

Hubungan antara Kedisiplinan Salat Subuh dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar

The Relationship between Subuh Prayer Discipline and Academic Procrastination in Students Working on Thesis at the Faculty of Psychology, Universitas Negeri Makassar

Muhammad Akbar*, Basti Tetteng, Ahmad Yasser Mansyur
Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar
Email: akbarlatief14@gmail.com

Abstrak

Prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang skripsi disebabkan oleh adanya ketidakmampuan dalam mengelola waktu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kedisiplinan salat subuh dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas psikologi UNM. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 136 mahasiswa angkatan 2014-2016. Metode analisis data yang digunakan adalah uji *Spearman-rho* dengan bantuan aplikasi *software* jamovi versi 0.14.1.0. hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kedisiplinan salat subuh dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas psikologi UNM ($p=0,000$, $r=-0,387$). Penelitian ini menggambarkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan tingkat kedisiplinan yang tinggi dalam melaksanakan salat subuh, cenderung memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang rendah. Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap mahasiswa akhir untuk meningkatkan kedisiplinan salat subuh agar mampu menurunkan perilaku prokrastinasi akademik.

Kata Kunci: Kedisiplinan Salat Subuh, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa.

Abstract

Academic procrastination in students who are doing their thesis is caused by the inability to manage time. This study aims to determine the relationship between the discipline of the subuh prayer and academic procrastination in students who are working on a thesis at the psychology faculty of UNM. The sampling technique in this study used purposive sampling method. The subjects in this study were 136 students from the 2014-2016 class. The data analysis method used is the Spearman-rho test with the help of the Jamovi software application version 0.14.1.0. The results of data analysis showed that there was a negative relationship between the discipline of the subuh prayer and academic procrastination in students who were working on their thesis at the psychology faculty of UNM ($p=0.000$, $r=-0.387$). This study illustrates that students who are working on a thesis with a high level of discipline in carrying out the subuh prayer tend to have low academic procrastination behavior. This research contributes to the final students to improve the discipline of the dawn prayer in order to be able to reduce the behavior of academic procrastination.

Keywords: Discipline of Subuh Prayer, Academic Procrastination, Student.

PENDAHULUAN

Perguruan tinggi merupakan wadah pembelajaran bagi mahasiswa untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan menciptakan calon pemimpin bangsa yang berkualitas. Perguruan tinggi memiliki peran penting untuk melahirkan sumber daya manusia yang unggul. Individu yang berperan sebagai peserta didik di perguruan tinggi disebut dengan mahasiswa. Siswoyo (2007) mengemukakan bahwa mahasiswa merupakan individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi negeri maupun swasta. Yusuf (2012) mengemukakan bahwa mahasiswa dikategorikan pada usia 18 sampai 25 tahun. Usia tersebut tergolong masa remaja akhir hingga dewasa awal yang dilihat dari tugas perkembangan pada masa ini adalah pematangan pendirian hidup.

Amelia, Arief, dan Hidayat (2019) mengemukakan bahwa mahasiswa yang berkualitas dituntut menjadi manusia yang disiplin, cerdas, kreatif, menghargai waktu, dan bertanggung jawab atas tugas-tugasnya. Sulaiman dan Zakaria (2010) mengemukakan bahwa mahasiswa harus bijak dalam mengelola waktu karena dalam satu hari individu diberikan jumlah waktu yang sama untuk memenuhi kebutuhan. Mahasiswa sering mengatakan tidak punya waktu, tidak cukup waktu, terlalu sibuk, dan alasan lainnya untuk menunda tanggung jawab. Mahasiswa yang tidak segera memulai mengerjakan tugas merupakan aspek dari perilaku menunda. Perilaku menunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas disebut dengan prokrastinasi.

Amelia, Arief, dan Hidayat (2019) mengemukakan bahwa mahasiswa memiliki banyak tuntutan yang harus dijalankan salah satunya adalah menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Tatan (2012) mengemukakan bahwa skripsi merupakan karya tulis ilmiah yang disusun oleh mahasiswa dalam syarat menyelesaikan program S1. Skripsi merupakan bukti kemampuan akademik mahasiswa terkait dalam penelitian dengan topik yang sesuai dengan jurusannya. Mahasiswa sering mengalami hambatan selama proses pengerjaan dan penyelesaian skripsi sehingga muncul keraguan dalam diri mengenai kemampuan menyelesaikan skripsi. Proses pengerjaan skripsi sering kali dipersepsikan sebagai tugas yang menguras pikiran dan menekan sehingga menimbulkan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa.

