentang alasan mahasiswa terdampak prokrastinasi.⁶⁷
4. GPS (*General Procrastination Scale*), yaitu skala yang terdiri dari 20 butir pernyataan, dan sampel yang diambil dalam butir tersebut nantinya, bergerak dari nomor satu (*low value*) sampai nomor lima (*high value*). Dan setiap butir pernyataan terdiri dari butir *favourable* dan *unfavourable*, seperti: “Saya seringkali memperlambat dalam mengerjakan tugas yang harus saya selesaikan.”⁶⁸
5. AIP (*Adult Inventory of Procrastination*), yaitu skala yang terdiri dari 15 butir pernyataan (sebenarnya memiliki 16 butir pernyataan, namun butir ini digugurkan), dan setiap butir pernyataan terdiri dari butir *favourable* dan *unfavourable*. Sampel yang diambil dalam butir tersebut nantinya, bergerak nomor

⁶⁶ Ferrari, *Ibid*, hal.119

⁶⁷ *Ibid*, hal.121

⁶⁸ *Ibid*, hal.127

satu (sangat setuju) menuju nomor lima (sangat tidak setuju), seperti: “saya sering merasa kelelahan dengan tugas yang diberikan”.

6. TPS (*Tuckman Procrastination Scale*), yaitu skala yang terdiri dari 20 butir pernyataan, disusun berdasarkan butir pernyataan indikator perilaku dan setiap butir pernyataan terdiri dari butir *favourable* dan *unfavourable*, seperti: “saya menunda menyelesaikan tugas perkuliahan”.⁶⁹
7. DPS (*Decisional Procrastination Scale*), yaitu skala yang menggunakan indikator perilaku dalam mengambil putusan, dan setiap butir pernyataan mendeskripsikan sembilan situasi dalam mengambil keputusan. Respon yang diambil dalam butir tersebut nantinya, bergerak nomor satu (bukan saya sebenarnya) sampai nomor 5 (saya yang sebenarnya), seperti: “Ketika saya mengambil keputusan, saya menunda melakukan hasil keputusan tersebut”.

TAP dan GPS dalam penyusunan butir pernyataannya terdapat butir pernyataan *favourable* dan *unfavourable*, dan juga skala TAP dan GPS, serta AIP dalam penyusunan beberapa butir pernyataannya, terdapat pernyataan tentang kehidupan sehari-hari, sehingga tidak saja berputar pada butir pernyataan tentang akademik. Adapun PAS, API, dan TPS, dalam penyusunan butir pernyataannya membedakan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa, sedangkan DPS dalam penyusunan butir pernyataannya berkaitan tentang pengambilan keputusan. Skala-skala tersebut, memang sangat dibutuhkan dalam memberikan kemudahan untuk

⁶⁹ Ferrari, *Ibid*, hal. 129

memberikan penilaian terhadap lingkungan akademik yang telah dibangun oleh institusi pendidikan.

Penggunaan skala pengukuran tersebut, tentunya terdapat hambatan, yang sering disebut dengan *self-report measurement*, dimana hambatan yang terjadi biasanya dalam hal *delay* dan *time management*, hal ini dikarenakan individu yang telah berperilaku prokrastinasi dalam hambatan ini akan dibedakan menjadi dua hal, yaitu sekedar menunda atau gagal dalam mengatur waktu. Dan yang membedakan antara keduanya adalah rasionalitas dan irasionalitas, dan perilaku prokrastinasi termasuk pada irasionalitas, yaitu penundaan yang berlebihan yang disebabkan oleh beberapa alasan yang tidak masuk akal.

Hambatan lainnya, yang kemungkinan muncul dalam hal rasionalitas dan irasionalitas dalam skala pengukuran prokratinasi akademik ini, adalah pada butir pernyataan *unfavourable* yang hanya sekedar memberikan penegasan terhadap penundaan, padahal butir pernyataan tersebut, bisa diarahkan kepada butir pernyataan kebalikannya yang berkenaan dengan ketetapan waktu, seperti: “Ahmad menyelesaikan tugas perkuliahan tepat waktu, tapi asal-asalan dan terlalu terburu-buru”, dalam hal ini Ahmad dapat menunda tugasnya, dengan alasan adanya bantuan orang lain untuk menyelesaikan tugas tersebut. Maka, ketetapan waktu tanpa adanya penundaan, dapat menjadi gugur apabila tidak menunjukkan adanya unsur kesengajaan yang berlebih dalam menunda tugas tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: setiap skala pengukuran disusun melalui butir pernyataan untuk memberikan pengukuran prokrastinasi akademik, dan haruslah memperhatikan pengertian

prokrastinasi secara mendalam, sehingga dapat membedakan antara penundaan dan ketetapan waktu.

Penyusunan butir pernyataan haruslah memperhatikan antara rasionalitas dan irasionalitas untuk penundaan. Penundaan dalam bidang akademik, termasuk dalam kategori prokrastinasi yang tergolong irasionalitas, hal dikarenakan penundaan tersebut, dilakukan secara sengaja dan sadar oleh individu yang berperilaku prokrastinasi.

f. Prokrastinasi akademik perspektif pendidikan Islam

Penundaan yang dilakukan secara sengaja, merupakan salah satu virus yang sangat berbahaya bagi manusia, seperti halnya dalam Islam, penundaan seringkali terjadi dalam hal sedekah, dikarenakan beberapa dari individu acapkali berpikir sedekah dapat ditunda hingga esok hari. Padahal, dengan penundaan tersebut, seringkali timbul perasaan menyesal ketika individu tersebut tidak mampu melakukan hal tersebut di kemudian harinya.

Penundaan inilah yang sering disebut dengan prokrastinasi, dan tentunya sangat memprihatinkan. Sebagaimana firman Allah SWT, dalam surat al-Ashr, ayat:1-2, yang berbunyi:

وَالْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ

Artinya: “Demi masa, sesungguhnya manusia itu dalam kerugian.”

Ayat di atas, menjelaskan bahwa: Allah SWT mengingatkan kepada umat-Nya untuk selalu memanfaatkan waktu yang dimilikinya, dan memperingatkan akan betapa besarnya peranan dan manfaat dari waktu yang diberikan kepadanya, tanpa melakukan suatu kerugian dan penyesalan.

Ibnu Umar pun, memberikan ungkapan kepada umat Muslim, untuk tidak membiasakan menunda-nunda tugas yang diberikan. Jika tugas tersebut harus diselesaikan sore hari, janganlah ditunda hingga esok hari. Dan jangan sampai dalam menyelesaikan tugas tersebut, lebih mementingkan buaian keindahan dan kenikmatan yang ada didunia ini. Sebagaimana Rasulullah SAW bersabda:

كَلْتَانِ مَغْبُونٍ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ
الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ (رواه البخاري)

Artinya: “Dua kenikmatan yang banyak membuat manusia tertipu dengan keduanya, yaitu kesehatan dan waktu luang (kosong).” (HR. Bukhari)

Menurut Imam al-Ghazâlî, tindakan yang dilakukan oleh manusia dalam berkehidupan sehari-hari, dan menyangkut kepada hubungannya dengan manusia lainnya, merupakan hasil yang didapatnya dari ilmu dan pengetahuan, dan bukanlah hasil dari apa yang dirasakannya pada saat peristiwa tersebut. Dan Imam al-Ghazâlî, ada 3 syarat untuk mengindikasikan perilaku yang diperbuat oleh manusia, selain perilaku alami dan perilaku terpaksa, yaitu:

- 1) Ilmu, yaitu pengetahuan dalam memberikan keputusan terhadap hukum perkara, yang digunakan untuk memilih dan memutuskan antara keinginan untuk melakukan dan tidak melakukan.
- 2) Kemauan/kehendak, yaitu merupakan keinginan yang dihasilkan oleh akal manusia untuk mendapatkan manfaat atau menjauhkan dirinya dari penderitaan.

- 3) Kemampuan, yaitu merupakan perbuatan yang berasal dari pesan yang disampaikan oleh otot anggota tubuh kepada akal manusia.

Menurut Imam al-Ghazâlî, ketiga syarat tersebut, merupakan hasil dari dorongan yang dilakukan oleh manusia berdasarkan keinginan hatinya di dalam meraih sesuatu yang dianggap layak, dan merupakan sarana dalam mencukupi kebutuhan yang ingin dilengkapinya serta dalam menggapai impian yang hendak diraihnya. Di antara ketiga syarat tersebut, unsur ilmu pengetahuan merupakan salah satu syarat yang paling dominan, disebabkan ilmu pengetahuan mampu mempengaruhi kemauan, kehendak dan kemampuan.

Selain itu, Imam al-Ghazâlî mengemukakan bahwa: perilaku yang dilakukan oleh manusia tidak akan pernah dilakukan, jika manusia tidak memiliki kemampuan untuk melakukannya. Dan kemampuan tersebut akan berjalan efektif, jika adanya daya dorong yang berasal dari keilmuannya, pengetahuannya, keyakinannya, dan pemahamannya, bahwa manusia mempunyai kemauan dan keinginan yang kuat untuk ia harus melakukan sesuatu yang sudah menjadi kewajibannya untuk melakukannya, serta tidak bertentangan dengan hal lainnya yang dapat menggugurkan kemauan dan keinginan tersebut. Jadi, kemampuan yang efektif tersebut, sangatlah bergantung kepada kemauan, dan kemauan tersebut mengikuti kekuatan keyakinan dan ilmu pengetahuan yang dimiliki oleh manusia.

Hal senada juga dikemukakan oleh Ahmad Amin, beliau mengemukakan bahwa: kemauan merupakan penggerak manusia, dari kemauan tersebut dapat menimbulkan perbuatan, kekuatan, kejujuran, keutamaan,

keperwiraan, keburukan, kedustaan, kehinaan, dan lain sebagainya. Hal tersebut juga timbul dari dorongan yang berasal dalam diri manusia, dan mengantarkan manusia ke jalan tertentu atau dari kemauan yang lain, untuk melarangnya dari jalan tertentu pula.

Menurut Ahmad Amin,⁷⁰ kemauan dapat mendorong manusia untuk berbuat baik, dan juga berbuat buruk. Dan hubungan kemauan dengan ilmu pengetahuan dan akal, kemauan merupakan kehendak yang berada diantara sesuatu yang berlawanan, yang diputuskan oleh manusia melalui pertimbangan akalnya, dan diwujudkan dalam perbuatan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa perilaku prokrastinasi akademik timbul dikarenakan tidak adanya kemauan yang kokoh untuk melakukan tugas-tugas, disebabkan oleh tidak adanya ilmu pengetahuan yang mendorong mahasiswa untuk melakukan tugas-tugas yang dihadapinya. Dengan kata lain, ilmu pengetahuan yang mendorong mahasiswa untuk melakukan tindakan prokrastinasi, dan berakibat kepada timbulnya kemauan untuk menunda-nunda dalam melakukan tugas-tugas yang dihadapinya.

2. Dukungan Sosial

a. Pengertian dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan transaksi interpersonal, yang dilakukan oleh seseorang dalam membantu orang terdekat dengan dirinya. Dorongan social yang diberikan dapat berupa materi, nasehat, informasi, tingkah laku, yang didapatkannya dari hubungan dekat,

⁷⁰ Ahmad Amin. *Etika (Ilmu Akhlak)*. Jakarta: PT Bulan Bintang, 1988, hal. 76.

sehingga membuat orang yang diberikan dukungan sosial merasa diperhatikan dan disayangi.

Menurut Schwarzer dan Leppin, dukungan sosial adalah *peceived support* (berupa dukungan yang diberikan kepada seseorang yang berasal dari orang lain) dan *received support* (berupa keyakinan yang diberikan kepada seseorang yang mengacu pada pemahamannya terhadap dukungan yang diterima).⁷¹

Menurut Sarason dan Pierce, dukungan sosial merupakan bentuk kenyamanan yang dirasakan oleh individu, secara lahir dan batin, yang diberikan oleh orang lain (orang tua, kerabat, dan lingkungannya),⁷² dan bersumber dari emosional yang berasal dari orang-orang yang berada disekitarnya, ketika individu tersebut berusaha untuk menghadapi permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya.⁷³

Dukungan sosial merupakan salah bentuk bantuan yang diberikan kepada orang lain terhadap permasalahan yang dihadapinya di lingkungan sosialnya, agar ia mendapatkan beberapa keuntungan secara emosional dan mempengaruhi pada perubahan perilakunya. Dukungan social ini dapat berupa informasi (verbal dan non-verbal), bantuan (tingkah laku ataupun nyata), nasehat, saran, dan lain sebagainya.⁷⁴

Menurut Shumaker dan Brownie menjelaskan dukungan merupakan pertukaran dukungan antara dua individu sebagai penerima dukungan dan pemberi

⁷¹ Smet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT Grasindo, 1994), hal.135.

⁷² Baron, Robert and Donn Byrne, *Sosial Psychology*, USA: Allyn & Bacon, 2000, hal. 171.

⁷³ Robert Kail, John Cavanaugh, *Human Development: A Life Span View*, USA: Thomson Learning, 2000, hal. 273.

⁷⁴ Kuntjoro, *Dukungan Sosial*, (<http://www.e-psikologi.com>), diakses pada tanggal 08 April 2017.

dukungan.⁷⁵ Sama halnya dengan Michael Dimatteo dukungan sosial merupakan bantuan yang diberikan seseorang kepada orang lain seperti (teman kerja, tetangga, sahabat karib, dan lain-lainnya).⁷⁶

Menurut Sarafino dan Smith, dukungan social yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain dapat berupa perhatian, *reward*, pujian, kenyamanan, dan bantuan apapun yang dapat diterima oleh orang tersebut, baik perorangan maupun kelompok. Dukungan sosial tersebut, dapat ditimbulkan dari beberapa informasi yang datang dari keluarga, kerabat, teman, suami maupun istri, organisasi, sampai kepada lingkungan kerjanya.⁷⁷ Ayodele juga mengemukakan, bahwa: efek positif dukungan sosial yang diberikan seseorang kepada orang lain dapat mengurangi ketidakpastian dan khawatir, mendorong orang untuk berbagi masalah mereka dengan lain, menyediakan simpati, dan membuat informasi yang bermanfaat bagi mereka yang membutuhkannya.⁷⁸

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: dukungan sosial merupakan interkasi yang diberikan seseorang terhadap individu si penerima sebagai wujud dari rasa kepedualian, simpati untuk membantu setiap permasalahan yang sedang dialaminya.

Dukungan paling utama diberikan oleh seseorang yang mengenal dekat seperti keluarga, teman dan kerabat

⁷⁵ Duffy, and Wong, *Community Psychology*, USA: Pearson Education Inc, 2003, hal. 366.

⁷⁶ Darmono, Hasan, *Menyelesaikan Skripsi dalam Satu Semester*, Jakarta: Gramedia, 2005, hal. 54.

⁷⁷ Sarafino, Timothy and Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, USA: John Wiley and Sons Inc, 2011, hal. 82.

