

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Prokrastinasi

##### 1. Pengertian Prokrastinasi

Menurut Tuckman (dalam Prasetya, 2012) prokrastinasi termasuk dalam permasalahan regulasi diri yaitu merupakan kecenderungan untuk menangguhkan (menunda) atau menghindari aktivitas atau tugas yang harus diselesaikan. Prokrastinasi merupakan suatu masalah yang kompleks sehingga dapat berakibat negatif yang menimpa pada sebagian besar masyarakat secara luas maupun pada lingkungan akademis, dengan melakukan penundaan maka banyak waktu yang terbuang sia-sia.

Menurut Ferrari dkk (1995) istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi “menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya”. Pada zaman Mesir Kuno mengartikan prokrastinasi menjadi dua arti, yaitu menunjukkan suatu kebiasaan yang berguna untuk menghindari kerja yang penting dan usaha yang implusif, sedangkan arti lain menunjukkan kebiasaan yang berbahaya akibat dari kemalasan dalam menyelesaikan suatu tugas yang penting untuk penghidupan. Menurut Ferrari dkk (1995) prokrastinasi ialah penundaan yang dilakukan pada tugas yang sifatnya formal yang berhubungan dengan tugas akademik seperti tugas sekolah, tugas perkuliahan dan tugas kursus.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Menurut Glenn (dalam Ghufron & Risnawita, 2011) prokrastinasi berhubungan dengan berbagai sindrom-sindrom psikiatri. Seorang prokrastinator biasanya juga mempunyai tidur yang tidak sehat, mempunyai depresi yang kronis, penyebab stres, dan berbagai penyebab penyimpangan psikologis lainnya.

Ellis & Knaus (dalam Ghufron & Risnawita, 2011) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal ini terjadi karena adanya ketakutan untuk gagal dan pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar.

Tuckman (dalam Anggraeni, 2008) mengatakan prokrastinasi tidak seharusnya tidak terjadi di dalam kalangan akademis di perguruan tinggi karena kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu serta sering terlambat dalam menghadapi pertemuan-pertemuan.

Dari uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa prokrastinasi itu adalah penundaan kinerja akademik secara keseluruhan pada proses penyelesaian skripsi yang dilakukan oleh mahasiswa dengan sengaja dan berulang-ulang baik itu untuk memulai maupun dalam menyelesaikan tugas atau aktivitas yang mengakibatkan dia gagal menyelesaikan tugasnya dengan tepat waktu.



## 2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Tuckman (dalam Prasetya, 2012) menguraikan aspek-aspek prokrastinasi akademik diantaranya adalah :

### a. Menunda untuk mengerjakan atau menyelesaikan tugas

Menunda untuk mengerjakan tugas merupakan kecenderungan untuk membuang waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang perlu diprioritaskan demi hal-hal lain yang kurang penting.

### b. Menghindari tugas

Menghindari tugas merupakan kecenderungan menghindar dalam mengerjakan tugas dikarenakan mengalami kesulitan ketika melakukan hal yang dianggap tidak menyenangkan. Aspek ini merujuk kepada kecenderungan untuk merasa keberatan mengerjakan hal-hal yang tidak disukai dalam tugas yang harus dikerjakannya tersebut atau jika memungkinkan akan menghindari hal-hal yang dianggap mendatangkan perasaan tidak menyenangkan.

### c. Menyalahkan orang lain

Menyalahkan orang lain merupakan kecenderungan menyalahkan orang lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu yang ditundanya.

Jadi dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek prokrastinasi akademik adalah menunda untuk mengerjakan tugas, menghindari tugas, dan menyalahkan orang lain.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### 3. Jenis-jenis Akademik Yang Sering Diprokrastinasikan

Solomon dan Rothblum (1984), mengemukakan bahwa prokrastinasi biasa terjadi pada enam area akademik, yaitu :

#### a. Menulis (mengarang)

Tugas menulis atau mengarang meliputi menunda pelaksanaan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya mengerjakan revisi.

#### b. Belajar

Tugas belajar mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, khususnya dalam pengerjaan skripsi, misalnya belajar untuk bimbingan dengan dosen.

#### c. Membaca

Tugas membaca meliputi penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan bahan-bahan yang diperlukan dalam pengerjaan skripsi.

