

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mimpi untuk melanjutkan pendidikan sampai ke jenjang perguruan tinggi adalah mimpi bagi semua orang. Untuk itu calon-calon akademisi atau sebut saja calon mahasiswa yang sudah atau baru lulus dari SMA/ sederajat berusaha keras untuk bisa masuk ke salah satu kampus yang diimpikannya.

Calon mahasiswa-mahasiswa dari seluruh penjuru nusantara berkesempatan sama untuk memasuki universitas yang membuka pendaftaran mahasiswa baru. Ada yang melalui jalur mandiri, undangan (SNMPTN, SBMPTN, SPAN PTKIN dsb.), adapula yang menempuh jalur istimewa berupa beasiswa (beasiswa Bidik Misi, beasiswa Tahfidz, beasiswa BI, beasiswa PLN, beasiswa Rektor, Beasiswa Santri berprestasi atau PBSB dari Kementerian Agama dan banyak jenis beasiswa lainnya yang tersedia.

Beasiswa yang disebutkan pertama tadi seperti dilansir dalam laman resmi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, adalah jenis beasiswa yang termasuk kategori favorit di kalangan mahasiswa.¹ Program Bidikmisi merupakan salah satu program unggulan pemerintah yang bertujuan untuk meningkatkan akses dan kesempatan belajar di Perguruan Tinggi. Bantuan biaya pendidikan ini diperuntukkan bagi calon mahasiswa tidak mampu secara ekonomi dan memiliki potensi akademik untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi pada program studi unggulan sampai lulus tepat waktu.

Sampai dengan tahun 2017 kemarin tercatat lebih dari 432.409 mahasiswa yang telah memperoleh bantuan biaya pendidikan Bidikmisi, dari jumlah tersebut sebanyak 145.000 telah menyelesaikan pendidikannya. Jumlah peminat Program Bidikmisi menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan dari tahun ke tahun, untuk tahun 2017 sendiri tercatat sebanyak 520.688 yang menjadi pelamar tetapi hanya sekitar 80.000 saja yang bisa diakomodir karena keterbatasan anggaran dari pemerintah.²

¹ www.uinsgd.ac.id¹

² Buku Panduan Penerima Bidik Misi 2018. Direktorat Jenderal Pembelajaran Dan Kemahasiswaan Kementerian Riset, Teknologi, Dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia.

Secara umum pelaksanaan Program Bidikmisi telah berjalan dengan baik, sehingga mampu meningkatkan akses dan kesempatan belajar di Perguruan Tinggi bagi peserta didik yang kurang mampu secara ekonomi akan tetapi mempunyai potensi akademik yang baik.

Dari segi prestasi, para mahasiswa Bidikmisi juga menunjukkan kemampuan akademik yang memuaskan dengan capaian IPK lebih dari 87% mahasiswa Bidikmisi memperoleh IPK di atas antara 3,0. Dengan demikian para mahasiswa Bidikmisi dapat dikatakan turut berkontribusi terhadap peningkatan mutu pendidikan di setiap perguruan tinggi.

Universitas Islam Sunan Gunung Djati, yang merupakan salah satu kampus di Bandung melalui laman resminya kemudian mengeluarkan beberapa peraturan-peraturan, setidaknya ada sekitar 14 (empat belas) syarat yang harus dipenuhi oleh calon penerima bantuan dana pendidikan ini, yang peraturan tersebut menginduk pada pedoman penerima Bidik Misi yang dikeluarkan oleh Kemenristekdikti. Hal ini menunjukkan bahwa beasiswa yang pertama kali digagas oleh presiden Susilo Bambang Yudoyono, ini bukan beasiswa yang main-main tujuan diadakannya apalagi dengan pelaksanaannya .

Dengan anggaran yang besar, begitupula ada berbagai harapan besar yang digantungkan terhadap penerima bantuan ini. Prestasi unggul, karya yang membanggakan dan banyak hal yang disematkan untuk bisa dicapai oleh mereka. Mahasiswa yang telah menerima beasiswa khususnya Bidik Misi, adalah golongan atau kelompok yang pasti mendapat sorotan dan perhatian lebih khusus dari pihak kampus, sebab posisinya yang mendapat suntikan dana gratis itulah alasan paling logisnya.

