

TINJAUAN FILOSOFIS *PRAGMATISME* JHON DEWEY TERHADAP PERSOALAN PROKRASSTINASI MAHASISWA

Received: 07-10-2024; Revised:20-11-2024; Accepted: 30-11-2024

Arjuna *)

Universitas Islam Negeri (UIN)
Sunan Gunung Djati Bandung
E-mail:
2249020065@student.uinsgd.ac.id

Muhammad Adhim Rajasyah

Universitas Islam Negeri (UIN)
Raden Fatah Palembang
Email:
adhimrajasyah14@gmail.com

Figo Prilianto

Universitas Islam Negeri (UIN)
Sunan Gunung Djati Bandung
E-mail: figoprilianto@gmail.com

Nur Wahyu Ningsih

Universitas Islam Negeri (UIN)
Sunan Gunung Djati Bandung
E-mail: nurwhyungsih@gmail.com

Musdalifah

Universitas Islam Negeri (UIN)
Alauddin Makassar
E-mail: msdlfh12@gmail.com

*) *Corresponding Author*

Keywords: Jhon Dewey,
Pragmatism, Procrastination.

Abstract: This study aims to analyze student procrastination from the perspective of John Dewey's philosophy of pragmatism. Pragmatism emphasizes the importance of real experiences and the practical impact of individual actions, which includes how students interpret and deal with their academic tasks. In this approach, procrastination is understood as a response to perceptions about the relevance and practical benefits of these tasks. This research uses a qualitative method with a pragmatism approach to explore how procrastination is influenced by individual experiences and perceptions. Data was collected through library research and in-depth observation of university students, which enabled the researcher to understand their mindsets and emotional responses to academic tasks. The results showed that procrastination is closely related to students' perceptions of task relevance and previous experiences. With a pragmatism approach, real-life experiences and self-reflection were seen as ways to change students' mindsets, helping them to see tasks as opportunities for growth. This research suggests that by giving practical meaning to academic tasks, university students can reduce the habit of procrastination.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis prokrastinasi mahasiswa dari perspektif filsafat pragmatisme yang diusung oleh John Dewey. Pragmatisme menekankan pentingnya pengalaman nyata dan dampak praktis dari tindakan individu, yang mencakup bagaimana mahasiswa memaknai dan menghadapi tugas-tugas akademik mereka. Dalam pendekatan ini, prokrastinasi dipahami sebagai respons terhadap persepsi tentang relevansi dan manfaat praktis tugas-tugas tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan pragmatisme untuk mengeksplorasi bagaimana prokrastinasi dipengaruhi oleh pengalaman dan persepsi individu. Data dikumpulkan melalui studi literatur (*library research*) dan observasi mendalam terhadap mahasiswa, yang memungkinkan peneliti memahami pola pikir dan respons emosional mereka terhadap tugas akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi terkait erat dengan persepsi mahasiswa tentang relevansi tugas dan pengalaman sebelumnya. Dengan pendekatan pragmatisme, pengalaman nyata dan refleksi diri dipandang sebagai cara untuk mengubah pola pikir mahasiswa, membantu mereka melihat tugas sebagai peluang untuk berkembang. Penelitian ini menyarankan bahwa dengan memberikan makna praktis pada tugas-tugas akademik, mahasiswa dapat mengurangi kebiasaan menunda.

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah kelompok intelektual yang semestinya memahami kondisi bangsa dan negara serta memperluas pengetahuan di berbagai bidang. Mereka perlu berpikir kritis dan memiliki keberanian untuk mengungkapkan fakta serta realitas yang ada. Selain itu, mahasiswa harus memiliki wawasan luas untuk menghadapi masalah atau peristiwa yang berdampak besar pada perkembangan dan kemajuan bangsa serta negara (Fauziah, 2015).

Mahasiswa yang dapat menyesuaikan diri dengan peran sosial yang baru seharusnya memiliki kemampuan untuk mengatur diri ketika menghadapi berbagai tuntutan dan tugas, baik di dalam maupun di luar kampus. Kemampuan ini terutama penting dalam aspek akademik, seperti mengelola diri dalam kegiatan organisasi dan menyesuaikan diri saat mengerjakan tugas-tugas perkuliahan.

Menurut Santrock (dalam Fauziah, 2015) mengatakan bahwa seorang individu dewasa awal yang telah memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang solid selama kuliah akan mampu menangani masalah secara terstruktur dan mengembangkan kreativitas inisiatif. Ini akan memberinya kesempatan untuk mendapatkan berbagai pengalaman baru dalam dunia kerja yang berperan dalam meningkatkan kualitas mentalnya.

