

**GAMBARAN STRES PADA PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA
ASAL SULAWESI DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**



Diajukan

**Kepada Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Program Studi (S-1) Psikologi Islam**

Oleh

**WA ODE HONO
NIM: 19190006**

Pembimbing :

Dr. Syarifan Nurjan, MA

Dr. Muh Tajab, M.A

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2023



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS AGAMA ISLAM

Jl. Budi Utomo No.10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telp (0352) 481124, Fax. (0352) 461796, e-mail : akademik @umpo.ac.id, Website : www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 77/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/PT/IV/2020)

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di dalam sidang Ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 22 Juni 2023

Dan sidang telah menerima sebagai pelengkap tugas dan salah satu syarat ujian akhir program strata satu (S-1) guna memperoleh gelar sarjana Psikologi Islam (S.Psi) pada fakultas agama islam universitas muhammadiyah ponorogo.

Maka dengan ini kami syahkan hasil sidang Ujian Munaqosyah di atas.

Ponorogo, 5 Juli 2023
Dekan,

Dr. Ayok Ariyanto, M.Pd.I
NIDN. 0726058801

Sidang Ujian Munaqosyah:

1. Penguji 1 : **Dr. Wahyudi Setiyawan, M.Pd.I**
NIDN. 0723128602



(.....)

2. Penguji 2 : **Lilis Sumarvanti, M.Pd**
NIDN. 0712058601



(.....)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS AGAMA ISLAM
Jl. Budi Utomo No.10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telp (0352) 481124, Fax. (0352) 461796,
e-mail : akademik @umpo.ac.id Website : www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 77/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/PT/IV/2020)

NOTA PERSETUJUAN MUNAQOSYAH

Hal : Peretujuan Munaqosyah

Kepada
Yth. Bapak Dekan Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Di – Ponorogo

Assalamu'alaikum wr.wb
Setelah secara cermat kami baca/teliti kembali, dan telah diadakan perbaikan/penyempurnaan sesuai dari arahan kami, maka kamu berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Wa Ode Hono
NIM : 19190006
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Gambaran Stress Pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Asal Sulawesi Di Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Telah memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang Ujian Munaqosyah Skripsi Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Untuk itu kami mengharap agar dapat segera dimunaqasayahkan.
Demikian dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum wr.wb

Ponorogo, 10 Dzulqo'dah 1444 H
30 Mei 2023 M

Pembimbing I

Dr. Syarifan Nurjan, M.A
NIK. 19710716.199909.14

Pembimbing II

Dr. Muh. Tajab, M.A
NIK. 19731125.202106.12



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS AGAMA ISLAM
Jl. Budi Utomo No.10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telp (0352) 481124, Fax. (0352) 461796,
e-mail : akademik @umpo.ac.id, Website : www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 77/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/PT/IV/2020)

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

1. Nama mahasiswa : Wa Ode Hono
2. NIM : 19190006
3. Fakultas : Agama Islam
4. Program Studi : Psikologi Islam
5. Tanggal Pengajuan Judul : 16 November 2022
6. Judul Skripsi : Gambaran Stress Pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Asal Sulawesi Di Universitas Muhammadiyah Ponorogo
7. Pembimbing I : Dr. Syarifan Nurjan, M.A
8. Pembimbing II : Dr. Muh. Tajab, M.A
9. Daftar Konsultasi :

Tanggal	Paraf pembimbing		Keterangan
	I	II	
1 Des 2022			Pengajuan proposal
15 Des 2022			Pengajuan bab 1,2,3
18 Des 2022			Revisi bab 1,2,3
28 Des 2022			Pengesahan bab 1,2,3
5 Mei 2023			Expert judgement
10 Mei 2023			Pengajuan bab 1,2,3,4,5
13 Mei 2023			Revisi bab 4,5
29 Mei 2023			Pengesahan bab 1,2,3,4,5

10. Tanggal Selesai Penulisan Skripsi : 30 Mei 2023
11. Tanggal Selesai Bimbingan : 30 Mei 2023

Pembimbing I

Dr. Syarifan Nurjan, M.A
NIK. 19710716.199909.14

Pembimbing II

Dr. Muh. Tajab, M.A
NIK. 19731125.202106.12



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS AGAMA ISLAM

Jl. Budi Utomo No.10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telp (0352) 481124, Fax. (0352) 461796, e-mail : akademik @umpo.ac.id, Website : www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 77/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/PT/IV/2020)