Pencapaian membanggakan tentu sangat dinantikan adanya. Hal itu wajar saja jika mereka mendapat stigma seperti itu. Namun sebagai manusia biasa, tentu saja mereka akan dihadapkan pada halangan, atau rintangan untuk meraih kesempurnaan dari misi yang diemban. Salah satu faktor terbesar penghalang kesuksesan itu adalah kebiasaan menunda-nunda tugas akademik.

Hal ini lebih dikenal dengan istilah prokrastinasi. Dalam kamus *The Oxford English Reference Dictionary* dijelaskan bahwa Prokrastinasi yaitu perbuatan menunda pekerjaan tanpa Alasan yang jelas. Kebiasaan ini pun dialami oleh bahkan sudah merebak di kalangan mahasiswa manapun, ibarat kata sudah menjadi kebudayaan yang sulit untuk

diubah, namun sebagai kaum akademisi hal ini tentu saja tidak boleh dibiarkan begitu saja. Kejadian atau fenomena prokrastinasi perlu mendapatkan perhatian yang serius, sebab jika tidak ada penanganan dari kasus ini, dikhawatirkan akan membahayakan keberlangsungan iklim budaya akademik di kampus, umumnya di negeri kita Indonesia.

Dari berbagai penelitian terkait prokrastinasi, seperti dalam suatu penelitian yang dilakukan oleh Steel pada tahun 2007, yang hasilnya adalah bahwa ada korelasi negatif antara prestasi akademik dengan prokrastinasi. Ditemukan juga bahwa prokrastinasi berkorelasi negatif dengan prestasi akademik dan berkorelasi positif dengan lama masa studi. Hal ini berarti individu dengan perilaku ini rentan memiliki prestasi akademik yang kurang memuaskan dan terlambat lulus/ untuk menyelesaikan skripsi.

Semakin tinggi tingkat prokrastinasi yang dilakukan oleh individu maka akan semakin rendah prestasi akademik yang akan diperoleh. Perilaku prokrastinasi juga memperbesar celah antara harapan dan kenyataan. Contohnya, mahasiswa yang ingin menyelesaikan masa studinya tepat waktu, rentan menelan kegagalan dalam memenuhi target tersebut karena kebiasaannya berprokrastinasi.³

Melihat dampaknya yang begitu mengancam perkembangan dan kesuksesan akademik mahasiswa yang sedang menempuh masa studi, terkhususkan bagi para penerima anggaran dari pemerintah, tindakan semacam ini harus mendapat penanganan dan perhatian yang serius, dari pemerintah sebagai lembaga tertinggi negara, orang tua sebagai pihak terdekat dari wilayah hidup si mahasiswa, dan juga si mahasiswa sendiri sebagai aktor yang memerankan peran utama dalam upaya memajukan bangsa, sesuai namanya yaitu *Agen of Change*.

Namun kenyataan yang ada di salah satu kampus yang turut serta menyelenggarakan Program ini, ada beberapa orang dari penerima beasiswa bidik misi tingkat akhir yang ternyata tidak lulus tepat waktu, padahal semestinya ia harus lulus berdasar masa kontraknya. Mungkin dikarenakan kesibukannya berorganisasi atau disebabkan sebuah hal seperti ada masalah dalam kehidupannya, namun asumsi yang dimunculkan oleh peneliti adalah, ketidaktepatan waktu lulusnya berpotensi besar

³ Edwin Adrianta Suriyah, "Mahasiswa versus Tugas", *Anima; Indonesian Psychological Journal* Universitas Surabaya Edisi 04, Juli 2007, Vol. 22, Halaman 352-374

disebabkan oleh kurangnya ia mengontrol diri sehingga perilaku menunda tugas atau disebut dengan prokrastinasi bisa terjadi.

Oleh karenanya, berdasar pada masalah inilah, yang menjadikan kasus ini diangkat sebagai masalah dimana ada satu hal yang bertentangan dengan apa yang ditargetkan oleh pihak penyelenggara Bidik Misi. Penulis berkeinginan mengkaji fenomena ini dengan subjek penelitian anak Bidik Misi tidak lain adalah karena rasa sepenanggungan, maksudnya sama-sama berada dalam payung dana beasiswa dari pemerintah. Agar mahasiswa yang mendapat suntikan dana dari pemerintah bisa lebih efektif lagi memanfaatkan peruntukan dana pendidikannya. Untuk itu, kejadian ini menjadi menarik perhatian dari peneliti sehingga akhirnya pada penelitian ini peneliti melakukan pengkajian lebih dalam mengenai korelasi yang ada tentang terjadinya fenomena tindak prokrastinasi mahasiswa (bidik misi) yang diduga karena lemahnya atau bahkan tidak adanya proses Muhasabah diri.

