

**HUBUNGAN ANTARA *MUHASABAH* DENGAN
PROKRASSTINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN
TUGAS PERKULIAHAN (Studi Terhadap Mahasiswa Jurusan
Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Walisongo Semarang)
SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi



Disusun Oleh:

Nurlita Oktaviani

NIM. 1404046066

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2019

**HUBUNGAN ANTARA MUHASABAH DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN TUGAS PERKULIAHAN
(Studi Terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas
Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang)**



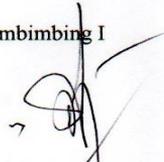
SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

Nurlita Oktaviani
NIM. 1404046066

Pembimbing I


Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA
NIP. 19520717 198003 1004

Semarang, 28 Desember 2018
Disetujui Oleh,
Pembimbing II


Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si
NIP. 19790304 200604 2001

D E N G U S A H A N

PENGESAHAN

Skripsi Saudara Nurlita Oktaviani

Nomor Induk Mahasiswa 1404046066 telah dimunaqosahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal:

23 Januari 2019

dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.



Rukhman Ulfah, M. Ag
NIP. 19700513 199803 2002

Penguji I

Pembimbing I

Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA
NIP. 19520717 198003 1004

Dr. Hj. Arikhah, M. Ag
NIP. 19691129 199603 2002

Penguji II

Pembimbing II

Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si
NIP. 19790304 200604 2001

Fitriyati, S.Psi, M.Si
NIP. 19690725 200501 2002

Sekretaris Sidang

Hj. Sri Purwaningsih, M. Ag
NIP. 19700524 199803 2002

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nurlita Oktaviani
NIM : 1404046066
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Muhasabah* dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada suatu perguruan tinggi manapun. Dalam pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini atau disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 28 Desember 2018



Nurlita Oktaviani
NIM. 1404046066

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 3 (tiga) eksemplar
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu 'alaikum Wr. Wb

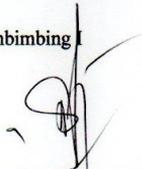
Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Nurlita Oktaviani
NIM : 1404046066
Program Studi : S1 Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Muhasabah* dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).

Dengan ini telah kami setuju dan mohon agar segera diujikan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb

Pembimbing I



Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA
NIP. 19520717 198003 1004

Semarang, 28 Desember 2018
Pembimbing II



Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si
NIP. 19790304 200604 2001

MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمتْ لِغَدٍ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.” (QS. Al-Hasyr : 18)

TRANSLITERASI

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin disini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf lain beserta perangkatnya. Pedoman transliterasi dalam skripsi ini meliputi:

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Za	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	‘	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El

م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrop
ي	Ya	Y	Ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal dan vokal rangkap,

a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat. Transliterasinya sebagai berikut:

كتب dibaca kataba

فعل dibaca fa’ala

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasi lainnya berupa gabungan huruf, yaitu:

يذهب dibaca yazhabu

سئل dibaca su’ila

كيف dibaca kaifa

هول dibaca haula

3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, contoh:

قال	dibaca qāla
قيل	dibaca qīla
يقول	dibaca yaqūlu

4. Ta Marbuṭah

Transliterasinya menggunakan:

- Ta marbuṭah hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah dan dhammah, transliterasinya adalah *t*.

Contoh:

روضة الأطفال dibaca raudatul aṭfāl

- Ta marbuṭah mati, transliterasinya adalah *h*.

Contoh:

روضة الأطفال dibaca raudah al- aṭfāl

- Ta marbuṭah yang diikuti kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah maka ta marbutah itu di transliterasikan dengan *h*.

Contoh:

المدينة المنورة dibaca al-Madīnah al-Munawwarah
atau al-Madīnatul Munawwarah

5. Syaddah (tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

ربنا dibaca rabbanā

نزل dibaca nazzala

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال namun dalam transliterasi ini kata sandang dibedakan atas kata sandang yang diikuti huruf syamsiah dan kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariah.

- a. Kata sandang diikuti oleh huruf syamsiah, yaitu kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya yaitu huruf // diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الرجل dibaca ar-rajulu

- b. Kata sandang diikuti huruf qamariah, yaitu kata sandang yang ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuaipula dengan bunyinya.

Contoh:

القلم dibaca al-qalamu

7. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa hamzah di transliterasikan dengan apostrof, namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Bila hamzah itu terletak di awal kata, ia tidak di lambangkan karena dalam tulisan arab berupa alif.

Contoh:

تأخذون dibaca ta'khuzūna

النوء dibaca an-nau'

شيء dibaca syai'un

ان dibaca inna

8. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik *fi'il*, *isim* maupun *harf*, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain. karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan, maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

وان الله هو خير الرازقين dibaca innallāha lahuwa
khairarrāziqīn

9. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku di EYD, diantaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

ومحمدالآرسول

dibaca Wa mā Muhammadun illā rasūl

10. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tidak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu, peresmian pedoman transliterasi Arab Latin (Versi Internasional) ini perlu di sertai dengan pedoman tajwid.

UCAPAN TERIMA KASIH

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

“Dengan Nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang”

Dengan mengawali kalimat Bismillāhirrahmānirrahīm, segala syukur senantiasa penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang tak henti-hentinya melimpahkan cinta dan kasih sayangNya serta sholawat salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad saw, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Penyelesaian skripsi ini bukanlah semata-mata upaya dan usaha pribadi, berkat bimbingan, dorongan dan bantuan semua pihak yang berada di sekeliling penulis, sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai prasyarat terakhir dalam menempuh pembelajaran di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walsongo Semarang, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Yang terhormat Prof. Dr. H. Muhibbin, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang.
2. Yang terhormat Dr. H. M. Mukhsin Jamil, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang beserta staf-stafnya.
3. Yang terhormat Dr. H. Sulaiman, M.A selaku ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi dan Ibu Fitriyati, S.Psi, M.Si, selaku

sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

4. Pembimbing skripsi, Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA selaku Pembimbing I dan Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si selaku Pembimbing II karena dengan bimbingan, pengarahan dan petunjuknya selama penyusunan skripsi, penulis mampu mengembangkan dan mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah memberi bimbingan dan arahan dalam proses belajar dalam perkuliahan ataupun dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Kedua orang tua penulis Bapak Joko Rustiono dan Ibu Maemonah. Terima kasih atas do'a, kasih sayang, motivasi, pengorbanan dan jerih payah bapak dan ibu, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
7. Saudaraku tercinta A'an Syahrul Fitri Najmudin, terima kasih atas do'a dan semangatnya, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
8. Sahabat-sahabatku khususnya Hanifat Indah Lutfiani, Darul Islah, Dian Munaliza, Nur Fita Anisa, dan Mifatul Choiriyah yang senantiasa memberikan semangat, dan motivasi kepada penulis dalam menempuh studi dan penyelesaian skripsi.
9. Teman-teman TP angkatan 2014, mas Zain dan mbak Nikmah yang selalu memberi semangat dan motivasi dalam menempuh

studi. Kalian adalah penyemangat penulis dalam menyelesaikan skripsi.

10. Terima kasih untuk teman-teman kos “Ijo Royo-Royo” Mimin, Ratih, Azizah, Ilma, Teri, Amimah, Vivi, Rani, Fina, Mirda, Sari, Ega dan Desca yang senantiasa memberi semangat agar bisa menyelesaikan skripsi ini.
11. Teman-teman KKN posko 10 Desa Brumbung, Kec. Mranggen, Kab. Demak tahun 2017, terima kasih atas kebersamaannya. Kalian adalah pendorong dan penyemangat penulis dalam menyelesaikan skripsi.
12. Kepada teman-temanku Shifa, Ilmi, dan Niswah, terima kasih telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
13. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Kepada mereka skripsi ini penulis persembahkan dan penulis berharap semoga skripsi ini membawa manfaat bagi penulis khususnya dan para pembaca umumnya. Aamiin

Semarang, 28 Desember 2018

Penulis

Nurlita Oktaviani

NIM: 1404046066

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN SAMPUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN DEKLARASI	iv
HALAMAN NOTA PEMBIMBING	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAM TRANSLITERASI	vii
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH	xiii
DAFTAR ISI	xvi
HALAMAN ABSTRAK	xix
HALAMAN DAFTAR TABEL	xxi
HALAMAN DAFTAR LAMPIRAN	xxiii
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	9
D. Kajian Pustaka	10
E. Sistematika Penulisan	16
BAB II : MUHASABAH DAN PROKRASTINASI AKADEMIK	
A. <i>Muhasabah</i>	19
1. Pengertian <i>Muhasabah</i>	19
2. Urgensi <i>Muhasabah</i>	21
3. Cara <i>Bermuhasabah</i>	24

4.	Bentuk <i>Muhasabah</i>	25
5.	Manfaat <i>Muhasabah</i>	27
6.	Dampak Negatif Bila Tidak <i>Bermuhasabah</i>	27
B.	Prokrastinasi Akademik	30
1.	Pengertian Prokrastinasi	30
2.	Pengertian Prokrastinasi Akademik	32
3.	Ciri – Ciri Prokrastinasi Akademik	33
4.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	34
C.	Hubungan antara <i>Muhasabah</i> dengan Prokrastinasi Akademik	36
D.	Hipotesis	40
BAB III : METODE PENELITIAN		
A.	Jenis Penelitian	42
B.	Variabel Penelitian	42
C.	Definisi Operasional Variabel	44
D.	Populasi dan Sampel	46
E.	Metode Pengambilan Data	49
F.	Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	53
G.	Teknik Analisis Data	60
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN		
A.	Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang	62
1.	Profil Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang	62

2. Visi dan Misi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora	66
3. Tujuan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora .	67
4. Sarana dan Prasarana Fakultas Ushuluddin dan Humaniora	68
B. Deskripsi Data Penelitian	69
C. Uji Persyaratan Analisis	74
1. Uji Normalitas	74
2. Uji Linieritas	75
3. Uji Hipotesis	76
D. Pembahasan	78

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan	84
B. Saran	86

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

ABSTRAK

Dalam Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, prokrastinasi akademik juga dilakukan oleh para mahasiswa. Khususnya adalah mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. Mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi tersebut pada dasarnya telah memiliki dasar keislaman dan dalam perkuliahan dididik dengan pengetahuan yang membuat mahasiswa sadar diri untuk melakukan suatu hal ke arah yang lebih positif. Seperti halnya senantiasa melakukan *muhasabah* dalam segala aktivitas. Akan tetapi, tidak semua mahasiswa mengaplikasikan ilmunya dalam tindakan sehari-hari misalnya dengan melakukan prokrastinasi akademik.

Setiap momentum yang seseorang hadapi harus dijadikan sebagai kesempatan yang baik untuk melakukan *muhasabah*. Sebab, salah satu yang terkait dengan *muhasabah* ialah pemanfaatan waktu yang terus berputar. Memanfaatkan waktu dengan melakukan aktivitas semaksimal mungkin untuk hal-hal yang baik dan produktif dalam bingkai ketakwaan kepada Allah SWT.

Penelitian ini berjudul “*Hubungan Antara Muhasabah dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).*” yang bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas (Studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Berdasarkan teknik tersebut sampel yang diambil sebanyak 54 mahasiswa yang terdiri dari 15 mahasiswa angkatan 2015, 21 mahasiswa angkatan 2016, dan sedangkan 18 mahasiswa angkatan 2017. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan *skala Likert*. Sedangkan, teknik analisis data yang digunakan adalah

Korelasi Pearson (*Pearson Product Moment Correlation*). Dengan bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 18.0 for windows.

Hasil uji hipotesis Korelasi Pearson (*Pearson Product Moment Correlation*) diperoleh nilai $r_{xy} = -0,685$ dan nilai signifikansi $p = 0,000 < 0,01$. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (Studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).

Kata kunci: *Muhasabah*, prokrastinasi akademik

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Jumlah Mahasiswa Per Angkatan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
Tabel 3.2	Tabel Skor Skala Likert
Tabel 3.3	Tabel <i>Blue Print</i> Skala <i>Muhasabah</i>
Tabel 3.4	Tabel <i>Blue Print</i> Skala Prokrastinasi Akademik
Tabel 3.5	Tabel Ringkasan Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Instrumen <i>Muhasabah</i>
Tabel 3.6	Tabel Ringkasan Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik
Tabel 3.7	Tabel Analisis Reliabilitas Instrumen <i>Muhasabah</i>
Tabel 3.8	Tabel Analisis Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik
Tabel 4.1	Jumlah Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang
Tabel 4.2	Tabel Descriptive Statistics
Tabel 4.3	Tabel Klasifikasi Hasil Analisis Deskripsi Data <i>Muhasabah</i> (studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).
Tabel 4.4	Tabel Klasifikasi Hasil Analisis Deskripsi Data Prokrastinasi Akademik (studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas

Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo
Semarang).

Tabel 4.5	Tabel One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test
Tabel 4.6	Tabel Uji Linieritas
Tabel 4.7	Tabel Correlations <i>Product Moment</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Skala Penelitian <i>Muhasabah</i> Sebelum Uji Coba
Lampiran B	Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik Sebelum Uji Coba
Lampiran C	Skala Penelitian <i>Muhasabah</i> Sesudah Uji Coba
Lampiran D	Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik Sesudah Uji Coba
Lampiran E	Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen <i>Muhasabah</i>
Lampiran F	Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan
Lampiran G	Hasil-Hasil SPSS 18.0 for Windows
Lampiran H	Tabulasi Data Hasil Try Out Skala <i>Muhasabah</i> dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi
Lampiran I	Tabulasi Data Hasil Try Out Skala Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi
Lampiran J	Tabulasi Data Hasil Penelitian Skala <i>Muhasabah</i> dalam Menyelesaikan Tugas Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Lampiran K Tabulasi Data Hasil Penelitian Skala Prokrastinasi
Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Studi
terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan
Psikoterapi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar merupakan suatu kewajiban dan kegiatan rutin yang sangat penting bagi pelajar dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Namun, cara belajar di perguruan tinggi merupakan suatu kegiatan yang spesifik. Karena mahasiswa sudah dianggap telah mencapai kedewasaan, tidak saja fisiknya, tetapi juga secara psikologis. Mahasiswa dianggap sanggup menentukan dirinya dan dipandang dapat berdiri sendiri.

Seorang mahasiswa mampu menguasai permasalahan sesulit apapun, mempunyai cara berpikir positif terhadap dirinya, orang lain, mampu mengatasi hambatan maupun tantangan yang dihadapi dan tentunya pantang menyerah pada keadaan yang ada. Problematika mahasiswa seringkali memberikan konsekuensi psikologis yang berat bagi mahasiswa. Karena ketatnya persaingan dalam mencapai prestasi, tekanan untuk terus meningkatkan prestasi akademik yang ditunjukkan dengan IPK yang tinggi, ragamnya tugas perkuliahan, UTS, UAS, ujian praktikum, nilai yang kurang memuaskan, ancaman *drop out*, adaptasi dengan

lingkungan baru, pengaturan waktu yang kacau serta manajemen diri yang kurang bagus.¹

Akibat dari banyaknya tuntutan dan masalah menyebabkan mahasiswa terlambat menyelesaikan tugas, mengerjakan tugas dengan sistem kebut semalam, terlambat masuk kuliah, tidak tidur semalaman karena mengerjakan tugas. Artinya mahasiswa melakukan penundaan atau dikenal dengan istilah prokrastinasi.

Menurut Wolter, prokrastinasi akademik merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Sedangkan menurut Ferrari dkk. prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan tugas yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik.²

Menurut Solomon dan Rothblum, dengan adanya prokrastinasi banyak dampak negatif yang muncul salah satunya yaitu tugas tidak terselesaikan tepat waktu dan jika tepat waktu hasilnya tidak akan maksimal.³

¹ Eni Nur Kholidah, "Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologi", *Jurnal Psikologi*, (Vol. 39, No. 1, tahun 2012), h. 67-68

² Renni Nugrasanti, "Locus of Control dan prokrastinasi Akademik", *Jurnal Provita*, 2006), h. 29

³ Sabatini Anggawijaya, "Hubungan Antara Depresi dan Prokrastinasi Akademik", *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, (Vol. 2 No. 2, tahun 2013) , h. 3

Menurut Ferrari dkk., karakteristik mahasiswa yang melakukan prokrastinasi adalah suka menunda-nunda dalam mengerjakan tugas sampai batas waktu pengumpulan (*deadline*), suka tidak menepati janji untuk segera mengumpulkan tugas dengan memberi alasan untuk memperoleh tambahan waktu dan memilih untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan seperti menonton televisi, jalan-jalan dan sebagainya.⁴

Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor. Ferrari dkk., menyebutkan prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh keyakinan yang tidak rasional dan perfeksionisme. Prokrastinasi dilakukan mahasiswa karena memiliki kecemasan kemampuannya dievaluasi, takut gagal, dan susah mengambil keputusan.⁵

Oleh karena itu, prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi tugas. Agar mahasiswa tidak melakukan penundaan, maka mahasiswa perlu melakukan *muhasabah* untuk bisa mengontrol dirinya.