⁷⁸ Ayodele, and Akinlana, Writing Apprehension And Nigerian Undergraduates' Interest In Dissertation's Writing: The Moderator Effects Of Self-Efficacy, Emotional Intelligence And Academic Optimism, *African Educational Research Journal*, 12, 1, 2012, hal. 46-56.

serta lingkungan individu sendiri. Sama halnya dengan mahasiswa dengan adanya dukungan sosial yang tinggi berdampak pada cara berfikir positif dalam menghadapi situasi yang sulit, dibandingkan yang tidak mendapatkan dukungan. Menerima dan terbuka untuk semua jenis dukungan mampu membantu seseorang untuk menghilangkan stres dan pikiran negatif.

b. Bentuk-bentuk dukungan sosial

Bentuk dukungan sosial yang diberikan kepada orang lain, menurut Sarafino,⁷⁹ secara umum terbagi menjadi empat klasifikasi, diantaranya:

- 1) *Emotional or esteem support*, merupakan dukungan sosial yang berkaitan dengan perhatian, empati, kepedulian, reward positif bagi individu. Dukungan yang diberikan memberikan rasa nyaman, rasa memiliki dan dicintai ketika menghadapi permasalahan yang mengakibatkan tingkat stres tinggi. Sama halnya dengan Cutrona dan Russel yang menjelaskan dukungan emosional dan dukungan penghargaan secara terpisah. Dukungan emosional dijelaskan bentuk pemberian empati, perhatian, kepedulian dan kasih sayang, sehingga ketika yang bersangkutan merasakan kenyamanan ketika dalam kondisi tertekan. Kemudian dukungan penghargaan seperti pemberian penghargaan positif untuk membantu individu mampu membangun harga diri dan kompetensi untuk lebih percaya diri.⁸⁰
- 2) *Tangible or instrumental support*. Berkaitan dengan pemberian bantuan secara langsung, seperti

⁷⁹ Sarafino, Timothy, and Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, hal. 129.

⁸⁰ Cutrona, and Russell, *Type of Sosial Support and Specific Stress: Toward a Theory of Optimal Matching*, New York: Wiley. 1990, hal. 92-99.

memberikan dukungan materi ketika seseorang membutuhkan pinjaman uang.

- 3) *Informational support*. Berkaitan dengan pemberian dukungan dalam bentuk nasehat, petunjuk dan umpan balik bagaimana individu mampu mengatasi permasalahan dengan melakukan sesuatu.
- 4) *Companionship support*. Berkaitan dengan dukungan yang lebih kepada menghabiskan waktu bersama selama beberapa saat baik secara individu maupun kelompok. Hal ini mampu memberikan perasaan bahwa keberadaannya sangat berarti dengan cara melakukan hal-hal yang disukai bersama.

Berbagai jenis bentuk dukungan yang diterima setiap individu tidak sama bergantung dari kebutuhan dukungan individu itu sendiri dan permasalahan yang sedang di alaminya. Hal ini dikarenakan setiap individu butuh penyesuaian tentang dukungan seperti apa yang dibutuhkan. Pada dasarnya setiap bentuk dukungan di atas memiliki hubungan satu dengan yang lainnya, tetapi pasti ada bentuk dukungan yang lebih penting untuk diberikan atau diterimanya.

Dukungan sosial akan efektif, tergantung pada kesesuaian individu antara dukungan yang dibutuhkan dengan dukungan yang diterimanya dari orang lain.⁸¹ Sama halnya dengan mahasiswa yang sangat membutuhkan dukungan ketika menghadapi permasalahan di akademik. Bentuk dukungan yang sering dibutuhkan mahasiswa seperti dukungan emosional, dukungan penghargaan dan dukungan informasional.

⁸¹ Taylor, *Health Psychology*. Singapore: Mc Graw-Hill. Inc. 1995, hal. 72.

c. Komponen dukungan sosial

Heller telah membagi dukungan sosial menjadi dua komponen utama, namun saling berkaitan, yaitu: *pertama*, penilaian yang meninggikan *reward*, merupakan penilaian pandangan seseorang kepada orang lain terhadap diri sendirinya, seseorang mengevaluasi pandangan orang lain kepada dirinya dan mempercayai bahwa dirinya berguna bagi orang lain; dan *kedua*, transaksi interpersonal yang berhubungan dengan stres.

Hal ini mengacu kepada bantuan orang lain ketika menghadapi permasalahan. Kondisi ini biasa ketika seseorang mengalami stres, sehingga membutuhkan dukungan untuk membantu dalam menyelesaikan permasalahan dengan jalan memberikan solusi atau informasi. Biasanya bentuk dari dukungan yang diperlukan seperti dukungan emosional, dan bantuan instrumental.⁸²

Menurut Weiss Cutrona, komponen dukungan sosial, terbagi menjadi menjadi beberapa komponen-komponen yang sering disebut dengan “*The Sosial Provision Scale*”, yaitu:

- 1) *Emotional attachment* (kerektan emosional), merupakan perasaan kedekatan secara emosional dan rasa aman pada seseorang. Komponen ini berasal dari anggota keluarga, pasangan hidup, dan sahabat akrab.
- 2) Integrasi sosial (*sosial integrasion*), merupakan wujud dari perasaan seseorang dengan orang lain untuk berbagi minat, perasaan dan dukungan. Komponen ini akan mengakibatkan seseorang mempunyai keluarga baru, karena memiliki dukungan untuk mendapatkan

⁸² Heller, Swindle, and Dusebury, Component Sosial Support Processes and Integration, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 54, No. 4, hal. 466-470.

perhatian, kenyamanan, dan minat, serta akan timbul perasaan memiliki dan dimiliki oleh perorangan dan kelompok.

- 3) Pengakuan (*Reassurance of Worth*), yang berkaitan dengan kebutuhan seseorang untuk memperoleh pengakuan dan *reward* dari orang lain. Komponen ini berasal dari orang-orang terdekat, perusahaan, organisasi, dan instansi.
- 4) Hubungan yang dapat diandalkan (*Reliable alliance*), merupakan kebutuhan seseorang dalam mendapatkan dukungan yang bersifat perorangan, dikarenakan adanya kebutuhan untuk mendapatkan bantuan dari berbagai kondisi dan situasi yang dihadapinya dari orang terdekat.
- 5) Bimbingan (*guidance*), berkaitan dengan hubungan kerja, dukungan dalam hal bimbingan ini dapat diberikan dengan memberikan informasi, saran dan nasehat yang dibutuhkan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi. Jenis dukungan seperti ini bersumber dari guru, perangkat masyarakat, dan keluarga yang dituakan.
- 6) Kesempatan untuk mengasuh (*opportunity for nurturance*). Jenis dukungan sosial seperti ini adalah memberikan dukungan kepada orang lain untuk memperoleh kesejahteraan. Biasanya dukungan seperti ini lebih kepada pasangan suami istri yang saling bergantung satu sama lain untuk memperoleh kesejahteraan.
- 7) Dukungan instrumental yaitu pemberian dukungan bantuan langsung. Jenis dukungan ini cenderung memberikan bantuan secara langsung misalkan memberikan pekerjaan. Terakhir adalah komponen kedelapan yaitu dukungn informatif. Mencakup

pemberian nasihat, saran, pengetahuan dan informasi serta petunjuk.⁸³

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: komponen-komponen dari dukungan sosial didasari dari kebutuhan dari masing-masing individu dan bersumber dari siapa dukungan tersebut diberikan. Pada dasarnya komponen dukungan sosial satu sama lain saling berkaitan yang mana akan berdampak pada diri seseorang merasakan diperhatikan, dicintai dan dibutuhkan.

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial

Faktor yang mempengaruhi dukungan sosial bagi seseorang, menurut Cohen dan Syme,⁸⁴ terdiri dari:

- 1) Pemberian dukungan, yaitu dukungan yang diberikan oleh seseorang yang telah dianggap penting dalam pencapaian hidup individu dalam kehidupan sehari-harinya. Individu yang membutuhkan dukungan pasti lebih menerima dukungan tersebut dari seseorang yang penting. Dukungan tersebut bisa dari keluarga, teman dekat dan seseorang yang dicintainya.
- 2) Jenis dukungan akan terasa bermanfaat apabila dukungan yang diberikan sesuai dengan situasi yang ada dan memiliki manfaat bagi kehidupannya. Masing-masing individu mengalami permasalahan dan kesulitan yang berbeda-beda. Mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas atau menyusun skripsi sehingga dukungan yang dibutuhkan adalah dukungan emosional dan dukungan informasi.

⁸³ Cutrona, Perceived Parental Sosial Support And Academic Achievement: An Attachment Theory Perspective, *Journal of Personality and Sosial Psychology*, 1994, 66, 2, hal. 369-378.

⁸⁴ Cohen, Sheldon, Syme, and Leonard, *Social Support and Health*, New York: Routhledge, 1985, hal. 95.

- 3) Penerimaan dukungan yang diberikan oleh individu dapat berupa peran sosial, kebiasaan, dan kepribadian dalam menentukan manfaat dari dukungan yang diberikan. Setiap individu memiliki cara dan tanggapan terhadap dukungan yang diberikan oleh orang lain. Jika individu dapat menerima dukungan dengan baik dan menerima segala jenis bentuk dukungan yang diberikan maka sangat efektif dan berarti bentuk dukungan tersebut.
- 4) Permasalahan yang dihadapi akan terasa lebih ringan untuk dihadapi oleh individu apabila dukungan sosial yang diberikan dapat mempengaruhinya dan sesuai dengan yang diharapkannya, karena setiap permasalahan yang dihadapi memerlukan dukungan yang sesuai dan tepat sehingga permasalahan tersebut dapat diatasi. Misalkan seseorang membutuhkan materi berupa uang untuk membayar kuliah, maka seseorang lainnya membantu untuk memberikan dukungan dalam bentuk memberikan kerja atau lainnya.
- 5) Waktu pemberian dukungan, sangat menentukan individu dalam menentukan langkah yang akan diambilnya, semakin lama dukungan diberikannya akan menjadi tidak optimal baginya dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Seseorang yang membutuhkan dukungan dipastikan amat sangat penting dan darurat. Sehingga dukungan harus segera diberikan sehingga dapat bermanfaat untuk digunakan. Berbanding terbalik jika dukungan diberikan setelah permasalahan tersebut selesai maka tingkat efektivitas dari dukungan yang diberikan berkurang.

Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, mengemukakan bahwa dukungan sosial yang dapat berjalan dengan baik, apabila dukungan tersebut berasal langsung dari orang-orang yang berada di sekitarnya, yaitu:

- 1) Keluarga, dalam hal ini dukungan sosial yang diberikan keluarga terhadap individu merupakan bantuan yang utama dan paling penting, dikarenakan dukungan keluarga ini dapat membantu individu dalam mengambil keputusan, mencukupi kebutuhan dirinya baik secara lahir maupun batin, menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan terutama terhadap lingkungan lembaga pendidikan, dan lain sebagainya
- 2) Teman, dalam hal ini dukungan sosial yang diberikan teman kepada individu dapat berupa bantuan dalam aktivitas kehidupan sehari-hari, dan bantuan dalam hal-hal yang lainnya. Persahabatan dan pertemanan ini, termasuk faktor yang penting bagi individu, dikarenakan dengan memiliki sahabat dan teman, akan menjadikan individu lebih sejahtera dan dapat membuat dirinya dianggap sebagai individu yang baik.
- 3) Seseorang yang istimewa, dalam hal ini dukungan sosial yang diberikan orang yang istimewa kepada individu dapat memberikan kenyamanan, penghargaan, ketenangan hati, dan kebahagiaan jiwa.⁸⁵

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti menggunakan teori yang dikembangkan oleh Zimet, Dahlem, Zimet & Farley dalam hal faktor yang mempengaruhi dukungan sosial kepada individu yang terdiri dari dukungan keluarga, teman dan orang yang istimewa. Peneliti menggunakan aspek yang

⁸⁵ Zimet, Dahlem, Zimet, and Farley, The Multidimensional Scale of Percieved Social Support, *Journal of Personality Assessment*, 1988, hal. 30-41.

dikembangkan oleh Zimet, Dahlem, Zimet & Farley karena aspek-aspek yang dikembangkan dirasa sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan.

Dukungan sosial dari keluarga, teman dan orang-orang yang istimewa dianggap sangat dibutuhkan oleh mahasiswa saat menjalani tugas akademiknya, selain itu dukungan sosial keluarga, teman dan orang-orang yang istimewa merupakan sumber dukungan dasar yang didapatkan seseorang.

e. Dukungan sosial perspektif pendidikan Islam

Dukungan sosial merupakan bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain yang tidak hanya memberikan solusi atas permasalahan yang ia hadapi, namun juga dapat membuat dirinya merasa lebih nyaman dan aman. Bentuk-bentuk dukungan sosial tersebut dapat berupa perhatian, motivasi, kepedulian, kasih sayang, dan nasehat.

Agama Islam juga memberikan pengajaran kepada umatnya untuk menyebarkan kebaikan kepada sesama umatnya, dan terdapat tiga dimensi muamalah dalam al-Qur'an yang bisa dilakukan oleh manusia, yaitu sebagai berikut:

- 1) *Muamalah* (hubungan) dengan Allah, merupakan muamalah yang dilaksanakan manusia kepada Allah SWT, dengan melaksanakan segala bentuk perintah yang wajib dilakukan dan segala bentuk larangan yang wajib dihindari.
- 2) *Muamalah* diri sendiri, merupakan muamalah yang dilaksanakan oleh manusia dalam mengembangkan kemampuan-kemampuan yang dimilikinya.
- 3) *Muamalah* dengan orang lain (masyarakat secara luas), merupakan muamalah yang dilaksanakan oleh

manusia sebagai bentuk pengembangan dirinya sebagai makhluk sosial.

Sebagai makhluk sosial, manusia tak dapat hidup sendiri di dunia ini, manusia masih membutuhkan bantuan dan dukungan sosial dari orang yang ada di sekitarnya, dan dukungan sosial tersebut, merupakan bentuk adanya saling membutuhkan dan saling menggantungkan satu sama lain antar manusia. Hal ini diperkuat dengan firman Allah SWT, dalam Surah al-Balad: Ayat: 17, yang berbunyi:

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ
وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

Artinya: “Dan dia (tidak pula) termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang”

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa kehidupan manusia di dunia, tak akan terlepas dari dukungan sosial yang berasal dari orang lain, dimana dalam dukungan sosial tentunya ada saling membutuhkan dan saling menggantungkan antar sesama manusia, terutama dalam hal dukungan sosial yang bersifat emosional, seperti bantuan dalam memberikan rasa dihargai, rasa dihargai, rasa disayangi, rasa dicintai, dan lain sebagainya. Dukungan sosial ini dapat diterima oleh orang lain yang berasal dari keluarga, sahabat, orang lain, kerabat, dan lain-lain.