#### d. Tugas administratif

Tugas administratif seperti mengembalikan buku perpustakaan, melengkapi syarat-syarat yang berkaitan dengan pengerjaan skripsi.

#### e. Menghadiri pertemuan akademik

Menghadiri pertemuan akademik meliputi penundaan maupun keterlambatan dalam menemui dosen untuk bimbingan.

#### f. Kinerja akademik secara keseluruhan

Meliputi penundaan mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik yang berkaitan dengan skripsi secara keseluruhan.



Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis tugas yang sering diprokrastinasi yaitu tugas menulis (mengarang), belajar untuk menghadapi ujian, membaca, tugas administratif, menghadiri pertemuan, dan kinerja akademik secara keseluruhan.

#### 4. Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi

Ghufron dan Risnawita (2012) menyimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi dua macam, yaitu :

##### a. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi yang meliputi :

##### 1) Kondisi fisik

Faktor dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya *fatigue*. Mahasiswa yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak.

##### 2) Kondisi psikologis individu

Kondisi psikologis menunjuk kepada sifat kepribadian individu. Solomon & Rothblum (1984) menjelaskan bahwa ada dua alasan yang menjadi penyebab mungkin terjadi prokrastinasi akademik yaitu takut gagal yang meliputi kecemasan, perfeksionis dan



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kepercayaan diri yang rendah, ketidaksenangan terhadap tugas yang meliputi tidak suka pada aktivitas akademik dan kurang bertenaga atau rasa malas.

Burka & Yuen (1982) mengatakan bahwa mereka takut gagal karena mereka berpikir bahwa jika mereka bertindak, tindakan tersebut akan membawa mereka ke dalam kesulitan, akan ada konsekuensi yang berbahaya untuk dihadapi. Ketakutan akan kegagalan itu mengakibatkan seseorang melakukan penghindaran terhadap tugas atau aktivitas sehingga melakukan penundaan. Kegagalan akan sesuatu akan menjadikan seseorang khawatir dan merasa cemas. Sifat perfeksionis menyebabkan seseorang menghabiskan waktu lebih banyak untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Mereka beranggapan bahwa lingkungan menuntutnya menghasilkan karya yang sempurna terhadap tugas yang diberikan kepadanya, sehingga sering menjadi tidak percaya diri walaupun sebenarnya tugas tersebut telah diselesaikannya.

Berbagai hasil penelitian menemukan aspek-aspek pada diri individu yang mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecendrungan perilaku prokrastinasi antara lain, rendahnya kontrol diri, *self conscious*, rendahnya *self esteem*, *self efficacy*, dan kecemasan sosial (Muhid, 2009). Setiap individu memiliki suatu mekanisme yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku, yaitu kontrol diri. Mahasiswa yang mempunyai kontrol diri akan menggunakan waktu dengan tepat dan mengarah pada perilaku

yang lebih utama. Apabila mahasiswa mempunyai kontrol diri yang tinggi mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Sehingga mereka dapat menyelesaikan skripsinya tanpa menunda-nunda. Selain itu, *efficacy* seseorang sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa individu bertahan dalam menghadapi rintangan dan pengalaman yang menyakitkan.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi, diantaranya adalah :

1) Gaya pengasuhan orang tua

Berdasarkan hasil penelitian Ferrari dan Ollivete (dalam Ghufroon & Risnawita, 2011) menemukan bahwa persepsi anak terhadap penerapan disiplin orangtua berpengaruh pada tingkat prokrastinasi akademik remaja. Hubungan antara penerapan disiplin demokratis orangtua dengan tingkat prokrastinasi akademik adalah berlawanan. Orang tua yang demokratis dalam menentukan peraturan-peraturan terlebih dahulu akan memperhatikan keadaan, perasaan dan pendapat anak, selalu bermusyawarah dalam mencari jalan keluar suatu permasalahan apapun termasuk masalah akademik.

2) Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan yang tingkat pengawasannya rendah atau kurang akan menyebabkan timbulnya kecendrungan prokrastinasi, dibandingkan dengan lingkungan yang penuh pengawasan (Burka & Yuen, 1982).





Berdasarkan keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu dan faktor eksternal berupa faktor di luar diri individu. Faktor tersebut dapat memunculkan perilaku prokrastinasi maupun menjadi faktor kondusif yang akan menjadi faktor kondusif yang akan menjadi perantara sehingga perilaku prokrastinasi akademik seseorang semakin meningkat dengan adanya faktor tersebut.

