

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian pustaka

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Makhinudin (2019), Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa di program studi sarjana ilmu keperawatan Fakultas ilmu Kesehatan, menunjukkan bahwa memiliki *korelasi* positif yang aman antara prokrastinasi akademik dengan pengelolaan waktu, sulit berkonsentrasi, dan bosan terhadap tugas. Artinya dalam mengerjakan tugas akademik mahasiswa cenderung menunda-nunda tugasnya dipengaruhi oleh pengelolaan waktu yang buruk, sulit berkonsentrasi serta bosan terhadap tugas.

Dalam penelitiannya Nisa et al (2018), Manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan. Hasil eksplorasi didapatkan $p\text{-esteem } 0,001 < 0,005$ yang berarti ada hubungan antara pemanfaatan waktu secara produktif dengan keragu-raguan skolastik. Responden dengan efektifitas penggunaan waktu rendah sebanyak 50,7% (37 responden) dengan tingkat pendidikan rendah 1,36% (1 responden), menunda belajar sedang 10,95% (8 responden) dan berlama lama 38,35% (28 responden). Dari hasil pemeriksaan ini, cenderung disimpulkan bahwa menggunakan waktu secara produktif sangat menarik untuk belajar. Jadi semakin tinggi penggunaan waktu secara produktif, semakin rendah

ketangguhan skolastik, begitu pula sebaliknya, semakin rendah penggunaan waktu produktif, semakin tinggi pula kemandekan keilmuan.

Reswita (2019), dalam penelitian Hubungan Antara Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PG-PAUD FKIP UNILAK menyebutkan adanya hubungan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dengan signifikansi 0,022. Artinya ada hubungan yang erat antara manajemen waktu dengan prokrastinasi.

2.2 Konsep Mahasiswa

2.2.1 Definisi Mahasiswa

Mahasiswa menurut KBBI (2021) yaitu individu yang mencari ilmu pada Pendidikan tinggi di Universitas. Mahasiswa merupakan individu yang terdaftar dan belajar di suatu perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Wibowo, 2018).

2.2.2 Ciri-ciri Mahasiswa

Mahasiswa sebagai keluarga masyarakat dengan mempunyai karakteristik tertentu, antara lain (Wibowo, 2018) :

- 1) Memiliki kemampuan dan kesempatan untuk berkonsentrasi di sekolah, dengan tujuan agar mereka dapat didelegasikan menjadi orang-orang yang berilmu.
- 2) Dengan terbukanya pintu-pintu di atas, dipercaya nantinya mereka akan benar-benar ingin menjadi pionir yang fit dan berbakat, baik sebagai pionir daerah maupun di lapangan.

- 3) Diandalkan sebagai pendorong utama yang unik bagi siklus modernisasi.
- 4) Diharapkan memiliki pilihan menginjak lapangan menjadi seorang pengajar yang mumpuni dan mahir.

Melihat gambaran tersebut, maka diduga kalau kualitas mahasiswa adalah: Memiliki keahlian dan peluang untuk berkonsentrasi pada pendidikan lanjutan, yang nantinya akan menjadi pionir yang kompeten dan berbakat, diharapkan menjadi dorongan utama yang kuat, seharusnya menjadi tenaga kerja yang bersertifikat dan mahir.

2.2.3 Peran dan Fungsi Mahasiswa

Menurut Cahyono (2019) Peran dan fungsi mahasiswa adalah sebagai berikut:

a. Iron Stock

Seorang wajib mampu menggantikan para pemimpin di dalam pemerintahan kelak, yang artinya mahasiswa harus menjadi generasi lanjutan dan bisa memimpin sebuah bangsa suatu saat nanti.

b. Agent Of Change

Seorang terpelajar harus mampu jadi bagian dari pelaku perubahan. artinya, kalau terdapat kesalahan bila terdapat disekitar tempat tinggalnya, mahasiswa harus bisa untuk mengubah keadaan sama seperti yang diinginkan sebenar-sebenarnya.

c. *Social Control*

Mahasiswa dituntut dapat mengendalikan kondisi umum di dalam lingkungan sekitarnya (warga). bukan hanya ahli di keilmuan akademisnya, namun harus pandai berkerja sama dengan sekitarnya.

d. *Moral Force*

Seorang yang terdidik wajib menjaga nilai adab yang ada. Jika dalam kehidupan sekitarnya terdapat hal yang tidak sesuai dengan nilai moral, mahasiswa harus mampu mengubah dan memperbaiki kembali kondisi sesuai dengan yang diharapkan.

2.2.4 Karakteristik Perkembangan Mahasiswa

Layaknya transisi yang terjadi dari sekolah dasar ke sekolah menengah yang jelas termasuk perubahan dan kemungkinan perubahan mental, serta kemajuan dari sekolah menengah ke sekolah menengah perguruan tinggi. Dalam beberapa hal, perubahan yang terjadi dari kedua masa tersebut hampir sama, dimana melibatkan perubahan dalam struktur baru yang semakin luas serta memiliki karakter universal, contohnya sosialisasi bersama beberapa anggotanya yang berasal luar tempat yang biasanya ditemui serta terjadi bertambahnya kesadaran kepada tujuan pencapaian akademik dan non akademik (Santrock, 2013).

Sekolah tinggi bisa merubah masa bertemunya intelektualitas dan perkembangan kepribadian. Mahasiswa dapat adaptasi saat berespon terhadap kurikulum yang menampilkan pengalaman dan

perspektif baru, misalnya, kepada siswa yang berbeda yang memiliki berbagai kualitas dan perspektif, kepada siswa yang memiliki berbagai masyarakat, dan kepada guru yang memberikan hal baru. Keputusan sekolah dapat mengatasi pengejaran akan keinginan dan tekad yang menggebu dan awal karier di masa depan (Papalia *et al*, 2014).

