

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Bagi setiap umat Islam, Al-Qur'an merupakan kitab suci yang menjadi sumber utama dalam ajaran agama Islam. Al-Qur'an juga merupakan mukjizat yang diturunkan oleh Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW melalui malaikat Jibril untuk menjadi pedoman hidup bagi seluruh umat manusia.<sup>2</sup> Menurut Fatimah dan Rahmawati Al-Qur'an diturunkan dalam bahasa Arab, yang dikenal sebagai bahasa yang terjaga keasliannya.<sup>3</sup> Hal ini menjadikan Al-Qur'an sebagai kitab yang suci dan tetap terjaga kemurniannya sepanjang masa. Sebagai umat Islam, menjaga kelestarian Al-Qur'an merupakan suatu kewajiban. Salah satu bentuk upaya dalam menjaga Al-Qur'an adalah dengan menghafalkannya. Rasulullah SAW sangat menganjurkan umatnya untuk menghafalkan Al-Qur'an karena termasuk dalam amalan yang mulia.<sup>4</sup> Proses menghafal Al-Qur'an bukan hanya sekadar mengingat lafaz secara lisan, tetapi juga merupakan proses memasukkan ayat-ayat Al-Qur'an ke dalam hati agar dapat diamalkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan cara ini, nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an diharapkan dapat membentuk sikap dan perilaku yang sesuai dengan ajaran Islam.<sup>5</sup> Oleh karena itu, para penghafal Al-Qur'an hendaknya tidak hanya mampu menghafal, tetapi juga memahami isi kandungan ayat-ayat yang dihafal, sehingga mampu menerapkannya dalam kehidupan nyata.

Banyak sekali keutamaan yang akan di dapatkan dalam menghafal Al-Qur'an. Menurut Fatimah dan Rahmawati salah satu keutamaan dari menghafal Al-Qur'an akan mendapatkan keberkahan, kebaikan serta kenikmatan bagi para penghafalnya.<sup>6</sup> Al-Qur'an juga dapat menjadikan

---

<sup>2</sup> Din Muhammad Zakariya, "Metode Mudah Menghafal Al-Qur'an Menurut DR. Ahmad Salim," *TADARUS: Jurnal Pendidikan Islam* 08, no. 02 (2019): 70–85,.

<sup>3</sup> Fatimah and Sri Tuti Rahmawati, "Implementasi Kurikulum Muatan Lokal Dalam Mencapai Target Hafalan Al-Qur'an 4 Juz Di SD Islam Annajah Jakarta Barat," *Jurnal Qiroah* 10, no. 2 (2020): 15–36.

<sup>4</sup> Iwan Agus Supriono and Atik Rusdiani, "Implementasi Kegiatan Menghafal Al-Qur'an Siswa Di Lptq Kabupaten Siak," *Jurnal Isema : Islamic Educational Management* 4, no. 1 (2019): 54–64.

<sup>5</sup> Abbas Wahid Rifki et al., "Faktor Pendukung Dan Faktor Penghambat Keberhasilan Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Sulaimaniyyah," *Journal of Multidisciplinary Studies* 7, no. 1 (2023): 114–132.

<sup>6</sup> Fatimah and Sri Tuti Rahmawati, "Implementasi Kurikulum Muatan Lokal Dalam Mencapai Target Hafalan Al-Qur'an 4 Juz Di SD Islam Annajah Jakarta Barat."

obat bagi para penghafal dan pembacanya dan para penghafalnya.<sup>7</sup> Namun di balik keutamaan yang akan di dapatakan tentunya para penghafal Al-Qur'an akan melalui berbagai proses sebelum menuntaskan hafalannya dan memperoleh kenikmatan menghafalkan. Untuk menuntaskan hafalan Al-Qur'an ada beberapa metode yang dapat di gunakan dalam berproses menghafal, metode ini digunakan untuk mempermudah para penghafal Al-Qur'an dalam melaksanakan proses menghafalnya. Salah satu metode yang sering di gunakan dalam proses menghafal Al-Qur'an adalah metode ziyadah (menambah hafalan) dan metode muroja'ah (mengulang hafalan).<sup>8</sup>