Proses pendidikan di perguruan tinggi berbeda dari sekolah menengah, dengan materi yang lebih luas dan kompleks. Menurut Mutik Hidayat (2015), cara belajar yang baik sangat penting untuk keberhasilan studi, tetapi banyak mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu belajar. Mereka cenderung belajar dengan santai dan hanya terlihat sibuk menjelang ujian, menggunakan sistem belajar "SKS" (sistem kebut semalam). Selain itu, banyak mahasiswa yang sering terlambat kuliah, menunda tugas, dan lebih fokus pada kegiatan di luar kampus, seperti organisasi, yang berdampak pada kelalaian terhadap tugas akademik.

Prokrastinasi, atau penundaan dalam menyelesaikan tugas, adalah fenomena yang melibatkan perilaku menunda yang berulang dan sering kali tidak rasional, yang dialami oleh banyak individu di berbagai aspek kehidupan. Dari mahasiswa yang menunda tugas kuliah hingga profesional yang menunda proyek penting, prokrastinasi dapat mengakibatkan dampak yang signifikan terhadap produktivitas, kesehatan mental, dan kesejahteraan secara keseluruhan. Meskipun terlihat sebagai perilaku sepele, prokrastinasi menyimpan kompleksitas yang mendalam, sering kali terkait dengan emosi, kebiasaan, dan pengaruh sosial (Ulum, 2016).

Selain faktor psikologis, aspek kebiasaan juga memengaruhi kecenderungan untuk menunda. Prokrastinasi yang terjadi berulang kali dapat menjadi pola perilaku yang sulit diubah, karena individu terbiasa dengan penundaan sebagai respons otomatis terhadap tugas yang menimbulkan ketidaknyamanan. Kebiasaan ini bahkan bisa menjadi lebih sulit dikendalikan seiring waktu, terutama jika tidak ada intervensi yang tepat. Pendekatan pragmatis, seperti yang dicetuskan oleh filsuf John Dewey, menunjukkan bahwa pengalaman langsung dan refleksi diri dapat membantu seseorang memaknai kembali tugas-tugas yang sulit. Dengan membangun pola pikir positif dan melihat tugas sebagai peluang untuk belajar, individu dapat secara bertahap mengatasi kebiasaan menunda (Yuni pangestutiani & Aina Noor Habibah, 2022).

Faktor sosial juga memainkan peran penting dalam prokrastinasi. Dukungan atau tekanan dari lingkungan, baik keluarga, teman, maupun rekan kerja, dapat memengaruhi motivasi individu untuk menyelesaikan tugas. Individu yang mendapat dorongan dan motivasi dari lingkungan sosial cenderung memiliki kecenderungan yang lebih rendah untuk menunda, karena mereka merasa termotivasi dan didukung. Sebaliknya, lingkungan yang kurang mendukung atau bahkan menekan dapat memperburuk kecenderungan prokrastinasi, karena individu mungkin merasa terbebani dan tidak percaya diri dalam menyelesaikan tugas.

Secara keseluruhan, prokrastinasi bukanlah masalah sederhana yang dapat diatasi hanya dengan teknik manajemen waktu. Mengatasi kebiasaan menunda membutuhkan pemahaman yang mendalam tentang faktor-faktor emosional, kebiasaan, dan sosial yang memengaruhi perilaku ini (Setiawati & Nurjanah, 2024). Dengan pendekatan yang tepat, seperti refleksi diri yang berfokus pada tujuan jangka panjang dan nilai praktis dari setiap tugas, individu dapat membentuk pola pikir yang lebih produktif dan mengurangi kecenderungan untuk menunda tugas-tugas penting.