Menurut Saputro (2018) karakteristik masa perkembangan dari remaja lanjut atau remaja akhir (dari usia 18 tahun sampai 21 tahun) bisa dilihat dari tugas perkembangannya yaitu sebagai berikut:

- a. Mampu menyadari kondisi fisiknya; perubahan secara fisiologis dan organis yang terjadi secara signifikan di tahun-tahun sebelumnya, di akhir masa muda itu sangat baik mungkin lebih menetap. Konstruksi dan penampilan sebenarnya tetap dan harus diakui apa adanya. Frustrasi tentang keadaan tertentu saat ini bukanlah sesuatu yang menjengkelkan lagi dan mulai mengakui apa yang terjadi.
- b. Mendapat kebebasan secara mental; pubertas akhir adalah cara paling umum untuk memisahkan diri dari ketergantungan yang mendalam pada individu terdekat dalam hidupnya. Transendensi keadaan dekat dengan rumah dalam mentalitas dan kegiatan mulai berkoordinasi dengan kemampuan yang berbeda dan ternyata lebih mantap dan terkontrol. Siap

menawarkan sudut pandang dan sentimen mereka dengan watak yang sesuai iklim dan peluang besar.

- c. Dapat bergaul; hubungan sosial remaja mulai berkembang dengan baik Bersama teman seangkatannya ataupun dengan orang baru yang unik secara pandainya bergaul. Memperllihatkan dan mengadaptasikan keahlian dalam bergaul dengan arah pemahaman sesuai dengan adab yang berlaku dalam lingkungannya.
- d. Berhasil bertemu panutan untuk di analisis; terhadap interaksi menuju perkembangan individu, angka bukti yang dapat dikenali dapat menjadi variabel yang signifikan, tanpa gambar ID muncul kekacauan tentang moduel yang akan ditampilkan dan memberikan panduan tentang metode yang paling mahir untuk bertindak dengan baik.
- e. Paham dan memahami keahliannya sendiri; kapasitas dan evaluasi objektif dari keadaan sendiri dimulai mengembangkan. Kekurangan dan kekecewaan yang datang dari bangsa ini tidak akan pernah dari titik ini ke depan memiliki pilihan untuk memutar kembali kapasitasnya dari halangan karakter dan pencapaian yang harus dicapai.
- f. Penguatan penguasaan diri atas berdasarkan nilai dan standar; kualitas individu mendapat dari standar saat memainkan perubahan aktivitas menjadi menyesuaikan diri dengan standar

terlepas dari dirinya. Baik yang terkait dengan sosial maupun kebajikan. Kualitas individu harus diubah sesuai dengan kualitas umum dengan cara yang baik juga terpakai di lingkungan.

- g. Tidak lagi bertingkah dan cara beradaptasi kekanak-kanakan; dalam usia remaja barulah bergeser ke dunia dewasa. Kebiasaan secara psikologis mulai ditinggalkan dan mampu memantapkan dirinya. Dapat dikatakan bahwa periode ini adalah periode persiapan menuju arah perkembangan selanjutnya.

Setelah melalui tahap remaja, individu akan dihadapkan pada masa remaja awal. Pada masa ini, individu telah memiliki arah dan kepribadian masing-masing. Dalam Hurlock (2011) karakteristik tahap dewasa awal adalah sebagai berikut:

- a. Tahap dewasa dini adalah tahap pengaturan

Usia dewasa baru disinggung sebagai tahap administrasi. Dalam tahap ini seorang mahasiswa memiliki kewajiban untuk menjadi orang dewasa. Dan itu menyiratkan bahwa seorang pria telah membentuk bidang pekerjaan yang diuraikan sebagai profesinya. sementara wanita telah dihadapkan dengan kewajiban menjadi seorang ibu dan berurusan dengan keluarga.

b. Masa dewasa dini adalah usia produktif

Keluarga merupakan peran sangat berpengaruh di hidup orang dewasa. Individu yang menikah dihadapkan dalam peran menjadi orang tua ketika usia dua puluh atau tiga puluh tahun.

c. Tahap dewasa dini adalah tahap bermasalah

Pada tahun dewasa mulai menjadi banyak masalah yang muncul dan harus dilihat oleh orang tersebut. Masalah ini berasal dari berbagai aspek dan tidak sama dengan masalah yang telah mampu sebelumnya.

d. Masalah dewasa dini adalah masalah ketegangan emosional.

Di tahap ini individu sudah memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan baik dan lebih terukur dan akurat.

e. Tahap dewasa adalah tahap menjauhnya dari sosial

Keadaan asing diartikan terdapat motivasi bertarung serta keinginan yang tegas untuk berubah dan berkarir, sehingga keramahan tahap remaja digantikan dengan saing di lingkungan yang lebih dewasa.

f. dewasa dini adalah masa komitmen

Seorang individu yang dewasa akan mengalami perbedaan, yang berarti mereka akan mempunyai tanggung jawab dan komitmennya masing-masing.

h. Masa dewasa dini adalah masa ketergantungan

Terlepas dari kenyataan bahwa mereka telah berada dalam status dewasa, banyak individu benar-benar bergantung pada seseorang khususnya dalam perubahan zaman. Ketergantungan dapat berasal dari individu yang menanggung biaya pelatihan.

i. Masa dewasa dini adalah masa perubahan nilai

Penyesuaian nilai-nilai berasal dari beberapa faktor khususnya, kehadiran yang perlu dirasakan oleh orang dewasa, individu memahami bahwa dalam pertemuan harus memiliki aturan berdasarkan nilai-nilai dalam kondisi perilaku dan keyakinan.

j. Tahap kematangan dini adalah adaptasi seseorang dengan kehidupan baru,

Perubahan gaya hidup dalam tahap dewasa awal yang paling dan nampak adalah disaat perkawinan dan menjadi orang tua

k. Masa dewasa dini adalah masa yang kreatif.