Menurut Abu Hamid al-Ghazali yang dikutip oleh Sudirman Tebba mengartikan *muhasabah* sebagai upaya

⁴ Renni Nugrasanti, “*Locus of Control dan prokrastinasi Akademik*”, *Jurnal Provitae*, (Vol. 2 No. 1, 2006), , h. 29

⁵ *Ibid*, h. 29

mengoreksi diri dan memikirkan apa yang telah diperbuat di masa lalu dan yang akan diperbuat di masa yang akan datang.⁶

Muhasabah merupakan salah satu sifat yang harus dimiliki atau aktivitas yang harus dilakukan setiap orang.⁷ Karena mengenal diri (*muhasabah*) merupakan upaya *i'thisam* dan *istiqamah*. *I'tisham* merupakan pemeliharaan diri yang berpegang teguh pada aturan-aturan syariat. Sedangkan *istiqamah* adalah keteguhan diri dalam menangkal berbagai kecenderungan negatif. Hal ini berpengaruh terhadap kejiwaan, sehingga mampu mengendalikan diri, berbuat baik, jujur, adil dan merasa semakin dekat dengan Allah.⁸

Keharusan seseorang melakukan *muhasabah* terdapat dalam firman Allah QS Al-Hasyr: 18

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan

⁶ Sudirman Tebba, *Meditasi Sufistik*, (Tangerang: Pustaka irvan, 2007), h. 28

⁷ Ahmad Yani, *Be Excellent Menjadi Pribadi Terpuji*, (Jakarta: Al-Qalam: Gema Insani, 2007), h. 234

⁸ Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, (Semarang: RaSAIL, 2005), h. 31

*bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.*⁹

Perjalanan hidup yang mengikuti perputaran waktu secara rutin sering kali membuat seseorang menjalani kehidupannya sebagai rutinitas, sehingga kehilangan makna hidup yang sesungguhnya. Bahkan, kesalahan yang dilakukan pun tidak disadarinya, apabila kesalahan itu sudah biasa dilakukan.

Oleh karena itu, setiap momentum yang seseorang hadapi harus dijadikan sebagai kesempatan yang baik untuk melakukan *muhasabah*. Sebab, salah satu yang terkait dengan *muhasabah* ialah pemanfaatan waktu yang terus berputar. Memanfaatkan waktu dengan melakukan aktivitas semaksimal mungkin untuk hal-hal yang baik dan produktif dalam bingkai ketakwaan kepada Allah SWT.¹⁰

Dalam Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, prokrastinasi akademik juga dilakukan oleh para mahasiswa. Khususnya adalah mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. Mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi tersebut pada dasarnya telah memiliki dasar keislaman dan dalam perkuliahan dididik dengan pengetahuan yang membuat mahasiswa sadar diri untuk melakukan suatu hal ke

⁹ Yayasan Penyelenggara Penterjemah Alquran, *Alquran dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, 2014, h. 300

¹⁰ Ahmad Yani, *Be Excellent (Menjadi Pribadi Terpuji)*, (Jakarta: Al-Qalam: Gema Insani, 2007), h. 234

arah yang lebih positif. Seperti halnya senantiasa melakukan *muhasabah* dalam segala aktivitas. Akan tetapi, tidak semua mahasiswa mengaplikasikan ilmunya dalam tindakan sehari-hari misalnya dengan melakukan prokrastinasi akademik.

Hal ini sebagaimana yang diungkapkan oleh mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2016 yaitu SA yang menyatakan bahwa sering menunda-nunda dalam mengerjakan tugas kuliah. Hal tersebut sering dilakukan dalam mengerjakan tugas karena malas dan pengaruh lingkungan sekitar. Hal tersebut dilakukan secara berulang-ulang meskipun setelah melakukan penundaan selalu introspeksi diri dan menyesal.¹¹

Selain itu, peneliti melakukan wawancara dengan Mahasiswa jurusan Tasawuf dan psikoterapi angkatan 2016 yaitu PI yang menyatakan bahwa sering melakukan prokrastinasi karena malas dan sulitnya mencari literatur dalam membuat tugas. PI juga menyatakan bahwa dalam membuat tugas tergantung suasana hati. PI selalu *bermuhasabah* setelah melakukan penundaan, dan sering *bermuhasabah*. Namun hari berikutnya tetap melakukan prokrastinasi akademik.¹²

¹¹ Wawancara dengan SA, Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2016, 26 Maret 2018

¹² Wawancara dengan PI, Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2016, 26 Maret 2018

Allah telah menjelaskan agar seseorang menggunakan waktunya dengan sebaik-baiknya dalam firman-Nya surat Asy-Syrah : 7

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ

Artinya: “Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain.”¹³

Dalam ayat tersebut memberikan petunjuk bahwa seseorang harus memiliki kesibukan. Bila telah berakhir suatu pekerjaan, ia harus memulai lagi dengan pekerjaan yang lain, sehingga melalui ayat ini seseorang tidak akan menyia-nyiakan waktunya.¹⁴

Hal tersebut bisa terlaksana apabila mahasiswa selalu *bermuhasabah*, yakni introspeksi, mawas, atau meneliti diri. Yaitu menghitung-hitung perbuatan pada tiap tahun, tiap bulan, tiap hari, bahkan setiap saat.¹⁵

Muhasabah akan membuat rasa tanggung jawab di hadapan Allah, di hadapan manusia dan di hadapan jiwa yang

¹³ Yayasan Penyelenggara Penterjemah Alquran, *Alquran dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, 2014, h. 596

¹⁴ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Volume 15 Juz 'Ammah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002) h. 365

¹⁵ M. Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), h. 83

dibebani dengan beban-beban yang berupa perintah dan larangan. Dengan *muhasabah*, seseorang akan memahami bahwa dirinya ada bukan untuk sesuatu yang sia-sia. Dia akan kembali kepada Allah.¹⁶

Dari uraian di atas, diindikasikan bahwa mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora jurusan Tasawuf dan Psikoterapi pada kenyataannya mereka sering *bermuhasabah* namun, tetap saja melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini tentu saja bertolak belakang dengan salah satu manfaat *muhasabah* yakni untuk mengetahui kelemahan diri supaya seseorang dapat memperbaikinya.¹⁷

Bertolak dari permasalahan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “*Hubungan Antara Muhasabah dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).*”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah

¹⁶ Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf*, terj. Khairul Amru Harahap dan Afrizal Lubis (Jakarta: Qisthi Press, 2011), h. 200

¹⁷ Yunahar Ilyas, *Kuliah Akhlak*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), h. 57

apakah ada hubungan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang)?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).

2. Manfaat Penelitian

- a. Secara teoritis, penelitian ini dapat memberikan sumbangsih ilmu pengetahuan tentang *muhasabah* dan pengembangan psikologi khususnya prokrastinasi akademik.
- b. Secara praktis, penelitian ini dapat berguna untuk mengetahui dan menjadi bahan pertimbangan antisipatif sebab-sebab terjadinya prokrastinasi akademik dan untuk senantiasa *bermuhasabah* bagi pembaca, khususnya bagi mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

D. Kajian Pustaka

Untuk menghindari terjadinya pengulangan hasil temuan yang membahas permasalahan yang sama dari seseorang, baik dalam bentuk skripsi ataupun dalam bentuk tulisan lainnya, maka penulis dalam pembahasan ini akan mendeskripsikan tentang hubungan antara permasalahan yang penulis teliti dengan penelitian terdahulu yang relevan.

Pertama, skripsi karya Fuad Helmi (4104048) Mahasiswa IAIN Walisongo Semarang yang berjudul *Muhasabah dan Seks Bebas (Hubungan Antara Kegiatan Muhasabah Dalam Meminimalisir Seks Bebas pada Mahasiswa Di Kelurahan Plombokan Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang)*. Analisis dalam penelitian ini penelitian kualitatif dengan metode pengambilan data wawancara, observasi, serta penelitian langsung, dan treatment yang dilakukan untuk menunjang jalannya penelitian tersebut. Berdasarkan penelitian tersebut bahwasannya *muhasabah* mampu meminimalisir setidaknya 50% dari subyek penelitian yang berjumlah 40 orang. Sedangkan 30% nya masih ragu-ragu untuk memutuskan berhenti melakukan seks bebas. Dan sisanya 20% masih tetap berorientasi untuk melakukannya di kemudian hari. Hal ini merupakan indikasi yang baik ketika *muhasabah* dilakukan dengan penelitian yang efektif untuk

menjadikan remaja yang sehat seutuhnya baik dalam tataran moralitas maupun spiritualitas.¹⁸

Kedua, skripsi karya Widiani Rahmatika (104411048) Mahasiswa UIN Walisongo Semarang yang berjudul *Pengaruh Pengajaran Analisis Grafologi Terhadap Muhasabah Akhlak Madzmumah (Buruk) Pada Siswa MTS Fatahillah Bringin Ngaliyan Semarang*. Analisis penelitian tersebut adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen. Pengujian hipotesis menunjukkan ada pengaruh pengajaran analisis grafologi terhadap *muhasabah* akhlak *madzmumah* (buruk) yang sangat signifikan antara *pre-test* dan *post-test* dalam kelompok eksperimen. Ditunjukkan dengan hasil uji analisis *independent sample test* diperoleh dengan nilai rata (mean) berdasarkan nilai *Gain Score* kelompok eksperimen -17,6923 dan kelompok kontrol -5,3846. Dengan nilai T sebesar -3,958 dengan sangat signifikan dengan 0,000 sehingga berada di bawah 0,05. Dari hasil uji analisis tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh pengajaran analisis *grafologi* terhadap *muhasabah akhlak madzmumah* (buruk) yang sangat signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.¹⁹

¹⁸ Fuad Helmi, Skripsi: *Muhasabah dan Seks Bebas (Hubungan Antara Kegiatan Muhasabah Dalam Meminimalisir Seks Bebas pada Mahasiswa Di Kelurahan Plombokan Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang)*, (Semarang: IAIN Walisongo, 2010).

¹⁹ Widiani Rahmatika, Skripsi: *Pengaruh Pengajaran Analisis Grafologi Terhadap Muhasabah Akhlak Madzmumah (Buruk) Pada Siswa*

Ketiga, skripsi karya Dinatul Muthoharoh (104411011) Mahasiswa UIN Walisongo Semarang yang berjudul *Hubungan Antara Muhasabah dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2012 Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang Tahun 2014/2015*. Analisis penelitian tersebut adalah penelitian kuantitatif dengan analisis korelasi *product moment*. Pengujian hipotesis menunjukkan terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *muhasabah* dan motivasi belajar pada mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan tahun 2012 Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang Tahun 2014/2015. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji hipotesis $r_{xy} = 0,909$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Dari hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *muhasabah* dengan motivasi belajar.²⁰

Keempat, skripsi karya Irmawati Dwi Fibrianti (M2A 005 043) Mahasiswa Universitas Diponegoro Semarang yang berjudul *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*. Analisis yang digunakan adalah regresi dan korelasi.

MTS Fatahillah Bringin Ngaliyan Semarang, (Semarang: UIN Walisongo, 2015).

²⁰ Dinatul Muthoharoh, Skripsi: *Hubungan Antara Muhasabah dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2012 Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang Tahun 2014/2015*, (Semarang: UIN Walisongo, 2014).

Hasil pengujian hipotesis pada penelitian tersebut ditunjukkan oleh koefisien korelasi antara dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi $r_{xy} = -0,372$ dengan $p = 0,015$. Signifikansi atau $p < 0,05$ menunjukkan antara kedua variabel terdapat hubungan yang linier. Nilai koefisien korelasi negatif menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel adalah negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial orang tua maka semakin rendah prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi.²¹

Kelima, jurnal volume I, No 2, Juni 2011 karya Aliya Noor Aini dan Iranita Hervi Mahardayani yang berjudul *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus*. Analisis penelitian tersebut menggunakan korelasi *product moment*. Pengujian hipotesis dalam penelitian tersebut ditunjukkan dengan koefisien korelasi $r_{xy} = -0.401$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam

²¹ Irmawati Dwi Fibrianti, Skripsi: *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*, (Semarang: Universitas Diponegoro, 2009).

menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin rendah prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi, sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka akan semakin tinggi prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.²²

Penelitian di atas memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian ini, dari sisi perbedaannya tersebut dapat menunjukkan keaslian penelitian ini. adapun kesamaan dari penelitian pertama dengan penelitian yang penulis lakukan yakni secara umum mendidik mahasiswa agar senantiasa *bermuhasabah*. Sementara perbedaannya terletak pada fokus kajiannya, dalam penelitian ini fokus kajiannya ialah *Hubungan Antara Muhasabah dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang)*. Sedangkan dalam penulisan skripsi yang pertama menjelaskan tentang *Muhasabah dan Seks Bebas (Hubungan Antara Kegiatan Muhasabah Dalam Meminimalisir Seks Bebas pada Mahasiswa Di Kelurahan Plombokan Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang)*. Perbedaan lainya terletak pada subyek yang diteliti, dalam penelitian yang penulis lakukan subyek

²² Aliya Noor Aini dan Iranita Hervi Mahardayani, “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus”, *Jurnal Psikologi Pitutur*, Vol. I, No 2, Juni 2011.

penelitiannya yakni mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Sedangkan pada skripsi yang kedua terdapat perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan. Perbedaannya terletak pada fokus kajian penelitian yang dilakukan penulis. Pada skripsi yang kedua ini menjelaskan tentang pengaruh pengajaran analisis grafologi terhadap *muhasabah akhlak madzmumah* (buruk). Sedangkan dalam penelitian penulis yakni tentang hubungan *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik.

Pada skripsi ketiga terdapat persamaan dengan penelitian yang penulis lakukan, kesamaannya ialah mengkorelasikan antara ilmu tasawuf dengan psikologi. Sedangkan perbedaannya terletak pada fokus kajian penelitiannya, dalam penelitian yang dilakukan penulis fokus pada hubungan *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik. Sedangkan dalam penelitian skripsi ketiga fokus pada hubungan antara *muhasabah* dengan motivasi belajar. Sedangkan perbedaan dalam skripsi ke empat dengan jurnal ke lima yakni, dalam penelitian yang penulis lakukan mengkorelasikan antara ilmu tasawuf dengan psikologi.

Setelah menelaah beberapa penulisan di atas, penulis menyimpulkan bahwa skripsi yang berjudul *Hubungan Antara Muhasabah dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan*

Humaniora UIN Walisongo Semarang). Belum pernah ada yang melakukan penelitian sebelumnya. Sehingga penelitian ini layak untuk diteliti.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan diperlukan dalam rangka mengarahkan tulisan agar runtut, sistematis, dan mengerucut pada pokok permasalahan, sehingga memudahkan pembaca untuk memahami kandungan suatu karya ilmiah. Adapun sistematika penulisan skripsi terdiri dari tiga bagian, yakni bagian muka, bagian isi dan bagian akhir.

1. Bagian Muka

Pada bagian ini memuat halaman judul, persetujuan pembimbing, pengesahan, deklarasi keaslian, nota pembimbing, motto, transliterasi, kata pengantar, daftar isi, abstrak, daftar tabel, daftar lampiran.

2. Bagian Isi

Pada bagian ini terdiri dari beberapa bab, yang masing-masing bab terdiri dari beberapa sub bab dengan susunan sebagai berikut:

Bab I merupakan bab pendahuluan yang menggambarkan latar belakang permasalahan, dalam hal ini permasalahan yang diangkat adalah berkaitan dengan hubungan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas pada mahasiswa jurusan Tasawuf

dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang dari diri subyek dan pembatasan masalah, setelah itu terdapat rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian yang berisi seputar target yang ingin dicapai, kajian pustaka yakni memberikan informasi tentang ada atau tidaknya penelitian ini dalam penelitian sebelumnya, dan terakhir sistematika penulisan skripsi.

Bab II yakni berisikan *muhasabah* dan prokrastinasi akademik yaitu tinjauan terhadap sumber yang terdiri dari sumber kepustakaan yang menjadi sudut pandang bagi penulis yang menggambarkan tentang hubungan *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang) yang berisikan arti *muhasabah* dan prokrastinasi akademik. Pada bab ini peneliti memaparkan secara jelas teori *muhasabah*, prokrastinasi akademik, hubungan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik, serta hipotesis yang dikemukakan oleh penulis. Hipotesis penelitian ini merupakan kesimpulan sementara yang akan dibuktikan dalam penelitian.

Bab III Metode Penelitian, yang berisikan jenis penelitian, variabel penelitian, definisi operasional variabel, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, uji validitas dan reabilitas instrumen.