3. Resiliensi

a. Pengertian Resiliensi

The Resiliency Center menjelaskan istilah dari resiliensi berawal dari kata “*resilire*” dalam bahasa latin yang memiliki arti “melambung kembali”. Biasanya

istilah tersebut digunakan dalam teori fisika yang artinya kembali dalam bentuk semula setelah dibengkokkan, ditekan atau diregangkan. Sama halnya jika diartikan dalam hal psikologi yaitu kemampuan seseorang untuk cepat pulih dan kembali bersemangat seperti biasanya.

Resiliensi pertama kali dikemukakan oleh Block yang menyebutnya “*ego-resilience*” kemampuan yang mampu melakukan penyesuaian diri yang tinggi dalam menghadapi tekanan yang muncul dari sisi internal maupun eksternal. Resiliensi merupakan proses dan hasil adaptasi seseorang yang berasal dari pengalaman hidupnya yang sulit, terutama ketika mengalami stress ataupun hal-hal traumatic. Resiliensi juga dapat didefinisikan sebagai bentuk kemampuan individu dalam bertahan dengan situasi yang sulit, bahkan kesengsaraan, namun tetap merespon secara sehat dan produktif.⁸⁶

Banyaknya tekanan eksternal yang tidak dapat terkontrol menjadi sebuah realita yang menunjukkan proses berfikir internal dapat mengurangi kesulitan dalam mempersiapkan sumber daya yang mampu untuk tetap berpikiran kedepan dan terfokus kepada suatu hal yang mampu dikontrol.⁸⁷ Hal yang paling utama dimana resiliensi sebagai pola adaptasi yang positif untuk

⁸⁶ Reivich and Shatte, *The Resilience Factor; 7 Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*, New York: Broadway Books, 2002, hal. 63-68.

⁸⁷ Rachel Jackson and Cbris Watkin, The Resilience Inventory: Seven Essential Skillsfor Novercoming Life's Obstacles And Determining Nhappiness, *Selection and Development, Review*, Vol. 20, No.6, 2006, hal. 42-47.

menunjukkan perkembangan yang maju ketika dalam situasi sulit.⁸⁸

Terbentuknya resiliensi dalam diri individu memiliki kompetensi sosial dengan keterampilan hidup seperti kompetensi sosial, kognitif, ekonomi dan pemahaman tujuan dan pandangan kedepan. Tanpa adanya resiliensi tidak ada pengalaman hidup yang dapat diambil hikmahnya, tidak ada rasionalitas, dan tidak ada keberanian, untuk bertahan dalam menghadapi situasi yang sulit dan sengsara. Hal ini sangat penting untuk seseorang memiliki resiliensi karena setiap individu dalam hidupnya diharuskan untuk mampu belajar dalam menghadapi suatu permasalahan yang tidak menyenangkan dalam perjalanan hidupnya.⁸⁹

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: resiliensi merupakan upaya yang dilakukan oleh individu untuk mampu bangkit dan bertahan dalam memulihkan diri setelah menghadapi permasalahan dan tekanan yang dihadapi. Resiliensi dapat dijadikan sebagai faktor utama untuk memperkuat diri dan mengubah segala bentuk tekanan berubah menjadi sebuah kesempatan untuk tetap berkembang, dan bertumbuh dalam meningkatkan kemampuan untuk berinteraksi menjadi lebih baik.

b. Aspek-aspek resiliensi

Resiliensi terbentuk dari tujuh kemampuan dasar yang dimiliki oleh setiap individu pada umumnya. Akan tetapi dari ketujuh aspek tersebut sangat sulit jika

⁸⁸ Masten, and Gewirtz, *Resilience In Development: The Importance Of Early Childhood. Encyclopedia On Early Childhood Development*, 15 Maret 2015, hal. 1-6.

⁸⁹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), hal. 226-228.

seseorang memiliki keseluruhannya. Adapun aspek-aspek resiliensi adalah sebagai berikut:⁹⁰

- 1) Regulasi emosi, yaitu kemampuan seseorang untuk tetap tenang dalam situasi sulit dan sukar. Individu yang tidak dapat mengatur emosi, akan menghadapi kesulitan dalam berhubungan dengan orang lain, yang disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya faktor yang mungkin terjadi adalah orang lain tidak mau berhubungan dengan individu yang suka marah, cemas, khawatir, ngambekan, dan gelisah. Emosi yang dirasakan individu cenderung mempengaruhi orang lain.

Emosi-emosi yang dirasakan oleh individu tersebut, hendaknya haruslah dikontrol jika ingin berhubungan dengan orang lain. Menurut Reivich dan Shatte, cara yang paling baik untuk melakukan regulasi emosi, adalah dengan tetap menjaga ketenangan hati dan menjaga focus pikirannya. Dengan dua cara tersebut, diharapkan dapat membantu individu dalam mengontrol emosinya, menjauhkan dari stress, dan menjaga pikirannya.

- 2) Pengendalian diri, yaitu kemampuan seseorang untuk mengendalikan dirinya terhadap keinginan, tekanan, dorongan, kesukaan, yang timbul dari dirinya sendiri. Apabila seseorang memiliki pengendalian diri yang rendah, terkadang emosi yang dimilikinya sulit dikendalikan dan akan memunculkan sikap-sikap yang tidak seharusnya dilakukan, seperti mudah marah, berperilaku agresif, tidak sabar, dan lain sebagainya.

Perilaku ini selalu ditampakkan oleh individu tersebut, maka dapat orang yang berada disekitarnya

⁹⁰ Reivich and Shatte, *Ibid*, hal. 178

merasa kurang senang bahkan kehilangan kenyamanan, dan dapat memperburuk hubungannya dengan sesama. Pengendalian diri individu ini sangat bergantung pada regulasi emosinya, karena pengendalian diri sangat berkaitan dengan ketenangan hati dan ketenangan pikiran.

- 3) Optimisme, yaitu kemampuan seseorang selalu berpikir bahwa masa depannya cemerlang. Individu yang resiliensi merupakan individu yang selalu optimis dalam kehidupan sehari-harinya. Optimisme yang dimiliki individu, merupakan bentuk kepercayaan diri individu dalam mengatasi kesulitan yang akan terjadi di masa depannya, dan kepercayaan diri individu dalam mengendalikan dirinya, serta dalam menyelesaikan problematikan kehidupannya nanti (*self-efficacy*).

Optimisme individu tersebut, merupakan sebuah kepercayaan diri dalam mewujudkan masa depan yang cerah dan diiringi dengan segala usaha yang dilakukan oleh individu tersebut (*realistic optimism*). Dan kunci keberhasilan individu untuk dapat mewujudkan resiliensi dan kesuksesan adalah dengan memadukan antara *realistic optimism* dan *self-efficacy*.

- 4) *Causal Analysis*, yaitu kemampuan seseorang dalam mengidentifikasi secara actual dan akurat yang disebabkan dari problematika yang dihadapinya. Apabila individu tidak mengidentifikasi secara actual dan akurat problematika yang dihadapinya secara baik dan benar, maka ia akan terus menerus berada dalam kesulitan dalam kehidupannya. Individu yang dapat mengaplikasikan *causal analysis* dalam kehidupan, maka individu tersebut dapat mencari sebab-akibat

dari kesulitan yang dihadapinya, tanpa terus menerus berada, pada salah satu gaya berpikir, yaitu *explanatory*.

Menurut Martin Seligman, *causal analysis*, merupakan salah satu bentuk gaya berpikir individu dalam menganalisis sebab-akibat yang terjadi dalam kehidupannya. Dan apabila *causal analysis* dapat diapliskan oleh individu dengan baik di kehidupannya, maka ia tidak mudah mengatakan orang lain bersalah, demi menjaga *self-esteem*, dan menjauhkan mereka dari perasaan bersalah.

- 5) Empati, dan kemampuan individu dalam membaca situasi psikologis dan emosional orang lain memiliki kaitan yang sangat erat. Dalam menginterpretasikan bahasa non-verbal yang diperlihatkan orang lain, beberapa individu memiliki kemampuan yang baik, seperti: intonasi suara, ekspresi wajah, bahasa tubuh, pikiran, dan perasaan orang lain.

Kemampuan empati yang dimiliki individu cenderung akan menjadikan individu tersebut memiliki dukungan sosial yang positif. Namun, apabila individu tidak memiliki empati kepada orang lain, akan berpotensi mengalami kesulitan dalam mendapatkan dukungan sosial, terlebih jika tidak mampu dalam membangun kepekaannya terhadap bahasa non-verbal, seperti tidak mampu merasakan apa yang dirasakan orang lain, dan tidak dapat memahami apa yang dimaksud orang lain.

- 6) Kepercayaan diri atau dalam bahasa inggrisnya *self-efficacy*, yaitu kemampuan individu dalam memecahkan permasalahan dirinya. Kepercayaan diri ini, dapat memberikan hasil yang positif, yaitu sebuah keyakinan diri, terlebih dalam menghadapi dan

memecahkan permasalahan dirinya dalam menggapai kesuksesan di masa yang akan datang.

- 7) *Reaching out*, bukan hanya kemampuan individu untuk mengatasi permasalahan yang dihadapinya, namun juga berkaitan dengan kemampuan individu untuk mendapatkan hal-hal positif setelah mengalami berbagai macam kemalangan dan keterpurukan. Namun, pada kenyataannya, masih banyak individu yang belum mampu melaksanakan *reaching out* dengan baik, disebabkan sejak kecil hanya diajarkan bagaimana menghindari kesulitan dan kegagalan, keadaan yang mamalukan, serta cenderung mengedepankan *overestimate* dalam melihat kejadian buruk yang akan menyimpannya di masa depan.

Aspek terpenting dari *reaching out* dalam resiliensi ini, mengandung hal-hal yang positif, dan muatan edukatif, baik pada ranah kognitif, afektif, dan konatif, dengan berpikir positif, kesabaran serta sikap yang pantang menyerah.

Menurut Connor dan Davidson, ada beberapa aspek yang mempengaruhi resiliensi, yang dikenal dengan “*The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC 25)*”, yaitu sebagai berikut:⁹¹

- 1) Kompetensi pribadi; standar tinggi dan keuletan, yaitu aspek dimana individu mempunyai rasa sebagai individu yang mampu mencapai tujuan yang ingin dicapai, walaupun dalam posisi kegagalan, tekanan, maupun kesusahan, maka tidak salah jika harus ada keuletan dan usaha yang keras dalam individu tersebut. Namun, individu diharapkan mampu untuk

⁹¹ Kathryn, Jonathan, and Davidson, *Development Of A New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*, *Research Article: Resilience Scale: (CD-RISC)*, 2003, hal. 76-82.

menghindari dirinya dari tekanan yang berlebihan, akan akan membuat dirinya berada dalam posisi keraguan, yang berakibat kepada kegagalan dalam mencapai tujuannya.

- 2) Percaya pada insting yang datang dari seseorang; toleransi terhadap pengaruh negatif; dan memperkuat terhadap efek stres, yaitu aspek yang berkaitan dengan ketenangan individu dalam melakukan tindakan kepada orang lain. Individu yang mempunyai ketenangan, cenderung mengdepankan kehati-hatian untuk mengambil keputusan dan tindakan dalam memecahkan permasalahan yang dihadapinya. Dan individu juga mampu mengurangi stress yang dimilikinya dengan cepat untuk tetap fokus pada tujuannya, walaupun dalam keadaan tekanan dan banyak masalah.
- 3) Menerima hal positif atas perubahan yang terjadi dan menjaga hubungan agar tetap baik, yaitu aspek yang memiliki hubungan yang erat dengan kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan dan kemampuan individu dalam menjaga hubungan dengan orang lain tetap aman, walaupun berada dalam kesulitan. Dalam menghadapi permasalahan, Individu akan menunjukkan penerimaan masalah secara positif, sehingga tidak berpengaruh terhadap interaksinya dengan orang lain.
- 4) Kontrol diri, yaitu aspek dimana individu mempunyai kemampuan dalam mengontrol diri untuk dapat menggapai tujuan yang diinginkannya. Jika control diri ini, dimiliki oleh Individu maka akan sangat mudah baginya, untuk mendapatkan dukungan dan dorongan dari orang lain ketika menghadapi permasalahan.

- 5) Pengaruh spiritual, yaitu aspek yang dimana individu memiliki kemampuan dalam memperjuangkan dirinya dengan keyakinannya terhadap bantuan yang akan diberikan dari Tuhan. Individu mempunyai keyakinan dan kepercayaan yang mendalam kepada Tuhannya, akan menganggap bahwa permasalahan yang dihadapinya merupakan bagian takdir yang harus dihadapinya dengan pikiran positif, sehingga individu membuat dirinya akan terjaga untuk memperjuangkan apa yang menjadi tujuannya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa aspek dukungan sosial terdiri dari dari lima aspek yaitu: kompetensi personal, standar yang tinggi dan keuletan; kepercayaan diri, memiliki toleransi; menerima hal yang positif dan menjaga hubungan tetap baik; kontrol diri; dan pengaruh spiritual. Peneliti menggunakan aspek yang dikembangkan oleh Carnor dan Davidson, karena aspek yang dikembangkan dirasa sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan, dimana aspek resiliensi tersebut mampu meningkatkan aspek kehidupan lebih positif pada saat mengalami kesulitan dalam akademik.

c. Sumber-sumber dan faktor resiliensi

Terbentuk resiliensi disebabkan oleh tiga sumber yang mendasari yaitu sebagai berikut:⁹²

- 1) Sumber dukungan eksternal atau "*I Have*", yaitu: dukungan yang diberikan kepada individu yang berasal dari hubungan yang baik dengan keluarga, kerabat, lingkungan dan sahabat. Apabila dukungan ini berjalan dengan baik, diharapkan individu akan merasakan kepercayaan diri yang baik dan individu

⁹² Desmita, *Psikologi Perkembangan*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006, hal. 232-239

yang resiliensi akan meningkat kemandiriannya dan meningkatkan kepercayaan dirinya dalam mengambil keputusan yang berkenaan dengan dirinya, serta mendapatkan jaminan pendidikan, kesejahteraan, keamanan, bahkan kesehatan.