Individu dewasa tidak terpaku pada keharusan dan peraturan orang tua ataupun dosen-dosennya sehingga bebas dalam berbuat dan berkreasi sesuai yang mereka inginkan sesuai dengan minat dan kemampuan.

Dari teori tersebut ditarik kesimpulan bahwa ciri pada mahasiswa adalah tampilan fisik yang sudah menjadi gangguan beraktifitas di dalam kampus, mulai memiliki kecerdasan dan kemampuan yang tinggi untuk masa depan, kesempatan besar dalam

pasangan dan memutuskan kepribadian untuk masa depan, dekat dengan kesempatan rumah dalam bergaul dan memutuskan karakter. Mahasiswa juga berkeinginan untuk bisa berprestasi di kampus, bertanggung jawab dan mandiri dalam menyelesaikan tugasnya, dan berpedoman dalam hal nilai dan norma di lingkungan kampus dan masyarakat.

2.2.5 Mahasiswa Tingkat 1

Mahasiswa tingkat 1 merupakan transisi dari sekolah ke perguruan tinggi yang memerlukan adaptasi agar dapat terbiasa di lingkungan kampus, manajemen waktu sebaik mungkin juga perlu dilakukan oleh mahasiswa sehingga dapat mengikuti semua kegiatan akademik seperti mengerjakan tugas individu, bekerja sama dalam tugas kelompok, mendapatkan nilai sebaik-baiknya (Nur dalam Maulina et al, 2018). Mahasiswa tingkat 1 diuntut agar segera dapat beradaptasi dengan lingkungan kampusnya agar dapat memenuhi seluruh aktivitas akademiknya.

Lingkungan dalam Roy (1997) Semua keadaan, kondisi, dan dampak di sekitar orang yang dapat mempengaruhi pergantian peristiwa dan perilaku orang dan pertemuan. kerangka variasi manusia dipandang sebagai sesuatu yang menghubungkan yang mengisi sebagai unit untuk mencapai tujuan. Perubahan pada mahasiswa tingkat 1 di lingkungan barunya diharapkan dapat

memberikan dampak positif agar dapat terbiasa dan mendapatkan kinerja yang maksimal khususnya di bidang akademik.

Kerangka transformasi manusia adalah sesuatu yang kompleks, memiliki banyak faktor dan juga merupakan reaksi terhadap dorongan ekologis untuk mencapai variasi. Dalam menyesuaikan diri dengan dorongan alami, orang memiliki kemampuan untuk membuat perubahan iklim (Roy, 1997) Kegagalan dalam proses adaptasi dan penyesuaian diri pada mahasiswa tingkat 1 dikhawatirkan dapat mempengaruhi prestasi akademik, fenomena yang sering terjadi dalam proses akademik ialah salah satunya menunda sebuah tugas. Fenomena ini biasa disebut prokrastinasi akademik.

2.3 Konsep Teori Calista Roy

Menurut Roy (1997) Ada empat aspek dari teori adaptasi : manusia sebagai penerima Asuhan keperawatan, Konsep lingkungan, Konsep sehat dan Keperawatan. diantara keempat aspek tersebut saling memberikan pengaruh satu sama lain karena merupakan suatu system.

1. Manusia

Orang-orang adalah pusat mendasar yang harus dipertimbangkan dengan alasan bahwa orang adalah penerima manfaat dari asuhan keperawatan, baik itu orang, keluarga, pertemuan atau jaringan, yang dipandang sebagai "Semua mencakup Sistem Adaptif". Di mana "All

encompassing Adaptive System" ini merupakan perpaduan antara ide kerangka kerja dan gagasan transformasi.

a. Konsep Sistem

Orang-orang sebagai semua hewan yang mencakup yang dalam kerangka kerja tempat tinggal mereka akan terus-menerus bekerja sama dengan keadaan mereka saat ini, di mana di antara mereka akan ada perdagangan data, "materi" dan energi. Atribut kerangka kerja adalah input, hasil, kontrol dan kritik.

b. Konsep Adaptasi

Hasil dalam kerangka variasi ini adalah sebagai reaksi perilaku individu yang dapat dikonsentrasikan oleh perawat medis baik secara tidak memihak maupun abstrak. Reaksi perilaku ini dapat menjadi kritik bagi individu dan keadaannya saat ini. Hasil dari kerangka transformasi ini adalah sebagai reaksi serbaguna dan reaksi yang menarik. Reaksi serbaguna dapat bekerja pada kepercayaan individu sementara reaksi yang tidak efektif tidak dapat menjunjung tinggi pencapaian tujuan pengobatan individu..

Teknik bertahan hidup yang mengilustrasikan masa pengaturan seseorang dalam kerangka variasi ini. Beberapa beradaptasi terdapat dari turun temurun, misalnya, WBC (trombosit putih) sebagai benteng tubuh terhadap keberadaan mikroorganisme, sementara beberapa koping yang berbeda ada yang merupakan konsekuensi dari belajar, misalnya, memanfaatkan pembunuh kuman untuk membersihkan

cedera. Dalam sistem kontrol ini, disinggung oleh ungkapan "Controller" dan "Cognator". Pemancar kerangka administrasi adalah substansi, otak atau kerangka kerja yang mengkhawatirkan dan endokrin, yang dapat menjawab akibatnya terhadap perubahan pada orang tersebut. Reaksi kerangka administrasi ini dapat memberikan kritik pada kerangka kognator. Kursus pengendalian kognator ini terkait erat dengan kerja pikiran sejauh kemampuan membedakan atau menangani data, navigasi, dan perasaan.