Tatan (2012) mengemukakan bahwa mahasiswa dituntut mempertanggungjawabkan karya tulis ilmiah, namun hal tersebut tidak dilakukan dengan baik karena munculnya kemalasan, sehingga memunculkan perilaku prokrastinasi. Seo (2008) mengemukakan bahwa perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa adalah dengan melakukan penundaan mengerjakan tugas, sehingga berdampak melebihi batas waktu pengumpulan tugas dan tidak memperdulikan kualitas. Penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi adalah takut salah dalam mengerjakan tugas, mempersiapkan diri secara berlebihan, beban tugas yang dirasa berat, tidak mampu mengatur waktu, dan memilih aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Anhar (2007) menemukan bahwa dari 27 mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi dari 33 mahasiswa yang diteliti. Steel (2010) mengemukakan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku menunda tugas akademik dengan sengaja dan lebih mengutamakan tugas lain, sehingga mengakibatkan dampak buruk bagi dirinya sendiri di masa depan. Burka dan Yuen (2008) mengemukakan bahwa 90% mahasiswa menjadi prokrastinator, 25% mahasiswa sering menunda-nunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas. Adapun proses terbentuknya perilaku prokrastinasi disebabkan oleh faktor internal dan eksternal (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995).

Amelia, Arief, dan Hidayat (2019) mengemukakan bahwa keberhasilan individu menjadi seorang mahasiswa dapat dilihat dengan kemampuan mengatur waktu secara efektif dan bertanggung jawab menyelesaikan tugas dengan tepat waktu. Mahasiswa yang tepat waktu dikategorikan memiliki sifat disiplin. Sears dan Sears (2003) mengemukakan bahwa kedisiplinan merupakan kemampuan individu dalam melaksanakan tugas dengan tepat waktu dan konsisten.

Amelia, Arief, dan Hidayat (2019) mengemukakan bahwa ciri-ciri individu disiplin yaitu disiplin dalam penggunaan waktu, disiplin dalam bermasyarakat, disiplin dalam beribadah, dan disiplin berbangsa dan bernegara. Melaksanakan salat secara teratur dan tepat waktu merupakan kedisiplinan dalam beribadah dan menjaga waktu. Sebagaimana diterangkan dalam surah al-ankabut ayat 45, yakni bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu al-kitab (al-qur'an) dan dirikanlah salat. Sesungguhnya salat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (salat) adalah lebih besar (keutamaannya daripada) ibadah-ibadah yang lain). Dan Allah maha mengetahui apa yang kamu kerjakan (Departemen Agama Republik Indonesia, 2007).

Haryanto (2002) mengemukakan bahwa salat merupakan kegiatan harian, mingguan, bulanan atau tahunan yang dapat dijadikan sebagai sarana pembentukan kepribadian. Pembentukan kepribadian yang diinginkan berupa individu yang disiplin, taat waktu, dan bekerja keras. Islam sangat peduli dengan

dinamika dan semangat beraktivitas di awal waktu. Waktu pagi merupakan waktu yang istimewa yang selalu diasosiasikan sebagai simbol kegairahan, kesegaran, dan semangat. Pagi sering dikaitkan dengan harapan, optimisme, keberhasilan, dan kesuksesan.

Mansyur dan Gismin (2018) mengemukakan bahwa individu yang melaksanakan salat subuh merupakan individu yang memiliki sifat pribadi saleh dan mukmin sejati. Terdapat beberapa manfaat dari salat subuh, diantaranya aspek manajemen, pengendalian diri dan emosi, kepemimpinan dan aspek sosial. Keutamaan dan aspek ruhiyah salat subuh terkandung dalam kitab suci al-qur'an dan hadist. Salat subuh menjadi perhatian utama diantara salat wajib lainnya. Allah Swt telah menegaskan dalam Al-Qur'an, "Dan (dirikanlah pula salat subuh), sesungguhnya salat subuh itu disaksikan (oleh malaikat) (QS. Al-isra: 78).