Dalam konteks psikologis, prokrastinasi telah menjadi subjek penelitian yang intensif, di mana banyak studi menunjukkan bahwa perilaku ini dapat berkaitan dengan faktor-faktor seperti kecemasan, rendahnya motivasi, dan penghindaran terhadap emosi negatif (Aziz & Rahardjo, 2013). Beberapa penelitian mengenai prokrastinasi antara lain penelitian Piers Steel, ditemukan bahwa prokrastinasi sering kali dipicu oleh ketidakpastian yang terkait dengan tugas yang harus dilakukan, serta rasa takut akan kegagalan atau evaluasi negatif. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi bukan hanya sekadar masalah manajemen waktu, tetapi lebih merupakan respons psikologis terhadap pengalaman yang menimbulkan stress (Steel, 2007). Selanjutnya penelitian Sirois dan Pychyl, mengeksplorasi hubungan antara prokrastinasi dan self-compassion, menunjukkan bahwa individu yang memiliki tingkat self-compassion yang tinggi lebih mampu mengatasi kecenderungan untuk menunda. Sirois dan Pychyl menemukan bahwa dengan mengembangkan sikap pengertian dan memaafkan terhadap diri sendiri, individu dapat mengurangi kecemasan yang sering kali memicu perilaku prokrastinasi. Penelitian ini mendukung pandangan Dewey tentang pentingnya refleksi dan pengalaman dalam memahami tindakan individu (Sirois, 2014).

Lebih lanjut, John Dewey sebagai tokoh sentral dalam pragmatisme, memberikan perspektif yang relevan untuk memahami prokrastinasi. Dalam bukunya *Experience and Education*, Dewey menekankan bahwa pengalaman adalah inti dari proses pembelajaran. Ia berargumen bahwa pengalaman yang bermakna dapat membentuk tindakan individu, termasuk dalam konteks prokrastinasi. Bagi Dewey, keputusan untuk menunda sering kali berakar pada pengalaman negatif yang dialami individu sebelumnya, yang dapat menciptakan kecemasan dan ketidakpastian terhadap hasil yang diharapkan. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana pengalaman masa lalu mempengaruhi sikap dan tindakan seseorang terhadap tugas yang harus dilakukan (Dewey, 1938).

Prokrastinasi adalah kebiasaan menunda tugas yang seharusnya dilakukan, meskipun individu yang melakukannya mengetahui bahwa penundaan tersebut dapat berdampak negatif. Dalam konteks akademik, prokrastinasi sering kali mengarah pada penurunan kinerja, stres, dan dampak pada kesehatan mental. Banyak penelitian mendefinisikan prokrastinasi sebagai kegagalan dalam regulasi diri, yang mencakup ketidakmampuan untuk mengendalikan emosi, mengelola waktu, atau menghadapi tugas secara tepat waktu (Ferrari, 2010).

Menurut penelitian terbaru, prokrastinasi berkaitan dengan beberapa faktor, termasuk kecemasan, perfeksionisme, serta kurangnya motivasi dan dukungan sosial. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa prokrastinasi seringkali disebabkan oleh mekanisme penghindaran emosional di mana individu lebih memilih aktivitas yang tidak menimbulkan tekanan ketimbang menyelesaikan tugas yang menantang. Faktor lain seperti impulsivitas dan kurangnya strategi manajemen waktu yang efektif juga berperan dalam perilaku ini (Kim & Seo, 2015).

Pragmatisme, sebagai aliran pemikiran filosofis, menekankan pentingnya pengalaman praktis dan refleksi sebagai bagian dari proses pembelajaran (Gronda, 2014). Dewey, sebagai tokoh utama dalam pragmatisme, berargumen bahwa pendidikan dan pengalaman adalah dua hal yang tidak terpisahkan. Ia menganggap bahwa pengetahuan harus diterapkan dalam konteks kehidupan nyata untuk menjadi berarti (Dewey, 1938). Dalam hal ini, prokrastinasi dapat dipahami sebagai

hasil dari ketidakmampuan individu untuk mengintegrasikan pengalaman emosional mereka dengan tindakan nyata. Mahasiswa yang mengalami kecemasan atau ketidakpastian mungkin ragu untuk memulai tugas, mengingat pengalaman negatif yang pernah mereka alami sebelumnya.