2. Lingkungan

Peningkatan yang datangnya dari seseorang dan dilingkungannya adalah komponen iklim. Iklim adalah setiap keadaan, kondisi, dan dampak di sekitar orang yang dapat mempengaruhi pergantian peristiwa dan perilaku orang dan pertemuan. Untuk situasi ini, ditekankan bahwa iklim dapat dimaksudkan untuk bekerja pada fleksibilitas orang atau membatasi bahaya yang akan terjadi pada orang untuk berubah.

3. Sehat

Sehat adalah "A State and a process of being and becoming an integrated and whole person". Kejujuran seseorang dapat di lihatkan oleh kapasitas untuk mendukung pengembangan, regeneratif dan "dominasi". Asuhan keperawatan mengingat model ini berharap untuk bekerja pada kesejahteraan orang tersebut dengan memperluas reaksi serbagunanya..

4. Keperawatan

Tujuan keperawatan adalah untuk bekerja pada reaksi serbaguna individu dan menolak reaksi kuat orang tersebut, baik dalam keadaan musnah maupun padat. Selain mengembangkan kesejahteraan lebih lanjut dalam semua proses kehidupan, keperawatan juga berarti menyampaikan orang tersebut ke kematian yang tenang. Untuk mencapai tujuan seperti itu, petugas harus memiliki opsi untuk mengontrol peningkatan pusat, berorientasi konteks dan sisa yang ada pada orang tersebut, dengan nol dalam mendukung dorongan pusat, yang merupakan peningkatan yang paling penting.

2.4 Konsep Akademik

2.4.1 Definisi Akademik

Akademik atau akademis merupakan kemampuan, kecakapan dan prestasi yang didapatkan seseorang pelajar dalam menempuh ilmu, Kapasitas ini dapat meningkat setelah beberapa waktu karena pengalaman pendidikan dan bukan karena siklus pengembangan (Kusuma, 2018)

2.5 Konsep Prokrastinasi

2.5.1 Definisi Prokrastinasi

Prokrastinasi yaitu sifat seseorang untuk ragu pada tugas atau bekerja pada suatu usaha dan lebih memilih melakukan latihan sia-sia lainnya. Jadi dalam banyak kasus terhambat dalam menyelesaikan tanggung jawab. (Makhinudin, 2019)

2.5.2 Penyebab Prokrastinasi

Menurut Agustian dalam Yolanda (2018) faktor penyebab seseorang menunda tugas (prokrastinasi) yaitu:

a. Stres

Pada titik ketika individu berada di dalam keadaan tekanan, kegelisahan, kegugupan, dan sebagainya, menjadi pekerjaan atau kegiatan yang bermanfaat tidak dapat disangkal menantang. Dalam keadaan seperti itu, keragu-raguan berubah kedalam opsi yang paling sering dipilih

b. Rasa malas

Menunda-nundapun sering terjadi disebabkan mahasiswa sering merasakan lelah fisiologis dan emosional. Penundaan dilihat sebuah waktu untuk beristirahat sejenak, tetapi sebenarnya ini adalah jebakan. Ketika seseorang berhenti, kecenderungan untuk berbalik kemudian dan akan semakin tidak sanggup. Akibatnya muncul rasa malas.

c. Hilangnya motivasi

Rendahnya inspirasi atau hilangnya inspirasi, adalah salah satu alasan mengapa seseorang tidak sulit untuk tinggal sampai berubah menjadi kecenderungan. Inspirasi yang rendah bergabung dengan keengganan dalam menyelesaikan sesuatu, merasa lelah, dan semacamnya. Akibatnya, ketika seseorang

membutuhkan atau kehilangan inspirasi, itu harus segera dikalahkan.

d. Buruknya manajemen diri

Administrasi diri ini terhubung dengan disiplin dalam waktu, yang mengerikan seperti melompat pada kesempatan untuk terlambat, lupa menyelesaikan pekerjaan tepat waktu, dll. Administrasi yang malang saat ini, benar-benar merusak temperamen dan watak Anda. Dengan demikian, individu suka mencoba-coba pekerjaan mereka.

e. Kurang keterampilan

Munculnya watak menunda-nunda juga bisa karena tidak adanya kemampuan khusus. Faktanya adalah informasi yang sebenarnya sangat penting bagi mahasiswa agar menyelesaikan aktivitas atau kegiatannya. Sangat mudah bagi mahasiswa untuk bertanya-tanya apakah akan memulai atau tidak sampai mereka akhirnya memilih untuk menundanya.

f. Perfeksionis

Penjelasan lain yang suka dilontarkan individu adalah karakter fussybudget. Seorang individu mempertahankan bahwa harus melakukan segalanya tanpa cela dengan hasil akhirnya lebih fokus pada melakukan pengaturan untuk duduk rapat untuk kesempatan yang sempurna. Meskipun demikian, Anda ingin menyadari bahwa fussybudgets adalah resep utama untuk stres

dan menyebabkan sifat buruk yang terus-menerus mengulur-ulur waktu.