NOTA PERBAIKAN SKRIPSI

Hal: **Perbaikan Skripsi**

Kepada
Yth. Bapak Dekan Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Di – Ponorogo

Assalamu'alaikum wr.wb

Setelah kami baca dan teliti kembali skripsi saudara:

Nama : Wa Ode Hono
NIM : 19190006
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Gambaran Stress pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Asal Sulawesi di Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Ternyata telah diperbaiki dan disempurnakan sesuai dengan keputusan sidang ujian munaqosyah yang dilaksanakan pada tanggal 5 Juli 2023.

Dengan demikian, kami harap agar dapat segera disyahkan sebagaimana mestinya. Atas perhatian bapak, kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Penguji I

Dr. Wahyudi Setiyawan, M.Pd.I
NIDN. 0723128602

Penguji II

Lilis Sumaryanti, M.Pd
NIDN. 0712058601



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS AGAMA ISLAM

Jl. Budi Utomo No.10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telp (0352) 481124, Fax. (0352) 461796, e-mail : akademik@umpo.ac.id, Website : www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 77/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/PT/IV/2020)

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Wa Ode Hono

NIM : 19190006

Alamat : Jalan Budi Utomo No.16 RT/RW 07/03 Kelurahan Ronowijalan Kecamatan
Siman Kabupaten Ponorogo

Mengatakan bahwa sesungguhnya **"Skripsi"** yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Ponorogo, dengan judul:

"Gambaran Stress pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Asal Sulawesi di Universitas Muhammadiyah Ponorogo"

adalah benar-benar karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya dalam skripsi tersebut diberi tanda kutipan dan ditunjukkan dalam daftar pustaka. Selanjutnya apabila di kemudian hari terbukti bahwa pernyataan saya tidak benar, maka itu bukan tanggungjawab Dosen Pembimbing dan atau Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

Ponorogo, 30 Mei 2023

Hormat saya,



Wa Ode Hono
NIM. 19190006

MOTTO

PERBAIKI MINDSETMU SEBAB CARAMU MENATA HIDUP (PERILAKU)

TERCERMIN DARI PEMIKIRANMU



HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji bagimu Allah SWT tuhan semesta alam yang tiada tandingannya seluruh makhluk menyembah dan berzikir hanya kepada-Mu. Tidak ada yang memberi Nikmat, Rahmat yang begitu melimpah yang di berikan kepada manusia sebagai ciptaanmu kecuali darimu Ya Allah SWT. Kami mengucapkan syukur atas nikmat setiap detik, menit, jam, siang, dan malam hanya padamu kami mengucapkan Alhamdulillah dan berzikir mengingat dan mengagungkan Asma-Mu Ya Allah SWT yang membolak balikkan hati manusia tetapkan kami pada agama-Mu dan hanya tunduk padamu Ya Allah.

Alhamdulillah atas nikmat-Mu Skripsi kami selesai dengan baik mudah-mudahan apa yang kami tulis bermanfaat pada semua manusia. Kami berterimakasih pada orang tua kami yang tidak henti memberikan Do'a dan dorongan motivasi yang selalu diberikan selama ini, terimakasih juga untuk Kak, adek yang telah banyak mendo'akan dan support-Nya hingga kami tidak berhenti bekerja keras dalam mengerjakan Skripsi. Untuk para kerabat, sahabat, teman kami yang ikut andil dalam membantu proses pembuatan skripsi, kami mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya semoga Allah SWT membalas semua kebaikan yang diberikan kepada kami dengan limpahan berkah. Terimakasih kepada Bapak/Ibu dosen yang telah membimbing dan membina kami selama ini dengan begitu penuh kesabaran, kasih sayang yang di berikan sehingga Skripsi kami bisa selesai. Skripsi ini kami dedikasikan untuk dunia pendidikan dan untuk keluarga, sahabat, teman, dan mantan.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah berupa skripsi ini.