- 2) Kemampuan diri atau "*I Am*", yaitu: kekuatan yang ada dalam individu, yang terdiri dari kepercayaan, tingkah laku, dan perasaan. Individu yang resiliensi akan memiliki karakteristik penyayang dan perhatian dalam berhubungan antar sesama manusia, yang ditandai dengan usaha yang dilakukannya untuk mencintai dan dicintai orang lain. Empati yang dimiliki oleh individu sangat berpengaruh terhadap sikap kepeduliannya, baik kepada orang lain maupun lingkungan sekitarnya, yang ditunjukkan melalui sikap peduli individu kepada kejadian yang terjadi kepada orang yang ada disekitarnya. Individu yang berempati akan memiliki kepercayaan diri dan harga diri yang baik, untuk memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesusahan berdasarkan masalah yang terjadi di kehidupannya.
- 3) Kemampuan interpersonal dan sosial atau "*I Can*", yaitu: kemampuan individu dalam melakukan dukungan interpersonal dan sosial dan kemampuan ini dilakukan berdasarkan hubungan yang dilakukakannya terhadap orang yang ada disekelilingnya, seperti berkomunikasi dengan baik dengan orang lain dan mampu memecahkan permasalahan orang lain dengan baik, serta mampu memahami jalan pikiran dan perasaan orang lain kepada individu tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: resiliensi terbentuk dikarenakan adanya pengaruh dari tiga sumber yang mendasarinya, yaitu: *I have, I am,*

dan *I can*, disamping ekspresi pikiran dan perasaan dengan baik.

d. Faktor yang mempengaruhi resiliensi

Resiliensi dalam diri setiap individu muncul dikarenakan faktor-faktor yang mempengaruhinya, antara lain sebagai berikut:

1) Faktor pribadi

Faktor ini berasal dari individu sendiri, antara lain:

- a) Temperamen, merupakan sifat yang dimiliki individu yang beraksi ketika ada rangsangan. Hal tersebut penentu individu untuk menyikapi dalam mengambil resiko yang mungkin terjadi atau juga membuat individu untuk berhati-hati dalam mengendalikan dirinya.
- b) Kemampuan berpikir atau Intelegensi, merupakan faktor terpenting dan paling utama dalam kemampuan resiliensi individu.
- c) Budaya, merupakan dinamika pembeda yang sangat penting dalam pengembangan resiliensi.
- d) Usia, terutama yang lebih muda, akan memiliki ketergantungan pada sumber-sumber yang berasal dari luar, sedangkan individu yang lebih tua lebih mengutamakan kemampuan yang dimilikinya.
- e) Jenis Kelamin, pada dasarnya jenis kelamin menjadi faktor pembeda dalam perkembangan resiliensi, dimana jenis kelamin wanita cenderung lebih sensitif dan identik lebih sering meminta bantuan kepada orang lain. Sedangkan laki-laki lebih pragmatik, lebih fokus dan langsung melakukan tindakan, sehingga mampu menerima apapun yang dihasilkan dari tindakan yang sudah dilakukan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: faktor pribadi, jika melihat realitanya yang di titik beratkan pada permasalahan mahasiswa dengan berbagai permasalahan yang timbul setiap harinya baik dari akademik maupun diluar akademik menciptakan kondisi yang semakin komplek *stressfull*. Oleh karena itu perlunya resiliensi yang kuat dalam diri setiap mahasiwa untuk tetap bertahan dalam menghadapi tekanan yang muncul setiap harinya. Resiliensi perlu dipelajari oleh setiap individu dimulai dari perilaku dan pikiran. Pada dasarnya resiliensi mudah untuk meningkatkannya dan menjadikannya sebagai landasan pertumbuhan dan perkembangan individu sendiri.

2) Faktor perlindungan lingkungan

Faktor perlindungan lingkungan, merupakan aspek yang tampak terlihat yang mendukung perkembangan resiliensi individu dari faktor lingkungan. Semakin tingginya *Protective factor* yang ikut berperan meningkatkan individu terus bertahan terhadap segala macam jenis tekanan yang dihadapi oleh individu. Lingkungan yang dibutuhkan dalam pengembangan kompetensi diri untuk menghasilkan pengembangan yang baik dibutuhkan lingkungan yang mampu mendukung kebutuhan dasar dari bakat individu. Selain itu kebutuhan psikologis juga mendukung untuk dapat saling memiliki, rasa untuk mandiri dan terpenting timbul rasa aman.

Benard menjelaskan 3 faktor lingkungan yang dapat meningkatkan resiliensi individu diantaranya saling menyayangi (*caring relationship*), lingkungan yang memiliki harapan besar (*hight expectation*) dan kesempatan yang diberikan lingkungan untuk

berkontribusi (*opportunities for contribution*).⁹³ Benard memberikan penjelasan terperinci berkaitan dengan *caring relationship* yaitu menyampaikan dukungan dengan penuh cinta dengan kepercayaan dan tanpa bersyarat. Secara khusus menjelaskan *caring relationship* dikarakteristikan sebagai *sense of compassion*, dimana cinta tanpa penilaian dalam melihat penyebab dari individu berperilaku negatif.

Kemudian Benard menjelaskan inti dari *caring relationship* adalah *hight-expectation* yang bertitik pada harapan individu tersebut. *Hight-expectation* didasari oleh kekuatan, minat, harapan dan mimpi tidak berkaitan dengan apa yang lingkungan inginkan dari individu. Dalam resiliensi *hight-expectation* dijadikan sebagai faktor interpersonal.

Melalui hal tersebut individu dapat mengimplementasikan *hight expectation* dan mengubah individu ke dalam atribut interpersonal. Individu yang mau berpartisipasi dan berkontribusi merupakan bentuk perkembangan dari *caring* dan *hight expectation*. Mengambil kesempatan untuk ikut berpartisipasi dalam hal yang disukai, disenangi, menantang dan segala aktivita lainnya yang menarik dapat memperbesar cakupan yang untuk dari *personal resilience strenght*. Bentuk lain yang paling terpenting dengan mau berkontribusi memiliki kesmepatan untuk berinteraksi dan merefleksikan diri segala sesuatu yang berarti dalam individu diri.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi

⁹³ Bernard, *Resiliency: What We Have Learned*, San Fransisco: West Ed, 2004, hal. 221.

terjadinya resiliensi adalah faktor perlindungan lingkungan. Lingkungan yang *mendukung* tumbuhnya resiliensi dalam diri individu berdampak pada pertahanan diri yang kuat dalam menghadapi tekanan. Lingkungan yang dibutuhkan untuk mengembangkan kompetensi yang baik adalah lingkungan yang mendukung dari sisi dasar kompetensi dalam diri individu. Adapun faktor pendukung yang paling utama dari meningkatnya resiliensi adalah adanya relasi saling peduli dan menyayangi, memiliki harapan yang besar dan adanya kesempatan lingkungan untuk ikut berkontribusi.

e. Resiliensi perspektif pendidikan Islam

Dalam Islam konsep resiliensi sama hal dengannya hijrah, yaitu proses perpindahan seseorang dari hal negative menuju hal positif. Pada zaman Rasulullah SAW, hijrah yang dilaksanakan oleh para sahabat, bertujuan untuk para sahabat dapat menjalankan segala bentuk aturan dan larangan yang telah diperintahkan oleh Allah SWT secara *zāhiran* dan *bāṭinan*, serta merupakan cara para sahabat untuk terhindar dari kesengsaraan yang dilakukan oleh kaum *kāfir*. Adapun faktor-faktor resiliensi dalam perspektif Islam terdiri dari:

- 1) *Ikhtiār*, merupakan kemampuan seorang Muslim dalam mencukupi kebutuhan dirinya baik lahir maupun batin, dan seorang Muslim tak akan mampu mengubah dirinya sampai ada usaha yang muncul dalam dirinya sendiri. Sebagaimana Rasulullah SAW, bersabda: “*Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum, sampai mereka mengubah keadaan dirinya sendiri*”.
- 2) *Tawakkal*, merupakan kemampuan seorang Muslim dalam mengembalikan apa yang terjadi dalam dirinya

kepada Allah SWT yang memberikan segala sesuatu kepada dirinya, dan diserahkan kembali kepada Allah SWT, dan seorang Muslim akan merasa kebahagiaan jiwa dan ketenangan hati. Sebagaimana firman Allah SWT, dalam Surah al-Furqān, Ayat: 58, yang artinya sebagai berikut: *“Bertawakkallah kamu kepada zat yang hidup, yang tidak pernah mati”*.

- 3) *Ṣabar*, merupakan tujuan yang membawa seorang Muslim dalam meraih kemenangan yang ingin dicapainya baik di dunia maupun di akhirat. Kehidupan seorang Muslim sebenarnya tak akan terlepas dari permasalahan dan konflik, dan hal tersebut sangat bergantung pada kesabaran yang dimiliki seorang Muslim untuk menghadapinya. Dengan kesabarannya juga, akan membawa dirinya kepada keridhaan, kebahagiaan, kemuliaan, kedamaian, dan kebaikan. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Surah al-Baqarah, Ayat: 177, yang artinya: *“Dan orang-orang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam peperangan. Mereka itulah orang-orang yang benar (imannya) dan mereka itulah orang-orang yang bertakwa.”*
- 4) *Ikhlas*, merupakan kemampuan seorang Muslim dalam mengedepankan sifat legowo atas apa yang telah menjadi haknya yang diberikan oleh Allah SWT, sehingga hatinya tak terkurung dengan harapan, keinginan, dan tuntutan. Dengan keikhlasan ini juga, seorang Muslim akan semakin memahami apa yang dibutuhkan dan diinginkan dalam kehidupannya. Keikhlasan juga akan menggiring seorang Muslim kepada keyakinan akan apa yang diberikan oleh sang Maha Pencipta merupakan pemberian yang terbaik bagi dirinya.

- 5) *Syukur*, merupakan kemampuan seorang Muslim dalam menerima apa yang telah diberikan oleh Allah SWT dalam menggapai kebahagiaan dunia dan akhirat; apa yang diberikan-Nya merupakan bagian dari kesempurnaan nikmat-Nya kepada hamba-Nya; serta dengan syukur juga bagian keyakinannya akan Allah SWT sebagai Maha Penyanggah, Maha Pengasih lagi Maha Pemurah bagi hamba-Nya. Sebagaimana firman Allah SWT, dalam Surah Ibrahim, Ayat: 7, yang artinya: “*Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti kami akan menambahkan (nikmat) kepadamu.*”
- 6) *Istiqāmah*, merupakan tingkatan tertinggi yang dimiliki oleh seorang Muslim dalam menyempurnakan ilmu pengetahuan, perilaku, akhlak, hati, dan pikiran, yang tercerminkan dalam perkataan dan perbuatannya dalam kehidupannya untuk terhindar dari perbuatan kesesatan. Sebagaimana firman Allah SWT, dalam Surah al-Hud, Ayat: 112, yang artinya: “*Maka tetapkanlah kamu pada jalan yang benar, sebagaimana diperintahkan kepada kamu*”.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa resiliensi dalam Islam merupakan kemampuan individu untuk berbuat kebaikan dalam kehidupan sehari-harinya dan meyakinkan hatinya untuk selalu melaksanakan secara *istiqāmah*. Melalui *istiqomah*, individu diharapkan mampu menghindari dirinya dari perasaan gelisah dan cemas. Selain itu, resiliensi dalam Islam juga merupakan kemampuan individu untuk selalu mengedepankan kedamaian, keharmonisan, dan kasih sayang dalam berhubungan dengan sesama.

Hubungan antar sesama ini, akan memberikan kebahagiaan bagi setiap individu untuk memberikan

kebangkitan dari kesengsaraan, dan memberikan bantuan dalam menikmati hidupnya. Sebagaimana Rasulullah SAW bersabda, yang artinya:

“orang mukmin dengan orang mukmin yang lain, bagaikan bangunan, dimana sebagian akan menguatkan sebagian yang lain (HR. Muslim)”

4. Karakter Religius

a. Pengertian karakter religius

Karakter merupakan nilai dasar yang mampu membentuk dan membangun perilaku individu, yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan maupun heriditas. Karakter individu dapat terlihat dari bagaimana perilaku dan sikap yang ditunjukkan kepada orang lain dalam berkehidupan sehari-hari.⁹⁴

Karakter dalam perspektif pendidikan Islam dapat diinterpretasikan sebagai bentuk akhlak atau kepribadian, dan memiliki tiga komponen utuh yaitu pengetahuan, sikap dan perilaku. Ketiga komponen tersebut, haruslah dimiliki oleh individu, disebabkan kepribadian merupakan cerminan dari akhlak individu.

Dalam Islam, karakter merupakan suatu hal yang penting yang harus dimiliki oleh individu, sebagaimana ajaran tentang keyakinan (*aqidah*), ibadah, dan hidup bermasyarakat (*mua'malah*). Sebagaimana Nabi Muhammad SAW diutus oleh Allah SWT kepada manusia sebagai penyempurna akhlak manusia di dunia (*innamaa bu'itstu li utammimaa makaarima al-akhlaki*).

Menyempurnakan akhlak sebagaimana yang diperintahkan oleh Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW, berarti upaya untuk menghilangkan akhlak yang

⁹⁴ Muchlas Samani dan Hariyanto, *Konsep dan Model Pendidikan Karakter*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013, hal. 27.

buruk untuk berubah menjadi akhlak yang mulia, atau dapat juga diartikan sebagai upaya meningkatkan akhlak yang selama ini sudah baik menuju kepada akhlak yang lebih baik lagi. Dan sebagai makhluk Allah yang mulia di dunia, akhlak merupakan suatu hal yang penting yang harus dimiliki oleh manusia, dan kerisalahan Nabi Muhammad SAW sangat berkaitan erat dengan permasalahan akhlak.⁹⁵

Religius merupakan salah satu bentuk dari karakter yang digambarkan dalam perilaku dan sikap dalam mematuhi dan melaksanakan ajaran agamanya; hidup saling memahami satu sama lain dengan penganut agama lain; dan bersikap toleransi terhadap kegiatan ibadah agama lain. Setiap individu sangat membutuhkan karakter religius dalam menyongsong perubahan zaman yang semakin lama moral tak dihiraukan lagi, dan dengan karakter religius ini, diharapkan individu memiliki kemampuan bersikap dengan baik dan buruk yang berlandaskan pada ketetapan agama yang dianutnya.⁹⁶

Menurut *Webster's New World College Dictionary*, *religiosity* merupakan kata benda yang diartikan sebagai karakter atau kualitas keberagamaan seseorang.⁹⁷ Karakter religious tidak akan pernah jauh dari permasalahan spiritualitas dan keimanan seseorang dan merupakan dua hal yang saling berkaitan satu sama lain, dimana Parker mengemukakan bahwa karakter religious

⁹⁵ Haedar Nashir, *Pendidikan Karakter Berbasis Agama dan Budaya*, Yogyakarta: Multi Presindo, 2013, hal. 22-24.

⁹⁶ Elearning Pendidikan, *Membangun Karakter Religius Pada Siswa Sekolah Dasar*, <http://www.elearningpendidikan.com>, 2011, diakses 11 April 2017.

⁹⁷ Neufeldt, *Webster's New World College Dictionary (3rd Edition)*, USA: MacMillan, 1998, hal. 135-138.

seorang terbentuk dari ekspresi dari kultur keimanan yang dimunculkan oleh lingkungannya.⁹⁸

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: karakter religius merupakan sikap dan perilaku yang disesuaikan dengan perintah dan larangan yang telah ditetapkan oleh ajaran agama yang dianut oleh individu. Karakter religius merupakan salah bentuk wujud tabiat, kepribadian, dan watak individu yang terbentuk melalui internalisasi nilai-nilai ajaran agama dan ketetapan ajaran agamanya yang dianutnya.

b. Dimensi karakter religius

Religiusitas merupakan konstruk yang bersifat multidimensional yang memiliki dimensi. Menurut Djamaludin dan Nashori⁹⁹ terdapat lima dimensi religius diantaranya adalah

- 1) Dimensi keyakinan, dalam dimensi ini sikap religius individu sangat berkaitan dengan harapan yang dimilikinya, hal dikarenakan individu yang religius sangat memegang dengan erat pandangan teologis tertentu dan berusaha dengan sepenuh hatinya untuk mengakui kebenarannya.
- 2) Dimensi praktik agama, dalam dimensi ini sikap religius individu akan tercerminkan dalam perilaku ketaatan, kepatuhan, pemujaan, dan komitmen terhadap ajaran-ajaran agama yang dianutnya.
- 3) Dimensi pengalaman, dalam dimensi ini sikap religius individu tercerminkan dalam persepsi, pengalaman,

⁹⁸ Parker, Practice Spirituality in Counseling: A Faith Development Perspective, *Journal of Counseling & Development*, 2011, 89, hal. 112-119.