Muhasabah diri adalah upaya perenungan kedalam diri agar seseorang bisa mengetahui dan mengkalkulasi apa yang telah dilakukan supaya dapat melakukan perubahan terhadap apa yang telah dijalani dalam hidup. Sehingga akan muncul suatu perbaikan, dan adanya nasehat dari dalam dirinya. Nasehat dalam diri sangat penting sebab jikalau tidak ada nasehat dari *njero* (dalam) diri maka apapun bentuk petunjuk dari luar oleh siapapun tidak akan lagi direspon lagi.⁴

Dari penjelasan-penjelasan diatas mengenai prokrastinasi dan keterkaitan ajaran atau konsep muhasabah didalamnya, peneliti memunculkan asumsi bahwa muhasabah sebagai upaya pencegahan tindak prokrastinasi menempati posisi sentral, sehingga untuk membuktikan hal tersebut peneliti akan melakukan penelitian tentang penggunaan salah satu isi ajaran dalam ilmu tasawuf yaitu Muhasabah pada civitas akademika kampus khususnya Mahasiswa Bidik Misi. Ini menjadi penting dikarenakan bisa dijadikan sebagai salah satu sumbangsi bagi kemajuan internal mahasiswa yang kemudian berdampak pada universitas itu sendiri.

⁴ Syaifuddin Bachrun, *Manajemen Muhasabah* (Bandung: Mizan Pustaka, 2011), hal. 35.

Peneliti mengambil variabel muhasabah dan Muhasabah berdasar pada apa yang terjadi di lapangan. Dimana ada mahasiswa Bidik Misi Angkatan 2013-2014 yang ternyata belum menyelesaikan kuliahnya sampai pada tahun dilakukan penelitian untuk skripsi ini. Subjek yang ditemui mengamini bahwa memang ia melakukan prokrastinasi dan meskipun seperti itu, ia sadar akan tindakannya. Ini menunjukkan ada proses Muhasabah yang ia lakukan.

Penelitian ini selanjutnya akan difokuskan tujuannya sebagai metode untuk pencegahan atau disebut dengan upaya prevensi tindakan menunda-nunda tugas akademik bagi penerima Bidik Misi di angkatan-angkatan selanjutnya, yang terhitung masih berada di semester bawah, sehingga target supaya kelulusan tepat waktu sebagai sasaran minimal bisa tercapai. Dengan demikian, pada tugas akhir ini peneliti berkeinginan untuk mengambil Judul Skripsi, yaitu **“Pengaruh Muhasabah Terhadap Pencegahan Prokrastinasi Akademik” (Studi Korelatif terhadap Mahasiswa Penerima Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung)**.

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan apa yang tertulis dalam latar belakang untuk mempermudah arah dan konsentrasi penelitian, maka penulis merumuskan masalahnya sebagai berikut:

1. Bagaimana Muhasabah yang dijalani oleh Mahasiswa Penerima Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung?
2. Bagaimana kondisi tingkat prokrastinasi Mahasiswa Penerima Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung?
3. Bagaimana hubungan penerapan Konsep Muhasabah terhadap pencegahan tindak prokrastinasi Mahasiswa Penerima Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Secara umum penelitian ini memiliki tujuannya yaitu untuk memahami konsep Muhasabah sebagai metode pencegahan tindak prokrastinasi mahasiswa yang menerima beasiswa Bidik Misi. Penelitian ini dimaksudkan untuk tujuan pengembangan atau

perluasan terhadap keilmuan yang telah ada, sehingga secara khusus penelitian ini juga bertujuan untuk:

1. Untuk menjelaskan konsep atau ajaran Muhasabah dan Perilaku Prokrastinasi yang dipahami oleh mahasiswa Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung.
2. Agar mengetahui gambaran kondisi Prokrastinasi mahasiswa Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung.
3. Guna mengetahui bagaimana hubungan penerapan konsep muhasabah yang dapat mencegah adanya tindakan prokrastinasi pada mahasiswa Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung.