Salah satu tolok ukur cara mengetahui kualitas keimanan seseorang dinilai dari salat subuhnya. Rasulullah bersabda: "Salat yang paling berat bagi orang-orang munafik adalah salat isya dan subuh, seandainya mereka mengetahui keutamaan (pahala) yang terdapat pada keduanya niscaya mereka akan mendatangi meskipun dengan merangkak (H.R. Ahmad no. 9122, 9635, 9719 dan 10457). Ridha (2015) mengemukakan bahwa keterlambatan bangun tidur memengaruhi kondisi psikologis individu. Individu yang terlambat bangun akan memulai aktivitasnya dengan tergesa-gesa. Mahasiswa yang bangun di awal waktu merasa lebih produktif. Salat subuh bisa dikatakan sebagai aktivitas pembuka setiap orang di pagi hari. Salat subuh merupakan aktivitas pertama umat islam di pagi hari, jika salat subuh dilakukan dengan tidak baik dan tergesa-gesa, maka akan memengaruhi aktivitas selanjutnya.

Individu yang melaksanakan salat dengan khushyuk maka salat akan berkualitas. Shiddieqy (Ridha, 2015) mengemukakan bahwa kualitas salat merupakan aktivitas salat dengan menghadapkan jiwa kepada Allah, mendatangkan takut kepada-Nya, serta menumbuhkan rasa keagungan, kebesaran, dan kesempurnaan kekuasaan-Nya. Salat yang berkualitas diibaratkan sebagai pemusatan pikiran dan perasaan untuk menenangkan pikiran dan jiwa. Riset yang telah dilakukan oleh Davidson menemukan bahwa salat yang berkualitas bermanfaat untuk menyembuhkan individu yang stres, emosional, dan mengidap penyakit kronis.

Berdasarkan data awal yang diperoleh dengan menyebar kuesioner secara online diperoleh bahwa 60 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berpartisipasi dalam mengisi kuesioner. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa 78% mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar melakukan penundaan dalam mengerjakan dan menyelesaikan skripsi. Selain itu, hasil pengumpulan data awal yang dilakukan peneliti dengan menyebar kuesioner diperoleh 60 mahasiswa yang berpartisipasi dalam mengisi kuesioner. Dari data tersebut diperoleh bahwa 72,9% mahasiswa yang tidak tepat waktu melaksanakan salat subuh akan memulai aktivitas dengan rasa malas dan sebanyak 27,1% tidak berpengaruh padamahasiswa. Selain itu, data awal yang diperoleh juga menunjukkan bahwa 100% mahasiswa yang bangun di awal waktu merasa lebih produktif.

Penelitian yang dilakukan oleh Fakhrian (2018) menemukan bahwa sebelum diberikan perlakuan berupa disiplin melaksanakan salat subuh secara berjamaah diperoleh tingkat prokrastinasi yang tinggi. Setelah mendapatkan perlakuan disiplin melaksanakan salat subuh secara berjamaah, individu mengalami penurunan prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan melaksanakan salat subuh efektif dalam menurunkan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Ridha (2015) dengan judul implikasi kualitas salat subuh dalam kehidupan remaja (studi fenomenologi pada remaja tarbiyah) dengan subjek penelitian sebanyak 4 orang remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas salat subuh memiliki pengaruh positif dalam kehidupan sehari-hari. Keempat subjek merasakan manfaat salat subuh dalam kehidupan sehari-hari. Subjek lebih menghargai waktu dan terjadi peningkatan dalam manajemen waktu. Lebih lanjut dijelaskan bahwa kepribadian remaja dibentuk oleh adanya konsistensi dalam melaksanakan salat subuh. Remaja yang memperhatikan kualitas salat subuh maka secara otomatis meningkatkan kualitas hidup seperti kedisiplinan dalam memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya.