## B. Resiliensi

### 1. Pengertian Resiliensi

Terdapat banyak definisi tentang resiliensi yang dikemukakan oleh para ahli. Martin & Marsh (2003), resiliensi akademik adalah kemampuan untuk menghadapi kejatuhan (*setback*), stres atau tekanan secara efektif pada *setting* akademik. Artinya, kemampuan resiliensi akademik adalah kemampuan seseorang untuk bertahan menghadapi kesulitan secara efektif sehingga ia mampu mencapai keberhasilan.

Reivich dan Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan seseorang untuk bertahan, bangkit dan menyesuaikan dengan kondisi yang sulit, bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesulitan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya. Menurut Werner (dalam Desmita, 2012) resiliensi adalah kapasitas untuk merespon secara sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma, dimana hal itu penting untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari. Menurut

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Edith Grotberg (1995), resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menilai, mengatasi, dan meningkatkan diri ataupun mengubah dirinya dari keterpurukan atau kesengsaraan dalam hidup. Setiap orang pasti mengalami kesulitan ataupun sebuah masalah dan tidak ada seseorang yang hidup di dunia tanpa suatu masalah apapun.

Menurut Bolig & Weddle (dalam Holaday, 1997) mengatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi mampu untuk secara cepat kembali kepada kondisi sebelum trauma, terlihat kebal dari berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan yang negatif, serta mampu beradaptasi terhadap stres yang ekstrim dan kesengsaraan.

Newman (2005), menyatakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk beradaptasi saat menghadapi tragedi, trauma, kesulitan, serta *stressor* dalam hidup yang bersifat signifikan. Menurut Luthar & Cichetti (dalam Newman, 2005) mengatakan bahwa resiliensi lebih diasosiasikan dengan kemampuan menjaga hubungan baik dengan orang lain, memiliki pandangan yang optimis terhadap kehidupan, memiliki tujuan, dan mengambil langkah untuk mencapainya hingga menjadi individu yang percaya diri.

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mampu bertahan, mengatasi dan meningkatkan dirinya dari peristiwa buruk atau musibah dengan secara sehat serta mampu memperbaiki diri sehingga mampu menghadapi masalah dan bisa mengambil pelajaran dari apa yang terjadi untuk bisa bangkit dari keterpurukan.



## 2. Aspek Resiliensi

Martin dan Marsh (2003) memaparkan lima aspek dari resiliensi, yaitu:

### a. Keyakinan (*self-belief*)

Individu yang resilien adalah individu yang memiliki kepercayaan terhadap dirinya, individu yang mampu mengembangkan kepercayaan dirinya untuk meraih kesuksesan. Individu yang tidak percaya pada dirinya sendiri sering mengalami kecemasan, merasa gugup dan selalu khawatir serta memiliki perasaan yang tidak enak terhadap apa yang dikerjakan. Mereka juga memiliki rasa takut yang berlebih apabila tugas yang mereka kerjakan tidak memperoleh hasil yang baik. Dibandingkan dengan individu yang tidak percaya terhadap dirinya, individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi mampu membangun pola pikir yang baik, dan mampu fokus pada perbaikan dirinya.

### b. Kontrol (*Control*)

Kontrol berasal dari dorongan-dorongan di dalam diri individu yang mampu membawa individu untuk meningkatkan pekerjaan dan strategi belajar yang efektif sehingga memberikan dampak positif bagi prestasi individu. Individu dengan kontrol diri rendah sering merasa tidak yakin melakukan suatu pekerjaan dengan baik.

### c. Ketenangan (*low anxiety*)

Individu yang resilien adalah individu yang mampu untuk tetap tenang meskipun berada di bawah tekanan. Individu yang tenang dapat



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

mengendalikan dirinya dan dapat mengatasi rasa takut yang mampu membuat individu merasa cemas sehingga individu mampu mempercepat dalam memecahkan masalah.

d. Perencanaan (*planning*)

Individu yang resilien adalah individu yang memiliki perencanaan dalam mencapai tujuan, dengan adanya perencanaan dalam suatu usaha serta strategi individu dapat mendapatkan hasil yang baik dalam hal-hal yang sedang dia hadapi. Perencanaan sangat diperlukan bagi mahasiswa agar mampu menggunakan waktu dengan baik dalam mencapai suatu tujuan.

e. Komitmen (*persistence*)

Komitmen adalah kemampuan untuk terus mengejar tujuan, mengatasi hambatan dengan mengembangkan keterampilan, menjadikan kekecewaan sebagai motivasi untuk sukses dan berusaha meraih tujuan yang diinginkan. Dengan adanya komitmen di dalam diri individu, dapat memberikan aspek-aspek positif dalam kehidupannya dan individu akan mampu memahami masalah yang dihadapi walaupun sulit atau menantang untuk diselesaikan.