Sedangkan kegunaan atau manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta dapat memperkaya pengetahuan dalam bidang tasawuf khususnya dalam memperkaya informasi mengenai metode dalam penerapan konsep Muhasabah diri.
- b. Hasil pembahasan ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi, serta tambahan informasi dalam perkembangan ilmu tasawuf yang digunakan sebagai modal dalam ilmu psikoterapi ;
- c. Melalui penelitian ini juga diharapkan dapat menguatkan teori atau penelitian yang sudah ada.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian yang dilakukan dapat berguna bagi mahasiswa di Jurusan Tasawuf Psikoterapi, utamanya sebagai rujukan atau tinjauan pustaka bahan penelitiannya
- b. Lebih umumnya kepada seluruh kaum akademisi, baik yang masih dalam tahap semester awal, pertengahan, maupun tingkat akhir. Lebih khusus semoga kepada pihak penerima bantuan beasiswa Bidik Misi, supaya dapat selalu mengevaluasi dan melakukan kontrol diri dalam menjalani proses akademisnya.
- c. Penelitian ini khususnya untuk peneliti sendiri yaitu semoga dapat lebih memahami apa makna dari muhasabah itu sendiri, serta dapat mengontrol dirinya

untuk menjadi pribadi yang lebih disiplin, memiliki etos kerja yang tinggi, dan benar-benar mengaplikasikan nilai-nilai ketasawufan sebagai metode muhasabah diri dalam keseharian hidupnya sehingga menjadikan pribadi penulis sebagai seseorang yang lebih mendekatkan diri kepada Tuhan, penuh kesabaran, ikhlas dalam beramal dan memiliki moral yang baik.

D. Tinjauan Pustaka

Untuk kepentingan dalam upaya penggalian informasi tentang penelitian, peneliti mengacu pada karya-karya ilmiah yang memiliki hubungan yang berkaitan dan memiliki signifikansi dengan tema penelitian yang dipilih oleh peneliti. Berdasar hal tersebut, peneliti merujuk pada beberapa tulisan karya ilmiah, diantaranya ;

1. Skripsi “Muhasabah Sebagai Metode Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar” karya Alfiyah Laila Alfiyatin, Mahasiswi jurusan Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2018. Didalam skripsi tersebut dijelaskan bahwa muhasabah merupakan salah satu metode yang tepat dalam pengontrolan motivasi belajar. Muhasabah sebagai moment evaluasi diri memiliki peran penting bagi mahasiswa dalam meningkatkan motivasi belajarnya. Karena peran muhasabah antara lain adalah:
a. Muhasabah sebagai upaya yang mengontrol sejauh mana kontribusi diri dalam mengikuti proses perkuliahan. b. Muhasabah sebagai pengendali untuk menumbuhkan sifat bijak dalam memilih hal mana yang harus prioritaskan oleh mahasiswa sebagai pelajar, dan c. Muhasabah sebagai cermin untuk mengetahui seberapa serius diri kita berkompetisi dalam dunia akademik, yakni sebagai pelajar dalam meraih prestasi.
2. Skripsi “ Hubungan Prokrastinasi Akademik terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa Psikologi Angkatan 2011 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2015. Karya tulis ini ditulis oleh Dina Husnia Mahasiswi Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim. Didalamnya diterangkan bahwa Mahasiswa yang sedang dalam proses menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi dituntut untuk memiliki totalitas yang tinggi. Oleh sebab

itu tak heran apabila hampir sebagian mahasiswa yang mengatakan bahwa skripsi adalah beban yang sangat berat. Munculnya perilaku prokrastinasi berawal dari hal ini. Ketika seseorang menghadapi sesuatu yang sulit seperti skripsi ini maka timbullah perasaan terancam dalam dirinya, sehingga dia akan melarikan diri untuk menghadapi beban itu. Dan hasil penelitiannya menunjukkan prosentase yang cukup tinggi untuk masalah prokrastinasi di kalangan mahasiswa Psikologi yang sedang menyelesaikan tugas akhir.