Individu yang melaksanakan salat subuh tepat waktu mengindikasikan bahwa individu tersebut menghargai waktu dan disiplin. Individu yang mampu menghargai waktu akan mampu mengelola dan meningkatkan kemampuan dalam manajemen waktu, sehingga aktivitas berjalan sesuai rencana. Berdasarkan penjelasan mengenai kedisiplinan salat subuh yang berdampak pada perilaku prokrastinasi akademik serta hasil penelitian terkait, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara kedisiplinan saat salat subuh dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Kedisiplinan Salat Subuh

Menurut Fower dan Olson (1993) Kepuasan pernikahan merupakan evaluasi terhadap aspek-aspek dalam pernikahan yang mencakup masalah pribadi, kesetaraan peran, komunikasi dengan pasangan, bagaimana menyelesaikan sebuah masalah, mengelola keuangan dalam rumah tangga, waktu luang yang disediakan, hubungan seksual, bagaimana pembagian peran dalam mengasuh anak, waktu bersama keluarga serta teman, dan orientasi agama selama menikah. Kepuasan pernikahan menurut Bradbury, Fincham, dan Beach (2000) yaitu kondisi mental yang menggambarkan persepsi seseorang akan kelebihan dan kekurangan dalam pernikahannya. Fowers & Olson (1993) mengemukakan aspek-aspek dari kepuasan pernikahan terdiri dari komunikasi, kegiatan waktu luang, orientasi keagamaan, pemecahan masalah, manajemen keuangan, orientasi seksual, keluarga dan teman, pengasuhan anak, masalah pribadi, dan persamaan peran.

Aspek komunikasi pada kepuasan pernikahan membahas mengenai perasaan dan pikiran satu sama lain dalam sebuah hubungan dengan memiliki keterbukaan, kejujuran, adanya rasa percaya antara suami dan istri, rasa empati terhadap pasangan, dan mampu menjadi pendengar yang baik bagi pasangan, sehingga mereka mampu mendiskusikan setiap permasalahan bersama-sama. Aspek kegiatan waktu luang terkait pemilihan kegiatan untuk menghabiskan waktu luang, harapan yang ada dalam mengisi waktu luang dan menentukan kegiatan yang dilakukan baik bersama pasangan ataupun dilakukan tanpa pasangan. Aspek orientasi keagamaan mengacu pada sikap dan perilaku yang yakin pada suatu agama, serta mampu mendidik anak sesuai aturan yang ada di agama. Aspek pemecahan masalah mengacu pada kemampuan pasangan untuk menangani dan menemukan solusi dari setiap masalah. Aspek manajemen keuangan mengacu pada kemampuan pasangan dalam mengatur keuangan dalam keluarga, bagaimana pengeluaran dapat diatasi, serta pengambilan keputusan tentang keuangan. Aspek orientasi seksual mengacu pada kemampuan pasangan untuk mengungkapkan hasrat, cinta, serta mampu mengerti tanda-tanda yang diberikan oleh pasangan agar kepuasan seksual dapat terus meningkat. Aspek keluarga dan teman mengacu pada adanya rasa nyaman ketika bersama teman dan keluarga, aspek pengasuhan anak mengacu pada kesepakatan pasangan dalam menentukan jumlah anak, bagaimana pembagian peran dalam mengasuh anak dan mendidik anak. Aspek masalah pribadi menyangkut sikap dan perilaku pasangan setelah menikah, dan aspek persamaan peran bagaimana suami dan istri menghargai peran masing-masing serta mampu menjadi rekan yang baik di dalam rumah ataupun di luar rumah

Prokrastinasi Akademik

Brown dan Holzman (1995) mengemukakan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku menunda-nunda menyelesaikan tugas. Knaus (2010) mengemukakan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku menunda untuk mengerjakan aktivitas penting. Prokrastinasi juga dapat menjadi pola yang dilakukan secara berulang-ulang. Solomon dan Rothblum (1984) mengemukakan bahwa prokrastinasi merupakan kebiasaan menunda untuk menyelesaikan tugas dan melakukan aktivitas yang tidak bermanfaat sehingga mengalami ketidaknyamanan pada diri sendiri.

METODE PENELITIAN

Responden

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar yang beragama islam dan memprogramkan mata kuliah skripsi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Peneliti menentukan jumlah sampel berdasarkan tabel Krejcie. Jika jumlah populasi sebanyak 211, maka sampel yang dapat mewakili sebanyak 136 subjek.