Teori belajar Dewey (1938), yang menekankan pentingnya refleksi, mengajak individu untuk merenungkan pengalaman mereka dan memahami dampak emosional dari tindakan mereka. Dalam konteks prokrastinasi, refleksi dapat membantu mahasiswa menyadari pola pikir yang menghambat dan menemukan cara untuk mengatasi hambatan tersebut. Dewey juga menekankan bahwa individu tidak dapat dipisahkan dari konteks sosial mereka. Lingkungan, dukungan sosial, dan pengalaman kolektif sangat memengaruhi cara mahasiswa mengelola tugas dan waktu mereka. Oleh karena itu, prokrastinasi tidak hanya merupakan masalah individual, tetapi juga fenomena sosial yang dipengaruhi oleh dinamika kelompok dan interaksi antarindividu.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji prokrastinasi melalui lensa pragmatisme Dewey. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada penyebab dari prokrastinasi, tetapi juga pada bagaimana individu dapat mengatasi perilaku ini melalui pemahaman dan refleksi terhadap pengalaman mereka. Dengan menelaah aspek emosional dan sosial yang terlibat, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai cara-cara efektif untuk mengurangi prokrastinasi dan meningkatkan produktivitas individu. Melalui penggabungan teori pragmatisme dengan penelitian terkini mengenai prokrastinasi, diharapkan dapat dihasilkan pemahaman yang komprehensif dan aplikatif tentang fenomena ini, serta strategi yang relevan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi individu dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang mengandalkan analisis mendalam terhadap pola pikir, perilaku, dan pengalaman individu yang sering kali mengalami prokrastinasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan *pragmatisme* dengan menggabungkan teori dari John Dewey tentang pengalaman dan refleksi dalam memahami fenomena prokrastinasi. Pengumpulan data dilakukan melalui studi literatur (*Library Research*) dan observasi terhadap subjek penelitian untuk memahami latar belakang, konteks sosial, serta pengalaman emosional yang mempengaruhi kecenderungan mereka untuk menunda (Fadli, 2021). Analisis data dilakukan melalui teknik deskriptif-kualitatif dengan membandingkan dan menghubungkan teori *pragmatisme* dengan pengalaman dan refleksi individu dalam menghadapi tugas atau kewajiban tertentu (Darmalaksana, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Filsafat *Pragmatisme*

Pragmatisme berasal dari kata “*pragmatic*” dalam bahasa Inggris dan “*pragma*” dalam bahasa Yunani, yang berarti tindakan atau sesuatu yang dilakukan. Aliran ini berkembang pesat di era modern dan memiliki pengaruh besar, terutama dalam pendidikan serta ilmu pengetahuan dan teknologi. *Pragmatisme* menilai pengetahuan berdasarkan manfaat praktisnya. Prinsip ini tidak berfokus pada kebenaran objektif yang diuji lewat praktik, melainkan pada sejauh mana pengetahuan tersebut memenuhi kebutuhan subjektif seseorang (Zulfa & Irawan, 2021). Dalam pandangan *pragmatisme*, suatu teori dianggap benar jika memberikan hasil yang bermanfaat dan memiliki nilai praktis bagi kehidupan (Wiranata et al., 2021).

John Dewey berpendapat bahwa pragmatisme harus berlandaskan pada pengalaman nyata manusia. Baginya, tujuan filsafat adalah memberikan panduan yang relevan untuk tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari, sehingga filsafat sebaiknya tidak terserap dalam pemikiran metafisika yang tidak berfaedah. Dalam pandangan ini, filsafat berfungsi sebagai fondasi sosial dengan peran penting dalam kehidupan masyarakat. Gagasan pragmatisme Dewey muncul sebagai kritik terhadap ajaran-ajaran filsafat sebelumnya, menekankan bahwa filsafat harus memiliki dampak praktis dan

membantu memecahkan masalah kehidupan nyata (Wiranata et al., 2021).

2. Faktor Terjadinya Prokrastinasi

Penelitian ini menemukan bahwa prokrastinasi merupakan fenomena yang kompleks, melibatkan lebih dari sekadar pengelolaan waktu. Berdasarkan observasi dan kajian literatur yang ditemukan terhadap subjek, muncul beberapa pola yang berulang yang dapat menjelaskan faktor-faktor utama yang memengaruhi kebiasaan menunda. Faktor-faktor ini mencakup aspek emosional, psikologis, dan sosial, yang bekerja secara bersamaan dalam menciptakan atau memperparah kecenderungan prokrastinasi.

a. Aspek Emosional

Dalam penelitian ini, aspek emosional muncul sebagai faktor utama yang sering memicu kebiasaan prokrastinasi. Bagi banyak individu, emosi seperti rasa takut akan kegagalan atau kecemasan terhadap hasil akhir menjadi alasan utama menunda pekerjaan. Ketika menghadapi tugas yang dianggap sulit atau memiliki risiko kegagalan tinggi, individu sering merasa tidak nyaman dan mulai meragukan kemampuan diri mereka. Ketidaknyamanan ini dapat berkembang menjadi pola pikir negatif yang membuat mereka semakin ragu untuk memulai tugas, bahkan terkadang membuat mereka merasa tidak layak atau tidak mampu (Rebetez et al., 2015).