Bab IV Hasil penelitian dan Pembahasan. Menguraikan tentang deskripsi data hasil penelitian, uji persyaratan hipotesis, pengujian hipotesis penelitian, pembahasan hasil penelitian.

Bab V Kesimpulan dan Saran. Bab ini berisikan kesimpulan, saran-saran dan penutup.

3. Bagian Akhir

Bagian akhir terdiri dari daftar pustaka, lampiran-lampiran yang mendukung pembuatan skripsi.

BAB II

MUHASABAH DAN PROKRASTINASI AKADEMIK

A. *Muhasabah*

1. Pengertian *Muhasabah*

Menurut bahasa *muhasabah* berasal dari kata *hâsaba yuhâsibu hisâban wa muhâsabatan*, yang berarti menghitung-hitung.²³

Sedangkan menurut istilah *muhasabah* berarti penyucian diri dan berhati-hati, baik dalam melaksanakan perintah Allah SWT maupun mwnghindari larangan-Nya.²⁴

Muhasabah berarti upaya penghitungan diri, evaluasi diri atau introspeksi.²⁵ Dalam pemahaman lain *muhasabah* diartikan sebagai menghitung diri atau melakukan introspeksi terhadap seluruh apa (ucapan atau perbuatan lahir maupun batin) yang telah dikerjakan. Seperti kata-kata yang diucapkan oleh Umar bin Khatab,

*“Hisablah dirimu sebelum dihisab oleh Allah, dan timbanglah diri dan perbuatan kalian itu sebelum ditimbang oleh Allah.”*²⁶

²³ M. Abdul Mujieb, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, (Jakarta: PT Mizan Publika, 2009), h. 300

²⁴ *Ibid*, h. 300

²⁵ Imam al-Ghazali, *Ihya ‘Ulumuddin: Awas dan Waswas Diri, Tafakur, Mati dan Kejadian Sesudahnya*, terj. Irwan Kurniawan, (Bandung: MARJA, 2011), h. 15

²⁶ M. Abdul Mujieb, *Ensiklopedia Tasawuf Imam al-Ghazali*, (Jakarta: PT Mizan Publika, 2009), h. 300

Hal ini menjelaskan tentang perintah untuk *bermuhasabah* atas segala kesalahan, dosa-dosa, dan perbuatan negatif yang pernah seseorang lakukan baik terhadap dirinya maupun dengan orang lain.

Dalam pemahaman lain, *muhasabah* berarti menanamkan larangan-larangan agama dalam jiwa, kemudian mendidiknya untuk menumbuhkan perasaan minder yang menjadi kendala untuk mencapai ketulusan hati, *mahabbah* dan keikhlasan.²⁷

Sedang menurut Muhammad Isa Waley yang dikutip oleh Sudirman Tebba mengartikan *muhasabah* sebagai pemeriksaan atau ujian terhadap diri sendiri.²⁸

Sedangkan, menurut Abu Hamid al-Ghazali yang dikutip oleh Sudirman Tebba, hakikat *muhasabah* ialah mengoreksi diri dan memikirkan apa yang telah diperbuat di masa lalu dan akan diperbuat di masa yang akan datang.²⁹

Dengan demikian, *muhasabah* ialah mengoreksi diri serta memikirkan tentang apa yang telah diperbuat di masa lalu dan masa yang akan datang.

2. Urgensi *Muhasabah*

²⁷ Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf*, terj. Khairul Amru Harahap dan Afrizal Lubis, (Jakarta: Qisthi Press, 2011), h. 199

²⁸ Sudirman Tebba, *Meditasi Sufistik*, (Tangerang: Pustaka irVan, 2007), h. 27

²⁹ *Ibid*, h. 28

Seseorang yang telah memberikan persyaratan-persyaratan terhadap dirinya dalam melaksanakan kebenaran pada pagi harinya dengan jalan memberikan nasehat kepada dirinya sendiri, demikian pula pada waktu sore harinya. Hendaknya menuntut dirinya dan *menghisabnya* atas segala gerak dan diamnya.³⁰ Karena keimanan seseorang terhadap *penghisaban* pada hari akhir mewajibkan disegerakannya koreksi diri dan persiapan.³¹ Seperti yang telah dijelaskan dalam firman Allah surat Al-Anbiya' 21 : 47

وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا ۖ وَإِنْ كَانَ
مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ خَرْدَلٍ أَتَيْنَا بِهَا ۖ وَكَفَىٰ بِنَا حَاسِبِينَ

Artinya: *“Dan Kami akan memasang timbangan yang tepat pada hari kiamat, maka tiadalah dirugikan seseorang barang sedikit pun. Dan jika (amalan itu) hanya seberat biji sawi pun pasti Kami mendatangkan (pahala)-nya. Dan cukuplah Kami sebagai pembuat perhitungan.”*³²

Dan dijelaskan oleh firman Allah dalam surat Al-Baqarah 2 : 235

³⁰ M. Abdul Mujieb, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, (Jakarta: PT Mizan Publika, 2009), h. 300

³¹ al-Ghazali, *Mutiara Ihya Ulumuddin* terj. Irwan Kurniawan, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008), hlm. 413

³² Yayasan Penyelenggara Penterjemah Alquran, *Alquran dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, 2014, h. 326

وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي أَنْفُسِكُمْ فَاحْذَرُوهُ ۗ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ
عَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya: "...Dan ketahuilah bahwasanya Allah mengetahui apa yang ada dalam hatimu, maka takutlah kepada-Nya."³³

Keharusan melakukan perhitungan terhadap diri sendiri (*muhasabah*) dijelaskan oleh firman Allah dalam surat Al-Baqarah, 2 : 284

وَإِنْ تُبَدُّوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخْفُوهُ يُحَاسِبْكُمْ بِهِ اللَّهُ ۗ فَيَغْفِرُ
لِمَنْ يَشَاءُ وَيُعَذِّبُ مَنْ يَشَاءُ ۗ وَاللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

Artinya: "... Dan jika kamu melahirkan apa yang ada di dalam hatimu atau kamu menyembunyikan, niscaya Allah akan membuat perhitungan dengan kamu tentang perbuatanmu itu. Maka Allah mengampuni siapa yang dikehendaki-Nya dan menyiksa siapa yang dikehendaki-Nya; dan Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu."³⁴

Dan firman Allah dalam surat Al- Hasyr, 59 : 18

³³Yayasan Penyelenggara Penterjemah Alquran, *Alquran dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, 2014, h. 38

³⁴ *Ibid*, h. 49

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَانظُرُوا نَفْسَ مَا قَدَّمْتُمْ لِغَدٍ ۖ
وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.”³⁵

Dalam ayat tersebut kata takwa disebut dua kali, yang pertama sesudah kalimat panggilan kepada orang yang beriman, *alladzina amanu*, dan yang kedua setelah kata *maqaddamat lighad*. Maksudnya ialah, iman saja yang terletak dalam hati belum cukup, ia harus diaktualisasikan dalam bentuk *amal shalih* atau *akhlakul karimah*. Dengan kata lain, pengakuan dalam hati harus dibuktikan dengan aksi, tanpa aksi iman akan kurang bermakna.³⁶

Dengan *bermuhasabah* seseorang akan berpegang teguh kepada kitab Allah dan menjaga diri dari larangan-Nya. Seseorang akan selalu menegakkan hukum Allah selalu konsekuen berpegang kepada ajaran Islam.³⁷

3. Cara *Bermuhasabah*

³⁵ *Ibid*, h. 300

³⁶ M. Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam* (Menjawab Problematika Modern), (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), h. 84

³⁷ Sudirman Tebba, *Meditasi Sufistik*, (Tangerang: Pustaka irVan, 2007), h. 28

Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyah yang dikutip oleh Sudirman Tebba, *muhasabah* dapat dilakukan dengan tiga cara, diantara ialah:

Pertama, seseorang dapat membandingkan antara nikmat dari Allah dengan keburukan yang ia lakukan.³⁸ Yakni seseorang harus melakukan perbandingan antara kebaikan dan keburukan diri sendiri. Dengan perbandingan seseorang akan tahu mana yang paling banyak dilakukan, kebaikan atau keburukan.³⁹

Kedua, dapat membedakan antara hak Allah atas dirinya berupa kewajiban *ubudiyah*, melaksanakan ketaatan dan menjahui maksiat, dengan apa yang menjadi hak dan kewajiban dirinya.

Banyak orang yang memandang sesuatu yang menjadi haknya untuk mengerjakan atau meninggalkannya sebagai kewajiban untuk mengerjakan atau meninggalkannya. Kemudian mereka melakukan ibadah dengan meninggalkan apa yang menjadi haknya, seperti perkara mubah, dan menganggap bahwa meninggalkan perkara mubah, dan menganggap bahwa meninggalkan perkara mubah itu sebagai kewajiban atau beribadah dengan melakukan apa yang

³⁸ *Ibid*, h. 37

³⁹ *Ibid*, h. 39

seseorang berhak meninggalkannya karena mengira hal itu sebagai kewajiban.⁴⁰

Ketiga, dapat mengetahui setiap orang yang merasa puas terhadap ketaatan yang dilakukan, maka hal itu akan merugikan dirinya, dan setiap kemaksiatan yang dicela, maka akan menimpa orang itu.⁴¹

Seseorang seharusnya tidak merasa puas terhadap ketaatannya kepada Allah. Orang yang memiliki tekad yang kuat dan akan bersungguh-sungguh meminta ampunan kepada Allah setelah melakukan ketaatan kepada Allah, karena melihat kekurangan dirinya dalam melaksanakan ketaatan itu dan merasa belum melaksanakan ketaatan itu sesuai dengan kesabaran dan keagungan Allah.⁴²

4. Bentuk *Muhasabah*

Muhasabah bisa seseorang lakukan dengan tiga bentuk, yakni

Pertama, *muhasabah* sebelum berbuat. Dalam *muhasabah* ini seseorang memikirkan apakah yang hendak dilakukan itu sesuai dengan ketentuan Allah dan Rasul-Nya.

Dalam kaitan ini, seorang muslim harus melakukan sesuatu sebagaimana ketentuan Allah dan Rasul-Nya, sehingga

⁴⁰ *Ibid*, h. 42

⁴¹ Sudirman Tebba, *Meditasi Sufistik*, (Tangerang: Pustaka irVan, 2007), h. 44

⁴² *Ibid*, h. 45

sesuatu itu tidak langsung dilaksanakan, tetapi memikirkan terlebih dahulu secara matang kalau yang hendak dilaksanakan itu sesuai dengan ketentuan Islam, akan terus melaksanakan meski hambatan dan tantangannya besar. Sedangkan, bila tidak sesuai dengan ketentuan akan meninggalkannya meskipun menguntungkan secara duniawi.⁴³

Kedua, muhasabah juga dapat dilakukan ketika sedang melakukan sesuatu dengan mengontrol diri agar tidak menyimpang dengan yang semestinya dilakukan dan bagaimana melaksanakannya. *Muhasabah* dapat mencegah kemungkinan terjadinya penyimpangan pada saat melaksanakan sesuatu atau menghentikannya sama sekali.⁴⁴

Ketiga, muhasabah setelah melakukan sesuatu dengan tujuan agar dapat menemukan kesalahan yang dilakukan, kemudian menyelesaikan dengan taubat dan tidak melakukannya kembali di masa mendatang.⁴⁵

5. Manfaat *Muhasabah*

Muhasabah akan memberikan beberapa manfaat, diantaranya:

1. Untuk mengetahui kelemahan diri supaya dia dapat memperbaikinya. Karena orang yang tidak mengetahui

⁴³ Ahmad Yani, *Be Excellent Menjadi Pribadi Terpuji*, (Jakarta: Al-Qalam: Gema Insani, 2007), h. 235

⁴⁴ *Ibid*, h. 235

⁴⁵ Ahmad Yani, *Be Excellent Menjadi Pribadi Terpuji*, (Jakarta: Al-Qalam: Gema Insani, 2007), h. 236

kelemahan dirinya sendiri tidak akan dapat memperbaikinya.

2. Untuk mengetahui hak Allah SWT. karena orang yang tidak mengetahui hak Allah ibadahnya tidak dapat bermanfaat banyak bagi dirinya.
 3. Untuk mengurangi beban hisab hari esok.⁴⁶
6. Dampak Negatif Bila Tidak *Bermuhasabah*

Sudah begitu jelas bahwa menghisab diri merupakan sesuatu yang amat penting. Oleh karena itu, meninggalkannya akan timbul bahaya yang sangat besar. Paling tidak, ada empat akibat negatif bila seseorang tidak melakukan *muhasabah* antara lain,

a. Menutup Mata dari Berbagai Akibat

Kesalahan dan dosa yang dilakukan manusia tentu ada akibatnya, baik di dunia maupun di akhirat. Manakala seseorang melakukan *muhasabah*, dia menjadi tahu akan akibat-akibat tersebut dan tidak mau melakukan dosa atau kesalahan, dengan sebab mengetahui dan menyadari akibat itu.

Namun orang yang tidak melakukan *muhasabah* akan menutup mata dari berbagai akibat perbuatan yang

⁴⁶ Yunahar Ilyas, *Kuliah Akhlaq*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), h. 56-57

buruk, baik akibat yang menimpa diri dan keluarganya maupun akibat yang menimpa orang lain.

b. Larut dalam Keadaan

Efek berikutnya dari tidak melakukan *muhasabah* ialah seseorang akan larut dalam keadaan, bukan pengendalian keadaan. Orang larut dalam keadaan juga akan menjadi orang lupa diri dikala senang dan putus asa dikala sedih.

c. Mengandalkan Ampunan Allah

Setiap orang yang berdosa memang mengharap ampunan dari Allah SWT. Tapi, bagi orang yang tidak melakukan *muhasabah*, dia akan mengandalkan ampunan dari Allah SWT tanpa bertaubat terlebih dahulu. Sebab, tidak mungkin Allah akan mengampuni seseorang tanpa bertaubat dan tidak mungkin seseorang bertaubat yang sesungguhnya tanpa *muhasabah*, karena tobat itu harus disertai dengan menyadari kesalahan, menyesali, dan tidak akan mengulangnya lagi.

d. Mudah Melakukan Dosa

Tidak melakukan *muhasabah* juga akan membuat seseorang mudah melakukan dan menyepelkannya. Ini merupakan rangkaian persoalan di atas, karena dianggap tidak berbahaya, tidak ada resiko dan akibat dari dosa yang dilakukan. Sebab itu, orang yang tidak melakukan *muhasabah* akan dengan mudah melakukan dosa. Bahkan,

meskipun dia tahu perbuatan tersebut dosa, dia akan menyepelkannya. Sementara bagi orang yang *bermuhasabah*, sekecil apapun dosa yang dilakukan, dia akan menyelesaikan dengan penyesalan yang sangat mendalam.⁴⁷

Dampak negatif lainnya tentang kelalaian melakukan *muhasabah* terhadap jiwa akan membuatnya menjadi liar. Kelengahan untuk menegasinya akan membuatnya merasa dibiarkan untuk mengikuti keinginannya. Mengekangnya akan membuatnya memberontak. Dan terlalu lembut kepadanya akan membuatnya tetap dalam keadaanya yang seperti itu.

Dengan demikian, seseorang harus terus-menerus melakukan *muhasabah* dan mengambil keputusan tegas kepada jiwanya, serta mengerjakan amal benar dan dapat mendekatkannya kepada Allah.

B. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi

Prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran *cratinus* yang berarti keputusan hari esok. Jika

⁴⁷ Ahmad Yani, *Be Excellent (Menjadi Pribadi Terpuji)*, (Jakarta: Al-Qalam: Gema Insani, 2007), h. 237-239

digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya.⁴⁸

Prokrastinasi pertama kali digunakan oleh Brown dan Holtzman, istilah prokrastinasi digunakan untuk menggambarkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan sehingga seseorang gagal menyelesaikan tugas-tugas tersebut tepat pada waktunya.⁴⁹

Prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk.⁵⁰

Menurut Glenn yang dikutip oleh M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita S. Prokrastinasi berhubungan dengan berbagai sindrom-sindrom psikiatri. Seorang prokrastinator biasanya juga mempunyai tidur yang tidak sehat, mempunyai depresi yang kronis, penyebab stres dan berbagai penyebab penyimpangan psikologis lainnya.⁵¹

⁴⁸ M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita S., *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: AR-RUZZ Media, 2016), h. 150

⁴⁹ Naili Zakiyah dkk., “Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Berasrama SMP N 3 Peterongan Jombang”, *Jurnal Psikologi Undip*, (Vol 8, No. 2, 2010), h. 159

⁵⁰ Hana Hanifah Fauziah, “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, (Vol. 2, No. 2, 2015), h. 125

⁵¹ M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita S., *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: AR-RUZZ Media, 2016), h. 151

Ferrari dkk. menyimpulkan bahwa pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, antara lain: *pertama*, prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan. Yakni setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan suatu tugas disebut sebagai prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan. *Kedua*, prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu yang mengarah kepada *trait*, penundaan yang dilakukan sudah merupakan respons tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas. *Ketiga*, prokrastinasi sebagai suatu *trait* kepribadian, artinya prokrastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan saja, tetapi merupakan *trait* yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.⁵²

Dari beberapa defmisi yang telah dikemukakan di atas, istilah prokrastinasi yang digunakan dalam penelitian ini didefinisikan sebagai kegagalan seseorang dalam mengerjakan tugas berupa kecenderungan hingga tindakan menunda-nunda.

2. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dkk. prokrastinasi akademik merupakan suatu jenis penundaan yang dilakukan terhadap

⁵² M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita S., *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: AR-RUZZ Media, 2016), h. 154

jenis tugas formal yang berkaitan dengan bidang akademik.⁵³ Sedangkan menurut Ellis dan Knaus, prokrastinasi akademik mengacu pada penundaan mengerjakan tugas-tugas dalam bidang akademik sehingga tidak memungkinkan untuk mencapai kinerja yang optimal.⁵⁴

Sedangkan Husetya mengartikan prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dalam menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan, baik memulai maupun menyelesaikan tugas yang berhubungan dengan bidang akademik.⁵⁵

3. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dkk. yang dikutip oleh M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S. Mengemukakan bahwa perilaku penundaan prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-cirinya sebagai berikut:

a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan.

⁵³ Pratiwi Setyadi dan Endah Mastuti, “Pengaruh *Fear of Failure* dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Berasal dari Program Akselerasi”, *Jurnal Psikologi Kepriadian dan Sosial*, (Vol. 03, No. 01, 2014), h. 4

⁵⁴ *Ibid*, h. 4

⁵⁵ Fitria Savira dan Yudi Suharsono, “*Self-Regulated Learning* (SRL) dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Akselerasi”, *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, (Vol. 01, No. 01, 2013), h. 69

Tetapi, dia menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikannya.⁵⁶

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebih. Selain itu, juga melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas.⁵⁷

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya.⁵⁸

d. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera mengerjakan tugasnya. Tetapi, menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang

⁵⁶ M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S., *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: AR-RUZZ Media, 2016 , h. 158

⁵⁷ *Ibid*, h. 158

⁵⁸ *Ibid*, h. 159

dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan.⁵⁹

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik
 - a. Faktor Internal, yakni faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, yakni meliputi:

- 1) Kondisi Fisik Individu

Faktor dalam diri individu yang mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah berupa keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu.⁶⁰

- 2) Kondisi Psikologis Individu

Sedangkan dalam kondisi psikologis individu ialah *trait* kepribadian individu yang turut memengaruhi munculnya perilaku penundaan. Misalnya *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam *self regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Selain itu, besarnya motivasi seseorang juga memengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin

⁵⁹ ⁵⁹M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S., *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: AR-RUZZ Media, 2016 , h. 159

⁶⁰ *Ibid*, h. 164

rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik.⁶¹

b. Faktor Eksternal

Faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu yang memengaruhi prokrastinasi akademik adalah gaya pengasuhan orang tua dan lingkungan yang kondusif. Gaya pengasuhan orang tua, menurut Ferrari dan Ollivete yang dikutip oleh M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S. Menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subyek penelitian anak perempuan. Sedangkan tingkat pengaruh otoritatif ayah menghasilkan anak perempuan yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procratination* menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procratination* pula.⁶²

Sedangkan, kondisi lingkungan yang *latent* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan.⁶³

h. *Ibid*, h. 165

⁶² M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S., *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: AR-RUZZ Media, 2016 , h. 165-166

⁶³ *Ibid*, h. 166

C. Hubungan antara *Muhasabah* dengan Prokrastinasi Akademik

Muhasabah merupakan suatu metode dalam ilmu tasawuf yang meninjau ke hati nurani seseorang guna mengetahui benar tidaknya, bertanggung jawab tidaknya suatu tindakan yang diambil.⁶⁴ Praktek *muhasabah* berupa senantiasa mengintrospeksi diri terhadap seluruh perkataan dan perbuatan yang telah dikerjakan.⁶⁵ Abu hamid al-Ghazali mengungkapkan bahwa hakikat *muhasabah* adalah mengoreksi diri dan memikirkan apa yang telah diperbuat di masa lalu dan apa yang akan diperbuat di masa yang akan datang.⁶⁶

Metode mawas diri ini berupa introspeksi yang pada dasarnya merupakan cara untuk menelaah diri agar lebih bertambah baik dalam berperilaku dan bertindak.⁶⁷

Upaya introspeksi diri dapat didudukkan sebagai sumber pengenalan dan pemahaman yang primer terhadap diri sendiri. Karena mengenal diri (*muhasabah*) merupakan upaya *i'tisham* dan *istiqamah*. *I'tisham* merupakan pemeliharaan diri dengan

⁶⁴ Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, (Semarang: RaSAIL, 2005), h. 30

⁶⁵ M. Abdul Mujieb, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, (Jakarta: PT Mizan Publika, 2009), h. 300

⁶⁶ Sudirman Tebba, *Meditasi Sufistik*, (Tangerang: Pustaka irVan, 2007), h. 28

⁶⁷ Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, (Semarang: RaSAIL, 2005), h. 30

berpegang teguh pada aturan-aturan syari'at. Sedangkan *istiqamah* adalah keteguhan diri dalam menangkal berbagai kecenderungan negatif. Hal ini akan berpengaruh terhadap kejiwaan, sehingga mampu mengendalikan diri, berbuat baik, jujur, adil dan semakin merasa dekat dengan Allah.⁶⁸

Sedangkan yang dimaksud prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan terhadap jenis tugas formal yang berkaitan dengan bidang akademik.⁶⁹ Dalam mengatasi prokrastinasi akademik *muhasabah* sangatlah penting dilakukan karena dengan *bermuhasabah* mampu mengendalikan diri seseorang untuk tidak melakukan penundaan tugas.

Menghargai waktu dan bersikap sungguh-sungguh dalam mengerjakan kebaikan merupakan salah satu ciri umat Muslim yang bertakwa. Banyak sekali kewajiban agama yang harus dijalankan dengan ketentuan waktu yang ketat dan sangat jelas.⁷⁰

Makna dari sikap disiplin dan sungguh-sungguh dalam beribadah seyogyanya tercermin di dalam perilaku umat Muslim sehari-hari. Bekerjalah dengan keras, rajin, tekun, dan cerdas. Kita harus selalu disiplin dan sungguh-sungguh dalam menjalankan

⁶⁸ Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, (Semarang: RaSAIL, 2005), h. 31

⁶⁹ Pratiwi Setyadi dan Endah Mastuti, "Pengaruh *Fear of Failure* dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prokastinasi Akademik pada Mahasiswa yang berasal dari Program Akselerasi" *Jurnal Psikologi Pendidikan dan perkembangan*, (Vol. 3, No. 01, 2014), h. 15

⁷⁰ Syahmuharnis dan Harry Sidharnata, *Transcendental Quotient Kecerdasan Diri Terbaik*, (Jakarta: Republika, 2006), h. 178

tugas dan tanggung jawab kita sehari-hari. Mampu menghargai waktu yang ada dengan sebaik-baiknya dan tidak menunda-nunda pekerjaan.⁷¹

Seperti yang dijelaskan dalam firman Allah surat Asy-Syrah : 7

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ

Artinya: “Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain.”⁷²

Sehingga seseorang yang yang sudah mampu mawas diri, maka ia akan lebih mengetahui kekurangan dirinya, kekurangan dalam manajemen waktunya. Sehingga pada nantinya jika *muhasabah* dilakukan secara *istiqamah* maka ia akan mampu mengendalikan dirinya dan mengurangi upaya untuk melakukan prokastinasi akademik.

Karena sikap *muhasabah* mampu melahirkan manusia yang berbudi luhur, efisien dan efektif dalam bertindak.⁷³ Selain itu, *muhasabah* dapat dilakukan dalam melaksanakan sesuatu dengan selalu mengontrol diri agar tidak menyimpang dari apa yang semestinya dikerjakan. *Muhasabah* mencegah kemungkinan

⁷¹Syahmuharnis dan Harry Sidharnata, *Transcendental Quotient Kecerdasan Diri Terbaik*, (Jakarta: Republika, 2006), h. 179

⁷² Yayasan Penyelenggara Penterjemah Alquran, *Alquran dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, 2014, h. 596

⁷³ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah (Transcendental Intelligence)*, (Jakarta: Gema Insani, 2001), h. 76

terjadinya penyimpangan saat melaksanakan sesuatu atau menghentikannya sama sekali.⁷⁴

Sebagai seorang mahasiswa yang sedang belajar dilingkungan beragama, khususnya mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora jurusan Tasawuf dan Psikoterapi yang memiliki tujuan utama senantiasa mendekatkan diri kepada Allah, memahami tujuan dari kehidupan serta memaknai itu dengan hal-hal positif guna mencapai ridho Allah.

Muhasabah akan memberikan beberapa manfaat, diantaranya:

4. Untuk mengetahui kelemahan diri supaya dia dapat memperbaikinya. Karena orang yang tidak mengetahui kelemahan dirinya sendiri tidak akan dapat memperbaikinya.
5. Untuk mengetahui hak Allah SWT. karena orang yang tidak mengetahui hak Allah ibadahnya tidak dapat bermanfaat banyak bagi dirinya.
6. Untuk mengurangi beban hisab hari esok.⁷⁵

Dari uraian di atas, bila *muhasabah* dikorelasikan dengan prokrastinasi akademik yaitu setelah mahasiswa mengetahui dan memahami dengan baik mengenai konsep *muhasabah* maka secara otomatis akan berlanjut pada proses penghayatan akan dirinya

⁷⁴ Ahmad Yani, *Be Excellent Menjadi Pribadi Terpuji*, (Jakarta: Al-Qalam, 2007), h. 235

⁷⁵ Yunahar Ilyas, *Kuliah Akhlaq*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), h. 56-57

sendiri. Dengan begitu individu akan mampu mengontrol diri sehingga ia mampu mengontrol dirinya untuk tidak melakukan prokrastinasi akademik.

D. Hipotesis

Menurut Sugiyono, hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik dengan data.⁷⁶

Selanjutnya, dalam penelitian ini terdapat hubungan negatif antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Waliasongo Semarang). Artinya semakin tinggi mahasiswa *bermuhasabah* maka semakin rendah dalam melakukan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah mahasiswa *bermuhasabah* maka semakin tinggi dalam melakukan prokrastinasi akademik.

⁷⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 96

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini menekankan pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian dalam rangka pengujian hipotesis. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antara variabel yang diteliti.⁷⁷

Penelitian ini dapat dikategorikan sebagai penelitian korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel-variabel yang diteliti tanpa melakukan suatu intervensi terhadap variasi variabel-variabel yang bersangkutan.⁷⁸

B. Variabel Penelitian

Sugiyono mengemukakan bahwa variabel penelitian merupakan suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau

⁷⁷ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997), h. 5

⁷⁸ *Ibid*, h. 21

kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya.⁷⁹

Adapun variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu:

1. Variabel Independen (Variabel X), merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat).⁸⁰ Variabel bebas merupakan variabel yang variabelnya diukur, dimanipulasi, atau dipilih oleh peneliti untuk menentukan hubungannya dengan suatu gejala yang diobservasi.⁸¹ Adapun yang menjadi variabel independen dalam penelitian ini adalah *muhasabah*.
2. Variabel Dependen (Variabel Y), merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.⁸² Atau variabel yang diamati dan diukur untuk menentukan pengaruh yang disebabkan oleh variabel bebas.⁸³ Adapun yang menjadi variabel dependen dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan.

⁷⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 61

⁸⁰ *Ibid*, h. 61

⁸¹ Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), h. 54

⁸² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 61

⁸³ Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), h. 54

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah suatu definisi yang didasarkan pada karakteristik yang dapat diobservasi dari apa yang sedang didefinisikan atau mengubah konsep-konsep yang berupa konstruk dengan kata-kata yang menggambarkan perilaku atau gejala yang dapat diamati dan yang dapat uji dan ditentukan kebenarannya oleh orang lain.⁸⁴

Definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Muhasabah*

Muhasabah merupakan cara untuk mengoreksi diri dan memikirkan tentang segala sesuatu yang telah diperbuat di masa lalu, yakni dengan cara meninggalkan perbuatan yang kurang bermanfaat dan memperbaiki kesalahan di masa lalu agar bisa menjadi pribadi yang lebih baik di masa yang akan datang. Dan memikirkan sesuatu yang akan diperbuat di masa yang akan datang, yakni dengan memikirkan secara matang sesuatu yang akan dikerjakan ada manfaatnya atau tidak, serta baik atau tidak untuk dikerjakan.

Dalam penelitian ini, teori yang digunakan sebagai landasan merujuk pada definisi *muhasabah* yang

⁸⁴ *Ibid*, h. 68

dikemukakan oleh Abu Hamid al-Ghazali⁸⁵, dengan aspek sebagai berikut:

- a. Mengoreksi diri dan memikirkan segala sesuatu yang diperbuat di masa lalu.
- b. Mengoreksi diri dan memikirkan segala sesuatu yang diperbuat di masa mendatang.

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas dioperasionalkan sebagai suatu penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas, serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas.

Dalam penelitian ini, teori yang digunakan sebagai landasan merujuk pada definisi prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan yang dikemukakan oleh Ferrari dkk.⁸⁶ dengan aspek sebagai berikut:

- a. Penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas
- b. Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas

⁸⁵ Sudirman Tebba, *Meditasi Sufistik*, (Jakarta: Pustaka irVan, 2007), h. 28

⁸⁶ M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S., *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: AR-RUZZ Media, 2016), h. 158-159

- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas
- d. Serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Penentuan populasi merupakan langkah pertama yang harus diperhatikan dalam melakukan suatu penelitian.⁸⁷ Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu.⁸⁸ Jadi, populasi merupakan keseluruhan subyek penelitian.⁸⁹

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

⁸⁷ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997), h. 27

⁸⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 117

⁸⁹ Ma'ruf Abdullah, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015), h. 227

Tabel 3.1
Jumlah Mahasiswa Per Angkatan Fakultas Ushuluddin
dan Humaniora

No.	Angkatan	Jumlah	Prosentase (%)	Subyek Penelitian
1.	2015	73	20%	15
2.	2016	101	20%	21
3.	2017	88	20%	18
Jumlah		262		54

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili).⁹⁰ Maka yang menjadi subyek penelitian ini adalah mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2015, 2016, dan 2017

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Teknik *simple random sampling* adalah teknik

⁹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 118

pengambilan sampel yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut.⁹¹ Cara pengambilan sampel dilakukan dengan menyeleksi setiap unit sampling, yang sesuai dengan ukuran unit sampling.⁹²

Dalam pengambilan sampel peneliti berpedoman pada Suharsimi Arikunto yang menyatakan bahwa apabila subyek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semua, sehingga penelitian tersebut merupakan penelitian populasi. Sedangkan jika jumlah subyeknya lebih besar (lebih dari 100 orang) maka dapat menggunakan sampel, yakni diambil antara 10% - 15% hingga 20% - 25% atau bahkan boleh lebih dari 25% dari jumlah populasi yang ada.⁹³

Berdasarkan tata cara pengambilan sampel di atas, peneliti mengambil 20% dari jumlah mahasiswa pada setiap angkatan. Dari jumlah 73 mahasiswa angkatan 2015 diambil 20%, maka akan diambil sampel berjumlah 15 mahasiswa. Pada angkatan 2016 dengan jumlah mahasiswa 101, diambil 20% maka sampel yang akan

⁹¹ Nanang Martono, *Metode Penelitian Kuantitatif Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*, (Depok: Raja Grafindo Persada, 2012), h. 124

⁹² Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), h. 115

⁹³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), h. 112

diambil berjumlah 21 mahasiswa. Sedangkan pada angkatan 2018 dengan jumlah mahasiswa 88, diambil 20% maka sampel yang akan diambil berjumlah 18 mahasiswa. Jadi total keseluruhan jumlah sampel dari angkatan 2015, 2016 dan 2017 adalah 54 mahasiswa.