Instrumen Penelitian

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu perilaku penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa dalam mengerjakan dan menyelesaikan skripsi. Prokrastinasi akademik diukur menggunakan skala prokrastinasi akademik berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) yaitu 1) penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas; 2) keterlambatan dalam mengerjakan tugas; 3) melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan; 4) dan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik. Sementara variabel bebas adalah kedisiplinan salat subuh. Kedisiplinan salat

subuh yang dimaksud pada penelitian ini yaitu kekonsistenan mahasiswa dalam melaksanakan salat subuh di waktu fajar sampai menjelang terbitnya matahari sebanyak dua rakaat. Kedisiplinan salat subuh diukur menggunakan skala kedisiplinan salat subuh berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Katsir (2012) yaitu 1) bergegas melaksanakan salat ketika mendengar azan; 2) melaksanakan salat dalam segala kondisi; 3) dan melaksanakan salat dengan khushyuk. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat kedisiplinan salat subuh. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah tingkat kedisiplinan salat subuh.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Hipotesis dalam penelitian ini diuji menggunakan korelasi Spearman Rho dengan bantuan software Jamovi versi 0.14.1.0 pada taraf signifikansi $<0,05$. Tahap pengumpulan data dilakukan dengan cara menentukan daya diskriminasi dan reliabilitas dalam menentukan aitem yang gugur berdasarkan pengolahan hasil uji coba kedua skala. Setelah melalui tahap uji coba, peneliti kemudian menyebar kembali skala penelitian ke media sosial berupa whatsapp secara chat personal, status whatsapp maupun mengirim ke grup whatsapp.

HASIL DAN PEMBAHASAN

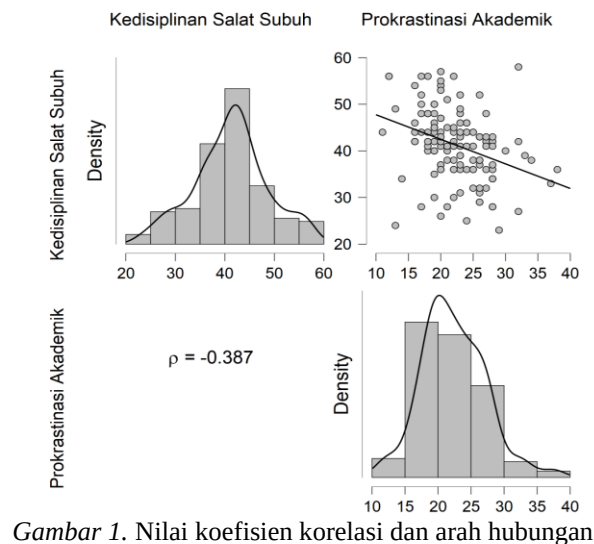
Hasil Analisis Data

Responden penelitian ini sebanyak 136 orang terdiri dari 30 laki-laki dan 106 perempuan. Pada angkatan 2014 terdapat 34 orang (25%), pada angkatan 2015 terdapat 36 orang (26,470%), dan pada angkatan 2016 terdapat 66 orang (48,529%) responden.

Data empirik kedisiplinan salat subuh menunjukkan bahwa skor terendah pada skala kedisiplinan salat subuh adalah 23 dan tertinggi adalah 58. Nilai rata-rata skala secara empirik atau *mean* adalah 41,242. Nilai standar deviasi yang didapatkan adalah 7,474. Kategorisasi skala kedisiplinan salat subuh menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 20 responden berada pada kategori tinggi dengan persentase 14,706%, terdapat sebanyak 97 responden berada pada kategori sedang dengan persentase 71,324%, dan terdapat sebanyak 19 responden berada pada kategori rendah dengan persentase 13,971%. Hasil pengolahan data di atas menunjukkan bahwa responden kategori sedang yang menjadi sampel penelitian memiliki tingkat kedisiplinan salat subuh pada kategori sedang.

Data empirik prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa skor terendah pada skala prokrastinasi akademik adalah 11 dan tertinggi adalah 38. Nilai rata-rata skala secara empirik atau *mean* adalah 22,345. Nilai standar deviasi yang didapatkan adalah 4,835. Kategorisasi skala prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 19 responden berada pada kategori tinggi dengan persentase 13,971%, terdapat sebanyak 99 responden berada pada kategori sedang dengan persentase 72,794%, dan terdapat sebanyak 18 responden berada pada kategori rendah dengan persentase 13,235%. Hasil pengolahan data di atas menunjukkan bahwa responden kategori sedang yang menjadi sampel penelitian memiliki tingkat prokrastinasi akademik pada kategori sedang.