3. Jurnal berjudul “Efektivitas Muhasabah dan Tafakur Alam Terhadap Penurunan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. Jurnal ini dipublikasikan pada tahun 2017. Jurnal yang diterbitkan oleh Andriyani dari Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta ini menjelaskan bahwa skripsi yang merupakan tugas akhir, bagi mahasiswa adalah suatu kewajiban yang harus diselesaikan. Namun dalam pengerjaannya tidaklah semudah mengerjakan makalah ataupun tugas-tugas mata kuliah pada umumnya. Banyak hal yang dapat menjadi penghambat untuk menggarap skripsi, sehingga membuat mahasiswa merasa terbebani dan menjadi stres. Namun pada penemuan yang ada di jurnal tersebut menunjukkan bahwa stress dapat diatasi setelah melakukan tafakur alam dan muhasabah. Dengan tingkat efisiensi yang berbeda-beda. Mahasiswa yang melakukan tafakur alam dan muhasabah, apabila dibandingkan efektivitas di antara keduanya, dapat disimpulkan bahwa muhasabah lebih tinggi penurunan tingkat stresnya dibandingkan tafakur alam.
4. Jurnal tentang “Hubungan Antara *Self-Control* dan *Self-Efficacy* Dengan Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa” penelitian ini dilakukan oleh Abdul Muhid salah seorang Staf Pengajar Program Studi Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Publikasi jurnalnya dilakukan pada tahun 2008. Pada penelitian tersebut ini membuktikan kembali teori yang menyatakan bahwa faktor-faktor kepribadian seperti *self control* dan *self efficacy* sangat berperan untuk menghindari terjadinya perilaku prokrastinasi akademik. Sebab semakin baik *self control* dan *self efficacy* seorang mahasiswa maka semakin rendah kemungkinan seorang mahasiswa untuk berperilaku

prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin rendah self control dan self efficacy seorang mahasiswa maka semakin besar kemungkinan seorang mahasiswa untuk berperilaku prokrastinasi akademik

5. Jurnal mengenai “Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan *Conscientiousness*.” Karya Edwin Adrianta Surijah dan Sia Tjundjing akademisi Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya. Jurnal ini dipublikasikan pada tahun 2007. Pada penelitian ini ditemukan adanya hubungan antara sifat menunda mengerjakan tugas atau prokrastinasi akademik pada para mahasiswa dan aspek *conscientiousness*nya. Hasil tersebut juga menyiratkan bahwa mahasiswa yang memiliki karakter *conscientious* yaitu terstruktur, tekun, serta memiliki kendali diri yang baik cenderung terhindar dari prokrastinasi.

E. Kerangka Pemikiran

Zaman yang bergerak senantiasa beriringan dengan ragam persoalan yang bergerak pula. Titik-titik kemajuan teknologi sebagai instrumen dari Bergeraknya zaman di satu sisi sekaligus konsekuensi logis dari anak kandung zaman di sisi yang lain, tak pelak melahirkan ‘dunia baru’ yang menyuguhkan beragam tawaran menarik untuk terus menerus disimak dan diikuti.

Manusia berada dalam situasi yang mudah serta dipermudah untuk menikmati hidup. Pada aras yang lebih jauh, manusia kian mudah serta dipermudah menggapai tujuan pragmatis dalam hidupnya. Inilah yang menjadi ihwal yang menyenangkan berkaitan dengan kesejahteraan hidup yang diidealkan. Namun, dibalik adanya kemudahan itu tak membuat semua orang menjadi bisa bertransformasi menjadi pribadi yang paripurna. Kemajuan demi kemajuan tersebut tak lantas sepi dari ihwal yang tak sedikit menjerumuskan manusia kedalam situasi yang menjengkelkan.

Banyak sekali peristiwa didalam kehidupan manusia yang menjadikan mereka mengalami goncangan dalam kejiwaan mereka. Seringkali manusia mengalami ketegangan-ketegangan hebat, stres, gelisah, cemas, murung dan lain-

lain yang semuanya memiliki potensi merusak baik bagi dirinya sendiri maupun yang berada di sekelilingnya.⁵

Ibarat Racun Ular, meski ia tak akan menyebabkan masalah apabila belum mengenai tubuh kita, namun tentu saja, itu harus dihindari karena akan berakibat fatal bagi badan. Masalah pun seperti itu, memang setiap manusia tidak akan ada yang terlepas dari yang namanya masalah, namun yang menjadi bahaya adalah ketika masalah itu semakin membesar namun tak bisa diatasi. Oleh karenanya mengantisipasi dengan meminimalisir kemungkinan terburuk dari masalah yang kita hadapi sejatinya adalah yang mesti dilakukan.