E. Metode Pengambilan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala. Skala yang digunakan ialah skala *Likert*. Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.⁹⁴

Skala yang digunakan adalah skala *muhasabah* dan skala prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. Kategori jawaban yang digunakan dalam skala ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.2
Skor Skala Likert

Jawaban	Keterangan	Skor Favorable	Skor Unfavorable
SS	Sangat Setuju	4	1

⁹⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Suharsimi Arikunto, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), h. 112 *Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 134

S	Setuju	3	2
TS	Tidak Setuju	2	3
STS	Sangat Tidak Setuju	1	4

Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal positif atau mendukung terhadap sikap obyek. Pernyataan *unfavorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal negatif yakni tidak mendukung atau kontra terhadap sikap obyek yang akan diungkap.⁹⁵

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua macam skala, yaitu:

1. Skala *Muhasabah*, yang mana skala ini mengacu pada teorinya Abu Hamid al-Ghazali dengan indikator sebagai berikut:

Tabel 3.3
Blue Print Skala Muhasabah

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	

⁹⁵ Saifuddin Azwar, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997), h. 98

1.	Mengoreksi diri dan memikirkan segala sesuatu yang diperbuat di masa lalu	Individu mampu meninggalkan sesuatu yang tidak bermanfaat	1*, 6, 9, 3	4, 10, 5*, 8	8
		Individu mampu memperbaiki kesalahan di masa lalu	2, 7, 21*, 29	14*, 16, 17*, 30*	8
2.	Mengoreksi diri dan memikirkan segala sesuatu yang diperbuat di masa mendatang.	Individu mampu menentukan sikap sebelum bertindak	15, 11, 18, 25*	13, 22, 24, 26*	8
		Individu mampu mengontrol diri	12, 19*, 27*	20*, 23, 28*	6
Jumlah Pernyataan			15	15	30

*) Item gugur

2. Skala prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan yang mana skala ini menggunakan teori Ferrari dkk. dengan indikator sebagai berikut:

Tabel 3.4

***Blue Print* Skala Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan**

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas	Melakukan penundaan dalam memulai mengerjakan tugas	1, 4*, 7*, 9	12, 2, 19, 27	8
		Melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas	5, 3	28, 29*	4
2	Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	Memerlukan waktu lama mempersiapkan diri untuk mengerjakan tugas	6*, 22*	36, 37	4

		Tidak memperhitungkan waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas	8*, 17*	30, 31	4
		Tergesa-gesa dalam mengerjakan tugas	10, 20*	34, 18	4
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas	Ketidaksesuaian antara niat atau rencana untuk mengerjakan dengan tindakan untuk mengerjakan	16, 24*	38, 39	4
		Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang ditentukan dalam mengerjakan tugas	11, 41*	40, 42*	4

4	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas	Melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas	13*, 15, 23*	21*, 25*, 33	6
		Mengerjakan tugas sambil melakukan kegiatan lain	14, 26*	35, 32	4
Jumlah Pernyataan			21	21	42

*) Item gugur

F. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah untuk menyatakan sejauhmana data yang didapatkan melalui instrumen penelitian akan mengukur apa yang diukur.⁹⁶ Suatu skala pengukuran dikatakan valid apabila skala tersebut digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.⁹⁷ Suatu alat ukur yang baik harus memenuhi persyaratan validitas dan reliabilitas, karena alat ukur yang tidak

⁹⁶ Ma'ruf Abdullah, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015), h. 256

⁹⁷ Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), h. 99

reliable atau tidak valid akan memberikan informasi yang tidak akurat mengenai subyek atau model dikenai tes.⁹⁸

Selanjutnya dalam memberikan interpretasi terhadap koefisien korelasi, sebagaimana yang telah dikemukakan oleh Masrun bahwa item yang mempunyai korelasi positif dengan kriterium (skor total) serta korelasi yang tinggi, menunjukkan bahwa item tersebut mempunyai validitas yang tinggi pula. Sedangkan syarat minimum untuk dianggap memenuhi syarat adalah kalau $r = 0,3$. Jadi, apabila korelasi antara butir dengan skor total kurang dari 0,3 maka butir dalam instrumen tersebut dinyatakan tidak valid.⁹⁹

Uji validitas dilakukan dengan uji coba (try out) instrumen pada tanggal 15 – 19 Oktober 2018 kepada populasi non sampel yaitu sebanyak 54 mahasiswa. Untuk mengetahui kevalidan masing-masing butir pernyataan dapat dilihat dari nilai *Corrected Item- Total Correlation* masing-masing butir pernyataan dengan bantuan program SPSS 18.0 for windows.

Tabel 3.5

Ringkasan Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Muhasabah

⁹⁸ Syaifudin Azwar, *Reliabilitas dan Validitas Edisi 4*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), h. vii

⁹⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 188-189

Instrumen	Keterangan	Hasil Uji Coba Validitas Skala	Jumlah
<i>Muhasabah</i>	Valid	2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 22, 23, 24, 29	18
	Tidak Valid	1, 5, 14, 17, 19, 20, 21, 25, 26, 27, 28, 30	12
Jumlah			30

Berdasarkan uji validitas item terhadap 30 item skala *muhasabah* terdapat 18 item yang valid dan 12 item yang dinyatakan gugur. Item *muhasabah* menggunakan koefisien validitas minimal 0,3. Item-item yang gugur diantaranya nomor 1, 5, 14, 17, 19, 20, 21, 25, 26, 27, 28, dan 30. Adapun koefisien korelasi yang gugur berkisar antara -0,040 sampai dengan 0,298.

Tabel 3.6

**Ringkasan Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Instrumen
Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas
Perkuliahan**

Instrumen	Keterangan	Hasil Uji Coba Validitas Skala	Jumlah
Prokrastinasi Akademik	Valid	1, 2, 3, 5, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 18, 19, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40	26
	Tidak Valid	4, 6, 7, 8, 13, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 29, 41, 42	16
Jumlah			42

Berdasarkan uji validitas item terhadap 42 item skala prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan terdapat 26 item yang valid dan 16 item yang gugur. Item skala prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan menggunakan koefisien validitas minimal 0,3. Item-item yang gugur diantaranya nomor 4, 6, 7, 8, 13, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 29, 41, dan 42. Adapun koefisien

korelasi yang gugur berkisar antara -0,044 sampai dengan 0,269.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan.¹⁰⁰ Reliabilitas menunjuk pada adanya konsistensi dan stabilitas nilai hasil skala pengukuran tertentu. Reliabilitas berkonsentrasi pada masalah akurasi pengukuran dan hasilnya.¹⁰¹

Uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui konsistensi dari instrumen sebagai alat ukur. Sehingga hasil suatu pengukuran dapat dipercaya.

Koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitas.¹⁰²

Uji reliabilitas dapat dilihat pada nilai *Cronbach Alfa*, jika nilai *Cronbach Alfa* >0,60 konstruk pernyataan dimensi variabel adalah reliabel.¹⁰³ Menurut Sekaran, reabilitas kurang

¹⁰⁰ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2010), h. 221

¹⁰¹ Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), h. 100

¹⁰² Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pusaka Pelajar, 1999), h. 83

¹⁰³ Wiratno Sujarweni, Poly Endrayanto, *Statistik Untuk Penelitian*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012), h. 189

dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan di atas 0,8 adalah baik.¹⁰⁴

Adapun uji reliabilitas penelitian ini dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Product For Service Solution*) versi 18.0 for windows. Uji reliabilitas dalam perhitungannya menggunakan program SPSS versi 18.0 for windows terhadap instrumen penelitian ini diperoleh sebagai berikut:

Tabel 3.7
Analisis Reliabilitas Instrumen *Muhasabah*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	54	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	54	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

¹⁰⁴ Duwi Priyanto, *Mandiri Belajar SPSS (Statistical Product and Service Solution) Untuk Analisis Data dan Uji Statistik*, (Yogyakarta: MediaKom, 2008), h. 26

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.827	30

Dalam tabel di atas, diketahui bahwa nilai *Cronbach Alfa* skala *muhasabah* sebesar 0,827. Jika dilihat dari kategori reliabilitas Sekaran maka instrumen tersebut dikatakan baik. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian ini reliable untuk digunakan karena nilai *Cronbach Alfa* $0,827 > 0,60$.

Tabel 3.8
Analisis Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik
dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan
Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	54	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	54	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.873	42

Dalam tabel di atas, diketahui bahwa nilai *Cronbach Alfa* skala Prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan sebesar 0,873. Jika dilihat dari kategori reliabilitas Sekaran maka instrumen tersebut dikatakan baik. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian ini reliable untuk digunakan karena nilai *Cronbach Alfa* 0,873 > 0,60.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul.¹⁰⁵ Adapun teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik. Sedangkan metode analisis data dibantu dengan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 18.0for windows.

Teknik analisis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah menggunakan Korelasi Pearson (*Pearson Product Moment Correlation*). Teknik ini digunakan untuk menentukan

¹⁰⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2014), h. 207

hubungan antara dua variabel (gejala) yang berskala interval (skala yang menggunakan angka sebenarnya). Besarnya korelasi adalah 0 sampai 1. Korelasi dapat positif, yang artinya searah. Jika variabel pertama besar, maka variabel kedua semakin besar juga. Korelasi negatif, yang artinya berlawanan arah. Jika variabel pertama besar maka variabel kedua semakin mengecil.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang

1. Profil Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang

Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, semula didirikan di Tegal atas prakarsa dari Drs. M. Chozien Mahmud, dkk. Pada awal berdirinya, fakultas ini di bawah naungan yayasan swasta bekerja sama dengan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Beberapa orang yang ikut terlibat secara aktif membidani dan merintis (*the founding fathers*) antara lain adalah Drs. M. Chozien Mahmud (anggota BPH seksi D Kab. Tegal), Moh Cholid Oesodo (anggota DPRD Kab. Tegal) dan KH. Qosim Tafsir (pengusaha dan tokoh masyarakat).

Awal September 1968, tiga tokoh di atas membicarakan pendirian fakultas ini dengan Bupati Kab. Tegal (Letkol Soepardi Yoedodarmo). Dan ternyata upaya ini mendapat sambutan yang luar biasa, tidak hanya dukungan moral, namun juga finansial. Pada saat itu bupati memberikan bantuan satu juta rupiah guna pengurusan administrasi ke Jakarta. Berawal dari sinilah, proses pendiriannya terus berlanjut dan tidak mengalami banyak kendala, terlebih

yayasan telah memiliki sebidang tanah dan gedung kuliah beserta perlengkapannya di Procot Slawi.

Dalam perjalanan sejarahnya, Fakultas Ushuluddin sebelumnya tidak berdiri sendiri. Saat itu, masih menginduk pada IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan memilih Fakultas Tarbiyah sesuai hasil rapat tanggal 6 September 1968. Namun, dalam perkembangan selanjutnya dialihkan ke IAIN Walisongo. Hal ini terjadi setelah statusnya berubah menjadi “negeri” yaitu pada tanggal 6 April 1970. Berdasarkan musyawarah para pendiri; menteri agama RI (KH. Moh. Dahlan), Rektor IAIN Sunan Kalijaga (Prof. RHA. Soenarjo, SH), wakil rektor I IAIN Walisongo (Drs. Soenarto Notowidagdo) dan direktur Perguruan Tinggi Agama (HA. Timur Jaelani, MA) disepakati pemindahan Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga ini menginduk ke IAIN Walisongo Semarang.

Pasca kesepakatan di atas, permasalahan baru kemudian muncul yaitu karena IAIN Walisongo telah memiliki Fakultas Tarbiyah Salatiga dan Kudus maka beralihlah Fakultas Tarbiyah menjadi Fakultas Ushuluddin. Konversi ini dengan berbagai pertimbangan:

- a. Jika tetap memilih Fakultas Tarbiyah diperlukan izin khusus menteri Agama (konsekuensinya memakan waktu lama)

- b. Sejak semula para pendiri tidak memutuskan jenis fakultas tertentu
- c. Pertimbangan KH. Saefuddin (DPRGR) dalam kunjungannya ke egal tahun 1970

Maka berdasarkan SK Menteri Agama RI No 254/70 tanggal 30 September 1970 Fakultas Ushuluddin IAIN al-Jami'ah Walisongo cabang Tegal resmi berdiri dan peresmian status “negeri” nya pada tanggal 14 April 1971.

Berdasarkan Keputusan Menteri Agama RI nomor 17/ 1974 tanggal 25 Pebruari 1974. Fakultas Ushuluddin ini pindah ke Semaraang dan terhitung sejak tahun1975, semua proses belajar mengajar (perkuliahan) nya diadakan di Semarang.¹⁰⁶

Letak Fakultas Ushuluddin dan Humaniora berada di kampus II UIN Walisongo Jl. Prof. Dr. Hamka Km 01 Ngaliyan Semarang. Fakultas Ushuluddin dan Humaniora bersebelahan dengan Fakultas Ilmu Tarbiyah & Keguruan. Fakultas Ushuluddin dan Humaniora lahir bukan tanpa alasan, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora didirikan memiliki fungsi ganda yaitu fungsi akademis dan fungsi dakwah. Dalam fungsi akademis, memperluas spektrum keilmuan berarti akan memperluas dan memberikan akses

¹⁰⁶ http://fuhum.walisongo.ac.id/?page_id=5, diakses pada 26 Desember 2018, 20:46 WIB

kepada anak bangsa untuk menjadi akademis yang memiliki keahlian dalam bidang studinya juga menjadi da'i. Akan menjadi sangat ideal, jika ada da'i dengan kemampuan menjelaskan ayat-ayat Al-Qur'an melalui pendekatan akademis, sekaligus sebagai ahli agama yang sangat berkualitas karena ketuntasannya dalam memahami agama.

Pembentukan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora merupakan bagian dari usaha mengintegrasikan beragam keilmuan untuk mengeliminasi dikotomi antara ilmu umum dan ilmu agama. Hal ini dianggap perlu dalam usaha untuk memberikan dasar etika Islam demi pengembangan ilmu dan teknologi, dan pada saat yang bersamaan juga berusaha mengimplementasikan ajaran-ajaran Islam secara profesional dalam kehidupan sosial.

Berdirinya Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang dilatarbelakangi beberapa pertimbangan berikut:

- a. Adanya dikotomi ilmu-ilmu agama dan ilmu-ilmu umum, solusi dari masalah dikotomi ini adalah mengintegrasikan ilmu pengetahuan antara ilmu agama dan ilmu umum seperti ilmu tasawuf dengan ilmu psikoterapi dan ilmu aqidah dengan ilmu filsafat.
- b. Membuka peluang bagi para lulusan untuk memasuki lapangan kerja yang lebih luas, karena tidak hanya

terfokus pada kegiatan keagamaan, dakwah dan pada tataran departemen agama.

- c. Upaya melakukan perubahan sehingga tidak hanya domain pada orientasi dakwah, akan tetapi juga untuk merespon dan menghadapi masyarakat baru yang lebih kompleks.
- d. Fakultas Ushuluddin dan Humaniora mempunyai lima jurusan atau program studi yaitu:
 - a) Aqidah dan Filsafat Islam
 - b) Studi Agama-Agama
 - c) Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
 - d) Tasawuf dan Psikoterapi
 - e) Ilmu Seni dan Arsitektur Islam

2. Visi Dan Misi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

- a. Visi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Unggul dalam Riset Ilmu-Ilmu Pokok Keislaman Berbasis Kesatuan Ilmu Pengetahuan untuk Kemanusiaan dan Peradaban.

- b. Misi Fakultas ushuluddin dan Humaniora

- 1) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran ilmu-ilmu pokok keislaman berbasis kesatuan ilmu.
- 2) Meningkatkan riset yang kontributif bagi pengembangan ilmu dan penyelesaian masalah sosial keagamaan.

- 3) Meningkatkan pengabdian dan pemberdayaan masyarakat berbasis pada riset ilmu-ilmu pokok keislaman.
- 4) Menggali dan mengembangkan nilai-nilai kearifan lokal.
- 5) Mengembangkan kerjasama dengan berbagai lembaga dan skala lokal, nasional dan internasional.
- 6) Mewujudkan tata pengelolaan kelembagaan profesional.¹⁰⁷

3. Tujuan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Tujuan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang adalah:

- a. Menghasilkan sarjana muslim yang profesional dan berakhlak mulia.
- b. Menghasilkan riset yang kontributif bagi pengembang ilmu dan penyelesaian masalah sosial keagamaan.
- c. Terwujudnya masyarakat religius yang humanis dan beradab.
- d. Menghasilkan masyarakat yang harmonis.
- e. Terwujudnya kerjasama lokal, nasional dan internasional.

¹⁰⁷ http://fuhum.walisongo.ac.id/?page_id=124, diakses pada 26 Desember 2018, 20.52 WIB

f. Terwujudnya layanan yang cepat, akurat dan bersahabat.¹⁰⁸

4. Sarana dan Prasarana Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Adapun fasilitas yang ada di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang antara lain:

- a. Ruang dekan
- b. Ruang kuliah
- c. Ushuluddin Therapy Center
- d. Pusat kegiatan mahasiswa
- e. Perpustakaan
- f. Laboratorium
- g. Sistem LAN
- h. Kamar Mandi

¹⁰⁸ http://fuhum.walisongo.ac.id/?page_id=122, diakses pada 26 Desember 2018, 20.54 WIB

Tabel 4.1
Jumlah Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Walisongo Semarang

No.	Angkatan	Jumlah
1.	2012	50
2.	2013	97
3.	2014	230
4.	2015	303
5.	2016	366
6.	2017	433
7.	2018	510

Sumber Data: *Data Dokumentasi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora 2018*

B. Deskripsi Data Penelitian

Untuk memperoleh data secara umum tentang data hubungan muhasabah dengan prokastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humanior UIN Walisongo Semarang dinalisis secara deskriptif menggunakan bantuan SPSS 18.0 for windows.