Hasil uji hipotesis melaporkan bahwa terdapat hubungan antara kedisiplinan salat subuh dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi UNM ($r = -0,387$; $p = 0,000 < 0,05$), sehingga hipotesis yang diajukan (H_a) dalam penelitian ini diterima. Tabel di atas juga menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi yang diperoleh bernilai negatif, yang berarti bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan tingkat kedisiplinan yang tinggi dalam melaksanakan salat subuh, cenderung memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang rendah. Nilai koefisien korelasi dan arah hubungan dapat divisualisasikan pada gambar di bawah ini.



Pembahasan

1. Gambaran Deskriptif Kedisiplinan Salat Subuh

Hasil analisis deskriptif data yang diperoleh dari mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar angkatan 2014 sampai angkatan 2016. Hasil analisis deskriptif pada tabel 8 menunjukkan bahwa 136 subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini, diperoleh 20 subjek memiliki tingkat kedisiplinan salat subuh pada kategori tinggi dengan persentase 14,706%, 97 subjek menunjukkan tingkat kedisiplinan salat subuh pada kategori tinggi dengan persentase 71,323%, dan 19 subjek menunjukkan tingkat kedisiplinan salat subuh pada kategori rendah dengan persentase 13,970%. Hasil kategorisasi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki tingkat kedisiplinan salat subuh yang tergolong sedang.

Subjek pada umumnya memiliki tingkat kedisiplinan salat subuh pada kategori sedang. Amelia, Arief, dan Hidayat (2019) mengemukakan bahwa kedisiplinan salat subuh merupakan kesanggupan individu untuk memelihara dan menjaga salatnya. Salat subuh dilakukan sesuai dengan ketentuan waktu serta dengan bacaan suci yang dilakukan dari takbir hingga salam. Ghofur (2018) mengemukakan bahwa salat subuh merupakan salat yang dikerjakan di waktu fajar hingga menjelang terbitnya matahari. Sebagaimana diterangkan dalam surah al'isra' ayat 78.

As-Sirjani (2007) mengemukakan bahwa individu yang disiplin melaksanakan salat subuh akan membiasakan hidup teratur dalam sehari penuh. Salat yang dilakukan dengan tepat waktu menjadikan individu terbiasa tepat waktu dan disiplin dalam menyelesaikan seluruh kegiatannya dalam sehari. Umat muslim yang melaksanakan salat subuh otomatis membuat individu terbiasa bangun di pagi hari. Dewi dan Purwanto (2014) mengemukakan bahwa individu yang terbiasa bangun di pagi hari akan membuat badan terasa segar dan sifat malas akan hilang.

Mansyur dan Gismin (2018) mengemukakan bahwa salat mampu menyehatkan badan karena setiap gerakan, sikap, dan perubahan gerak dalam salat mulai dari persiapan ibadah seperti wudhu hingga melaksanakan salat merupakan gerakan yang paling sempurna untuk memelihara kondisi badan agar tetap sehat. Kondisi badan yang sehat akan membuat individu terhindar dari perasaan sedih dan gelisah, sehingga pikiran akan menjadi sehat dan terhindar dari penyakit fisik dan psikis.

Mahasiswa dituntut untuk mampu melaksanakan tugas dengan penuh tanggung jawab serta tekun, dan tidak membuang-buang waktu. Mahasiswa harus mampu berperang dalam menuntut ilmu terutama bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dituntut agar mampu melawan rasa malas, cemas, khawatir, dan tidak percaya diri dalam dirinya. Rasulullah SAW bersabda bahwa barang siapa yang ingin menang dalam perang maka salat subuhlah dan lakukan seusainya. Fahrian (2018) mengemukakan bahwa salah subuh merupakan kunci kesuksesan bagi orang-orang yang sedang berperang. Mahasiswa yang memiliki kedisiplinan salat subuh yang baik terutama bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih mampu mengatur waktu, disiplin, tepat waktu, dan pekerja keras.