⁹⁹ Ancok Djamaludin dan Fuad Nashori Suroso, *Psikologi Islam (Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 1995, hal. 98.

sensasi dan perasaan yang dialaminya dalam menjalankan ajaran-ajaran agama.

- 4) Dimensi pengalaman, dalam dimensi ini sikap religius individu akan terlihat dari sejauhmana ajaran agama dapat memotivasi individu melakukan perubahan dalam dirinya untuk mampu berkehidupan dengan orang lain.
- 5) Dimensi pengetahuan agama, dalam dimensi ini sikap religius individu akan terlihat dari sejauhmana individu memahami dan mengerti akan kitab suci yang menjadi sumber utama ajaran agamanya.

Dimensi karakter religius, dapat terbentuk dengan baik untuk memahami aqidah, spiritual, ihsan, ilmu, amalan, jika lima dimensi tersebut, menjadi satu kesatuan yang saling berkaitan satu sama lainnya. Namun lain halnya dengan Lenski (dalam Krauss, *at all*)¹⁰⁰ bahwa dimensi religiusitas individu atau kelompok, terdiri dari empat dimensi yakni:

- 1) Dimensi *associational*, yaitu dimensi hubungan mencakup frekuensi keterlibatan peribadatan. Contohnya: seberapa sering seseorang melakukan sholat dan keseringan dalam membaca Al-Qur'an.
- 2) Dimensi *communal*, yaitu dimensi hubungan dengan pilihan-pilihan dan keutamaan dengan Tuhan. Contohnya: melaksanakan puasa, bersedekah, dan lain-lain.
- 3) Dimensi *doctrinal orthodoxy*, yaitu dimensi penerimaan pengetahuan agama yang ditentukan oleh kitab suci. Contohnya: keyakinan adanya surga dan

¹⁰⁰ Hamzah Kauss, Noah Suandi, Juhari Mastor, and Manap, The Muslim Religiosity-Personality Measurment Inventory (MRPI)'s Religiosity Measurment Model: Towards Filling the Gaps in Religiouosity Research on Muslims, *Pertanika J. Soc. Sci. & Hum*, 2005, 13, 2, hal. 131-145.

neraka, menalakan rukun iman dan islam, menjauhi segala larangan yang diharamkan.

- 4) Dimensi *devotionalism*, yaitu dimensi keterlibatan hubungan personal dengan Tuhan. Contohnya: sholat malam, dhuha, dzikir.

Menurut Glock & Starks (dalam Kibuuka),¹⁰¹ dimensi karakter religius, terdiri dari lima dimensi, yaitu:

- 1) *Religious belief (the ideological dimension)*, yang menggambarkan kepercayaan seseorang dalam menerima hal-hal dogmatik dalam ajaran agama. Setiap agama memiliki peraturan yang wajib ditaati dan dipercaya oleh setiap penganutnya.
- 2) *Religious practice (the ritualistic dimension)*, yang menjelaskan tindakan seseorang dalam menjalankan kewajiban dalam beribadah sesuai dengan agama yang dianutnya, misalkan dalam islam hal utama yang harus dilakukan adalah sholat wajib 5 waktu, membaca Al-Qur'an, sholat sunnah dan lain-lain.
- 3) *Religious feeling (the experiential dimension)*, yang berkaitan dengan perasaan seseorang tentang keagamaan yang mulai dirasakan tentang adanya kehadiran tuhan yang dikaitkan dengan pengalaman langsung dalam perjalanan hidup.
- 4) *Religious knowledge (the intellectual dimension)*, yang berkaitan pengetahuan, pemahaman keilmuan, pengetahuan, serta penghapalan seseorang akan ajaran-jaran yang menjadi dasar agama yang dianutnya.
- 5) *Religious effect (the consequential dimension)*, yang berkaitan dengan pengetahuan, identifikasi sebab

¹⁰¹ Kibuuka, *Religiosity and Attitudes on Intimacy, Thesis*. Duquesne University, 2005, diunduh 4-09-2009. <http://etd1.library.duq.edu/kibuuka-thesis.pdf>, hal. 76-79.

akibat, praktek pengalaman, dan keyakinan. Hal ini berkaitan dengan perilaku seseorang yang termotivasi oleh ajaran agama dalam setiap peralanan hidupnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti membagi dimensi karakter religius yang akan digunakan dalam penelitian ini mengacu teori yang dikembangkan oleh Ancok dan Suroso,¹⁰² serta Nashori dan Mucharam.¹⁰³ Hal ini dilakukan dengan pertimbangan kedua rumusan tersebut pada intinya membagi religiositas dalam lima dimensi, dengan esensi pengertian yang sama. Dengan mengacu dan memperhatikan dimensi-dimensi religiositas sebagaimana telah disebutkan, peneliti membagi religiositas menjadi lima dimensi, yaitu akidah, ibadah, akhlak, ihsan, dan ilmu.

1) Dimensi Aqidah (Ideologi).

Dimensi aqidah ini, menunjukkan pada sejauh mana seseorang yakin akan ajaran agamanya, yang bersifat fundamental dan dogmatic, dimana inti dari dimensi ini adalah tauhid. Menurut al-Faruqi, tauhid adalah tindakan seseorang dalam menyakini bahwa Allah SWT merupakan Yang Maha Esa, Penguasa segala yang ada, dan Pencipta yang Mutlak. Tindakan pengesaan Tuhan ini diikuti oleh sejumlah hal yang mengikutinya.

Menurut Nashori dan Mucharam, dimensi ini merupakan hubungan manusia dengan keyakinannya terutama menyakini rukun iman, yaitu iman kepada Allah SWT, iman kepada malaikat, iman kepada kitab suci, iman kepada Nabi, iman kepada hari pembalasan, serta iman kepada ketentuan qadha dan qadar. Khusus

¹⁰² Ancok Djamaludin dan Fuad Nashori Suroso, *Ibid*, hal. 98.

¹⁰³ Nashori dan Mucharam, *Mengembangkan Kreativitas: Perspektif Psikologi Islami*, Yogyakarta: Penerbit Menara Kudus, 2002, hal. 72.

berkaitan dengan indikator hari pembalasan, Ancok dan Suroso menyebutnya sebagai surga dan neraka.

2) Dimensi Ibadah (Ritual)

Dimensi ritual ini, menunjuk pada sejauh mana hubungan tingkat ketaatan individu dalam mengerjakan ritual ibadah diperintahkan oleh agama yang dianutnya. Dimensi ritual sangat berkaitan dengan pelaksanaan ibadah seseorang, intensitas, dan frekuensi, terutama dalam hal ibadah yang sudah baku (terutama dalam hal aturan dan tata caranya) seperti ibadah *mahdhah*, dimana agama Islam telah mengatur syarat dan rukun ibadah *mahdhah* yang akan dilaksanakan oleh seseorang.

Menurut Ancok dan Suroso, dimensi ibadah *mahdhah*, terdiri dari melaksanakan shalat 5 waktu, menjalankan ibadah puasa, menunaikan zakat, melaksanakan ibadah haji dan umroh, membaca dan memahami al-Qur'an, berdoa, berdzikir, melaksanakan ibadah *qurban* dan beri'tikaf di masjid saat bulan Ramadhan, dan lain sebagainya.

3) Dimensi Amal (Pengamalan).

Dimensi amal ini, menunjukkan pada sejauh mana tingkatan perilaku seseorang yang dimotivasi dan digerakkan oleh ajaran agama yang dianutnya. Nashori dan Mucharam mengungkapkan bahwa: dimensi amal sebagai wujud keagamaannya, akan tercerminkan jika individu mampu berperilaku secara baik dan positif kepada sesama, dengan dimotivasi agama, seperti: berbuat ramah terhadap sesama, membantu sesama, membela keadilan, menegakkan kebenaran, menghindari zina, menghargai waktu dan disiplin, bertanggung jawab, bersungguh-sungguh dalam bekerja dan belajar, tidak berbuat korupsi, tidak

berzina, tidak berjudi, tidak menipu, tidak mencuri, dan lain sebagainya.

Sedangkan menurut Ancok dan Suroso, dimensi amal ini, meliputi: perilaku individu dalam kemampuan bekerjasama dengan orang lain, menolong sesama, mensejahterakan orang lain, menumbuhkembangkan orang lain, menegakkan kebenaran, berbuat adil, memaafkan, menjaga kejujuran, menjaga amanah, menjaga lingkungan, mematuhi norma-norma agama Islam, tidak mabuk, tidak korupsi, tidak menipu, tidak mencuri, tidak berperilaku menyimpang dalam seksual, dan sebagainya.

Dari pandangan-pandangan di atas, ada beberapa indikator yang selalu muncul sebagai indikator dimensi amal religiusitas Islam yaitu (1) menolong sesama (termasuk berderma), (2) menjaga amanat (bertanggung jawab, dapat dipercaya), (3) bersungguh-sungguh dalam belajar dan bekerja (berjuang untuk hidup sukses menurut ukuran Islam), (4) berhati-hati dalam penggunaan uang (tidak menerima suap dan menyuap, tidak berjudi).

Selain lima indikator di atas, terdapat beberapa indikator yang muncul menurut salah satu pendapat, yaitu (5) istiqomah (konsisten), (6) membela yang lemah/tertindas, (7) tidak boros dan mubadzir, (8) memperjuangkan kebenaran dan keadilan, (9) berkata jujur, (10) mencari rizki dengan cara yang halal, (11) menghargai orang, (12) memelihara lingkungan, (13) menyejahterakan kehidupan orang lain, (14) mematuhi peraturan yang berlaku (menjaga etika Islam dalam seluruh aspek kehidupan), (15) mematuhi norma-norma Islam dalam berperilaku seksual (menghindari

zina), (16) ramah dan baik terhadap orang lain, (17) demokratis, dan (19) tidak merusak diri.

4) Dimensi Ihsan (Penghayatan)

Dimensi ini, menunjukkan kepada seberapa jauh hubungan individu dalam merasakan perasaan-perasaan dan mengalami pengalaman-pengalaman keagamaan (merasa selalu dalam pengawasan Allah SWT dalam kehidupan sehari-hari). Menurut Abdullah, Konsep dasar ihsan, adalah *an ta'buda allaha ka annaka tarahu, fa in lam takun tarahu, fi innahu yaraka* (sembahlah Tuhan seperti kalian melihat-Nya sendiri, dan jika kalian tidak dapat melihat-Nya maka yakinlah bahwa Tuhan selalu melihat kalian).¹⁰⁴

Menurut Ancok dan Suroso, Dimensi ihsan merupakan perasaan dan pengalaman individu dalam menyakini akan kehadiran Allah SWT dalam kehidupan sehari-harinya, seperti perasaan tenang dan damai dalam menjalani kehidupan bersosial dengan sesama manusia, keyakinan menerima balasan atas segala perbuatan yang dilakukan, ketakutan yang mendalam ketika melanggar larangan-Nya, merasa dekat dengan Allah SWT, dan terdorong untuk selalu istiqomah dalam melaksanakan perintah-Nya. Sementara itu, Nashori dan Mucharam, mengemukakan bahwa:

“Dimensi ihsan merupakan timbulnya perasaan terkabulnya doa yang diucapkan oleh individu didengar Allah SWT, perasaan haru ketika mendengar nama-nama Allah SWT dilantunkan (misalnya suara adzan dan

¹⁰⁴Abdullah, *Studi Agama: Normativitas atau Historisitas?*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002, hal. 35.

alunan ayat suci al-Qur'an), perasaan nikmat ketika menunaikan ibadah, perasaan dekat dengan Yang Maha Kuasa dan Penyangga, perasaan pernah diselamatkan oleh Allah SWT, dan perasaan syukur atas kemudahan yang diberikan kepada Individu yang berasal dari Allah SWT dalam kehidupannya.”

Dari dua pandangan di atas, dapat diintegrasikan bahwa dimensi ihsan meliputi merasa adanya kedekatan diri individu dengan Allah SWT, merasa mendapatkan nikmat dalam setiap melaksanakan ibadah, merasa pernah diberikan pertolongan oleh Allah SWT, merasa doa-doa yang dipanjatkan telah didengar oleh Allah SWT, merasa nyaman dan tenang ketika mendengar nama-nama Allah SWT dilantukan, perasaan syukur atas nikmat yang dikaruniakan Allah SWT, ketenangan hidup, takut melanggar larangan Tuhan, dan dorongan untuk melaksanakan perintah agama. Indikator “keyakinan menerima balasan” menurut Ancok dan Suroso tidak dimasukkan karena termasuk dimensi iman.

5) Dimensi Ilmu (pengetahuan)

Dimensi ini berkaitan dengan pengetahuan dan pemahaman seseorang terhadap ajaran-ajaran agamanya. Menurut Ancok dan Suroso, seseorang yang beragama, setidaknya mengetahui hal-hal yang pokok dalam dimensi ilmu, antara lain mengenai keyakinan (aqidah), ritual-ritual keagamaan (ibadah), dan tingkah laku dan kepribadian sehari-hari (akhlak).

Berdasarkan uraian di atas, dapat dipahami bahwa: dimensi karakter religius sangat berkaitan erat dengan apa yang telah tertulis dalam al-Qur'an dan al-Qur'an merupakan sandaran utama agama Islam, serta pedoman

hidup yang berisikan permasalahan aqidah, ibadah, akhlakul karimah, serta ilmu dan pengetahuan. Adapun cakupan dimensi ilmu dalam penelitian ini terdiri dari tiga dimensi, yaitu keyakinan (aqīdah), ritual-ritual keagamaan (ibādah), dan tingkah laku dan kepribadian sehari-hari (akhlāk). Ketiganya didasarkan pada *Kalam ilahi Rabbi* (al-Qur’ān) dan sabda Rasulullah SAW (al-Hadis).

c. Nilai-Nilai Karakter Religius

Karakter religius sangat berkaitan dengan hal-hal keagamaan, dan tidak heran jika keagamaan menjadi landasan untuk seseorang dalam menjalani kehidupannya di masyarakat, dan bangsa. Dan pengembangan pendidikan karakter di Negara Indonesia, tidak terlepas dari nilai-nilai keagamaan, dasar Negara Indonesia (Pancasila), kultur Negara Indonesia, dan tujuan Pendidikan Negara Indonesia. Dan menurut Zayadi, pendidikan karakter pada kehidupan warga Negara Indonesia, paling tidak terdiri dari dua sumber nilai, yaitu:

Pertama, nilai ketuhanan, atau nilai hubungan seseorang terhadap Allah SWT, dan nilai ketuhanan ini berkaitan erat dengan nilai keagamaan, dimana kehidupan seseorang yang hidup bernegara dan berbangsa, haruslah selalu didasari dan dilandasi pada aspek nilai keagamaan, begitupun dengan nilai pendidikan karakter di Negara Indonesia, haruslah berlandaskan kepada nilai-nilai dan kaidah-kaidah yang tertuang dalam ajaran agama Islam yang telah menjadi ketentuan dan ketetapan yang datangnya dari Allah SWT. Adapun nilai-nilai ketuhanan atau nilai keagamaan terdiri dari:

- 1) Nilai iman, yaitu sikap *batiniyah* seseorang dengan percaya akan adanya Allah SWT.
- 2) Nilai Islam, yaitu sikap pasrah seseorang dengan ketentuan yang datangnya dari Allah SWT, dan yakin

bahwa ketentuan tersebut, mengandung hikmah kebaikan bagi dirinya.