Berdasarkan analisis deskripsi terhadap data-data penelitian menggunakan paket program SPSS 18.0 for windows,

diperoleh deskripsi data yang memberikan gambaran mengenai rata-rata data, simpangan baku, nilai minimum, dan nilai maksimum. Tabulasi deskripsi atas kelompok-kelompok data penelitian. Berikut hasil SPSS deskriptif statistik.

Tabel 4.2

Descriptive Statistics

	N	Range	Mini mum	Maxi mum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Muhasabah	54	32	39	71	2997	55.50	6.401	40.972
Prokastinasi Akademik dalam Menyelesaikan tugas Valid N (listwise)	54	38	43	81	3239	59.98	8.531	72.773

1. Analisis Data Deskripsi Penelitian Variabel *Muhasabah* (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).
 - a. Nilai batas minimum dengan mengandaikan responden atau seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan pada butir jawaban yang mempunyai skor terendah adalah 1. Dengan jumlah item 18 item. Sehingga nilai batas minimum adalah jumlah responden \times bobot pertanyaan \times bobot jawaban = $1 \times 18 \times 1 = 18$

- b. Nilai batas maksimum dengan mengandaikan responden atau seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan pada item. Sehingga nilai batas maksimum adalah jumlah responden \times bobot pertanyaan \times bobot jawaban
 $= 1 \times 18 \times 4 = 72$
- c. Jarak antara batas maksimum dari batas minimum $= 72 - 18 = 54$
- d. Jarak interval merupakan hasil dari jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori $= 54 : 4 = 13.5$

Dengan perhitungan seperti itu akan diperoleh realitas sebagai berikut:

18 31.5 45 58.5 72

Gambar tersebut dibaca:

Tabel 4.3
Klasifikasi Hasil Analisis Deskripsi Data *Muhasabah*
(Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan
Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN
Walisongo Semarang).

Interval	Keterangan	Presentase	Subyek
18 – 31.5	Rendah	-	-
31.5 – 45	Cukup	6 %	3

45 – 58.5	Tinggi	61%	33
58.5 – 72	Sangat Tinggi	33%	18

Berdasarkan hasil penggolongan interval tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora memiliki tingkat *muhasabah* yang tinggi yaitu 61% yang berada dalam interval 45 – 58.5.

2. Analisis Data Deskripsi Penelitian Variabel Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas perkuliahan (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).
 - a. Nilai batas minimum dengan mengandaikan responden atau seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan pada butir jawaban yang mempunyai skor terendah 1. Dengan jumlah item 26 item. Sehingga nilai batas minimum adalah jumlah responden \times bobot pertanyaan \times bobot jawaban = $1 \times 26 \times 1 = 26$
 - b. Nilai batas maksimum dengan mengandaikan responden atau seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan pada item yang mempunyai skor tertinggi adalah 4. Dengan jumlah item 26 item. Sehingga nilai batas

maksimum adalah jumlah responden \times bobot pertanyaan
 \times bobot jawaban = $1 \times 26 \times 4 = 104$

- c. Jarak antara batas maksimum dari batas minimum = $104 - 26 = 78$
- d. Jarak interval merupakan hasil dari jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori = $78 : 4 = 19.5$

Dalam perhitungan seperti itu akan diperoleh realitas sebagai berikut:

26	45.5	65	84.5	104

Gambar tersebut dibaca:

Tabel 4.4

Klasifikasi Hasil Analisis Deskripsi Data Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).

Interval	Keterangan	Presentase	Subyek
26 – 45.5	Rendah	2%	1
45.5 – 65	Cukup	70%	38
65 – 84.5	Tinggi	28%	15
84.5 – 104	Sangat Tinggi	-	-

Berdasarkan hasil penggolongan interval tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora memiliki tingkat prokastinasi akademik yang cukup yaitu 70% yang berada dalam interval 45.5 – 65.

C. Uji Persyaratan Analisis

Untuk melaksanakan analisis korelasi pada uji hipotesis memerlukan beberapa asumsi, diantaranya sampel diambil secara acak dari populasi yang diteliti, sampel diambil dari populasi yang berdistribusi normal, dan hubungan antara variabel dinyatakan linier.

1. Uji Normalitas

Data dari variabel penelitian diuji normalitas sebenarnya dengan menggunakan program SPSS 18.0 for windows yaitu menggunakan teknik *one-sample kolmogrov-smirnov test*.

Uji tersebut dimaksudkan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi variabel-variabel penelitian. Kaidah yang digunakan dalam penentuan sebaran normal atau tidaknya adalah jika ($p > 0,05$) maka sebenarnya adalah

normal, namun jika ($p < 0,05$) maka sebenarnya tidak normal.

Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.5
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		<i>Muhasabah</i>	Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan
N		54	54
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	55.50	59.98
	Std. Deviation	6.401	8.531
Most Extreme Differences	Absolute	.093	.109
	Positive	.093	.109
	Negative	-.074	-.062
Kolmogorov-Smirnov Z		.680	.803
Asymp. Sig. (2-tailed)		.744	.539

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan hasil uji Normalitas menunjukkan bahwa sebaran skor skala *muhasabah* dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan pada seluruh kelompok memiliki sebaran normal. Dengan nilai signifikansi $0,744 > 0,05$ untuk *muhasabah* dan nilai signifikansi $0,539 > 0,05$ untuk prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas diperlukan untuk mengetahui linier tidaknya hubungan antara variabel bebas terhadap variabel tergantung. Pengestimasi linieritas dilakukan dengan

menggunakan program SPSS 18.0 for windows. *Test for Linierity* dengan pada taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linier bila signifikansi (*Linearity*) kurang dari 0,05.¹⁰⁹ Berdasarkan hasil uji linieritas selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.6
Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan tugas perkuliahan * Muhasabah	Between Groups	(Combined)	2707.434	22	123.065	3.319	.001
		Linearity	1808.124	1	1808.124	48.760	.000
		Deviation from Linearity	899.309	21	42.824	1.155	.351
		Within Groups	1149.548	31	37.082		
Total			3856.981	53			

Dari hasil di atas diketahui bahwa nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar 0,000. Karena signifikansi kurang dari 0,01 maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel *muhasabah* dan prokrastinasi akademik terdapat hubungan yang linier.

¹⁰⁹ Duwi Priyanto, *Mandiri Belajar SPSS (Statistical Product and Service Solution) Untuk Analisis Data dan Uji Statistik*, (Yogyakarta: MediaKom, 2008), h. 36

3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis penelitian bertujuan untuk membuktikan kebenaran dari hipotesis yang diajukan. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (Studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Waliasongo Semarang). uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dengan menggunakan program SPSS 18.0 for windows. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.7

Correlations

		<i>Muhasabah</i>	Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan
<i>Muhasabah</i>	Pearson Correlation	1	-.685**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	54	54
Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan	Pearson Correlation	-.685**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	54	54

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (Studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Waliasongo Semarang) diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{xy} = -0,685$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000 < 0,01$ hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang sangat signifikan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. Sedangkan arah hubungannya adalah negatif, berarti semakin tinggi *muhasabah* maka semakin rendah prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{xy} = -0,685$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000 < 0,01$. Hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (Studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang). Hasil tersebut sesuai dengan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka hipotesis dalam penelitian ini diterima. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).

Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa *muhasabah* pada mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang diperoleh 3 subyek dari 54 mahasiswa atau 6% yang berada dalam interval 31.5 – 45 termasuk dalam kategori cukup, 33 subyek dari 54 mahasiswa atau 61% berada dalam interval 45 – 58.5 termasuk dalam kategori tinggi, dan 18 subyek dari 54 mahasiswa atau 33% yang berada dalam interval 58.5 – 72 termasuk dalam kategori sangat tinggi. Ini menunjukkan bahwa tingkat *muhasabah* (studi

terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang) adalah tinggi.

Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang) diperoleh 1 subyek dari 54 mahasiswa atau 2% yang berada dalam interval 26 – 45.5 termasuk dalam kategori rendah, 38 subyek dari 54 mahasiswa atau 70% yang berada dalam interval 45.5 – 65 termasuk dalam kategori cukup, 15 subyek dari 54 mahasiswa atau 28% yang berada dalam interval 65 – 84.5 termasuk dalam kategori tinggi. Ini menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang) adalah cukup.

Berdasarkan hasil uji normalitas, dengan nilai signifikansi $p = 0,744 > 0,05$ untuk *muhasabah* pada mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang dan nilai signifikansi $p = 0,539 > 0,05$ untuk prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang). Hal tersebut menunjukkan bahwa data pada seluruh kelompok memiliki sebaran normal.

Dari hasil uji linieritas menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar 0,000. Karena signifikansi kurang dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel *muhasabah* dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan terdapat hubungan yang linier.

Adanya hubungan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang). Karena mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora pada umumnya telah memiliki dasar keislaman dan dalam perkuliahan mereka dididik dengan pengetahuan yang membuat mahasiswa sadar diri untuk melakukan suatu hal ke arah yang positif. Karena esensi ajaran Tasawuf untuk mengembangkan tingkah laku psikologis ke arah kesadaran batin menuju kesempurnaan moral, sehingga senantiasa adanya semangat keluar dari tingkah laku psikologis yang kurang baik dan masuk ke dalam tingkah laku psikologis yang terpuji.¹¹⁰ Sehingga secara tidak langsung mahasiswa dalam melakukan sesuatu mengarah pada tingkah laku yang baik. Yakni dengan senantiasa *bermuhasabah* baik sebelum bertindak dan sesudah bertindak. *Muhasabah* merupakan mengadakan perhitungan, kalkulasi, introspeksi terhadap diri, umur dan amal perbuatan diri

¹¹⁰ Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, (Semarang: RaSAIL, 2005), h. 24

sendiri sehingga melahirkan pemikiran-pemikiran, perasaan-perasaan yang suci dan jernih serta kemauan dan keinginan yang bersih.¹¹¹ Seperti yang dijelaskan oleh Raid ‘Abd al-Hadi dalam bukunya *Mamarat al-Haq* bahwa *muhasabah* dapat dilakukan sebelum dan sesudah amal. Sebelum melakukan sesuatu seseorang harus menghitung dan mempertimbangkan terlebih dahulu buruk baik dan manfaat perbuatannya itu, dan juga menilai kembali motivasinya.¹¹²

Oleh karena itu, mahasiswa yang senantiasa *bermuhasabah* dapat memanfaatkan waktunya semaksimal mungkin untuk hal-hal yang baik dan produktif. Sehingga mahasiswa yang senantiasa *bermuhasabah* akan memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Sebagaimana yang telah diketahui bahwa dampak negatif apabila seseorang tidak *bermuhasabah* diantaranya:

1. Menutup mata dari berbagai akibat artinya apabila tidak melakukan *muhasabah* akan menutup mata dari berbagai akibat perbuatan yang buruk, baik akibat yang akan menimpa diri, keluarganya maupun akibat yang menimpa orang lain.

¹¹¹ M. Amin Syukur, *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*, (Jakarta: Erlangga, 2012), h. 113

¹¹² Yunahar Ilyas, *Kuliah Akhlaq*, (Yogyakarta: Lembaga Pengkajian dan Pengamalan Islam, 2006), h. 56

2. Larut dalam keadaan artinya seseorang yang tidak melakukan *muhasabah* akan dikendalikan oleh keadaan bukan pengendali keadaan.
3. Mengandalkan ampun Allah artinya bagi seseorang yang tidak melakukan *muhasabah* hanya akan mengandalkan ampunan dari Allah swt tanpa bertobat terlebih dahulu.
4. Mudah melakukan dosa artinya seseorang yang tidak melakukan *muhasabah* mudah melakukan dosa dan menyepelekannya.¹¹³

Dari uraian di atas sudah begitu jelas bahwa *menghisab* diri merupakan sesuatu yang amat penting. Karena bila meninggalkannya, akan timbul bahaya yang sangat besar. Karena dengan *bermuhasabah* bisa menemukan cacat atau celah dalam diri mahasiswa baik dalam bentuk sikap, sifat dan perilaku buruk.

Sehingga, mahasiswa mampu meminimalisir untuk tidak melakukan prokstinasi akademik dalam menyelesaikan tugas. Karena prokrastinasi menunjukkan suatu perilaku yang tidak disiplin dalam penggunaan waktu. Prokrastinasi akademik merupakan suatu jenis penundaan yang dilakukan terhadap jenis tugas formal yang berkaitan dengan bidang akademik.¹¹⁴ Yakni

¹¹³ Ahmad Yani, *Be Excellent Menjadi Pribadi Terpuji*, (Depok: Al-Qalam, 2007), h. 237-238

¹¹⁴ Pratiwi Setyadi dan Endah Mastuti, "Pengaruh *Fear of Failure* dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prokstinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Berasal dari Program Akselerasi", *Jurnal Psikologi Kepriadian dan Sosial*, (Vol. 03, No. 01, 2014), h. 4

suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, dan tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu.¹¹⁵ Jadi, dengan senantiasa *menghisab* diri mahasiswa mampu memanfaatkan waktu dengan sebaik mungkin serta mampu mengendalikan diri untuk tidak melakukan hal-hal yang menyenangkan yang mampu mendorong mahasiswa untuk melakukan penundaan tugas atau melakukan prokrastinasi akademik.

¹¹⁵ Aliya Noor Aini dan Iranita Hervi Mahardayani, “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus”, *Jurnal Psikologi Pitutur*, (Vol. I, No 2, Juni 2011), h. 65

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah penulis mengadakan analisis data yang diperoleh dalam rangka pembahasan yang berjudul “Hubungan Antara Muhasabah dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).” maka secara garis besar dapat disimpulkan bahwa:

Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{xy} = -0,685$ dengan $p = 0,000 < 0,01$. Maka terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang). Maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa *muhasabah* (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang) diperoleh 3 subyek dari 54 mahasiswa atau 6% yang berada dalam interval 31.5 – 45 termasuk dalam kategori cukup, 33 subyek dari 54 mahasiswa atau 61% berada

dalam interval 45 – 58.5 termasuk dalam kategori tinggi, dan 18 subyek dari 54 mahasiswa atau 33% yang berada dalam interval 58.5 – 72 termasuk dalam kategori sangat tinggi. Ini menunjukkan bahwa tingkat *muhasabah* pada mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang adalah tinggi.

Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang) diperoleh 1 subyek dari 54 mahasiswa atau 2% yang berada dalam interval 26 – 45.5 termasuk dalam kategori rendah, 38 subyek dari 54 mahasiswa atau 70% yang berada dalam interval 45.5 – 65 termasuk dalam kategori cukup, 15 subyek dari 54 mahasiswa atau 28% yang berada dalam interval 65 – 84.5 termasuk dalam kategori tinggi. Ini menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang adalah cukup.

Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *muhasabah* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan

Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).

B. Saran

Berkaitan dengan hasil penelitian ini, maka peneliti mengajukan saran yang dapat disampaikan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan terhadap mahasiswa tentang pentingnya bermuhasabah agar mampu mengendalikan dirinya untuk tidak melakukan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan.
2. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini merupakan penelitian yang masih dasar sehingga perlu adanya penelitian yang lebih mendalam lagi tentang *muhasabah* dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan untuk menguatkan hasil penelitian ini sehingga mampu melahirkan teori yang baru.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Ma'ruf, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015.
- Aini, Aliya Noor dan Iranita Hervi Mahardayani, "Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus", *Jurnal Psikologi Pitutur*, Vol. I, No 2, Juni 2011.
- Anggawijaya, Sabatini, "Hubungan Antara Depresi dan Prokastinasi Akademik", *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Vol. 2 No. 2, tahun 2013.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Azwar, Saifuddin, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997.
- , *Penyusunan Skala Psikologi*, Yogyakarta: Pusaka Pelajar, 1999.
- , *Reliabilitas dan Validitas Edisi 4*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Fibrianti, Irmawati Dwi, Skripsi: *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Prokastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*, Semarang: Universitas Diponegoro, 2009.
- Fauziah, Hana Hanifah, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi

UIN Sunan Gunung Djati Bandung”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 2, No. 2, 2015.

Ghazali, al, *Mutiara Ihya Ulumuddin* terj. Irwan Kurniawan, Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008.

_____, *Ihya ‘Ulumuddin: Awas dan Waswas Diri, Tafakur, Mati dan Kejadian Sesudahnya*, terj. Irwan Kurniawan, Bandung: MARJA, 2011.