Berbagai metode menghafal Al-Qur'an akan membantu seseorang untuk menghafal Al-Qur'an, hal tersebut dapat membantu dalam menambah hafalan maupun menjaga hafalannya agar tidak lupa. Proses menghafal Al-Qur'an tidak hanya mentargetkan agar khatam 30 juz saja, namun perlu untuk menjaga agar hafalan tersebut tidak lupa. Metode yang di gunkan dalam mejaga hafalan agar tidak lupa adalah dengan mengulang secara berkala ayat atau surah yang telah di hafal.<sup>9</sup>

Dalam menjaga kelestarian hafalan Al-Qur'an, diperlukan kemampuan yang baik serta keistiqamahan yang tinggi dalam menjalani proses menghafal.<sup>10</sup> Selain itu, motivasi juga memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan proses tersebut. Tanpa adanya motivasi, kemampuan dan ketekunan dalam menghafal bisa saja melemah seiring waktu. Dalam proses menghafal Al-Qur'an, motivasi berfungsi sebagai faktor yang bersifat dinamis dan menentukan.<sup>11</sup> Ketika seseorang memiliki motivasi yang kuat dari dalam dirinya, maka proses menghafal cenderung berjalan lebih efektif dan terarah. Motivasi dapat menjadi pendorong dan penggerak utama yang memunculkan serta mengarahkan seseorang untuk melakukan suatu aktivitas guna mencapai tujuan tertentu.<sup>12</sup> Bagi para penghafal Al-Qur'an, menyelesaikan hafalan serta menjaga kelancarannya

---

<sup>7</sup> Yusron Masduki, "Implikasi Psikologis Bagi Penghafal Al-Qur'an," *Jurnal Pendidikan Agama Islam* 18 (2018): 1–25.

<sup>8</sup> Titalia Diana Putri and Moh Wasil, "Pelaksanaan Program Tahfidz Al-Quran: Studi Yayasan Al-Istidadul Akhirah Dusun Baban, Desa Mulyorejo, Kecamatan Silo, Kabupaten Jember," *Jurnal Ilmiah Al Hadi* 5, no. 2 (2020): 66–77,.

<sup>9</sup> Supriono and Rusdiani, "Implementasi Kegiatan Menghafal Al-Qur'an Siswa Di Lptq Kabupaten Siak."

<sup>10</sup> Ibid.

<sup>11</sup> Ahmad Rosidi, "Motivasi Santri Dalam Menghafal Al-Qur'an (Studi Multi Kasus Di Pondok Pesantren Ilmu Al-Qur'an (Ppiq) Pp. Nurul Jadid Paiton Probolinggo, Dan Pondok Pesantren Tahfizhul Al-Qur'an Raudhatussalihin Wetan Pasar Besar Malang)," *Al Qodiri: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Keagamaan* 10, no. 1 (2016): 73.

<sup>12</sup> Sadiana Lase, "HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI DAN KEBIASAAN BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR MATEMATIKA SISWA SMP Oleh : Sadiana Lase Abstrak," *Jurnal Warta Edisi* 56, no. April (2018).

merupakan tujuan utama. Untuk mencapai hal tersebut, dibutuhkan konsistensi dan kesungguhan dalam menjalani setiap tahapan proses menghafal secara terus-menerus.

Namun, saat ini banyak individu dalam lingkungan pendidikan, terutama santri yang menghafal Al-Qur'an, mengalami kecenderungan untuk menunda-nunda tugas yang seharusnya dilakukan.<sup>13</sup> Menunda-nunda pekerjaan, menjadi

fenomena yang umum di kalangan masyarakat modern, termasuk di kalangan penghafal Al-Qur'an. Dalam konteks ini, prokrastinasi dapat mempengaruhi proses menghafal, yang seharusnya dilakukan dengan konsisten dan disiplin. Di era digital ini, banyak penghafal Al-Qur'an yang tergoda oleh berbagai distraksi, seperti media sosial, permainan daring, dan hiburan lainnya. Hal ini menyebabkan penghafalan yang seharusnya menjadi prioritas justru terabaikan. Selain itu, tekanan dari lingkungan—baik itu dari keluarga, teman, atau masyarakat—sering kali menambah beban psikologis yang membuat individu merasa cemas atau terbebani, sehingga mereka lebih cenderung untuk menunda penghafalan. Tidak hanya itu, banyak penghafal yang kurang memiliki manajemen waktu yang efektif. Kurangnya strategi dan perencanaan dalam mengatur waktu antara kegiatan sehari-hari dan penghafalan Al-Qur'an bisa berujung pada kebiasaan menunda. Hal ini berpotensi mengurangi kualitas hafalan dan keikhlasan dalam menjalani proses tersebut. Seperti yang terjadi pada Pondok Pesantren Mambaul Ma'arif dimana santri penghafal Al-Qur'an atau santri tahfidz banyak sekali yang mengalami penundaan dalam menghafal Al-Qur'an, baik menambah hafalan atau memuroja'ah hafalannya.