- 3) Nilai ihsan, yaitu sikap sadar seseorang akan hadirnya Allah SWT dimanapun dan kapanpun seseorang berada.
- 4) Nilai taqwa, yaitu sikap pasrah dalam menjalankan seluruh perintah dari Allah SWT, dan menjauhi segala bentuk larangan dari Allah SWT.
- 5) Nilai ikhlas, yaitu sikap yakin akan apa yang dilakukan oleh seseorang, tanpa mengharap imbalan pamrih, dan mengembalikan semua yang telah dilakukan kepada Allah SWT, dan mengharap ridho dari-Nya.
- 6) Nilai tawakal, yaitu sikap berserah diri seseorang kepada Allah SWT terhadap apapun yang telah dilakukannya, tanpa memikirkan hasil akhir dari pekerjaan tersebut.
- 7) Nilai syukur, yaitu sikap pujian kepada Allah SWT atas nikmat yang telah diberikan kepada seseorang, dengan selalu taat dan tunduk atas perintah dan larangan-Nya.
- 8) Nilai sabar, yaitu sikap sadar seseorang dalam menahan emosi yang dimilikinya dan sadar akan tujuan kehidupan yang diberikan oleh Allah SWT kepadanya.

Kedua, nilai kemanusiaan, atau nilai hubungan seseorang dengan sesama manusia, dan nilai kemanusiaan ini berkaitan erat dengan *akhlakul karimah* (budi pekerti). Adapun nilai-nilai kemanusiaan ini terdiri dari:

- 1) Nilai *silaturahmi*, yaitu sikap jalinan cinta dan kasih sayang antar sesama manusia.
- 2) Nilai *al-wafa*, yaitu sikap seseorang untuk selalu menepati janji yang telah ditetapkannya, dan tak melanggarnya.

- 3) Nilai *ukhuwah*, yaitu sikap seseorang untuk menganggap sesama manusia adalah saudara, dan selalu memberikan semangat antar sesama, tanpa rasa ingin menjatuhkan.
- 4) Nilai *at-tawadhu*, yaitu sikap menyadari atas kemampuan yang dimilikinya, tanpa mengedepankan kesombongan diri.
- 5) Nilai *al-'adalah*, yaitu sikap berbuat adil antar sesama manusia dan semua harus seimbang tanpa ada yang diberatkan sepihak.
- 6) Nilai *al-munfikun*, yaitu sikap seseorang untuk selalu bersedia dalam membantu antar sesama manusia.
- 7) Nilai *husnu dzhon*, yaitu yaitu sikap berbaik sangka satu sama lain tanpa mencela dengan sesuatu yang belum tentu kebenarannya.
- 8) Nilai *al-insyirah*, yaitu sikap seseorang untuk melupakan dadanya tanpa mengedepankan emosi dirinya.
- 9) Nilai *al-musawah*, yaitu sikap saling memandang harkat dan martabat antar sesama manusia itu sama tanpa ada perbedaan.
- 10) Nilai *al-amanah*, yaitu sikap seseorang untuk saling mempercayai satu sama lainnya.
- 11) Nilai *at-ta'afuf*, yaitu sikap seseorang untuk saling memaafkan antar sesama manusia dengan penuh harga diri, dengan tidak mengedepankan kesombongannya, dan selalu rendah hati.
- 12) Nilai *al-qawamiyah*, yaitu sikap seseorang untuk berhemat tanpa mengedepankan pemborosan harta berlebihan.

Menurut Yahya,¹⁰⁵ pendidikan karakter berbasis nilai keagamaan, pada dasarnya mengacu pada nilai-nilai yang terkandung dalam ajaran agama Islam. Dan setiap warga Negara Indonesia sangat berharap bahwa pendidikan karakter yang dikembangkan merupakan nilai-nilai karakter yang sesuai dengan ajaran agama Islam dan disesuaikan dengan kultur Negara Indonesia. Adapun nilai-nilai pendidikan karakter yang dikembangkan pada saat ini di Negara Indonesia, terdiri dari 18 karakter, yaitu:

- 1) Karakter religius.
- 2) Karakter toleransi.
- 3) Karakter kerja kerja.
- 4) Karakter kejujuran.
- 5) Karakter kedisiplinan.
- 6) Karakter kreatifitas.
- 7) Karakter kemandirian.
- 8) Karakter tanggung jawab.
- 9) Karakter demokratis.
- 10) Karakter gemar membaca
- 11) Karakter rasa ingin tahu.
- 12) Karakter semangat kebangsaan.
- 13) Karakter peduli lingkungan.
- 14) Karakter peduli sosial
- 15) Karakter cinta tanah air.
- 16) Karakter menghargai prestasi.
- 17) Karakter bersahabat.
- 18) Karakter cinta perdamaian.¹⁰⁶

¹⁰⁵ Yahya Khan. *Pendidikan Karakter Berbasis Potensi Diri*. Yogyakarta: Pelangi Publishing, 2010, hal. 76.

¹⁰⁶ Hamdani Hamid dan Beni Ahmad Saebani, *Pendidikan Karakter dalam Perspektif Islam*, Bandung: Pustaka Setia, 2013, hal. 67-92.

Pendidikan karakter yang telah dikembangkan di Negara Indonesia, sebagaimana yang telah dipaparkan diatas, yang pertama dan paling utama adalah pendidikan karakter religius atau pendidikan karakter keagamaan. Pendidikan karakter religius merupakan sikap dan tingkah laku seseorang dalam mematuhi dan menjalankan serta melaksanakan seluruh perintah dan larangannya yang menjadi ajaran agama yang dianutnya, dan selalu mengedepankan kerukunan dengan pemeluk agama lain dengan menghormati pelaksanaan ibadah yang dilakukan pemeluk agama lain.

Tranformasi penanaman pendidikan karakter religius menjadi tanggung jawab masyarakat melalui majlis ta'lim di lembaga pendidikan formal maupun non-formal. Adapun dasar nilai pendidikan karakter religius yang tertuang dalam ayat al-Quran, terdiri dari hal-hal berikut ini:

- 1) Nilai religius yang berhubungan dengan Ketuhanan Yang Maha Esa, dimana perkataan, pikiran, dan kemauan seseorang selalu berlandaskan kepada nilai yang telah menjadi ajaran agamanya, yang ditunjukkan dengan menaati dan mematuhi seluruh perintah dan larangan yang telah ditetapkan. Sebagaimana dalam ajaran agama Islam, setiap Muslim yang mencintai Allah SWT, akan melaksanakan segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya, dan tertuang dalam Al-Qur'an pada Surah Ali Imran, ayat: 31, yang artinya:

“Katakanlah: Jika kamu (benar-benar) mencintai Allah, ikutilah aku, niscaya Allah mengasihi dan mengampuni dosa-dosamu. Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”

Al-Qur'an surat Luqman, ayat: 17-18, yang artinya:

“Hai anakku, dirikanlah shalat dan suruhlah (manusia) mengerjakan yang baik dan cegahlah (mereka) dari perbuatan yang mungkar dan bersabarlah terhadap apa yang menimpa kamu. Sesungguhnya yang demikian itu termasuk hal-hal yang diwajibkan (oleh Allah). Dan janganlah kamu memalingkan mukamu dari manusia (karena sombong) dan janganlah kamu berjalan di muka bumi dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong lagi membanggakan diri. Dan sederhanalah kamu dalam berjalan dan lunakkanlah suaramu. Sesungguhnya seburuk-buruk suara ialah suara keledai.”

- 2) Untuk realisasi ini ada beberapa hal yang harus dilakukan oleh orang beriman yang berkaitan dengan karakter religius diantaranya adalah melaksanakan shalat, melaksanakan puasa ibadah yang mengiringinya tarawih, tadarus), membaca Al-Quran, tolong menolong berzikir dan lain- lain. Sebagaimana firman Allah SWT, dalam hal perintah shalat, dalam surat al-Baqarah, ayat: 110, yang artinya:

“Dan dirikanlah shalat dan tunaikanlah zakat. Dan kebaikan apa saja yang kamu usahakan bagi dirimu, tentu kamu akan mendapat pahalanya pada sisi Allah. Sesungguhnya Allah Maha Melihat apa-apa yang kamu kerjakan”.

Firman Allah SWT, tentang perintah untuk selalu membaca al-Quran, dalam Al-Qur'an surat al-Ankabut, ayat: 45, yang artinya:

“Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al Kitab (Al Qur'an) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.”

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa: pada dasarnya nilai-nilai pendidikan karakter religious, yang menjadi landasan utama adalah sikap dan perilaku sehari-hari yang telah diajarkan oleh Rasulullah SAW kepada umatnya, yaitu: sikap *as-shiddiq* (kejujuran), sikap *amanah* (dapat dipercaya), sikap *tabligh* (mampu berkomunikasi), dan sikap *fathonah* (cerdas).¹⁰⁷

d. Karakter religius perspektif pendidikan Islam

Kata karakter atau akhlak dalam bahasa Arab dapat dikatakan “*khalafa*”, yang mempunyai arti kata “perbuatan, ciptaan, kejadian”, dalam arti luasnya yaitu “ta'biat, perilaku, tingkah laku, adat, ataupun perangai yang diperbuat oleh seseorang secara sadar dan sengaja”.¹⁰⁸ Menurut Ibnu Athir, karakter atau akhlaq, terbagi menjadi dua hal yaitu: “*khulqu*”, yaitu: perilaku seseorang yang digambarkan dalam jiwa dan sifat-sifatnya dan “*khalqu*”, yaitu perilaku seseorang yang

¹⁰⁷ Yahya Khan, *Pendidikan Karakter Berbasis Potensi Diri Mendongkrak Kualitas Pendidikan*, Yogyakarta: Pelangi Publishing, 2010, hal. 2.

¹⁰⁸ Abdina Ima, Book Review “*Pendidikan Islam*”, abdina.blogspot.co.id/2012/10/book-review-pendidikan-islam, diakses pada Minggu, 06 Desember 2015, pukul. 22.30.

digambarkan dalam bentuk tubuhnya (muka, kulit, tinggi, dan lain-lainnya).¹⁰⁹ Sebagaiman firman Allah SWT dalam Surah al-Qalam, ayat 4, yang artinya:

“Dan sesungguhnya kamu benar-benar berbudi pekerti yang agung.”.

Dan juga sabda Rasulullah SAW, yang artinya: “Orang mukmin yang paling sempurna keimanannya adalah orang sempurna budi pekertinya”. (HR. Tirmidzi).¹¹⁰

Menurut al-Ghazali, karakter atau akhlaq merupakan sikap seseorang yang telah mengakar dalam jiwanya semenjak kelahirannya di dunia ini, yang terlihat dari perbuatannya dengan gampang dan mudah, tanpa memikirkan dan mempertimbangkan sebab dan akibat dari perbuatan tersebut. Apabila sikap yang ditimbulkan merupakan sikap yang terpuji, disebut karakter atau akhlaq yang baik, namun apabila sikap yang ditimbulkan merupakan sikap yang tercela, disebut karakter atau akhlaq yang buruk.¹¹¹ Adapun ciri-ciri dari perbuatan karakter atau akhlaq adalah sabagai berikut:

- 1) Sikap yang tertanam dalam jiwa seseorang dan menjadi kepribadian yang kuat.
- 2) Sikap yang dilakukan tanpa adanya pemikiran terlebih dahulu, dan dilakukan dengan mudah, sadar, dan sengaja.
- 3) Sikap yang ditimbulkan dalam diri seseorang tanpa

¹⁰⁹ Zakiah Darajat, *Dasar-Dasar Agama Islam*, Jakarta: Universitas Terbuka, 1999, hal. 261.

¹¹⁰ Abudin Nata, *Akhlak Tasawuf*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2000, hal. 2.

¹¹¹ Abidin Ibnu Rusn, *Pemikiran Al-Ghazali Tentang Pendidikan*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998, hal. 99.

adanya intervensi dari orang lain.

- 4) Sikap yang dilakukan oleh seseorang dengan kesungguhan dan kesemangatan.
- 5) Sikap yang dilakukan oleh seseorang dengan keikhlasan, dan berusaha menggapai ridho Allah SWT, tanpa mengharap pujian dari orang lain.¹¹²

Berdasarkan uraian di atas, dapat dipahami bahwa pada hakekatnya karakter atau akhlak, merupakan sikap yang ditunjukkan oleh seseorang dengan sadar dan sengaja. Dimana karakter atau akhlak terpuji, akan melahirkan perbuatan yang baik, dan karakter karakter atau akhlak yang tercela, akan melahirkan perbuatan yang buruk. Kedua hal tersebut, akan dapat dilihat dari sikap yang ditunjukkan oleh seseorang dalam berkehidupan sehari-hari.

Walaupun demikian, pada dasarnya karakter atau akhlak yang dimiliki oleh seseorang itu tidak bersifat baku (tetap), karakter atau akhlak seseorang dapat berubah, melalui pendidikan, pengalaman, dan lingkungan. Sebagaimana Rasulullah SAW diutus untuk memperbaiki kerusakan karakter atau akhlak kaum Quraisy, dan menyempurnakan kepada jalan yang lurus, sesuai dengan fitrah karakter atau akhlak manusia diciptakan di bumi oleh Allah SWT. Dan semua ajaran yang telah diberikan oleh Rasulullah SAW kepada umatnya, bertujuan untuk membangun karakter atau akhlak yang mulia, dalam berhubungan kepada Allah SWT (*hablum minallah*) dan berhubungan dengan sesama manusia (*hablum minannas*).