Ghufroon, M. Nur & Rini Risnawita S., *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: AR-RUZZ Media, 2016.

Hadziq, Abdullah, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, Semarang: RaSAIL, 2005.

Helmi, Fuad, Skripsi: *Muhasabah dan Seks Bebas (Hubungan Antara Kegiatan Muhasabah Dalam Meminimalisir Seks Bebas pada Mahasiswa Di Kelurahan Plombokan Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang)*, Semarang: IAIN Walisongo, 2010.

Ilyas, Yunahar, *Kuliah Akhlak*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006.

Isa, Abdul Qadir, *Hakekat Tasawuf*, terj. Khairul Amru Harahap dan Afrizal Lubis (Jakarta: Qisthi Press, 2011).

Kholidah, Eni Nur, “Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologi”, *Jurnal Psikologi*, Vol. 39, No. 1, tahun 2012.

Martono, Nanang, *Metode Penelitian Kuantitatif Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*, Depok: Raja Grafindo Persada, 2012.

Mujieab, M. Abdul, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, Jakarta: PT Mizan Publika, 2009.

Muthoharoh, Dinatul, Skripsi: *Hubungan Antara Muhasabah dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan*

Psikoterapi Angkatan Tahun 2012 Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang Tahun 2014/2015, Semarang: UIN Walisongo, 2014.

Nugrasanti, Renni “*Locus of Control dan prokastinasi Akademik*”, *Jurnal Provitae*, Vol. 2 No. 1, 2006.

Priyanto, Duwi, *Mandiri Belajar SPSS (Statistical Product and Service Solution) Untuk Analisis Data dan Uji Statistik*, Yogyakarta: MediaKom, 2008.

Rahmatika, Widiana, Skripsi: *Pengaruh Pengajaran Analisis Grafologi Terhadap Muhasabah Akhlak Madzmumah (Buruk) Pada Siswa MTS Fatahillah Bringin Ngaliyan Semarang*, Semarang: UIN Walisongo, 2015.

Savira, Fitria dan Yudi Suharsono, “*Self-Regulated Learning (SRL) dengan Prokastinasi Akademik pada Siswa Akselerasi*”, *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol. 01, No. 01, 2013.

Setyadi, Pratiwi & Endah Mastuti, “*Pengaruh Fear of Failure dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prokastinasi Akademik pada Mahasiswa yang berasal dari Program Akselerasi*” *Jurnal Psikologi Pendidikan dan perkembangan*, Vol. 3, No. 01, 2014.

Shihab, M. Quraish, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur’an Volume 15 Juz ‘Amma*, Jakarta: Lentera Hati, 2002.

Sarwono, Jonathan, *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006.

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2015.

Sujarweni, Poly Endrayanto, *Statistik Untuk Penelitian*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012.

Syahmuharnis dan Harry Sidharnata, *Transcendental Quotient Kecerdasan Diri Terbaik*, Jakarta: Republika, 2006.

Syukur, M. Amin *Tasawuf Bagi Orang Awam* Menjawab Problematika Kehidupan, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006.

_____, *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*, Jakarta: Erlangga, 2012.

Tasmara, Toto, *Kecerdasan Ruhaniah (Transcendental Intelligence)*, Jakarta: Gema Insani, 2001.

Tebba, Sudirman, *Meditasi Sufistik*, Tangerang: Pustaka irvan, 2007.

Yani, Ahmad, *Be Excellent Menjadi Pribadi Terpuji*, Jakarta: Al-Qalam: Gema Insani, 2007.

Yayasan Penyelenggara Penterjemah Alquran, *Alquran dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, 2014.

Zakiah, Naili dkk., “Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Prokastinasi Akademik Siswa Sekolah Berasrama SMP N 3 Peterongan Jombang”, *Jurnal Psikologi Undip*, Vol 8, No. 2, 2010.

http://fuhum.walisongo.ac.id/?page_id=5, diakses pada 26 Desember 2018.

http://fuhum.walisongo.ac.id/?page_id=124, diakses pada 26 Desember 2018.

http://fuhum.walisongo.ac.id/?page_id=122, diakses pada 26 Desember 2018.

Lampiran A: Skala Penelitian *Muhasabah* Sebelum Uji Coba

Identitas Responden

Nama :
Usia :
Jenis Kelamin :
Tahun Angkatan :

Petunjuk Pengisian Skala

1. Tulislah terlebih dahulu identitas diri Anda
2. Isilah kolom-kolom yang tersedia dengan cara memberi tanda ceklis (✓)
3. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan diri Anda
4. Tidak ada jawaban yang dianggap salah, semua jawaban adalah benar
5. Arti singkatan dari jawaban yang tersedia adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya dihantui rasa bersalah jika saya masih sering melakukan kesalahan yang dulu dan tidak memanfaatkan				

	waktu dengan sebaik mungkin.				
2.	Saya selalu mengambil pelajaran dari setiap kejadian yang menimpa saya.				
3.	Saya selalu belajar dari kegagalan saya dan mengisi aktivitas saya dengan hal-hal yang positif.				
4.	Saya tidak jera untuk menghabiskan waktu dengan bersenang-senang, meskipun saya tahu itu merugikan diri saya.				
5.	Kebiasaan saya dari dulu hingga sekarang selalu mengobrol dengan teman hingga lupa waktu.				
6.	Saya dapat menahan diri untuk tidak melakukan hal-hal yang merugikan diri saya, karena belajar dari kesalahan yang pernah saya lakukan.				
7.	Saya akan berusaha semaksimal mungkin mengerjakan apa yang saya kerjakan sekarang.				

8.	Dari dulu hingga sekarang saya sering bermalas-malasan dan suka melakukan hal yang kurang bermanfaat.				
9.	Saya senantiasa mengambil hikmah dari setiap kejadian yang menimpa saya dan berusaha melakukan segala sesuatu dengan lebih baik lagi.				
10.	Sampai sekarang saya selalu menghabiskan waktu dengan bermain <i>game</i> meskipun saya pernah mengalami kegagalan karena terlalu sering bermain <i>game</i> .				
11.	Saya selalu berpikir jangka panjang sebelum mengerjakan sesuatu.				
12.	Saya tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan ketika menghadapi masalah.				
13.	Saya selalu gegabah dalam melakukan aktivitas.				
14.	Saya selalu mengerjakan sesuatu sesuka hati.				

15.	Ketika hendak melakukan suatu hal saya selalu menentukan target.				
16.	Saya selalu mengulangi kesalahan yang pernah saya lakukan.				
17.	Hasil IPK yang kurang baik membuat saya tidak semangat dalam menjalani kuliah.				
18.	Saya selalu optimis menghadapi segala sesuatu yang ada di masa mendatang.				
19.	Saya tetap bisa berkonsentrasi dalam perkuliahan saya, meskipun saya sedang bersedih.				
20.	Saya mudah marah apabila sesuatu yang saya inginkan tidak terwujud.				
21.	Saya tidak mengulangi kesalahan yang pernah saya lakukan.				
22.	Saya tidak pernah yakin dengan diri saya, karena saya pernah gagal di masa lalu.				

23.	Saya masih sering bermalasma- malasan meskipun saya pernah mengalami kegagalan dengan apa yang saya lakukan.				
24.	Saya acuh- tak acuh terhadap segala sesuatu yang pernah saya alami.				
25.	Saya selalu berhati-hati dalam bertindak agar tidak mengulangi kesalahan yang pernah saya lakukan.				
26.	Segala sesuatu yang membuat saya menyenangkan akan saya lakukan tanpa memikirkan efek di masa mendatang.				
27.	Saya mampu menyelesaikan aktivitas yang sedang saya lakukan, meskipun pikiran saya sedang kacau.				
28.	Saya mudah putus asa jika mengalami kegagalan, dan akan sangat sulit untuk bangkit kembali.				
29.	Saya selalu menjadikan kegagalan saya di masa lalu				

	sebagai motivasi saya untuk bisa lebih baik lagi.				
30.	Saya tidak pernah menyesali kesalahan-kesalahan yang pernah saya lakukan.				

Lampiran B: Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik Sebelum Uji Coba

Identitas Responden

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Tahun Angkatan :

Petunjuk Pengisian Skala

1. Tulislah terlebih dahulu identitas diri Anda
2. Isilah kolom-kolom yang tersedia dengan cara memberi tanda ceklis (✓)
3. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan diri Anda
4. Tidak ada jawaban yang dianggap salah, semua jawaban adalah benar
5. Arti singkatan dari jawaban yang tersedia adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya selalu malas untuk memulai membuat makalah.				
2.	Saya terbiasa menjadi pribadi yang terorganisir dan disiplin.				

3.	Saya malas mencari dan membaca referensi dalam membuat tugas, sehingga tugas sering terbengkalai.				
4.	Saya terbiasa memulai mengerjakan tugas kuliah, apabila sudah banyak tugas kuliah yang harus saya selesaikan.				
5.	Saya mudah jenuh dalam mengerjakan tugas, sehingga sering menunda untuk menyelesaikannya.				
6.	Saya selalu tidak yakin dengan kemampuan saya dalam mengerjakan tugas, sehingga membutuhkan waktu yang lama untuk bisa mengerjakannya.				
7.	Sulitnya bahan referensi dalam membuat makalah, membuat saya susah untuk memulai mengerjakannya.				
8.	Setiap hari saya beraktivitas sesuai dengan keinginan saya.				

9.	Ketika pikiran saya sedang kacau, saya sulit untuk memulai mengerjakan tugas.				
10.	Saya selalu menunda-nunda membuat makalah, sehingga sering mengerjakannya dengan sistem kebut semalam.				
11.	Saya sering mendapat teguran dari dosen karena sering terlambat mengumpulkan tugas.				
12.	Saya selalu bersemangat dalam memulai membuat tugas kuliah.				
13.	Saya selalu mengikuti ajakan teman-teman untuk bersenang- senang.				
14.	Ketika saya jenuh dalam mengerjakan tugas, saya sering mengerjakan tugas sambil bermain HP.				
15.	Sulitnya tugas yang saya kerjakan, membuat saya lebih memilih menonton film daripada mengerjakannya.				

16.	Saya sering melanggar rencana belajar yang sudah saya buat.				
17.	Saya selalu mengerjakan tugas sehari sebelum batas pengumpulan.				
18.	Saya terbiasa menyelesaikan tugas tepat waktu.				
19.	Saya terbiasa mengerjakan tugas sepulang kuliah.				
20.	Saya sering mengerjakan tugas sampai tengah malam.				
21.	Saya terlalu sibuk untuk melakukan hal-hal yang sifatnya refreshing (rekreasi, jalan-jalan, dll.)				
22.	Rasa lelah membuat saya tidak maksimal dalam mengerjakan tugas.				
23.	Saya selalu mengobrol dengan teman kos saya setiap malam hingga lupa waktu.				
24.	Saya lebih memilih bermain <i>game</i> terlebih dahulu, meskipun saya sudah				

	berencana untuk mengerjakan tugas.				
25.	Saya akan berkata “tidak” atas ajakan teman yang menghambat saya untuk mengerjakan tugas.				
26.	Saya terbiasa mengerjakan tugas sambil mengobrol dengan teman.				
27.	Bagi saya, tugas kuliah harus segera diselesaikan.				
28.	Saya terbiasa menyelesaikan tugas hingga tuntas.				
29.	Saya terbiasa menyelesaikan tugas yang mudah terlebih dahulu sebelum mengerjakan tugas yang sulit.				
30.	Saya selalu memanfaatkan waktu luang dengan mengerjakan tugas kuliah.				
31.	Saya terbiasa beraktivitas sesuai jadwal dan memikirkan jangka panjang.				
32.	Saya terbiasa mengerjakan tugas terlebih dahulu, lalu melakukan aktivitas yang				

	menyenangkan daripada harus melakukannya secara bersamaan.				
33.	Saya selalu mengutamakan prioritas dalam kuliah saya daripada harus menghabiskan waktu bersenang-senang.				
34.	Saya selalu mengerjakan tugas jauh hari sebelum waktu pengumpulan.				
35.	Saya selalu fokus dalam mengerjakan tugas.				
36.	Saya selalu optimis dalam mengerjakan tugas, meskipun referensinya sangat sulit dan terbatas.				
37.	Meskipun pikiran saya sedang kacau, tidak membuat saya malas dalam mengerjakan tugas.				
38.	Saya terbiasa mengerjakan tugas sesuai dengan <i>planing</i> .				
39.	Saya dapat melawan rasa malas saya, sehingga dapat mengerjakan tugas sesuai rencana.				

40.	Saya selalu mengumpulkan tugas sesuai batas pengumpulan.				
41.	Saya terbiasa memulai mengerjakan tugas ketika merasa nyaman sehingga sering terlambat mengumpulkan tugas.				
42.	Saya tidak pernah mendapat teguran dari dosen karena terlambat mengumpulkan tugas.				

Lampiran C: Skala Penelitian *Muhasabah* Sesudah Uji Coba

Identitas Responden

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Tahun Angkatan :

Petunjuk Pengisian Skala

1. Tulislah terlebih dahulu identitas diri Anda
2. Isilah kolom-kolom yang tersedia dengan cara memberi tanda ceklis (✓)
3. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan diri Anda
4. Tidak ada jawaban yang dianggap salah, semua jawaban adalah benar
5. Arti singkatan dari jawaban yang tersedia adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya selalu mengambil pelajaran dari setiap kejadian yang menimpa saya.				

2.	Saya selalu belajar dari kegagalan saya dan mengisi aktivitas saya dengan hal-hal yang positif.				
3.	Saya tidak jera untuk menghabiskan waktu dengan bersenang-senang, meskipun saya tahu itu merugikan diri saya.				
4.	Saya dapat menahan diri untuk tidak melakukan hal-hal yang merugikan diri saya, karena belajar dari kesalahan yang pernah saya lakukan.				
5.	Saya akan berusaha semaksimal mungkin mengerjakan apa yang saya kerjakan sekarang.				
6.	Dari dulu hingga sekarang saya sering bermalas-				

	malasan dan suka melakukan hal yang kurang bermanfaat.				
7.	Saya senantiasa mengambil hikmah dari setiap kejadian yang menimpa saya dan berusaha melakukan segala sesuatu dengan lebih baik lagi.				
8.	Sampai sekarang saya selalu menghabiskan waktu dengan bermain <i>game</i> meskipun saya pernah mengalami kegagalan karena terlalu sering bermain <i>game</i> .				
9.	Saya selalu berpikir jangka panjang sebelum mengerjakan sesuatu.				
10.	Saya tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan ketika menghadapi masalah.				

11.	Saya selalu gegabah dalam melakukan aktivitas.				
12.	Ketika hendak melakukan suatu hal saya selalu menentukan target.				
13.	Saya selalu mengulangi kesalahan yang pernah saya lakukan.				
14.	Saya selalu optimis menghadapi segala sesuatu yang ada di masa mendatang.				
15.	Saya tidak pernah yakin dengan diri saya, karena saya pernah gagal di masa lalu.				
16.	Saya masih sering bermalas-malasan meskipun saya pernah mengalami kegagalan dengan apa yang saya lakukan.				

17.	Saya acuh tak acuh terhadap segala sesuatu yang pernah saya alami.				
18.	Saya selalu menjadikan kegagalan saya di masa lalu sebagai motivasi saya untuk bisa lebih baik lagi.				

Lamiran D: Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik Sesudah Uji Coba

Identitas Responden

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Tahun Angkatan :

Petunjuk Pengisian Skala

1. Tulislah terlebih dahulu identitas diri Anda
2. Isilah kolom-kolom yang tersedia dengan cara memberi tanda ceklis (✓)
3. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan diri Anda
4. Tidak ada jawaban yang dianggap salah, semua jawaban adalah benar
5. Arti singkatan dari jawaban yang tersedia adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya selalu malas untuk memulai membuat makalah.				
2.	Saya terbiasa menjadi pribadi yang terorganisir dan disiplin.				

3.	Saya malas mencari dan membaca referensi dalam membuat tugas, sehingga tugas sering terbengkalai.				
4.	Saya mudah jenuh dalam mengerjakan tugas, sehingga sering menunda untuk menyelesaikannya.				
5.	Ketika pikiran saya sedang kacau, saya sulit untuk memulai mengerjakan tugas.				
6.	Saya selalu menunda-nuda membuat makalah, sehingga sering mengerjakannya dengan sistem kebut semalam.				
7.	Saya sering mendapat teguran dari dosen karena terlambat mengumpulkan tugas.				
8.	Saya selalu bersemangat dalam memulai membuat tugas kuliah.				
9.	Ketika saya jenuh dalam mengerjakan tugas, saya sering mengerjakan tugas sambil bermain HP.				
10.	Sulitnya tugas yang saya kerjakan, membuat saya lebih				

	memilih menonton film daripada mengerjakannya.				
11.	Saya sering melanggar rencana belajar yang sudah saya buat.				
12.	Saya terbiasa menyelesaikan tugas tepat waktu.				
13.	Saya terbiasa mengerjakan tugas sepulang kuliah.				
14.	Bagi saya, tugas kuliah harus segera diselesaikan.				
15.	Saya terbiasa menyelesaikan tugas hingga tuntas.				
16.	Saya selalu memanfaatkan waktu luang dengan mengerjakan tugas kuliah.				
17.	Saya terbiasa beraktivitas sesuai jadwal dan memikirkan jangka panjang.				
18.	Saya terbiasa mengerjakan tugas terlebih dahulu, lalu mengerjakan aktivitas yang menyenangkan daripada harus melakukan secara bersamaan.				