2. Gambaran Deskriptif Prokrastinasi Akademik

Hasil analisis deskriptif prokrastinasi akademik yang dilakukan pada 136 mahasiswa muslim di fakultas psikologi Universitas Negeri Makassar diperoleh hasil data terbagi menjadi tiga kategori yakni terdapat 15 subjek yang menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik dengan kategori tinggi (11,029%), terdapat 104 subjek dengan perilaku prokrastinasi akademik pada kategori sedang (76,470%), dan terdapat 17 subjek dengan perilaku prokrastinasi akademik pada kategori rendah (12,5%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa muslim yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas psikologi Universitas Negeri Makassar cenderung pada kategori sedang.

Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) mengemukakan bahwa prokrastinasi merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada tugas formal. Tugas formal yang dimaksud termasuk dalam tugas-tugas akademik. Salah satu syarat untuk lulus di perguruan tinggi adalah menyelesaikan tugas akhir atau yang biasa disebut dengan skripsi. Andarini dan Fatma (2013) mengemukakan bahwa mahasiswa mengalami banyak hambatan dan tantangan dalam menyelesaikan skripsi. Hambatan yang biasa dialami mahasiswa seperti rasa malas, kesulitan memperoleh referensi, mis-komunikasi dengan dosen pembimbing, kurangnya dukungan, dan tidak mampu mengatur waktu dengan baik.

Andarini dan Fatma (2013) mengemukakan bahwa mahasiswa menganggap skripsi menjadi beban hidup, takut dengan hasil skripsi yang tidak sesuai ekspektasi, dan kesulitan mengatur waktu dengan aktivitas lain. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang merasa terbebani dan gelisah akan melakukan penundaan mengerjakan skripsi. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi sulit melakukan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, dan mempersiapkan diri secara berlebihan.

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas psikologi Universitas Negeri Makassar tingkat prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas berada pada kategori sedang. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi melakukan penundaan dalam memulai mengerjakan skripsi dan lebih memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dibanding mengerjakan skripsinya.

3. Hubungan antara kedisiplinan salat subuh dengan prokrastinasi akademik

Hasil uji hipotesis ditemukan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis yang diajukan (H_a) dalam penelitian ini diterima, yang berarti bahwa terdapat hubungan antara kedisiplinan salat subuh dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas psikologi Universitas Negeri Makassar. Selain itu, nilai koefisien korelasi yang diperoleh sebesar -0,387. Nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai negatif yang berarti kedisiplinan salat subuh dengan prokrastinasi akademik saling berkorelasi negatif dan masuk dalam kategori lemah dengan mengacu pada kriteria Dancey dan Reidy (2017). Dengan demikian, semakin tinggi kedisiplinan salat subuh yang dialami oleh mahasiswa muslim di fakultas psikologi Universitas Negeri Makassar, maka kecenderungan mengalami prokrastinasi akademik semakin menurun.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Purwanto (2014) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedisiplinan melaksanakan salat subuh pada mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat kedisiplinan salat subuh mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kedisiplinan salat subuh mahasiswa, maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik.

Kedisiplinan salat subuh memberikan sumbangsih sebesar $-0,3872 = 0,149$ atau 14,9% terhadap prokrastinasi akademik. Andarini dan Fatma (2013) mengemukakan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi merasa diberikan beban berat sehingga perasaan tersebut berkembang menjadi perasaan negatif yang menimbulkan kecemasan, kekhawatiran, stres, frustrasi, dan kehilangan motivasi. Hal tersebut menyebabkan mahasiswa melakukan penundaan dalam menyelesaikan skripsi dan mahasiswa mengalami keterlambatan kelulusan.

Solomon dan Rothblum (1984) mengemukakan bahwa prokrastinasi memiliki dampak negatif bagi pelakunya, yaitu tergesa-gesa dalam menyelesaikan tugas, tidak maksimal dalam menyelesaikan tugas, menimbulkan rasa cemas, banyak waktu yang terbuang, dan bahkan tidak mampu menyelesaikan tugas yang diberikan. Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) mengemukakan bahwa terdapat dua faktor yang menyebabkan individu melakukan prokrastinasi, yaitu faktor internal dan eksternal. Kedisiplinan salat subuh masuk ke dalam faktor internal yang memiliki hubungan dengan tindakan prokrastinasi.