2.5.3 Tipe-tipe Prokrastinasi

Tipe-tipe Prokrastinasi Menurut Basco dalam Wibowo (2018) ada enam jenis seorang penunda pekerjaan antara lain:

- a. Para penghindar, atau setidaknya, seseorang yang beraktivitas berlama-lama untuk mengalahkan ketegangan dan kekecewaan dengan menangguhkan kewajiban sejauh ini akan mungkin.
- b. Para penunda yang tidak dapat menangani pekerjaan mereka, atau setidaknya, individu yang salah menilai waktu yang diharapkan agar membereskan kegiatannya dan salah menilai ritme until dapat diakses, individu memiliki kesulitan mendefinisikan batas, ketika mereka memiliki jumlah tugas yang berlebihan untuk dilakukan.
- c. Prokrastinator yang mempertanyakan diri sendiri, atau setidaknya, orang-orang yang enggan mencapai sesuatu karena tidak adanya kepercayaan pada kapasitas mereka dan mereka takut melakukan kesalahan atau kekecewaan.
- d. Penundaan antara jenis individu antara lain, seseorang dengan membiarkan berlama-lama sebagai metode dapat menyatakan hal.
- e. Melakukan penundaan menang besar atau bangkrut, misalnya orang-orang yang mengambil jumlah berlebihan dari pekerjaan

tanpa henti dengan kecepatan maksimum sampai mereka kehabisan solidaritas, mirip dengan pekerja yang mengabaikan diri mereka sendiri yang mencoba melakukan segalanya sampai mereka kewalahan dan akhirnya berhenti dari segalanya.

- f. Para penunda menyenangkan pencari, atau setidaknya, penunda yang memutuskan untuk melakukan sesuatu yang luar biasa untuk diri mereka sendiri sebagai lawan untuk menyelesaikan tanggung jawab mereka terlepas dari kenyataan bahwa mereka menyadari bahwa mereka memiliki keterbatasan waktu dan mulai menggunakan semua waktu yang tersedia. Orang-orang yang memiliki tempat dengan jenis ini dalam beberapa kasus menyebut diri mereka lamban atau tidak termotivasi.

Cenderung dianggap bahwa ada enam jenis keraguan, khususnya: penghindaran, penunda yang tidak dapat menangani pekerjaan mereka, procrastinator yang mempertanyakan diri sendiri, antara procrastinator semacam pribadi, penunda semacam pribadi, penunda menang besar atau bangkrut, dan keraguan yang mencari kesenangan.

2.6 Konsep Prokrastinasi Akademik

2.6.1 Definisi Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik merupakan menunda untuk diselesaikan dari semacam tugas yang tepat yang terkait dengan tugas-tugas skolastik atau eksekusi skolastik, misalnya menyusun

makalah, memahami bahan bacaan, membayar biaya pendidikan menyusun makalah, pergi ke alamat, mengerjakan pekerjaan rumah atau pelatihan, membaca untuk ulangan, mengembalikan buku perpustakaan, atau membuat makalah logis (Wibowo, 2018).

2.6.2 Indikator Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dalam Wibowo (2018) prokrastinasi akademik terdapat dalam indikator berikut :

1. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi. Seorang individu dengan sengaja berlaku menunda menyadari bahwa tugas yang dia hadapi wajib terselesaikan dan berharga untuk dirinya sendiri, namun dia sengaja menundanya agar mewujudkan keinginan lain atau menunda untuk menyelesaikannya jika dia telah melakukannya sebelumnya.
2. Keterlambatan/kelambanan dalam tugas. Seorang yang melakukan stalling membutuhkan lebih banyak waktu untuk menyelesaikan pekerjaan.
3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual. Keraguan mengalami masalah menyelesaikan pekerjaan dengan *deadline* yang telah ditetapkan. Prokrastinator umumnya akan lebih banyak mengalami penundaan dalam mematuhi batasan waktu yang telah ditentukan sebelumnya, baik dari dari faktor luar ataupun *planning* diputuskan sendiri.

4. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas. Seorang penunda cenderung menghindari pekerjaannya, namun memanfaatkan kesempatannya untuk melakukan latihan yang berbeda yang dipandang lebih *tomfoolery* dan membawa pengalihan, seperti memahami makalah, majalah, atau buku cerita yang berbeda, menatap televisi, bermain game komputer, mengunjungi dengan teman-teman, pergi dengan teman-teman wanita, dan memperhatikan musik, sehingga waktu yang dia butuhkan buat melakukan pekerjaan yang dia butuhkan untuk menyelesaikan.

Mengingat penggambaran di atas, cenderung beralasan bahwa tanda-tanda skolastik yang masih ada menurut Ferrari di Wibowo (2018) mengingat menunda untuk bergerak dan menyelesaikan pekerjaan pada pekerjaan utama, keterlambatan dalam berurusan dengan dan mengumpulkan usaha, keterlambatan di antara rencana dan eksekusi yang tulus, dan melakukan latihan yang berbeda yang lebih menawan daripada menangani tugas yang harus diselesaikan.

2.6.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Menurut Yolanda (2018) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik antara lain:

1. *Problem Time Management*

Menggunakan waktu secara efektif mencakup metode yang terlibat dengan memutuskan kebutuhan (*determining needs*),

mengemukakan tujuan untuk mencapai kebutuhan (*goal setting*), berfokus pada dan mengatur (*planning*) tugas yang penting untuk mencapai tujuan, sebagian besar penunda umumnya tidak suka menggunakan waktu secara efektif. kapasitas penilaian yang tidak menguntungkan dapat diduga menunda dengan asumsi demonstrasi dilakukan dengan sengaja.

2. Penetapan prioritas

Penetapan prioritas ini penting sehingga kita dapat menangani semua masalah atau usaha dalam pengaturan sesuai kecenderungan mereka, ini tidak dilihat oleh siswa yang mengeksekusi stalling, karena siswa kebutuhan mereka seharusnya berkonsentrasi namun sebagai faktanya mereka menyukai latihan yang berbeda yang kurang berguna untuk kemajuan cara belajar mereka.