Dalam kajian psikologi, perilaku menunda-nunda tugas dikenal dengan istilah prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan kecenderungan seseorang untuk menunda pelaksanaan suatu kegiatan, meskipun sebenarnya ia memiliki keinginan untuk melaksanakannya dan menyadari bahwa penundaan tersebut dapat membawa dampak negative.<sup>14</sup> Perilaku ini umumnya muncul akibat adanya keyakinan yang tidak rasional terhadap suatu tugas, misalnya menganggap tugas tersebut terlalu sulit atau tidak menyenangkan. Salah satu penyebab yang sering ditemukan adalah rasa takut yang berlebihan terhadap kemungkinan gagal, sehingga individu cenderung menunda tugas karena khawatir hasilnya tidak sesuai harapan

---

<sup>13</sup> Andi Thahir, "Psikologi Perkembangan," *Aura Publishing* (2018): 1–260..

<sup>14</sup> Sofiea Cameilya Putri et al., "Profil Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas PGRI Adibuana Surabaya," *Pedagogika: Jurnal Pedagogik dan Dinamika Pendidikan* 11, no. 1 (2023): 197–205.

atau mendapat penilaian negatif dari orang lain.<sup>15</sup> Jannah dkk juga menyebutkan bahwa prokrastinasi merupakan tindakan menunda secara sengaja terhadap suatu kewajiban, walaupun individu menyadari bahwa hal tersebut akan merugikan dirinya di kemudian hari.<sup>16</sup> Oleh sebab itu, prokrastinasi sebaiknya dihindari, terutama oleh santri yang sedang menghafal Al-Qur'an. Semakin tinggi tingkat prokrastinasi, maka semakin lambat pula progres hafalan yang dapat dicapai oleh santri tersebut.

Penundaan atau prokrastinasi sering terjadi pada mahasiswa. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa 52,30% mahasiswa mengalami tingkat prokrastinasi yang tinggi. Selain itu, mahasiswa yang aktif dalam organisasi cenderung memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi.<sup>17</sup>

Sedangkan menurut penelitian lain, kecanduan smartphone berkontribusi secara signifikan sebesar 10,6% terhadap prokrastinasi akademik, sementara 89,4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, termasuk kondisi fisik dan kesehatan, kondisi psikologis, pola asuh orangtua, serta lingkungan seperti keluarga, masyarakat, dan sekolah.<sup>18</sup>

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti terhadap beberapa santri penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif, ditemukan bahwa sebagian dari mereka cenderung menunda kegiatan menghafal dan lebih sering menyibukkan diri dengan aktivitas lain yang kurang prioritas, seperti mengobrol, menggunakan *gadget*, atau menunda muraja'ah hingga waktu yang mepet. Selain itu, beberapa santri mengaku kesulitan mengatur waktu hafalan dan kurang memiliki kesadaran untuk mengevaluasi perkembangan hafalannya secara mandiri. Fenomena tersebut menunjukkan adanya indikasi prokrastinasi dikalangan sebagian santri. Kondisi ini akan berdampak negatif pada capaian hafalan santri.

Adanya fenomena tersebut penting bagi santri penghafal Al-Qur'an untuk menghindari perilaku prokrastinasi, santri perlu meningkatkan kemampuan dalam mengendalikan diri. Santri yang sering menunda-nunda kegiatan, terutama dalam proses menghafal Al-Qur'an, umumnya menunjukkan kelemahan dalam pengendalian diri. Mereka cenderung

---

<sup>15</sup> Hendri Winata and Restu Pangersa Ramadhan, "Prokrastinasi Akademik Menurunkan Prestasi Belajar Siswa," *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran* 1, no. 1 (2016): 154–159.

<sup>16</sup> Rahmatul Jannah, Yuzarion Yuzarion, and Purwadi Purwadi, "Hubungan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Pada Santri Tahfidz Qur'an," *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam* 13, no. 2 (2022): 116–120.