Maka dari itu, sebagai umat Rasulullah SAW, diharapkan umat Islam dapat menjadi teladan dalam

¹¹²Abuddin Nata, *Ibid*, hal. 5-7.

perbuatan kebaikan. Namun, jika umat Islam sendiri tidak memperdulikan perbuatan yang dilakukannya kepada sesama terlebih kepada pemeluk agama lain, maka akan timbul kesan buruk terhadap agama Islam. Dengan demikian, karakter atau akhlak mulia dan terpuji merupakan sikap yang harus dijaga oleh setiap individu dalam meraih kejayaan, kedamaian, ketenangan, kebahagiaan, baik dunia maupun akhirat, dan karakter atau akhlak mulia juga merupakan suatu yang harus diperhatikan dan dijaga individu dimanapun ia berada, untuk tetap berpegang teguh kepada norma-norma agama yang dianutnya, terlebih umat Islam. Dan dengan karakter atau akhlak mulia juga, kejayaan bangsa dan Negara dapat diraih dengan mudah, serta dengan karakter dan akhlak mulia menjadikan setiap warganya mampu menunjukkan sikap yang baik dalam menjalankan kewajiban dan tanggung jawab yang harus dilaksanakannya.

e. Karakter religius Nabi Muhammad SAW

Nabi Muhammad SAW, diutus oleh Allah SWT, kepada umat di dunia, membawa misi yang sangat mulia, yaitu memperbaiki dan menyempurnakan karakter atau akhlaq manusia.¹¹³ Dan ini bukanlah misi yang mudah untuk dilakukan, hal ini dikarenakan Nabi Muhammad SAW membutuhkan waktu yang sangat panjang dalam memperbaiki dan menyempurnakannya, yaitu 23 tahun. Misi ini, dilakukan oleh Nabi Muhammad SAW, dengan dua hal, *pertama*, memperbaiki dan membenahi *aqidah* yang telah melekat di kalangan masyarakat Arab (menyembah berhala, dan lain sebagainya), dan *kedua*,

¹¹³Abdul Majid dan Dian Andayani, *Pendidikan Karakter Perspektif Islam*, Bandung: Remaja Rodaskarya, 2011, hal. 9.

setelah *aqidah* tertanam dengan baik, barulah Nabi Muhammad SAW mengajarkan dan menerapkan *syariah* Islam kepada umatnya. Dengan kedua hal tersebut, akhirnya Nabi Muhammad SAW dapat mewujudkan karakter atau akhlak mulia kepada umatnya sampai saat ini. Sebagaimana firman Allah SWT, dalam Surat al-Qalam, ayat: 4, yang artinya:

“Dan sesungguhnya kamu (Muhammad) benar-benar berbudi pekerti yang agung”.¹¹⁴

Ayat di atas, menjelaskan tentang sikap dan perilaku yang ditunjukkan oleh Nabi Muhammad SAW kepada umatnya merupakan kepribadian yang multidimensi dan karakter atau akhlak yang mulia.¹¹⁵ Tidak ada satu sikap dan perbuatan yang dilakukan oleh Nabi Muhammad SAW, tanpa adanya karakter atau akhlak mulia, dan para sahabat pun meneladani apa yang telah dilakukan oleh Nabi Muhammad SAW, dalam berbuat, bersikap, berkata dalam kehidupan sehari-hari mereka. Sebagaimana firman Allah SWT, dalam Surah Yusuf, ayat: 91, yang artinya:

“Mereka berkata: Demi Allah, sesungguhnya Allah telah melebihkan kamu atas kami, dan sesungguhnya kami adalah orang-orang yang bersalah (berdosa)”.¹¹⁶

Hal senada juga dijelaskan dalam sabda Rasulullah SAW, tentang misi membawa karakter atau

¹¹⁴ Departemen Agama Negeri, *Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, hal. 564.

¹¹⁵ Said Hawwa, *AR-Rasulullah Shalallahu 'Alaihi Wasalam*, Jakarta: Gema Insani, 2005, hal. 143.

¹¹⁶ Departemen Agama Negeri, *Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, hal. 246.

akhlak yang mulia kepada umatnya, yang artinya:

Anas R.A berkata: Rasulullah adalah orang yang paling baik akhlaknya. Pada suatu hari beliau mengutusku untuk suatu keperluan, lalu aku katakan: “Demi Allah, aku tidak akan pergi”, tetapi, aku katakan dalam hati bahwa aku pergi untuk melaksanakan perintah Nabi SAW. Kemudian aku keluar, sehingga aku melewati anak-anak, yang sedang bermain di pasar, tiba-tiba Rasulullah menepuk tengkukku dari belakang. Aku melihat beliau sedang tersenyum lalu beliau katakan, “Hai Unais (Si Anas kecil), apakah kau sudah pergi untuk melaksanakan apa yang aku perintahkan kepadamu?”. Anas menjawab: “Ya aku akan pergi, ya Rasulullah.” Demi Allah, sembilan tahun lamanya aku mengabdikan kepada Rasulullah, tidak pernah aku ketahuai beliau menegurku dengan ucapan: “Mengapa kamu tidak melakukan begini dan begini?”¹¹⁷

Adapun sifat wajib Nabi Muhammad yang wajib kita ketahui ada 4 yang apabila dihubungkan dengan pendidikan karakter maka sifat wajib rasul itulah yang wajib untuk dicontoh. 4 sifat wajib tersebut sebagai berikut:

- 1) *Ṣiddīq*, yaitu kejujuran atau kebenaran, yang bukan hanya dalam perkataan saja, namun juga harus sejalan dengan perbuatan yang dilakukan. Secara singkatnya adalah perbuatan dan ucapan haruslah sejalan. Hal ini sangat berbeda dengan realita yang terjadi pada saat ini, dimana pemimpin tidak mempunyai sikap yang sejalan dengan ucapannya. Sifat wajib Rasulullah ini,

¹¹⁷ M. Nashiruddin Al-Bani, *Mukhtashar Shahih Muslim*, Jakarta: Gema Insani Press, 2005, hal. 789.

jika dihubungkan dengan 18 karakter religius dalam pendidikan karakter bangsa, maka sifat ini sesuai dengan sikap religius, jujur, tanggung jawab, disiplin, dan lain sebagainya

- 2) *Amānah*, yaitu dapat dipercaya, yang bukan hanya terlihat dari perkataan saja, namun juga dibuktikan dengan perbuatan yang dilakukan, dimana jika seseorang diberi tanggung jawab, maka akan dilakukan dengan baik dan benar, serta tuntas, dan orang yang memberikan tanggung jawab akan mempercayai perbuatan dan perkataan. Nabi Muhammad SAW sebagai teladan umat Islam, dijuluki al-Amin oleh penduduk Mekkah, sebelum diangkat menjadi Nabi. Hal ini dikarenakan, ketika diberi tanggung jawab, ucapan dan perbuatan, dilakukan sejalan, dan penduduk Mekkah pun mempercayainya. Sebagaimana firman Allah SWT, dalam Surat al-A'raf, ayat: 68, yang artinya:

“Aku menyampaikan amanat-amanat Tuhan-ku kepadamu dan aku hanyalah pemberi nasehat yang terpercaya bagimu”⁴³.

Sifat wajib Rasulullah ini jika dihubungkan dengan 18 karakter religius dalam pendidikan karakter bangsa, maka sifat ini sesuai dengan sikap religius, jujur, tanggung jawab, peduli sosial, dan sebagainya.

- 3) *Tablīgh*, yaitu berkomunikasi dengan baik, yang bukan hanya terlihat dari perkataan saja, namun juga dibuktikan dengan perbuatan yang dilakukan, dimana Nabi Muhammad SAW selalu menyampaikan firman Allah SWT dengan sebenar-benarnya dan sebaik-baiknya, tanpa ada yang dirahasiakannya. Sebagaimana firman Allah SWT, dalam Surat al-Jin,

ayat: 28, yang artinya:

“Supaya Dia mengetahui, bahwa sesungguhnya rasul-rasul itu telah menyampaikan risalah-risalah Tuhannya, sedang (sebenarnya) ilmu-Nya meliputi apa yang ada pada mereka, dan Dia menghitung segala sesuatu satu persatu”.⁴⁴

Sifat wajib Rasulullah ini jika dihubungkan dengan 18 karakter religius dalam pendidikan karakter bangsa, maka sifat ini sesuai dengan sikap religius, jujur, tanggung jawab, peduli sosial, demokratis, dan sebagainya.

- 4) *Faṭānah*, yaitu cerdas, di mana dalam hal ini digambarkan dalam kecerdasan Nabi Muhammad SAW dalam menyampaikan ayat-ayat yang diturunkan Allah SWT melalui malaikat Jibril kepadanya, yaitu 6.236 ayat, yang kemudian dijelaskan Nabi Muhammad SAW kepada umatnya tanpa ada yang tertinggal satupun, dan pada akhirnya dapat menyakinkan umatnya untuk mempercayai dan menyakini akan kebenaran agama Islam dan mempercayai akan kekuasaan Allah SWT atas dunia dan akhirat.

Hal ini juga, terkadang dalam menyampaikan dan menjelaskan ayat-ayat Ilahi, Nabi Muhammad SAW sampai harus berdebat dengan orang kafir dengan cara yang baik tanpa harus mengedepankan emosi. Sifat wajib Rasulullah ini jika dihubungkan dengan 18 karakter religius dalam pendidikan karakter bangsa, maka sifat ini sesuai dengan sikap religius, peduli sosial, kerja keras, mandiri, kreatif, ingin tau, semangat kebangsaan, menghargai prestasi, dan gemar

membaca.

Berdasarkan uraian di atas bahwa begitu banyak sekali karakter-karakter religius yang bisa kita tanamkan di dalam diri siswa agar menjadi anak yang tidak hanya pintar dalam urusan dunianya, tetapi juga dalam akhirnya. Anak dapat menjadi penerus perjuangan bangsa dan negara yang berpegang teguh pada agamanya.

5. Hubungan Faktor-Faktor Psikologis Yang Berpengaruh
a. Dukungan sosial berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik

Dukungan sosial merupakan pendampingan sebagai wujud bantuan yang berasal keluarga, teman dan kerabat, tetangga, teman kerja maupun lingkungan disekitarnya. Dukungan yang diberikan mengakibatkan seseorang merasa dicintai, diperhatikan, biasanya dipandang sebagai hubungan berkomunikasi dan saling bertanggung jawab. Bentuk dukungan yang dibutuhkan sifatnya tergantung dari seseorang tersebut membutuhkan dukungan yang paling berharga, misalkan dukungan emosional, dukungan penghargaan dan instrumental (langsung) serta dukungan informatif.

Wujud dari dukungan sosial dalam kalangan mahasiswa sangat diperlukan dalam berbagai kondisi, terlebih ketika mahasiswa berada dalam tekanan yang tinggi. Dukungan yang paling dibutuhkan adalah dukungan emosional terutama dari orang tua dan keluarga. Biasanya mahasiswa mengalami masa-masa dimana dalam perkuliahan banyak tugas, membuat paper atau makalah, membuat laporan, tugas kelompok, sampai pada tahap akhir adalah mengerjakan skripsi, tesis dan disertasi. Mahasiswa yang tidak mendapat dukungan sosial dari manapun merasa sendiri dan merasa tidak dipedulikan,

sehingga tidak ada dorongan bagi mahasiswa itu sendiri untuk segera menyelesaikan yang sudah menjadi tanggung jawabnya dalam perkuliahan.

Andraini dalam penelitiannya menemukan sebuah temuan, bahwa: tingkatan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh prokrastinator akan rendah, apabila dukungan sosial yang diberikan merupakan dukungan yang tinggi atau kuat.¹¹⁸ Hal ini sangat jelas timbulnya prokrastinasi dalam diri mahasiswa ditimbulkan karena kurangnya dukungan, terutama dalam keluarga. Sejalan dengan penelitian Mounts menyatakan dukungan yang paling utama bagi prokrastinator berasal dari keluarga khususnya kedua orang tua, hal ini dikarenakan peran yang dimiliki oleh orang tua sangat berpengaruh terhadap penyesuaian psikologis prokrastinator pada saat masa peralihan yang dirasakan oleh anak selama memulai pengalaman baru di bangku perkuliahan.¹¹⁹

Beberapa peneliti salah satunya Ullah dan Wilson yang menjelaskan dengan adanya dukungan sosial dapat menuntungkan dari sisi akademik mahasiswa, dimana hubungan keduanya memperoleh keuntungan yang positif.¹²⁰ Disisi lain berdasarkan penelitian Antonio menjelaskan lingkungan kampus terutama persahabatan dapat meningkatkan akademik, dimana mahasiswa memiliki kepercayaan diri dan memiliki perbaikan pada

¹¹⁸ Sekar Ratri Andarini dan Anne Fatma, *Hubungan Antara Distress Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi*, Universitas Sahid Surakarta, Vol. II, No. 2, Agustus 2013, hal. 99-103.

¹¹⁹ Mounts, and Shyness, Sociability, and Parental Support For The College Transition: Relation to Adolescents Adjustment, *Journal of Youth and Adolescents*, 2005, Vol. 35, No. 1, hal. 71-80.

¹²⁰ Ullah, and Wilson, Students' Academic Success And Its Association To Student Involvement With Learning And Relationships With Faculty And Peers, *College Student Journal*, 2007, 41, 4, hal. 1192-1202.

tujuan akademik.¹²¹ Sama halnya dengan Aladenusia yang melakukan penelitian di kalangan mahasiswa di Nigeria Selatan-barat dimana dukungan sosial yang diperoleh mahasiswa dari berbagai sumber berdampak pada kontrol perilaku yang lebih baik.¹²²

Berdasarkan dari ketiga penelitian di atas secara keseluruhan disimpulkan dalam penelitian Rayle, Kurpius, dan Arredondo menemukan dukungan sosial untuk menjadi yang terkuat prediktif.¹²³ Hal ini mengurangi tingkat prokrastinasi yang terjadi dalam diri mahasiswa sehingga lama kelamaan berdampak pada dorongan yang lebih tinggi untuk menata masa depan akademiknya.

Selain itu menerima segala jenis bentuk dukungan dapat membantu mahasiswa secara langsung untuk menghilangkan dan mengurangi akibat negatif yang menimbulkan stress. Hal ini yang menyebabkan mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik. Peneliti Alexander dan Onwuegbuzie menjelaskan terbentuknya prokrastinasi dikarenakan rendahnya harga diri. Hasil keduanya tersebut memiliki hubungan yang sangat signifikan. Pada dasarnya prokrastinasi digunakan

¹²¹ Antonio, The Influence Of Friendship Groups On Intellectual Self-Confidence And Educational Aspirations In College, *The Journal of Higher Education*, 75, 4, 2004, hal. 446-471.

¹²² Aladenusia Oluwakemi, Academic Locus of Control and Sosial Support as Predictors of Research Help-Seeking Behaviour among Nigerian Undergraduates, *Journal of Psychology and Cognitive Science*, Vol. 1, No. 2, 2015, hal. 29-36.