3. Karakteristik tugas

Karakteristik tugas berarti metode pengujian karakteristik atau di sisi lain gagasan pekerjaan rumah atau contoh. Dengan asumsi bahwa itu terlalu merepotkan, siswa akan cukup sering menunda tugas penyelesaian atau menunda berkonsentrasi pada subjek. Eksogen mempengaruhi motivasi.

4. Karakter individu

Karakter disini tidak aman, murung dan irasional. Orang yang cenderung menunda-nunda ketika mereka tidak memiliki

kepercayaan diri untuk menyelesaikan tugas takut membuat kesalahan. Seorang siswa yang berubah-ubah paling sering ragu-ragu.

2.7 Konsep Manajemen Waktu

2.7.1 Definisi Manajemen Waktu

Manajemen waktu merupakan pembukuan diri dalam melibatkan waktu kesuksesan yang diharapkan dan mahir seperti yang dapat dibayangkan dengan mengatur, merencanakan, memiliki komando dalam jangka panjang, terus menerus membuat kebutuhan sesuai perkiraan, serta keinginan untuk dikoordinasikan (Fitriah, 2018)

James, Horne, dan John (2005) menyatakan bahwa manajemen waktu adalah upaya untuk mengendalikan waktu, termasuk menilai waktu, penetapan tujuan, perencanaan, penentuan prioritas, dan pelacakan dengan harapan akan menghasilkan hasil yang efektif. Namun pada kenyataannya tidak setiap Mahasiswa dapat mengalokasikan waktu dengan baik, sehingga sulit untuk memprioritaskan hal-hal yang harus dikerjakan terlebih dahulu sehingga menyebabkan tugas-tugas inti yang lebih penting diabaikan dan ditunda.

2.7.2 Aspek-Aspek Manajemen Waktu

Britton & Tesser (1991) dalam penelitian Fitriah (2018) mengemukakan terdapat 3 aspek dalam manajemen waktu sebagai berikut:

a. Perencanaan jangka pendek

Perencanaan jangka pendek adalah pengaturan yang dibuat untuk jangka waktu singkat, baik dalam beberapa hari atau minggu dan umumnya terhubung dengan rencana sehari-hari atau minggu demi minggu, misalnya, membuat permintaan rencana sehari-hari..

b. Sikap waktu

Perspektif terhadap waktu dihubungkan dengan bagaimana seseorang bertujuan waktu dengan mahir, bagaimana mengendalikan waktu, dan penguasaan dalam pedoman diri.

c. Perencanaan jangka panjang

Perencanaan jangka Panjang adalah pengaturan yang difokuskan pada rentang waktu yang cukup lama dan membutuhkan asosiasi yang hebat.

2.7.3 Faktor- faktor yang mempengaruhi manajemen waktu

Setiap dari kita yang menggunakan waktu secara produktif tidak sama dengan yang lain. Ini karena unsur-unsur yang mempengaruhi penggunaan waktu secara produktif. Taylor (2018)

faktor-faktor yang dapat memengaruhi penggunaan waktu secara produktif menggabungkan faktor-faktor yang menyertainya :

1) Usia

Semakin tinggi usia seseorang, semakin baik kemampuan penggunaan waktunya, bertentangan dengan norma, semakin rendah usia seseorang, semakin sedikit kemampuan penggunaan waktunya.

2) Jenis kelamin

Macan et al, (dalam Yolanda, 2018) berpendapat bahwa wanita memiliki kapasitas penggunaan waktu yang lebih disukai daripada pria. Wanita akan lebih sering daripada tidak melakukan latihan mengingat kekhawatiran utama dan membantu diri mereka sendiri sementara pria akan cukup sering menginvestasikan energi dengan waktu yang tidak berguna. Oleh karena itu orang dapat mengatakan bahwa secara praktis waktunya secara umum akan digunakan untuk dimuat dengan berbagai macam latihan untuk seorang wanita.

Mengingat kutipan di atas cenderung beralasan bahwa keberadaan elemen yang mempengaruhi penggunaan waktu secara efektif. Di antara mereka, khususnya usia, usia menyiratkan bahwa semakin tinggi usia individu, semakin baik waktu penggunaan secara efektif serta sebaliknya, dalam orientasi tertentu. Orientasi,

sebagai aturan wanita lebih memanfaatkan energi cadangan mereka untuk melakukan latihan yang menguntungkan bagi diri mereka sendiri.

Sesuai dengan Luthfiana di atas, (2010) menetapkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi energi para eksekutif, khususnya :

1. Adanya target yang jelas

Dengan target pencapaian, kehidupan akan lebih terkoordinasi dan waktu dapat disortir sebaik yang bisa diharapkan.

2. Adanya prioritas kerja

Individu dapat menyelesaikan penggunaan waktu dengan baik akan melakukan semua fiksasi dan energinya untuk mencapai kebutuhan yang telah ditetapkannya. Kehadiran kebutuhan dalam pekerjaan merupakan salah satu faktor utama yang membuat orang bekerja secara efektif.

3. Penundaan pekerjaan

Kecenderungan untuk menunda pekerjaan sering kali mendorong penggunaan semua waktu dan energi yang tersedia sambil mewujudkannya. Sehingga dengan asumsi dipaksa untuk melakukannya, hasilnya bukanlah yang terbaik karena selesai tanpa akhir.