Kecemasan dan ketakutan ini kerap membentuk sebuah "lingkaran negatif." Misalnya, saat seseorang merasa cemas dan takut gagal, mereka mungkin menunda pekerjaan sebagai cara menghindari ketidaknyamanan. Namun, penundaan tersebut sering kali justru meningkatkan stres, karena tugas semakin mendekati tenggat waktu. Pada akhirnya, mereka terjebak dalam siklus di mana kecemasan meningkat seiring berjalannya waktu, yang justru membuat mereka semakin sulit untuk memulai atau menyelesaikan pekerjaan (Zhang et al., 2019).

b. Aspek Psikologis

Dari segi psikologis, penelitian ini mengungkapkan bahwa pengalaman masa lalu memainkan peran besar dalam mempengaruhi sikap seseorang terhadap tugas-tugas tertentu. Pengalaman negatif, seperti kegagalan atau kritik keras yang pernah diterima di masa lalu, cenderung "menempel" pada individu dan membentuk persepsi mereka terhadap tugas yang serupa. Misalnya, seseorang yang pernah mendapat penilaian buruk pada sebuah proyek mungkin merasa trauma dan cemas ketika dihadapkan pada proyek serupa, mengaitkannya dengan kemungkinan kegagalan atau kekecewaan (Yan & Zhang, 2022).

Ketika mengingat kembali pengalaman buruk sering kali memicu rasa ragu dan ketidakpercayaan diri. Mereka lebih memilih untuk menunda pekerjaan agar tidak perlu merasakan lagi tekanan atau kekecewaan yang dulu pernah dialami. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi tidak hanya terkait dengan pengelolaan waktu, tetapi juga dengan cara seseorang memproses pengalaman masa lalu dan bagaimana hal tersebut mempengaruhi rasa percaya diri serta kemauan mereka dalam menghadapi tugas-tugas tertentu (Sirois et al., 2023).

c. Faktor Sosial

Faktor sosial juga ditemukan memiliki dampak yang signifikan terhadap kecenderungan prokrastinasi. Dukungan sosial, baik dari keluarga, teman, maupun lingkungan kerja, memainkan peran penting dalam memberikan motivasi kepada individu. Penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang merasa didukung oleh lingkungan mereka lebih termotivasi untuk menyelesaikan tugas. Dorongan dan ekspektasi positif dari orang-orang di sekitar membuat mereka merasa lebih percaya diri, dan pada akhirnya cenderung lebih sedikit menunda pekerjaan (Svartdal et al., 2020).

Sebaliknya, mereka yang merasa tidak memiliki dukungan sosial atau bahkan merasa tertekan oleh lingkungan cenderung lebih rentan untuk menunda. Tekanan sosial yang dirasakan, seperti ekspektasi berlebihan atau kritik yang terus-menerus, sering kali justru membuat seseorang merasa terbebani. Akibatnya, mereka lebih memilih untuk menghindar daripada menghadapi tugas

tersebut, karena merasa bahwa kegagalan tidak hanya akan mengecewakan diri sendiri tetapi juga akan menghadirkan kekecewaan dari lingkungan. Faktor sosial ini, meskipun eksternal, memberikan dampak internal yang besar, karena dorongan atau tekanan dari lingkungan sangat memengaruhi persepsi seseorang tentang tugas yang dihadapinya (Gustavson et al., 2015).

3. Tinjauan Filosofis *Pragmatisme* John Dewey Terhadap Prokrastinasi Mahasiswa

Dalam konteks filosofi *pragmatisme*, prokrastinasi dapat dianggap sebagai respons kompleks terhadap pengalaman masa lalu dan ekspektasi terhadap masa depan. Filosofi pragmatis, terutama dalam perspektif yang dipopulerkan oleh John Dewey dan William James, menekankan bahwa tindakan individu tidak hanya didorong oleh rasionalitas semata, melainkan juga oleh nilai praktis yang dihasilkan dari pengalaman nyata. Prokrastinasi muncul ketika pengalaman negatif atau kecemasan terhadap kegagalan sebelumnya membentuk pola perilaku yang menghindari tugas atau tanggung jawab saat ini, sebuah pola yang bisa dilihat sebagai “mekanisme pertahanan” emosional (Cooke, 2018).