Masalah pada pembahasan kali ini berfokus terhadap kasus yang merebak di kalangan mahasiswa yaitu Prokrastinasi. Pada penelitiannya, Abdul Muhib menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif, dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang sia-sia. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang. Hal ini tentu saja tidak boleh terjadi pada mahasiswa penerima Beasiswa Bidik Misi.

Alasan yang ditemukan dalam beberapa penelitian, salah satunya adalah Aini dan Mahardayani pada tahun 2011, yaitu kurangnya kemampuan mengontrol diri. Sedangkan menurut Nugroho takut akan kegagalan dan pesimisme merupakan penyebab lahirnya prokrastinasi.⁶

Oleh karenanya untuk mencegah terjadinya hilangnya kesempatan untuk Lulus Tepat Waktu atau disebut juga menghindari kemungkinan menjadi *matelu* (mahasiswa telat lulus) seharusnya mahasiswa penerima anggaran dana pendidikan tersebut diarahkan untuk selalu melakukan Muhasabah diri.

Muhasabah adalah salah satu metode yang tepat untuk mengetahui faktor dan keadaan seseorang terhadap dirinya. Secara nalar psikologis, usaha dalam memperbaiki diri yang disebut dengan muhasabah, dapat dinamakan sebagai

⁵ H. Albari Umar Sanusi. *Psikoterapi Tombo Ati*. (Yogyakarta Penerbit Ilmu Giri 2015) halaman 1-2

⁶ Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. *Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Muria Kudus*. *Jurnal Psikologi Pitutur* 65-71. (2011)

bentuk introspeksi diri yang pada dasarnya merupakan usaha yang lahir dari kemauan pribadi untuk lebih bertambah baik dalam berperilaku dan bertindak, atau merupakan cara berpikir terhadap segala sesuatu, baik yang dilakukan kemudian atau hanya sebatas pertimbangan.⁷ Individu tersebut dapat mengambil suatu keputusan baik atau buruk berdasar atas dialog dalam hatinya tentang apa yang sedang ia alami.⁸

Untuk menguatkan metode bermuhasabah itu, ditunjang pula dengan adanya kontrol diri. Menurut Goldfried & Marbaum, kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Sebagai mahasiswa yang tugas utamanya adalah belajar/kuliah, bila mereka sadar dan pada akhirnya bisa mempunyai kontrol diri yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku.

Mereka mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan konsekuensinya sehingga mampu memilih tindakan dan melakukannya dengan meminimalkan akibat yang tidak diinginkan. Mereka mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang perkuliahannya.

Selain aspek kontrol diri selanjutnya yang dapat dilakukan adalah meningkatkan apa yang disebut Bandura dalam Teori Belajar sosial adalah *Self efficacy*. Bandura mendefinisikan *self efficacy* sebagai pertimbangan seseorang terhadap kemampuannya mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan untuk mencapai performansi tertentu.

Efikasi seseorang sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa individu bertahan dalam menghadapi rintangan dan pengalaman yang menyakitkan. Jika Semakin kuat persepsi dari *self efficacy* maka semakin giat dan tekun pula usaha-usahanya. Ketika menghadapi kesulitan, individu mempunyai keraguan yang besar tentang kemampuannya akan mengurangi usaha-usahanya atau menyerah sama sekali. Akhirnya ketika efikasi

⁷ Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik Dan Humanistik* (Semarang: Rasa'il, 2005), hal. 31.

⁸ Ian Richard, *Dunia Spiritual Kaum Sufi* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2001), hal. 76

diri ini tinggi maka seseorang akan meraih hasil optimal dari apa yang diusahakannya.

Prof Rhenald Kasali menerangkan dalam bukunya, modal seseorang yang berjiwa 'Driver' adalah disiplin, tepat waktu dan kehormatan diri. Seseorang yang memiliki disiplin dapat disebut dengan individu yang memiliki komitmen. Komitmen tersebutlah yang akan menjadikannya kuat, selalu siap menghadapi keadaan dan untuk memenuhinya. Seberat apapun tugas pasti akan diselesaikannya dengan bekal kedisiplinan yang ia miliki. ⁹

Agar mempermudah untuk memahami gagasan diatas, peneliti membuat kerangka pemikiran yang dijelaskan pada gambar berikut:



⁹ Prof. Rhenald Kasali PhD. *SelfDriving*. (Bandung; Mizan Media Utama, 2018). Halaman 113