4. Pendelegasian tugas

Gagasan untuk tidak memiliki iman kepada orang lain dan mempertahankan bahwa segala sesuatunya harus dilakukan tanpa cela sering kali membakar waktu kita. Ingatlah bahwa pekerjaan yang dilakukan oleh orang lain mungkin pada dasarnya tidak sebesar melakukannya tanpa bantuan orang lain, melainkan jika pekerjaan itu bukan hal yang sentral, mengapa tidak mendelegasikannya kepada orang lain dengan pengawasan biasa. Ini dapat membuat pekerjaan lebih sederhana, waktu yang dapat diakses dapat digunakan untuk melakukan pekerjaan lain yang lebih berkualitas, serta memperluas jaminan diri, sukacita dan perhatian orang lain kepada siapa kita memberkahi misi. Struktur area kerja Area kerja yang membosankan dapat membuat perwakilan canggung saat mengurus bisnis, sehingga sulit untuk mencapai hasil kerja yang hebat.

Mengingat pernyataan di atas, ada beberapa faktor yang mempengaruhi penggunaan waktu secara produktif, khususnya adanya fokus yang jelas pada, adanya kebutuhan kerja, keterlambatan kerja, penunjukan tugas, rencana permainan spasial.

2.7.4 Ciri-ciri orang yang mampu manajemen waktu

Seorang individu dikatakan memiliki pilihan untuk mengawasi penggunaan waktu dengan baik prioritas tinggi kualitas

tertentu. Fitriah (2018) merujuk bahwa orang yang menerapkan standar penggunaan waktu secara produktif memiliki atribut tertentu, khususnya :

1) Mampu menetapkan tujuan

Mendefinisikan tujuan dan mencapai tujuan adalah bagian waktu yang signifikan. Dengan tujuan seperti itu, tunggal akan sangat mudah untuk mengetahui dari mana harus memulai pekerjaan. Selain itu membuatnya sederhana untuk apa yang signifikan dan harus diselesaikan. Dengan cara ini akan dijauhkan dari cara berperilaku tanpa ada hubungannya.

2) Mampu mengidentifikasi prioritas

Usaha yang ditangani mungkin jumlahnya cukup besar. Jika Anda dapat melakukan upaya ini, itu akan membuatnya lebih mudah untuk mencapai tujuan. Dalam membuat prorita, penting untuk membuat klasifikasi, khususnya: tugas yang mengerikan dan usaha yang signifikan.

3) Mampu membuat jadwal

Membuat jadwal latihan adalah hal yang bagus menggunakan waktu secara produktif. Dengan membuat jadwal latihan, orang dapat menyelesaikan pekerjaan atau usaha tepat waktu. Orang-orang yang membuat jadwal sehari-hari mereka akan merasa lebih mudah untuk melakukan latihan atau tugas mereka.

4) Mampu melakukan kegiatan terorganisi

Mengarahkan latihan terkoordinasi sangat penting dalam rutinitas sehari-hari seseorang. Dengan memiliki jadwal orang dapat mengawasi semuanya tanpa masalah. Orang yang melakukan latihan atau tugas mereka dengan cara yang terkoordinasi akan diselesaikan dengan tepat dan akan mencapai tujuan yang mereka antisipasi.

5) Mampu meminimalkan interupsi

Gangguan adalah masalah yang ada pada orang tersebut serta dari luar orang yang dapat mengurangi konvergensi orang tersebut dengan pekerjaannya. Orang yang menangani waktu mereka dengan baik sebenarnya ingin membatasi gangguan ini

6) Mampu mengelola stress

Individu harus mengelola apa yang sedang terjadi atau kondisi yang membuat individu didorong. Orang yang mengalami tekanan, akan melakukan latihan yang tidak sesuai dengan pengaturan mereka atau tidak seperti yang mereka pesan, atau tidak dapat fokus pada latihan yang tidak signifikan.

Mengingat kutipan di atas, cenderung dirasakan bahwa seorang individu dengan kemampuan penggunaan waktu yang hebat adalah seseorang yang dapat menangani penggunaan waktu dengan baik. Ini harus terlihat dari cara orang menanganinya. Kualitas orang yang dapat menangani waktu mereka adalah: dapat mengemukakan

tujuan, dapat memutuskan kebutuhan, dapat mengawasi rencana, dapat melakukan latihan terkoordinasi, dapat membatasi gangguan dan dapat mengawasi tekanan.

2.8 Hubungan Antara Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat 1

Mahasiswa tingkat 1 merupakan transisi dari sekolah ke perguruan tinggi yang memerlukan adaptasi agar dapat terbiasa di lingkungan kampus, manajemen waktu sebaik mungkin juga perlu dilakukan oleh mahasiswa sehingga dapat mengikuti semua kegiatan akademik seperti mengerjakan tugas individu, bekerja sama dalam tugas kelompok, mendapatkan nilai sebaik-baiknya (Nur dalam Maulina dan Sari, 2018). Sesuai dengan pernyataan tersebut mahasiswa dituntut harus bisa beradaptasi secepatnya dengan lingkungan kampus.

Mahasiswa yang tidak dapat menangani kesulitannya beradaptasi dengan kesibukan kuliah, kemudian dapat membuat mahasiswa lesu dalam melakukan tugas kuliah mereka, kehilangan inspirasi, menunda berurusan dengan tugas, dan bahkan memilih untuk menghindari tugas. Menunda menyelesaikan tugas dapat dianggap sebagai penundaan ilmiah, atau setidaknya, semacam *tarrying* yang diselesaikan pada jenis tugas konvensional yang terhubung dengan skolastik.

Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan pada semacam tugas yang tepat yang berhubungan dengan tugas-tugas skolastik atau pelaksanaan ilmiah, misalnya menyusun makalah, memahami bahan

bacaan, membayar biaya pendidikan, menyusun makalah, pergi ke alamat, mengerjakan pekerjaan rumah atau kursus, membaca untuk ujian, mengembalikan buku perpustakaan, atau membuat karya ilmiah (Wibowo, 2018).