Dewi dan Purwanto (2014) mengemukakan bahwa individu yang melaksanakan salat subuh dengan konsisten dan tepat waktu padahal harus melawan rasa kantuk karena dikerjakan di waktu fajar,

sehingga hal tersebut melatih individu menjadi pribadi yang disiplin. Individu yang memiliki tingkat kedisiplinan tinggi mampu mengontrol dan penuh dengan rasa tanggung jawab dalam menjalankan kegiatan dan aktivitas lainnya. Selain itu, mahasiswa yang memiliki kedisiplinan tinggi akan memiliki semangat dari dalam diri untuk melakukan kegiatan dan memotivasi mahasiswa untuk menyelesaikan tugas dengan tepat waktu tanpa menunda-nunda. Mahasiswa yang memiliki tingkat kedisiplinan salat subuh yang rendah maka tidak memiliki semangat dalam melakukan kegiatan dan menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kedisiplinan salat subuh dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Dengan demikian penelitian ini menggambarkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan tingkat kedisiplinan yang tinggi dalam melaksanakan salat subuh, cenderung memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarini, S. R., & Fatma, A. (2013). Hubungan antara *distress* dan dukungan social dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Talenta psikologi*. Vol. 2(2). 159-178.
- Anhar, W. N. (2017). Hubungan antara optimism dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang menyusun Skripsi. (*skripsi tidak diterbitkan*). Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Amelia, M., Arief, Y., & Hidayat, A. (2019). Hubungan antara kedisiplinan melaksanakan shalat wajib dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. *Jurnal fakultas psikologi*. 13(1). 44-54.
- As-Sirjani, R. (2004). *Misteri shalat subuh*. Solo: Aqwam.
- Brown, W. F., & Holtzman, W. H. (1955). A study-attitudes questionnaire for predicting academic success. *Journal of Educational Psychology*, 46(2), 75.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008) *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. United State of America: Preseus Book Group.
- Dancey, C., & Reidy, J. (2017). *Statistics without maths for psychology*, 7th Ed.. London: Pearson Education Limited.
- Departemen Agama Republik Indonesia. (2007). *Al Qur'an dan Terjemahannya*. Jakarta: DEPAG.
- Dewi, D. P., & Purwanto, S. (2014). *Hubungan antara kedisiplinan melaksanakan shalat subuh dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Fakhrian, A., & Aulia, P. (2018). Efektifitas disiplin melaksanakan shalat subuh berjamaah terhadap penurunan prokrastinasi akademik. *Jurnal Riset Psikologi*. 4, 1-11.
- Ferrari, J.R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Springer Science & Business Media.
- Ghofur, M. (2018). *Pejuang tahajud dan subuh*. Yogyakarta: Araska.
- Haryanto, S. (2002). *Psikologi shalat*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Katsir, Ibnu. (2012). *Tafsir Ibnu Katsir jilid 10*. Terj. M. Abdul Ghoffar E.M., Abdurrahman Mu'thi, Abu Ihsan Al-Atsari. Pustaka Imam asy-syafi'i: Bogor.
- Knaus, W. (2010). *End procrastination now! Get it done with a proven psychological approach*. New York. Mc Graw Hill.
- Mansyur, A. Y., & Gismin, S. S. (2018). Salat subuh dan dimensi ideal mahasiswa. *Jurnal Psikologi Islami*, 4(2), 82-90.
- Ridha, A. A. (2015). Impikasi kualitas shalat subuh dalam kehidupan remaja (studi fenomenologi pada remaja tarbiyah). *Jurnal Nalar*, 8(1), 886-893. ISSN: 1639-7503.
- Sears, W., & Sears, M. (2003). *The baby book, everything you need to know about your baby from birth to age two*. PT Serambi Ilmu Semesta: Jakarta.
- Seo, E. H. (2008). Self-efficacy as a mediator in the relationship between self-oriented perfectionism and academic procrastination. *Journal Social Behavior And Personality*, 36(6), 753-764.
- Siswoyo, D. (2007). *Ilmu pendidikan*. Yogyakarta. UNY press.

- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 81(4), 503-509.
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist?. *Personality and Individual Differences*, 48, 926-934.
- Sulaiman, M., & Zakaria, A. (2010). *Jejak bisnis rasul*. Jakarta Selatan: PT Mizan Publika.
- Tatan, Z. M. (2012). Analisis prokrastinasi tugas akhir/skripsi. *Jurnal Formatif*, 2 (1), 82-89. ISSN: 2088-351X.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan anak dan remaja*. Bandung: Remaja Rosdaka.