Sholawat beserta salam semoga tetap tercurah kepada Nabi Muhammad Saw beserta segenap keluarga, sahabat dan pengikutnya. Dialah sang revolusioner sejati utusan Allah sebagai rahmat bagi semesta alam. Merupakan suatu kebahagiaan dan rasa syukur bagi peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Stress Pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Asal Sulawesi Di Universitas Muhammadiyah Ponorogo” sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi) pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Proses penelitian skripsi ini tidak lepas dari bantuan semua pihak. Oleh karenanya, peneliti ingin menyampaikan penghargaan setinggi-tingginya disertai ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak La Ode Handiyah dan Ibu Wa Yana selaku Orang tua kami yang telah banyak mendo'akan dan memberikan motivasi yang tiada henti-henti-Nya. Dan untuk Bapak La Ode Handiyah yang sudah dipanggil kehadapan Allah SWT kami mendo'akan selalu semoga diberikan limpahan Rahmat dan Magfirah-Nya Amiin. Kami persembahkan skripsi ini untuk Ibuku.
2. Dr. Happy Susanto, M.A selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo
3. Dr. Ayok Ariyanto, M.Pd.I. selaku Dekan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo
4. Dr. Muh. Tajab, M.A selaku Ketua Prodi Studi Psikologi Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo
5. Dr. Syarifan Nurjan, M.A dan Dr. Muh. Tajab, M.A., selaku Pembimbing I dan Pembimbing II dalam penyelesaian skripsi ini
6. Bapak/Ibu Dosen dan Staf di lingkungan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah mendidik dan membimbing peneliti sehingga dapat menyelesaikan pendidikan Sarjana Strata Satu (S-1).
7. Terimakasih juga pada pihak Komunitas Sang Musafir yang telah berkenan menerima dan membantu kami dalam proses pengerjaan skripsi ini tanpa bantuan dari teman-teman lembaga tidak mungkin selesai, terimakasih sekali lagi dan mohon maaf jika kami ada salah perbuatan

dan tutur kata yang tidak berkenan dalam hal ini baik di segaja atau tidak di segaja kami mohon maaf sebesar-besarnya semoga Allah SWT membalas kebaikan teman-teman lembaga Amiin.

8. Teman-teman seangkatan di Program Studi Psikologi Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
9. Teman-teman seperjuangan anak rantau dari Sulawesi yang telah memberikan semangat dan motivasi sehingga dapat terselesainya skripsi ini.

Semoga semua bantuan yang telah diberikan dapat menjadi amal yang senantiasa mendapat ridho Allah Swt dan diberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya. Peneliti menyadari bahwa penulisan laporan ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan adanya masukan baik saran maupun kritik yang bersifat membangun dari semua pihak. Semoga laporan ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pembaca.

Ponorogo, 30 Juni 2023

Peneliti



Wa Ode Hono
NIM: 19190006

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN	I
HALAMAN PERSETUJUAN MUNAQASYAH	II
HALAMAN BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	III
SURAT NOTA PERBAIKAN SKRIPSI	IV
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	V
MOTTO	VI
HALAMAN PERSEMBAHAN	VII
KATA PENGANTAR	VIII
DAFTAR ISI	X
DAFTAR TABEL	XIII
DAFTAR GAMBAR	XIV
DAFTAR LAMPIRAN	XV
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
E. Sistematika Penulisan	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Hasil Penelitian Terdahulu	11
B. Landasan Teori	16

1. Stress	16
a. Pengertian stress	16
b. Jenis-jenis stress.....	19
c. Faktor penyebab stress	21
2. Prokrastinasi Akademik	35
a. Pengertian prokrastinasi akademik	35
b. Ciri-ciri prokrastinasi akademik	38
c. Faktor penyebab prokrastinasi akademik	40
3. Kerangka Teori	48
BAB III METODE PENELITIAN	43
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	43
B. Lokasi Penelitian	43
C. Kehadiran Peneliti di Lapangan	44
D. Data dan Sumber Data	44
E. Teknik Pengumpulan Data	45
F. Teknik Analisis Data	48
G. Pengecekan Keabsahan Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	51
1. Profil Universitas Muhammadiyah Ponorogo	51
a. Letak geografis	51
b. Sejarah singkat	52
c. Sejarah kepemimpinan	55