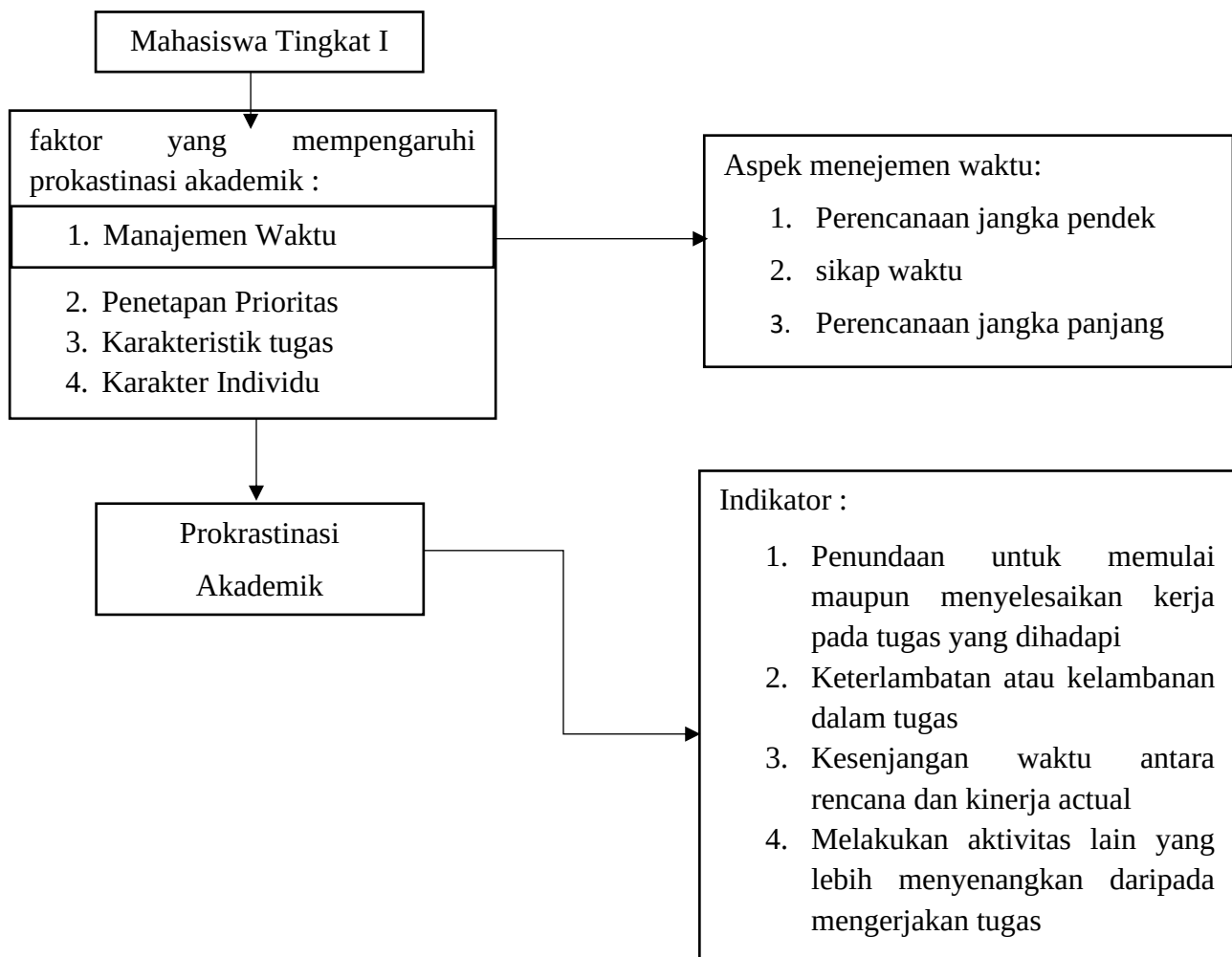
Nisa et al (2018) dalam penelitiannya menyimpulkan menggunakan waktu secara efektif sangat kuat pada tarrying skolastik. Semakin tinggi waktu penggunaan secara produktif, semakin rendah stalling ilmiah, serta sebaliknya, semakin rendah waktu penggunaan secara efektif, semakin tinggi skolastik yang tersisa. Salah satu elemen yang berdampak pada peristiwa penghambatan ulur-ulur waktu ilmiah adalah rendahnya kapasitas penggunaan waktu pada mahasiswa.

Sementara Manajemen Waktu merupakan upaya untuk mengendalikan waktu, menilai waktu, penetapan tujuan, perencanaan, penentuan prioritas, dan pelacakan dengan harapan akan menghasilkan hasil yang efektif. (James, Horne, dan John, 2005).

Menggunakan waktu secara efektif adalah pedoman diri dalam melibatkan waktu sesukses dan seproduktif yang dapat dibayangkan dengan mengatur, merencanakan, memiliki komando dalam jangka panjang, terus menerus membuat kebutuhan sesuai perkiraan, dan keinginan untuk dikoordinasikan (Fitriah, 2018). Namun, sebagai aturan umum hanya satu dari setiap siswa ganjil yang dapat membuang waktu dengan baik, sehingga sulit untuk fokus pada hal-hal harus dilakukan terlebih dahulu, menyebabkan tugas pusat yang lebih signifikan diabaikan dan ditunda.

2.9 Kerangka Konseptual

Bagan 2.1
Kerangka konseptual
Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada
mahasiswa sarjana keperawatan tingkat I Universitas Bhakti
Kencana Bandung



Sumber : Ferari dalam Wibowo (2018), Yolanda (2018), Britton dan Tesser (1991) dalam (fitriah,2018).