<sup>17</sup> Ignatius Yudhistira Permata Putra and Doddy Hendro Wibowo, "Hubungan Antara Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Yang Berorganisasi Di Universitas X," *JIP Jurnal Inovasi Penelitian* 4, no. 7 (2023): 1169–1180.

<sup>18</sup> Patricia Oriza Novalyne and Christiana Hari Soetjningsih, "Fenomena Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Kecanduan Smartphone Saat Pandemi COVID-19 Berlangsung?," *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 10, no. 3 (2022): 637.

kurang disiplin, terlalu banyak menghabiskan waktu dengan gawai, sibuk dengan aktivitas lain yang kurang produktif, serta tidak fokus dan kurang bersungguh-sungguh dalam mencapai target hafalan. Kondisi ini juga menunjukkan lemahnya kemampuan manajemen waktu dan ketidakmampuan dalam menahan keinginan untuk melakukan hal-hal yang tidak mendukung proses belajar.

Salah satu aspek psikologis yang diyakini berperan dalam mengendalikan prokrastinasi adalah *self-monitoring*. Menurut Mark Snyder, konsep *self-monitoring* berkaitan dengan bagaimana individu mengatur dan mengelola perilaku mereka sendiri, terutama dalam konteks sosial. *Self-monitoring* mencerminkan proses seseorang dalam menampilkan dirinya di hadapan orang lain dan dibagi menjadi tiga aspek utama, yaitu expressive self-control, social stage presence, dan other-directed self-presentation. Ketiga aspek ini menunjukkan bagaimana seseorang mengelola ekspresi diri, kehadiran sosial, serta penyesuaian diri terhadap harapan sosial di sekitarnya.<sup>19</sup>

Kemampuan *self-monitoring* dapat dimanfaatkan sebagai strategi untuk mengurangi prokrastinasi, khususnya dalam kegiatan menghafal Al-Qur'an. Santri yang memiliki kemampuan *self-monitoring* yang baik cenderung mampu mengendalikan dorongan untuk melakukan hal-hal yang tidak produktif, serta mampu menyesuaikan perilaku dengan ekspektasi sosial dan peran mereka sebagai penghafal Al-Qur'an. Mereka akan lebih sadar akan tanggung jawabnya dan berusaha menjaga konsistensi antara tindakan dan citra diri yang ingin ditampilkan.

Secara umum, setiap individu memiliki tingkat *self-monitoring* yang berbeda. Individu dengan tingkat *self-monitoring* yang tinggi biasanya lebih peka terhadap norma sosial, lebih peduli terhadap tanggapan orang lain, dan menggunakan informasi tersebut untuk mengatur perilaku mereka, baik secara verbal maupun nonverbal. Sebaliknya, individu dengan *self-monitoring* yang rendah cenderung bertindak berdasarkan nilai dan keyakinan pribadi, serta kurang mempertimbangkan apakah perilaku mereka sesuai dengan situasi sosial yang dihadapi.

Keterampilan *self monitoring* memiliki peran penting dalam mengatur strategi dalam pembelajarannya. Dengan adanya *self monitoring* dapat menjadikan individu menjadi lebih baik kedepannya, mampu membagi waktu dengan baik, mengontrol diri dan mengurangi perilaku

---

<sup>19</sup> Mark Snyder and Steve Grangestad, "On the Nature of Self-Monitoring: Matters of Assessment, Matters of Validity.," *Journal of Personality and Social Psychology* 51, no. 1 (1986): 125–139.

yang tidak sesuai.<sup>20</sup> Berkaitan dengan hal tersebut dapat di simpulkan dengan adanya *self monitoring* dapat mengurangi tingkat prokrastinasi.

Subjek dalam penelitian ini adalah santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif yang mengikuti program tahfidz Al-Qur'an. Perlu diketahui bahwa tidak seluruh santri di pondok ini mengikuti program hafalan Al-Qur'an. Dari total 149 santri yang terdaftar, hanya 46 orang yang mengikuti program tahfidz secara aktif. Hal ini menunjukkan bahwa Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif bukan merupakan lembaga yang secara khusus berfokus pada program penghafalan Al-Qur'an, melainkan memberikan fasilitas bagi santri yang memiliki keinginan pribadi untuk menghafal, tanpa adanya kewajiban dari pihak pesantren.