¹²³ Rayle, Kurpius and Arredondo, Relationship Of Self-Beliefs, Sosial Support, And University Comfort With The Academic Success Of Freshman College Women, *Journal of College Student Retention*, 8, 3, 2006, hal.325-343.

mahasiswa sebagai strategi untuk melindungi diri dari segala permasalahan akademik yang dialaminya.¹²⁴

b. Resiliensi Berpengaruh terhadap Prokrastinasi Akademik

Resiliensi merupakan bentuk dari adaptasi ketahanan seseorang untuk mampu bertahan dari permasalahan dan tekanan. Resiliensi sangat membantu untuk menghadapi segala sesuatu hal yang tidak menyenangkan, sehingga seseorang tersebut tidak mudah berputus asa. Sejalan dengan penelitian Muniroh menjelaskan seseorang dengan tingkat resiliensi tinggi cenderung lebih kuat dan termotivasi, begitu juga sebaliknya cenderung lebih lama dalam menerima segala permasalahan dan tekanan.¹²⁵

Temuan penelitian Kayodephd et al. menunjukkan bukti kuat bahwa siswa lebih mungkin untuk menjadi lebih percaya diri dengan pekerjaan akademis mereka dan lebih tertarik pada kegiatan akademik jika mereka merasa termotivasi, puas dengan, dan mengatasi situasi akademik dan sekolah yang paling kompleks.¹²⁶

Resiliensi yang ada dalam diri mahasiswa memiliki keuntungan yang sangat besar, dimana mahasiswa tetap bertahan walaupun dalam kondisi tertekan dan mampu menyelesaikan tugas akademiknya. Berbeda dengan mahasiswa yang tidak memiliki resiliensi

¹²⁴ Alexander, and Onwuegbuzie, *Academic Procrastination and The Role of Hope as a Coping Strategy Personality and Individual Differences*, 2007, 42, 7, hal. 1301-1310.

¹²⁵ Muniroh, *Dinamika Resiliensi Orang Tua Anak Autis*, Jurnal Penelitian, Vol. 7, No. 2, November 2010, hal. 72.

¹²⁶ Kayodephd and Oluwakemi, *Academic Motivation, Satisfaction, And Resilience As Predictors Of Secondary School Students' Academic Confidence In Ogun State, Nigeria, Iosr Journal Of Research & Method In Education (Iosr-Jrme)*, Vol. 6, Issue. 6, Ver. I, November-December 2016, hal. 59-64.

atau resiliensi rendah justru lebih berdampak pada keterpurukan dalam akademiknya. Efek besar yang terjadi jika mahasiswa tidak memiliki pertahanan diri adalah timbulnya gejala prokrastinasi. Penelitian Issacson melaporkan bahwa resiliensi memungkinkan mahasiswa mampu untuk mengatasi perangkap dan mengatasi situasi yang kompleks.¹²⁷ Selain itu resiliensi dapat membantu untuk memulihkan fungsi mahasiswa untuk mulai lebih fokus dalam menyelesaikan akademik.¹²⁸

Penelitian oleh Perez menunjukkan tingginya proteksi resiliensi yang dimiliki mahasiswa mampu menyelesaikan akademiknya sesuai dengan target yang ditentukan dan sudah sangat jelas seseorang tersebut memperoleh kesuksesan dalam akademiknya.¹²⁹ Selanjutnya penelitian yang dilakukan Guttman, Sameroff dan Cole menjelaskan mahasiswa yang memiliki tekanan dan masa sulit dalam akademiknya justru lebih termotivasi dikarenakan memiliki tingkat resiliensi yang tinggi.

Kondisi berbeda jika mahasiswa memiliki tekanan dan masa sulit dalam akademiknya dimana mahasiswa tersebut tidak mampu untuk mengatasinya. Hal tersebut sudah jelas bahwa mahasiswa tersebut tidak memiliki pertahanan diri, sehingga berdampak pada munculnya tingkat prokrastinasi.¹³⁰ Mahasiswa yang memiliki

¹²⁷ Issacson, *Characteristics And Enhancement Of Resiliency In Young People, A Research Paper For Master Of Science Degree With Major In Guidance And Counselling*, USA: University of Wisconsin-Stout, 2002, hal. 71-78.

¹²⁸ Harnish, *Student Resiliency And Academic Performance. Recruitment And Retention In Higher Education*, 19, 11, 2005, hal. 1-2.

¹²⁹ Perez, dkk, *Academic Resilience Among Undocumented Latino Students. Hispanic Journal of Behavioural Sciences*, [Online], di akses 1 Maret 2017.

¹³⁰ Gutman Sameroff, and Cole, *Academic Growth Curve Trajectories From 1st Grade To 12th Grade: Effects Of Multiple Sosial Risk Factors And*

tingkat prokrastinasi yang lebih dominan sudah sangat jelas berdampak negatif. Kondisi ini yang justru menjeremuskan mahasiswa mengalami *drop out*, dikarenakan menunda-nunda kewajiban dalam akademiknya. Hasil penelitian di atas disimpulkan tingkat resiliensi yang dimiliki mahasiswa cenderung berdampak negatif terhadap tingkat prokrastinasi akademik.

c. Dukungan Sosial Berpengaruh terhadap Prokrastinasi Akademik melalui Karakter Religius

Dukungan sosial merupakan upaya dalam memberikan nasehat nasehat secara lisan maupun tulisan, atau upaya yang diberikan dengan cara keakraban sosial atau memberikan pengakuan akan kehadiran individu dan memberikan kebermanfaatn terhadap tingkah laku bagi individu. Peran dukungan sosial sangat berpengaruh besar dalam dalam kehidupan individu, hal ini dikarenakan individu merupakan makhluk sosial yang mempunyai berhubungan dan ketergantungan satu sama lain, dan memberikan pengalaman pada individu untuk dihargai, dicintai, disayangi, dan diperhatikan oleh orang lain, namun apabila individu tidak mendapatkan dukungan sosial yang baik, dapat menjadikan dirinya merasa terpuruk bahkan merasa terisolasi.

Di samping dukungan dapat terjalin antara individu dan Allah SWT, yaitu hubungan dengan tuhan salah satu caranya melaksanakan kewajiban-kewajiban serta sunah-sunahnya. Dalam Al-Qur'an Surat Al-Balad ayat 17 yang artinya "kemudian dia termasuk orang-orang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang". Arti tersebut

menjelaskan memberikan dukungan kepada sesama diwajibkan untuk saling menyayangi satu dengan yang lainnya dan saling tolong menolong.

Karakter religius merupakan sikap dan perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang sesuai ajaran agama yang dianut. Karakter yang sifatnya religius sangat dibutuhkan oleh setiap individu sebagai penuntun ketika melakukan tindakan yang mana dinilai baik dan buruk. Seseorang yang berpegang teguh terhadap agama, dalam menjalankan segala aktivitas lebih diperhatikan sesuai dengan tuntunan agama yang diajarkan.

Hal ini menjelaskan bahwa seseorang mempercayai bahwa keberhasilan ataupun kegagalan adalah cerminan dari hal yang telah di perbuat sendiri. Hal ini sangat jelas religiusitas berperan dalam setiap tindakan dan perilaku seseorang. Sejalan dengan hasil penelitian Sturgeon dan Hamley dengan mendapatkan hasil yang relatif sama yaitu adanya orientasi "*locus of control*" berhubungan positif dengan orientasi agama¹³¹.

Religiusitas sangat erat kaitannya dengan dukungan yang mana dapat terjalin antara individu dan Allah SWT, yaitu hubungan dengan tuhan salah satu caranya melaksanakan kewajiban-kewajiban serta sunah-sunahnya. Dalam Al-Qur'an Surat Al-Balad ayat 17 yang artinya: "kemudian dia termasuk orang-orang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang".

Ayat di atas, menjelaskan bahwa dalam memberikan dukungan kepada sesama diwajibkan untuk saling menyayangi satu dengan yang lainnya dan saling

¹³¹ Sturgeon, and Hamley, Religiosity And Anxiety, *The Journal of Sosial Psychology*, 108, 1979, hal. 137-138.

tolong menolong. Adanya *perceived support* yang diterima oleh mahasiswa merupakan bagian dari dukungan sosial yang dapat memberikan efek yang baik, dan harulah diimbangi dengan adanya sikap keagamaan yang kuat dalam diri mahasiswa. Dan mahasiswa yang menerima dukungan sosial dari orang lain dengan baik mampu meningkatkan tingkat keimanan kepada Allah SWT karena adanya rasa syukur. Keyakinan dan kepercayaan bahwa Allah SWT mengirimkan keluarga dan teman serta kerabat untuk memberikan dukungan positif.

d. Resiliensi Berpengaruh terhadap Prokrastinasi Akademik melalui Karakter Religius

Resiliensi merupakan kemampuan individu dalam melewati perubahan kehidupannya dengan baik, melewati problematika kehidupan tanpa melakukan hal-hal negatif, kemampuan bangkit dari keterpurukan yang dihadapinya, dan perubahan gaya kehidupan yang sudah tidak relevan dengan situasi yang dihadapinya. Karakter religius merupakan salah satu solusi bagi individu untuk memberikan pengaruh yang baik dalam meningkatkan resiliensi individu menuju arah yang lebih baik. Jika kemampuan resiliensinya tinggi, akan berpengaruh terhadap karakter religius dan dapat membentuk perilaku yang positif, namun apabila kemampuan resiliensinya rendah, akan berpengaruh terhadap karakter religius dan dapat membentuk perilaku yang negatif.

Menurut Wagnid dan Young, pengembangan resiliensi sangat membutuhkan peran karakter religius dalam membentuk perilaku individu.¹³² Sedangkan Diester, mengemukakan bahwa karakter religius yang

¹³² Zautra Reich and Hall, *Handbook of Adult Resilience*, New York: The Guilford Press, 2011, hal. 91.

terbentuk dalam diri individu, sangat dipengaruhi oleh internalisasi nilai-nilai religius pada diri individu.¹³³ Individu yang mempunyai karakter religius yang baik, dapat mempengaruhi individu dalam merespon kehidupannya dan memiliki daya tahan yang tinggi dalam melewati berbagai macam problematika kehidupan yang dihadapinya.

Individu yang memiliki karakter religius yang tinggi, diyakini dapat meningkatkan resiliensi individu yang berpengaruh terhadap pembentukan perilaku yang positif pada diri individu itu sendiri, begitu juga sebaliknya, individu yang memiliki karakter religius yang rendah, diyakini dapat menurunkan resiliensi individu, dan berpengaruh terhadap pembentukan perilaku yang negatif pada diri individu itu sendiri.

Pada konteks sudut pandang Islam, keimanan dan ketaqwaan menjadi basis pengendalian diri. Salah satunya adalah karakter religius yang meyakini nilai-nilai *uswatun hasanah* (keteladanan) Rasulullah SAW dari sikap dan perilaku beliau sehari-hari seperti *as-shiddiq* (kejujuran), *amanah* (dapat dipercaya), *at-tablīgh* (berkomunikasi), *faṭānah* (kecerdasan).¹³⁴ Individu yang memiliki karakter religius yang tinggi, dapat mempengaruhi individu dalam merespon kehidupannya dan memiliki daya tahan yang tinggi dalam melewati berbagai macam problematika kehidupan yang dihadapinya.

Penelitian yang dilakukan peneliti-peneliti sebelumnya, telah menjelaskan adanya hubungan antara karakter religius dengan resiliensi, dan pengaruh antara

¹³³ Ghufroon dan Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010, hal. 86-91.

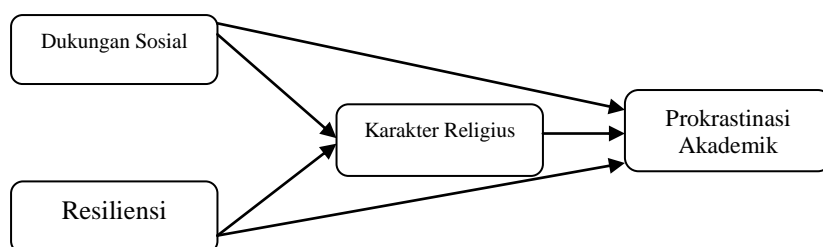
¹³⁴ M. Furqon Hidayatullah, *Pendidikan Karakter: Membangun Peradaban Bangsa*, Surakarta: Yuma Pustaka, 2010, hal. 61-63.

dimensi karakter religius dengan resiliensi individu menunjukkan signifikansi yang tinggi. Karakter religius dapat mempengaruhi individu untuk memiliki kemampuan dalam bertahan, dan menyesuaikan diri dengan kondisi dan situasi yang sulit.

Hasil di atas sependapat yang dikemukakan oleh Pargament dan Cummings yang mengemukakan bahwa: karakter religius merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh dalam meningkatkan dan menciptakan resiliensi.¹³⁵ Dengan karakter religius dapat mempengaruhi mahasiswa untuk memiliki kemampuan dalam bertahan dan menyesuaikan diri dengan kondisi dan situasi yang sulit dalam menyelesaikan segala kewajiban akademik sehingga meningkatkan tingkat resiliensi yang mampu menurunkan adanya tindakan prokrastinasi.

C. Kerangka Pemikiran

Berdasarkan hubungan antara variabel yang telah dijelaskan di atas, maka kerangka pemikiran konseptual dalam penelitian ini sebagai berikut:



Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual Penelitian

¹³⁵ Cummings, and Pargament, *Medicine For The Spirit: Religious Coping In Individuals With Medical Conditions*, *Religions*, 1, 2010, hal. 28-53.

Gambaran kerangka di atas menunjukkan terdapat 4 Hipotesis mayor dan 3 Hipotesis minor. Hipotesis Mayor dalam penelitian ini adalah:

- H1: Adanya pengaruh negatif dukungan sosial terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang
- H2: Adanya pengaruh negatif resiliensi terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang
- H3: Adanya pengaruh negatif dukungan sosial terhadap tingkat prokrastinasi akademik setelah dimediasi karakter religius pada mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang
- H4: Adanya pengaruh negatif resiliensi terhadap tingkat prokrastinasi akademik setelah dimediasi karakter religius pada mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang

Dalam hipotesis 3, atau hipotesis minor, yang menjelaskan bahwa: karakter religius sebagai mediasi pengaruh dukungan sosial dan resiliensi terhadap tingkat prokrastinasi akademik. Menurut Solimun, sifat variabel mediasi dapat memperkuat ataupun memperlemah pengaruh variabel independent (bebas) terhadap variabel dependen (tergantung).¹³⁶

Adapun hipotesis minor, terdiri dari tiga hipotesis, antara lain sebagai berikut:

- H3a: Adanya pengaruh positif dukungan sosial terhadap karakter religious mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang
- H4a: Adanya pengaruh positif resiliensi terhadap karakter religious mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang
- H3b/H4b: Adanya pengaruh negatif karakter religius terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang

¹³⁶ Solimun, *Analisis Variabel Moderasi Dan Mediasi*. Program Studi Statistika FMIPA UB 31 V. 2011, <https://www.academia.edu>

Dari ketiga hipotesis minor yang telah dipaparkan di atas, ketiganya harus terbukti signifikan, maka dikatakan bahwa karakter religius sebagai variabel mediasi, atau variabel mediator karakter religius mempunyai peran sebagai variabel yang dapat memperkuat atau memperlemah hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi terhadap tingkat prokrastinasi akademik.