19.	Saya selalu mengutamakan prioritas dalam kuliah saya daripada harus menghabiskan waktu dengan bersenang-senang.				
20.	Saya selalu mengerjakan tugas jauh hari sebelum waktu pengumpulan.				
21.	Saya selalu fokus dalam mengerjakan tugas.				
22.	Saya selalu optimis dalam mengerjakan tugas, meskipun referensinya sangat sulit dan terbatas.				
23.	Meskipun pikiran saya sedang kacau, tidak membuat saya malas dalam mengerjakan tugas.				
24.	Saya terbiasa mengerjakan tugas sesuai <i>planing</i> .				
25.	Saya dapat melawan rasa malas saya, sehingga dapat mengerjakan tugas sesuai rencana.				

26.	Saya selalu mengumpulkan tugas sesuai dengan batas pengumpulan.				
-----	---	--	--	--	--

Lampiran E: Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen *Muhasabah*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	54	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	54	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.827	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	89.0000	60.943	.259	.825
VAR00002	88.7778	59.987	.511	.818
VAR00003	88.9630	59.357	.597	.815
VAR00004	89.5370	60.065	.306	.823
VAR00005	89.5741	61.381	.204	.827
VAR00006	89.0926	59.444	.590	.816
VAR00007	88.8704	59.738	.534	.817
VAR00008	89.3704	57.973	.439	.818
VAR00009	88.9259	60.296	.428	.819
VAR00010	89.1852	57.286	.513	.815
VAR00011	89.1667	59.651	.452	.818
VAR00012	89.3333	59.472	.485	.817
VAR00013	89.4074	58.586	.554	.815
VAR00014	89.9444	64.129	-.040	.835
VAR00015	89.2593	59.215	.525	.816
VAR00016	89.2963	58.401	.547	.815
VAR00017	89.4815	62.858	.069	.832
VAR00018	89.1296	61.285	.327	.822
VAR00019	89.5000	61.236	.264	.824
VAR00020	89.5926	63.038	.039	.834
VAR00021	89.5185	60.858	.219	.827
VAR00022	89.2778	60.582	.376	.821
VAR00023	89.4630	56.782	.595	.811
VAR00024	89.2037	58.995	.420	.819
VAR00025	89.0926	61.029	.298	.823
VAR00026	89.6111	61.110	.212	.827
VAR00027	89.5926	62.925	.083	.830
VAR00028	89.3889	62.657	.121	.829
VAR00029	88.9074	58.727	.622	.814
VAR00030	89.2778	61.412	.158	.830

Lampiran F : Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	54	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	54	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.873	42

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	91.2407	118.111	.563	.867
VAR00002	91.2778	118.733	.452	.869
VAR00003	91.4259	118.626	.437	.869
VAR00004	90.7593	121.016	.249	.873
VAR00005	90.9074	118.991	.415	.869
VAR00006	91.1667	122.934	.167	.874
VAR00007	90.5556	121.799	.210	.873
VAR00008	90.3148	125.654	-.044	.877
VAR00009	90.3148	120.899	.352	.871
VAR00010	91.1296	119.021	.413	.869
VAR00011	91.9630	119.734	.507	.869
VAR00012	91.2593	118.498	.484	.868
VAR00013	91.0370	122.716	.164	.874
VAR00014	90.3148	121.654	.377	.871
VAR00015	91.0000	120.302	.315	.871
VAR00016	91.0185	115.717	.640	.865
VAR00017	90.8333	121.877	.183	.874
VAR00018	91.3333	120.943	.314	.871
VAR00019	90.7778	120.025	.343	.871
VAR00020	90.3704	121.860	.177	.874
VAR00021	90.6111	123.186	.085	.877
VAR00022	90.2963	122.363	.206	.873
VAR00023	91.3704	120.200	.248	.873
VAR00024	91.3148	121.050	.190	.875
VAR00025	91.1852	120.871	.217	.874
VAR00026	90.9815	123.264	.106	.875
VAR00027	91.8148	117.399	.621	.866
VAR00028	91.4815	119.235	.459	.869
VAR00029	91.7222	122.808	.174	.873
VAR00030	91.3333	121.132	.320	.871
VAR00031	91.4074	118.020	.545	.867
VAR00032	91.4630	117.461	.501	.868
VAR00033	91.6667	116.642	.608	.866
VAR00034	91.2593	114.233	.680	.864
VAR00035	91.2407	116.148	.650	.865
VAR00036	91.4074	119.416	.497	.869
VAR00037	90.9259	115.542	.586	.866
VAR00038	91.1852	116.758	.601	.866
VAR00039	91.2037	118.543	.477	.868
VAR00040	91.5741	121.796	.306	.871
VAR00041	91.2593	120.724	.229	.873
VAR00042	91.7222	120.204	.269	.872

Lampiran G: Hasil-Hasil SPSS 18.0 for Windows

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Muhasabah	54	32	39	71	2997	55.50	6.401	40.972
Prokastinasi Akademik	54	38	43	81	3239	59.98	8.531	72.773
Valid N (listwise)	54							

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Muhasabah	Prokastinasi_Akademik dalam Menyelesaikan Tugas
N	54	54
Normal Parameters ^{a,b}		
Mean	55.50	59.98
Std. Deviation	6.401	8.531
Most Extreme Differences		
Absolute	.093	.109
Positive	.093	.109
Negative	-.074	-.062
Kolmogorov-Smirnov Z	.680	.803
Asymp. Sig. (2-tailed)	.744	.539

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas * Muhasabah	Between Groups	(Combined) Linearity	2707.434	22	123.065	3.319	.001
		Linearity	1808.124	1	1808.124	48.760	.000
		Deviation from Linearity	899.309	21	42.824	1.155	.351
	Within Groups		1149.548	31	37.082		
	Total		3856.981	53			

Correlations

		<i>Muhasabah</i>	Prokastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas
<i>Muhasabah</i>	Pearson Correlation	1	-.685**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	54	54
Prokastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas	Pearson Correlation	-.685**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	54	54

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**Lampiran H: Tabulasi Data Hasil Try Out Skala
 Muhasabah dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan Studi
 terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi**

No. Responden	No. Item															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3
2	3	4	3	3	4	4	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3
3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2
4	2	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	4	3
5	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4
6	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	3
7	4	4	4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3
9	3	3	4	1	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3
10	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3
11	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	4
12	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	4	3	2	3
13	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	4

14	4	3	4	3	2	4	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3
15	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
16	4	4	4	3	2	3	4	2	4	3	3	2	3	2	3	3
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
18	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4
19	2	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
21	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3
22	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3
23	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
24	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3
25	3	3	3	1	3	2	3	1	4	1	3	2	2	2	2	2
26	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	4	3
27	4	4	4	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2
28	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3
29	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3
30	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4
31	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4
32	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3

33	2	4	4	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3
34	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
35	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4
36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
37	2	3	3	2	3	3	4	2	2	1	3	3	2	2	3	1
38	4	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	2	3	3
39	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	2	3	3
40	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	4	3	3
41	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	3	2	2	3	3
42	4	4	3	1	1	4	3	2	3	2	3	4	1	2	2	2
43	4	4	4	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3
44	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	4
45	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	4
46	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4
47	3	4	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	1	3	4
48	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3
49	4	4	4	3	2	4	4	1	4	1	4	4	4	2	4	4
50	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3
51	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3

52	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3
53	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	4	3	
54	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	

**Lampiran I: Tabulasi Data Hasil Try Out Skala
Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas
Perkuliahhan Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf
dan Psikoterapi**

No. Responden	No.Item																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2
2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	1	2
3	2	2	2	2	2	1	3	4	4	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3
4	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	4	2	1
5	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1
6	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	1	2	3	4	4	3	3	2	2	4	1	4	3	4
7	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2
8	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2	1	3	1	1	1	2	2	3	4	3	1	1
9	2	2	1	1	2	2	2	2	3	1	1	2	3	3	1	2	2	2	2	3	1	2	3	2
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3
11	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3

12	2	3	2	3	3	1	2	3	3	1	1	3	2	3	3	2	3	3	4	4	4	4	2
13	2	2	1	3	3	3	2	3	3	2	1	1	2	3	1	3	2	2	1	4	3	3	2
14	3	2	2	3	3	2	3	4	4	4	1	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3
15	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3
16	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2
17	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2
18	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	2	3	2	2	4	2	2	2	3	4	1
19	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	1
20	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2
21	3	3	2	2	3	3	4	3	3	1	1	2	2	3	3	3	1	2	2	3	4	3	2
22	2	2	2	2	3	3	4	3	3	2	1	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2
23	2	2	2	2	2	2	3	4	4	2	1	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
24	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3
25	3	3	2	2	2	1	2	4	3	2	1	3	2	3	2	3	2	1	3	4	2	3	1
26	2	2	2	2	3	2	4	3	3	3	1	2	2	3	2	3	2	3	3	4	4	4	1
27	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
28	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2
29	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	4	3	3	2
30	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2
31	2	1	4	4	2	2	3	3	2	2	1	1	3	3	2	2	3	2	1	1	3	3	1
32	2	1	1	2	3	2	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	2
33	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2
34	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2
35	1	1	1	3	1	2	2	3	3	1	1	2	2	3	3	1	3	1	3	1	2	2	1

36	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	3	2	2
37	2	2	2	3	1	1	2	3	3	2	1	2	3	3	3	2	4	2	3	4	2	3	1	4
38	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1
39	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2
40	2	3	1	3	2	3	2	4	2	2	2	3	1	4	2	3	2	4	4	4	1	4	1	1
41	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2
42	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	1	2	4	4	1	2	3	2	2	2	3	3	2	3
43	2	2	1	2	2	2	3	3	3	2	1	2	3	2	2	2	1	3	3	4	2	1	1	2
44	1	1	1	4	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	1	3	1	2	3	4	3	1	1
45	1	2	1	4	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	1	3	1	2	3	4	3	1	1
46	1	1	2	1	2	2	3	3	2	2	1	1	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3	1	1
47	3	1	3	3	4	3	2	4	4	3	2	4	2	4	3	3	3	1	2	4	2	3	4	3
48	2	3	2	3	2	2	4	3	3	3	1	1	3	3	1	2	3	2	2	2	2	3	3	3
49	1	1	1	2	3	1	2	4	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	4	1	4	4	4
50	2	2	2	2	2	2	3	4	3	2	1	3	1	2	2	2	2	3	3	3	4	3	2	1
51	2	2	1	3	1	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	4	2	2	4	3	3	4	3
52	3	3	3	3	3	2	4	4	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3
53	1	1	1	1	1	2	3	4	4	1	1	1	3	3	2	1	1	1	2	3	3	4	1	1
54	3	2	3	2	3	3	4	2	4	2	2	3	2	4	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2

**Lampiran J : Tabulasi Data Hasil Penelitian Skala
Muhasabah dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan Studi
terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi**

No. Responden	No. Item																		Jumlah		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
1	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	4	7	
2	4	4	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	6	2
3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	1	5	6	6

4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	5	6
5	4	4	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	6	4
6	4	4	3	3	4	2	4	2	3	2	2	3	4	4	4	2	3	4	5	7	
7	4	4	1	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	5	1
8	4	4	2	3	4	2	4	4	4	3	3	4	1	1	4	2	4	4	5	7	
9	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	2	3	3	5	1	
10	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	5	5	
11	3	3	2	3	3	2	4	1	4	3	2	2	2	3	3	1	2	3	4	6	
12	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	3	3	1	3	3	3	4	5	7	

1 3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	6 8	
1 4	4	4	4	4	3	2	4	3	2	3	2	2	3	2	2	2	4	4	5 4
1 5	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	5 7
1 6	3	3	2	4	3	2	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	5 7
1 7	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	6 2
1 8	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	4 1
1 9	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	5 2
2 0	4	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	6 0
2 1	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	5 1

2 2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	5 7
2 3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	5 5
2 4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	4	2	2	5 1
2 5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5 5
2 6	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5 3
2 7	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	5 9
2 8	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	4 9
2 9	4	4	3	4	4	2	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	6 4
3 0	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	6 8

3 1	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	6 0
3 2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	7 1
3 3	4	4	4	4	4	3	3	1	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	6 1
3 4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5 4
3 5	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5 4
3 6	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5 3
3 7	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	6 3
3 8	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	5 5
3 9	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	2	3	4	6 1

4 0	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	2	4	2	3	4	3	6 1
4 1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	5 0
4 2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4 4
4 3	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	5 9
4 4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	5 3
4 5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	5 3
4 6	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	5 9
4 7	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	6 1
4 8	3	3	2	3	3	2	3	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	1	5 6

4 9	4	4	2	3	4	2	4	3	3	2	1	3	1	3	2	1	1	4	4 7
5 0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5 4
5 1	4	3	1	4	4	2	3	1	3	4	2	3	1	4	2	1	2	4	4 8
5 2	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	5 2
5 3	2	2	1	2	3	1	2	3	4	4	1	4	1	2	1	1	1	4	3 9
5 4	4	4	3	3	4	2	4	4	3	2	2	4	3	3	4	2	3	3	5 7

**Lampiran K: Tabulasi Data Hasil Penelitian Skala
Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas
Perkuliahahan Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf
dan Psikoterapi**

No. Responden	No. Item													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	1
2	1	2	1	3	3	2	1	1	3	3	2	2	2	2
3	2	1	2	3	3	3	1	2	3	2	2	2	3	2
4	1	1	2	2	1	2	3	1	3	3	2	2	3	2
5	2	2	2	3	3	2	4	2	3	3	3	2	1	1
6	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3
7	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	1	2	1	1
8	1	2	3	1	4	3	1	2	1	1	2	1	3	3
9	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3

10	2	3	2	2	3	3	1	2	3	2	3	2	2
11	4	3	3	4	4	4	3	2	3	3	2	2	3
12	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3
13	1	1	3	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3
14	2	2	3	3	3	3	1	2	4	3	3	3	2
15	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3
16	2	3	2	3	3	2	1	2	3	1	3	2	4
17	2	1	2	2	3	1	1	2	3	2	2	1	2
18	3	3	2	3	4	3	1	3	4	4	3	4	4
19	4	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3
20	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3
21	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2
22	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3
23	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
24	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3

25	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	1
26	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2
27	2	2	2	3	3	2	1	2	3	3	3	2	3	2
28	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2
29	1	1	1	2	3	2	1	1	3	2	2	1	2	2
30	1	1	2	3	3	1	1	2	4	3	3	4	1	1
31	1	2	1	2	3	2	1	4	3	2	2	2	3	2
32	1	1	3	2	2	2	1	2	4	3	4	1	4	1
33	1	2	1	3	4	2	1	1	4	2	4	1	3	2
34	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2
35	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2
36	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2
37	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2
38	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2
39	3	2	3	3	4	3	1	2	3	4	3	2	2	1

40	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	3	3
41	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3
42	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2
43	2	2	2	3	3	2	1	2	4	3	3	2	2
44	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3
45	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3
46	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2
47	2	2	2	2	3	1	1	2	3	3	3	2	3
48	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2
49	2	3	3	3	4	4	2	2	4	3	4	3	3
50	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2
51	3	3	4	3	4	3	2	1	3	3	4	2	2
52	3	2	3	3	2	2	1	2	3	3	2	3	3
53	4	3	4	4	4	4	1	3	4	4	4	3	3
54	3	2	2	3	3	4	2	2	4	3	4	2	3

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama : Nurlita Oktaviani
2. Tempat, Tanggal Lahir : Kendal, 11 Oktober 1995
3. Alamat : Kel. Ketapang RT 19 Rw 07,
Kec. Kendal Kab. Kendal
4. No. HP : 0823-3179-1914
5. E-mail : nurlitaoktaviani95gmail.com

B. Riwayat Hidup

Pendidikan Formal

1. TK Tunas Mekar Ketapang
2. SD Negeri 2 Ketapang
3. SMP N 1 Brangsong
4. SMA N 1 Kaliwungu

C. Pengalaman Organisasi

1. Ushuluddin Language Center (ULC)
2. Kelompok Diskusi “Ordo Futuwwah”

Semarang, 28 Desember 2018

Nurlita Oktaviani
NIM. 1404046066