Dengan komposisi jumlah tersebut, santri penghafal Al-Qur'an berada dalam kelompok minoritas, sehingga sering kali mendapatkan pengaruh dari lingkungan yang mayoritas tidak terlibat dalam aktivitas tahfidz. Pengaruh tersebut bisa berupa kebiasaan bermain gawai pada waktu senggang, minimnya motivasi lingkungan untuk menghafal, dan kurangnya kontrol terhadap aktivitas yang mendukung hafalan. Padahal, seorang penghafal Al-Qur'an memiliki tanggung jawab yang lebih besar, baik secara spiritual maupun disiplin pribadi, sebagaimana telah diuraikan pada bagian sebelumnya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-monitoring* terhadap tingkat prokrastinasi pada santri penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Putra dan Affandi pada tahun 2023 serta Praseipida dan Fauziah pada tahun 2020, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-monitoring* dengan prokrastinasi. Individu dengan tingkat *self-monitoring* yang tinggi cenderung memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah. Berdasarkan temuan tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh yang signifikan antara *self-monitoring* terhadap prokrastinasi pada santri penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif.

## **B. Identifikasi Masalah**

1. Terdapat santri penghafal Al-Qur'an yang mengalami prokrastinasi pada Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung.
2. Belum ada kajian mengenai Pengaruh *Self-monitoring* Terhadap Prokrastinasi Pada Penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung.

---

<sup>20</sup> Ibid.

### C. Rumusan Masalah

1. Seberapa besar tingkat *self monitoring* pada santri penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung?
2. Seberapa besar tingkat prokrastinasi pada santri penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung?
3. Seberapa besar pengaruh *self monitoring* pada prokrastinasi pada penghafal Al-Qur'an santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung

### D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat *self monitoring* pada santri penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung
2. Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi pada santri penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung
3. Untuk mengetahui pengaruh *self monitoring* pada prokrastinasi pada penghafal Al-Qur'an santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung.

### E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini di harapkan akan memberikan manfaat:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat khususnya dalam bidang keilmuan psikologi dimana dapat menambah wawasan mengenai pengaruh *self monitoring* pada prokrastinasi pada santri.

2. Secara Praktis

Dengan adanya penelitian ini di harapkan akan memebrikan wawasan kepada pembacanya khususnya para penghafal Al-Qur'an dan dapat menjadikan diri lebih baik dari sebelumnya dan mempunyai tujuan dan tekad yang lebih dalam menghafal ataupun menjaga hafalanya.

### F. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh *self-monitoring* terhadap perilaku prokrastinasi pada santri penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari seluruh santri yang secara aktif mengikuti program tahfidz Al-Qur'an di pondok pesantren tersebut. Sementara itu, santri yang tidak terlibat dalam program tahfidz dikecualikan dari partisipasi dalam penelitian ini. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Januari hingga Februari,

dengan lokasi penelitian bertempat di lingkungan Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Tulungagung.

## G. Penegasan Variabel

### 1. Penegasan Konseptual

#### a. Prokrastinasi

Prokrastinasi merupakan penundaan yang dilakukan secara sengaja meskipun individu mengetahui dampaknya, jadi prokrastinasi bukan hanya sekedar kurangnya manajemen waktu namun dapat bersifat kebiasaan ataupun psikologis.<sup>21</sup>

#### b. *Self-monitoring*

Menurut Mark Snyder dan Gangestad *self-monitoring* merupakan konsep yang berhubungan dengan konsep pengaturan kesan (impression management) atau konsep pengaturan diri. Dalam hal ini, *self-monitoring* sangat erat kaitannya dengan pengaturan kesan, karena individu yang memiliki tingkat *self-monitoring* yang tinggi cenderung lebih sadar dan terampil dalam menyesuaikan perilaku mereka untuk menciptakan kesan positif pada orang lain.<sup>22</sup>

### 2. Penegasan Oprasional

#### a. Prokrastinasi

Prokrastinasi secara operasional didefinisikan sebagai perilaku menunda suatu tugas atau kewajiban secara sengaja, meskipun individu mengetahui bahwa penundaan tersebut dapat membawa konsekuensi negatif. Prokrastinasi bukan hanya sekedar masalah manajemen waktu, tetapi berkaitan dengan faktor-faktor psikologis seperti kecemasan, perfeksionisme, rendahnya motivasi, atau penghindaran terhadap ketidaknyamanan tugas<sup>23</sup>

#### b. *Self-monitoring*

Secara operasional, *self-monitoring* diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengamati, mengendalikan, dan menyesuaikan perilakunya sesuai dengan situasi sosial tertentu, dengan tujuan untuk membentuk kesan yang positif di hadapan orang lain. Individu yang memiliki tingkat *self-monitoring* tinggi umumnya lebih responsif terhadap isyarat-isyarat sosial di sekitarnya, serta mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan atau

<sup>21</sup> W. G. Ferrari, J. R., Johnson, J. I., & McCown, *Procrastination and Task Avoidance*, 1995.