Kelima aspek dari resiliensi yang telah dikemukakan diatas, akan menjadi konstruk atau dasar dalam penyusunan alat ukur pada penelitian ini. Alat ukur tersebut berupa skala yang disusun berdasarkan kelima indikator tersebut.



### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Menurut Everall, et al., (dalam Lestari 2007) memaparkan tiga faktor yang mempengaruhi resiliensi, yaitu :

#### a. Faktor individual

Faktor individual meliputi kemampuan kognitif individu, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial yang dimiliki individu.

#### b. Faktor keluarga

Faktor keluarga meliputi dukungan yang bersumber dari orang tua, yaitu bagaimana cara orang tua untuk memperlakukan dan melayani anak. Selain dukungan dari orang tua struktur keluarga juga berperan penting bagi individu.

#### c. Faktor komunitas

Faktor komunitas meliputi kemiskinan dan keterbatasan kesempatan kerja.

### C. Kerangka Berpikir

Skripsi merupakan karya ilmiah yang wajib disusun oleh para mahasiswa strata satu pada suatu lembaga perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana. Selama mengerjakan skripsi, mahasiswa banyak menghadapi masalah dan hambatan. Oleh karena itu tidak sedikit dari mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi banyak yang menunda untuk mengerjakan skripsi tersebut.

Masalah yang sering dihadapi oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi misalnya adanya rasa malas, kesulitan mencari referensi, kurangnya



dukungan, ketidakmampuan mengatur waktu, lebih senang melakukan hal yang bersifat menghibur daripada mengerjakan skripsi. Masalah-masalah tersebut sering dijadikan mahasiswa sebagai suatu hambatan yang mengakibatkan muncul perasaan tertekan selama mengerjakan skripsi, mengancam dan tidak menyenangkan bagi mahasiswa dan akhirnya mengalami kecemasan dan kekhawatiran terhadap sesuatu yang mungkin terjadi yaitu kegagalan. Mahasiswa yang tidak mampu mengendalikan masalah-masalah tersebut dengan baik, maka jalan keluar yang akan mereka lakukan adalah dengan cara menghindari dari hal yang berkaitan dengan pengerjaan skripsi. Penundaan atau atau penghindaran tugas yang kemudian disebut sebagai prokrastinasi.

Menurut Ferrari (1995), prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif, dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang sia-sia. Tugas-tugas ataupun skripsi menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya tidak maksimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang.

Prokrastinasi merupakan suatu kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal ini terjadi karena seseorang takut akan gagal yang meliputi kecemasan, perfeksionis dan kepercayaan diri yang rendah, ketidaksenangan terhadap tugas yang meliputi tidak suka pada aktivitas akademik dan adanya rasa malas. Ghufroon dan Risnawita (2012) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik ada dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari kondisi fisik dan kondisi psikologis,



sedangkan faktor eksternal terdiri dari gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Solomon & Rothblum (1984) menjelaskan bahwa ada dua alasan yang menjadi penyebab mungkin terjadi prokrastinasi yaitu takut gagal yang meliputi kecemasan, perfeksionis dan kepercayaan diri yang rendah, ketidaksenangan terhadap tugas yang meliputi tidak suka pada aktivitas akademik dan kurang bertenaga atau rasa malas.

Burka dan Yuen (1982), mengatakan bahwa mereka yang takut gagal karena mereka berpikir bahwa jika mereka bertindak, tindakan itu akan membawa mereka ke dalam kesulitan, akan ada konsekuensi yang berbahaya dihadapi. Ketakutan akan kegagalan itu mengakibatkan seseorang melakukan penghindaran terhadap tugas atau aktivitas sehingga melakukan penundaan. Kegagalan akan sesuatu akan menjadikan seseorang khawatir dan merasa cemas.