Jika disesuaikan dengan kerangka pemikiran diatas, maka akan ditarik Variabel sebagai berikut :

Penelitian ini memfokuskan pada dua variabel yang akan diteliti yakni Muhasabah sebagai Variabel independen atau bebas (Variabel X) dan tindak Prokrastinasi sebagai Variabel dependen atau terikat (Variabel Y)

Tabel 2 Variabel Penelitian X dan Y



F. Definisi Konseptual dan Operasional

1. Muhasabah

Muhasabah adalah kata serapan dari bahasa arab. Secara tata bahasa indonesia maknanya sama dengan kata introspeksi¹⁰. Yang dimaksudkan dengan introspeksi adalah peninjauan atau koreksi diri sendiri terhadap perbuatan, sikap, kelemahan atau kesalahan dan sebagainya, disebut juga dengan mawas diri.

2. Prokrastinasi

Prokrastinasi adalah perbuatan menunda yang dikaitkan dengan perilaku tidak produktif, kurang perlu dan tidak menyegerakan mengerjakan sesuatu. Prokrastinasi merupakan perilaku yang disebut oleh para psikolog sebagai mekanisme diri yang menimbulkan kecemasan pada saat memulai atau menyelesaikan tugas apapun. ¹¹

Untuk meminimalisir kesalahpahaman dalam penelitian ini, maka peneliti menyusun definisi operasional yang dicantumkan pada angket dan angket tersebut digunakan sebagai alat pengumpul data.

¹⁰ Kamus Besar Bahasa Indonesia terbitan Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa , Kemendikbud Republik Indonesia.2016.

¹¹ Journal of Educational Psychology . APA . Vol 99. February 2007, 12-25. Schraw, Gregory dkk

G. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.¹²

Dalam penelitian ini hipotesis akan diuji sehingga kebenarannya bisa diterima ataupun ditolak. Untuk mengujinya pada penelitian skripsi ini akan diajukan hipotesis sebagai berikut :

H_0 : Tidak ada pengaruh yang signifikan yang diberikan oleh muhasabah terhadap pencegahan tindak prokrastinasi mahasiswa Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung

H_1 : Ada pengaruh yang signifikan yang diberikan oleh muhasabah terhadap pencegahan tindak prokrastinasi mahasiswa Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung

Oleh karenanya, kesimpulan yang bisa diambil dari hipotesis pada penelitian kali ini adalah :

- A. Jika Muhasabah dilakukan oleh Mahasiswa Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung, maka bisa mencegah tindak prokrastinasi.
- B. Jika Muhasabah tidak dilakukan oleh Mahasiswa Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung, maka tidak bisa mencegah tindak prokrastinasi.

¹² Prof Sugiono. *Metodologi penelitian kualitatif kuantitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung. 2018 Halaman 63

H. Sistematika Penelitian

Tabel 3 Sistematika Penelitian

| no | Sistematika penelitian | keterangan isi |
|----|------------------------|--|
| 1 | BAB I | tentang pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, kemudian dilanjutkan dengan tujuan penelitian, manfaat hasil penelitian, hasil penelitian terdahulu, kerangka pemikiran, lalu hipotesis penelitian dan Sistematika penelitian. |
| 2 | Bab II | membahas tentang penerapan konsep muhasabah untuk pencegahan tindak prokrastinasi, didalamnya akan diuraikan mengenai pengertian muhasabah dan prokrastinasi secara teoritis atau konseptual supaya bisa dijadikan instrumen pengukuran disaat penelitian. |
| 3 | BAB III | didalamnya membahas tentang Metodologi penelitian meliputi jenis penelitian, Sumber data, lokasi atau tempat dan waktu penelitian, sampel, instrumen penelitian, Teknik pengumpulan data dan Teknik analisis data. |
| 4 | BAB IV | membahas tentang hasil penelitian, berupa pemahaman konsep muhasabah anak Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung, kemudian tingkat atau Kondisi Prokrastinasi Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung, dan melihat hasil bagaimana pengaruh Muhasabah terhadap Prokrastinasi akademik mahasiswa Bidik Misi Pondok Pesantren Al-Wafa Cibiru Hilir Bandung. |
| 5 | BAB V | merupakan bab terakhir yakni penutup didalamnya terdapat kesimpulan serta saran yang berkaitan dengan penyusunan skripsi ini. |