d. Visi, misi dan tujuan	55
e. Motto	56
2. Sejarah Singkat Mahasiswa Asal Sulawesi di Universitas Muhammadiyah Ponorogo	56
B. Penyajian Data	59
C. Analisis Data	64
1. Gambaran Stress pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Asal Sulawesi di Universitas Muhammadiyah Ponorogo	64
2. Faktor Penyebab Terjadinya Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Asal Sulawesi di Universitas Muhammadiyah Ponorogo	70
BAB V PENUTUP	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA	77



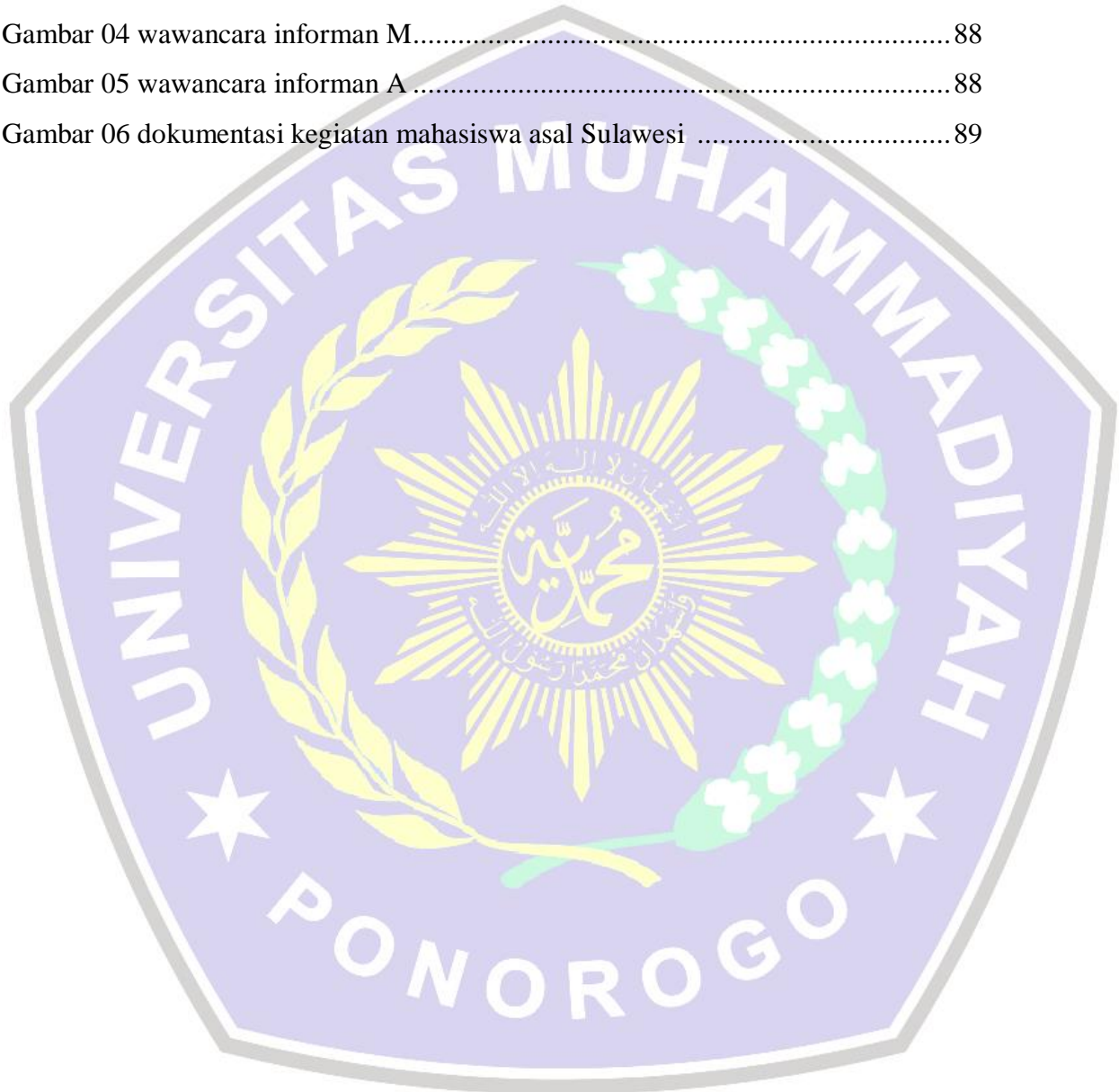
DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 profil Informan	59
Tabel 4.2 instrumen wawancara	59
Tabel 4.3 stress Akademik	67
Tabel 4.4 Prokrastinasi akademik	72