Sebagian mahasiswa mereka mampu untuk beradaptasi dengan baik terhadap masalah dan kesulitan yang mereka hadapi, dan ada sebagian mahasiswa yang kurang mampu beradaptasi dengan baik terhadap masalah yang dihadapi. Khusniatun (2014) menyatakan bahwa bagi mahasiswa yang mampu beradaptasi dengan baik terhadap masalah yang sedang dihadapi, maka individu tersebut akan menghasilkan performa-performa positif dalam hidupnya, sebaliknya mahasiswa yang kurang mampu beradaptasi dengan masalah akan tetap berada dalam ketidaknyamanan atau keadaan yang tidak menyenangkan. Istilah yang menggambarkan kualitas pribadi yang memungkinkan individu dan komunitasnya tetap tumbuh walaupun berada dalam ketidakberuntungan itu disebut dengan resiliensi.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Martin dan Marsh (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan seseorang untuk menghadapi kejatuhan (*setback*), stres atau tekanan secara efektif pada setting akademik. Desmita (2012), berpendapat bahwa resiliensi merupakan kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkannya untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. Resiliensi membuat hidup individu menjadi lebih kuat artinya resiliensi akan membuat seseorang berhasil menyesuaikan diri dalam berhadapan dengan kondisi yang tidak menyenangkan, serta dapat mengembangkan kompetensi sosial, akademis, vokasional sekalipun berada pada kondisi yang sulit.

Setiap mahasiswa harus memiliki resiliensi di dalam dirinya, apalagi mereka mempunyai kewajiban untuk menyelesaikan skripsinya. Hal itu karena mahasiswa yang memiliki resiliensi dalam mengerjakan skripsi mampu untuk memecahkan masalah, menghentikan pemikiran negatif, percaya kepada diri sendiri untuk mampu menyelesaikan skripsi, optimis, dan mampu untuk mengatasi kesulitan-kesulitan yang ada.

Mahasiswa yang mempunyai tingkat resiliensi yang rendah akan cenderung membutuhkan waktu lebih lama untuk mampu menerima segala cobaan yang datang dan sebaliknya jika tingkat resiliensi mahasiswa tinggi maka akan cenderung lebih kuat dan segera bangkit dari keterpurukan serta berusaha mencari solusi terbaik untuk memulihkan keadaannya (Muniroh, 2010). Mahasiswa yang menganggap bahwa mengerjakan skripsi sebuah tantangan,

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

maka mahasiswa tersebut akan cepat menyelesaikan pengerjaan skripsinya. Sebaliknya, jika resiliensi rendah maka akan terpuruk dalam keadaan tersebut dan melakukan prokrastinasi atau menunda-nunda. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Khusniatun (2014) yang menyebutkan bahwa resiliensi memiliki hubungan negatif dengan perilaku prokrastinasi, yang artinya semakin tinggi resiliensi mahasiswa kecenderungan prokrastinasi akan semakin rendah sebaliknya semakin rendah resiliensi mahasiswa, maka kecenderungan prokrastinasinya akan semakin tinggi.

Ketika menghadapi kesulitan ataupun kendala yang menghambat pengerjaan skripsinya mahasiswa akan berusaha menghadapi kesulitan atau kendala tersebut dan tidak membiarkan kesulitan atau kendala tersebut terus ada. Lain halnya dengan mahasiswa yang di dalam dirinya tidak terdapat resiliensi, mereka akan menghindari dari masalah yang dihadapi, mengabaikan dan lain-lain sehingga kesulitan atau kendala tersebut tidak dapat diselesaikan.

Oleh sebab itu, resiliensi sangat penting dalam kehidupan mahasiswa. Dengan adanya resiliensi, mahasiswa mampu untuk mengatasi masalah tersebut, bertahan, dan belajar dari masalah yang ada. Muniroh (2010), mengatakan mahasiswa yang mempunyai tingkat resiliensi yang rendah akan cenderung membutuhkan waktu lebih lama untuk mampu menerima segala cobaan yang datang dan sebaliknya jika tingkat resiliensi mahasiswa itu tinggi maka akan cenderung lebih kuat dan segera bangkit dari keterpurukan serta berusaha mencari solusi terbaik untuk memulihkan keadaannya.



#### D. Hipotesis

Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah : Ada hubungan signifikan antara resiliensi dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

##### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.