<sup>22</sup> Mark Snyder and Steve Grangestad, "On the Nature of Self-Monitoring: Matters of Assessment, Matters of Validity."

<sup>23</sup> Ferrari, J. R., Johnson, J. I., & McCown, *Procrastination and Task Avoidance*.

norma sosial yang berlaku. Mereka cenderung menunjukkan perilaku yang fleksibel dan adaptif dalam berbagai situasi sosial.<sup>24</sup>

## H. Sistematika Penelitian

1. Bab I Pendahuluan: Bab ini berisi uraian latar belakang yang menjelaskan alasan utama dilaksanakannya penelitian. Permasalahan yang ditemukan dalam latar belakang kemudian diidentifikasi dan dirumuskan dalam bentuk rumusan masalah, yang disajikan dalam bentuk pertanyaan penelitian. Selain itu, bab ini juga memuat tujuan penelitian yang disusun berdasarkan rumusan masalah, serta manfaat penelitian baik dari segi teoritis maupun praktis. Ruang lingkup penelitian dijelaskan guna membatasi cakupan kajian agar tetap fokus dan relevan dengan tujuan yang ingin dicapai. Penegasan variabel dilakukan melalui definisi konseptual dan operasional, agar pembaca memperoleh pemahaman yang jelas mengenai istilah atau konsep yang digunakan dalam penelitian ini.
2. Bab II Landasan Teori: Bab ini memuat kajian teoritis yang relevan dengan variabel penelitian, yaitu *self-monitoring* dan prokrastinasi. Pembahasan teori didasarkan pada referensi ilmiah yang terpercaya, seperti jurnal akademik dan buku rujukan. Selain itu, bagian ini juga memuat hasil-hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan topik yang diteliti, sebagai landasan untuk memperkuat argumen dan mendukung penyusunan kerangka berpikir dalam penelitian.
3. Bab III Metode Penelitian: Bab ini menguraikan secara rinci metode yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian. Aspek-aspek yang dijelaskan meliputi pendekatan dan jenis penelitian, instrumen penelitian, populasi dan sampel, lokasi penelitian, teknik analisis data, serta tahapan pelaksanaan penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan data yang diperoleh melalui skala prokrastinasi dan skala *self-monitoring*. Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan menggunakan bantuan perangkat lunak IBM SPSS versi 25. Penjabaran pada bab ini bertujuan untuk memberikan gambaran sistematis mengenai proses penelitian sehingga dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.
4. Bab IV Hasil Penelitian: Bab ini menyajikan hasil temuan penelitian berdasarkan data kuantitatif yang diperoleh melalui instrumen kuesioner. Data dianalisis secara deskriptif untuk masing-masing variabel penelitian. Selain itu, bagian ini juga memuat hasil pengujian hipotesis

---

<sup>24</sup> Mark Snyder and Steve Grangestad, "On the Nature of Self-Monitoring: Matters of Assessment, Matters of Validity."

yang menjadi dasar dalam menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

5. Bab V Pembahasan: Bab ini berisi pembahasan atas hasil penelitian yang telah disampaikan pada bab sebelumnya. Pembahasan dilakukan dengan mengaitkan temuan penelitian dengan teori-teori yang relevan serta hasil penelitian terdahulu. Tujuannya adalah untuk menginterpretasikan hasil temuan secara mendalam serta menunjukkan kesesuaian atau perbedaan antara penelitian ini dengan kajian sebelumnya, khususnya yang berkaitan dengan *self-monitoring* dan prokrastinasi.
6. Bab VI Penutup: Bab terakhir ini memuat kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, yang disusun berdasarkan hasil analisis dan pembahasan. Selain itu, bab ini juga menyajikan saran-saran yang dapat diberikan, baik untuk penelitian selanjutnya maupun untuk pihak-pihak yang berkepentingan, berdasarkan temuan yang diperoleh dalam penelitian ini.