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 letak geografis	51
Gambar 02 wawancara informan N	87
Gambar 03 wawancara informan S	87
Gambar 04 wawancara informan M	88
Gambar 05 wawancara informan A	88
Gambar 06 dokumentasi kegiatan mahasiswa asal Sulawesi	89



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01 pedoman wawancara	80
Lampiran 02 instrumen wawancara	80
Lampiran 03 jadwal wawancara	81
Lampiran 04 transkrip wawancara	83
Lampiran 05 dokumentasi wawancara	86



ABSTRAK

Hono, Wa ode. 2023. *Gambaran Stress Pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Asal Sulawesi Di Universitas Muhammadiyah Ponorog.* **Skripsi.** Program Studi Psikologi Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Dosen Pembimbing: (1) Dr. Syarifan Nurjan, M.A, (2) Dr. Muh Tajab, M.A.

Kata Kunci: stress, prokrastinasi akademik, mahasiswa

Kebanyakan orang tentu pernah menunda-nunda pekerjaan ataupun tugas. Mungkin beberapa orang akan menyertakan alasan mengapa mereka menunda pekerjaan tersebut, misalnya mengerjakan prioritas mereka terlebih dahulu. Namun, beberapa orang justru melakukannya dengan sengaja. Dimana mereka menunda sebuah pekerjaan tersebut karena memang malas. Penelitian ini berfokus pada stress terhadap mahasiswa asal sulawesi yang mengalami prokrastinasi akademik. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran stress serta faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik mahasiswa asal sulawesi di Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Jenis metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif, yaitu suatu cara yang peneliti gunakan untuk meneliti kondisi objek yang alamiah, dimana peneliti berperan sebagai instrument kunci. Teknik pengumpulan data yang dilakukan menggunakan cara gabungan atau triangulasi. Pengumpulan data dengan observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ditemukan bahwa tingkat stress yang dialami mahasiswa asal sulawesi yang berprokrastinasi cukup berat sehingga memicu prokrastinasi akademik, serta faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik mahasiswa asal sulawesi adalah faktor internal dan eksternal yang mena meliputi kemalasan dan kondisi lingkungan.

ABSTRACT

Hono, Wa ode. 2023. *Description of Stress on Academic Procrastination of Students from Sulawesi at Muhammadiyah University Ponorog.* **Thesis.** Islamic Psychology Study Program, Faculty of Islamic Religion, University of Muhammadiyah Ponorogo. Supervisors: (1) Dr. Syarifan Nurjan, M.A

Keywords: stress, academic procrastination, students

Most people certainly have procrastinated work or assignments. Maybe some people will include a reason why they put off the job, for example doing their priorities first. However, some people actually do it on purpose. Where they delay a job because they are lazy. This research focuses on stress on students from Sulawesi who experience academic procrastination. The purpose of this research is to find out the description of stress and the factors that cause academic procrastination of students from Sulawesi at the University of Muhammadiyah Ponorogo.

The type of method used in this research is descriptive qualitative method, which is a way that researchers use to examine the condition of natural objects, where the researcher acts as a key instrument. Data collection techniques are carried out using a combined or triangulation method. Collecting data by observation, interviews and documentation. Data analysis was carried out through data reduction, data presentation and drawing conclusions.

The results of the study found that the level of stress experienced by students from Sulawesi who had procrastination was severe enough to trigger academic procrastination, as well as the factors that caused academic procrastination of students from Sulawesi were internal and external factors which included laziness and environmental conditions.