Prokrastinasi, dari sudut pandang *pragmatis*, bukan sekadar penghindaran tugas tetapi lebih sebagai cara individu untuk mengatur atau meminimalkan risiko kegagalan yang diantisipasi, terutama bila pengalaman negatif telah membentuk persepsi mereka terhadap tugas serupa di masa lalu. Dewey menekankan bahwa pengalaman dan refleksi diri adalah komponen utama dalam mengatasi hambatan ini, karena melalui pemaknaan ulang pengalaman, individu dapat melihat tantangan sebagai peluang, bukan ancaman (Koopman & Garside, 2019).

Pragmatisme juga menawarkan bahwa nilai dari tindakan seseorang dinilai bukan hanya dari hasil langsungnya, tetapi dari kontribusinya terhadap pertumbuhan pribadi dan sosial. Menurut pandangan ini, tindakan yang dilakukan seseorang dianggap lebih berharga ketika mendorong perkembangan atau kemajuan pribadi dan berkontribusi pada masyarakat (Koopman & Garside, 2019). Dalam konteks prokrastinasi, refleksi pragmatis memungkinkan individu untuk memahami dan mengubah pandangan mereka tentang tugas atau tantangan yang dihadapi. Dalam pandangan *pragmatisme*, refleksi yang tepat membantu seseorang melihat tugas yang menantang sebagai peluang untuk berkembang, bukan sebagai ancaman. Dengan cara ini, pandangan terhadap tugas yang sulit berubah menjadi lebih positif, yang secara bertahap mengurangi kebiasaan menunda. Ketika individu mengaitkan tugas-tugas ini dengan tujuan jangka panjang atau manfaat praktis, mereka lebih mungkin merasa termotivasi untuk menyelesaikannya. Dalam proses ini, keberanian untuk menghadapi tantangan juga meningkat, sehingga kecenderungan untuk prokrastinasi semakin berkurang.

Secara keseluruhan, penelitian ini memperlihatkan bahwa prokrastinasi tidak semata-mata masalah teknis dalam mengatur waktu, tetapi juga dipengaruhi oleh emosi, pengalaman, dan interaksi sosial yang memengaruhi sikap individu terhadap tugas yang harus diselesaikan. Dengan memahami faktor-faktor ini, pendekatan yang lebih personal dan mendalam dapat diambil untuk membantu individu mengatasi kecenderungan prokrastinasi yang mereka alami.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa prokrastinasi pada mahasiswa lebih dari sekadar masalah manajemen waktu, prokrastinasi adalah respons terhadap pengalaman masa lalu dan persepsi tentang tugas. Dengan menerapkan refleksi diri dan menemukan nilai praktis dalam tugas, mahasiswa dapat merubah pandangan mereka, sehingga kecenderungan untuk menunda berkurang. Pendekatan *pragmatisme* Dewey yang menekankan pentingnya pengalaman nyata dan manfaat praktis menunjukkan bahwa intervensi yang memberikan relevansi praktis pada tugas akademik dapat menjadi solusi efektif dalam mengatasi prokrastinasi di kalangan mahasiswa.

REFERENSI

- Aziz, A., & Rahardjo, P. (2013). Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Psycho Idea*, 61–66.
- Cooke, E. F. (2018). Pragmatism as a Way of Life. *Analysis*, 78(4), 754–766. <https://doi.org/10.1093/analys/any068>
- Darmalaksana, W. (2020). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan. *Pre-Print Digital Library UIN Sunan Gunung Djati Bandung*.
- Dewey, J. (1938). *Experience and Education* (Simon & Schuster (ed.)).
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Fauziah, H. Hanifah. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SGD Bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(105), 123–132. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>
- Ferrari, J. R. (2010). Still Procrastinating: The No Regrets Guide to Getting it Done. In *John Wiley & Sons*.
- Gronda, R. (2014). Nicolas Rescher, Pragmatism. The Restoration of Its Scientific Roots; The Pragmatic Vision. Themes in Philosophical Pragmatism. *European Journal of Pragmatism and American Philosophy*, VI(2). <https://doi.org/10.4000/ejppap.303>
- Gustavson, D. E., Miyake, A., Hewitt, J. K., & Friedman, N. P. (2015). Understanding the cognitive and genetic underpinnings of procrastination: Evidence for shared genetic influences with goal management and executive function abilities. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(6), 1063–1079. <https://doi.org/10.1037/xge0000110>
- Hidayat, M. (2015). Pengaruh Kebiasaan Belajar, Lingkungan Belajar, Dan Dukungan Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Ekonomi Pada Siswa Kelas IX Ips Di Man Bangkalan. *Jurnal Ekonomi Pendidikan Dan Kewirausahaan*, 3(1), 103. <https://doi.org/10.26740/jepk.v3n1.p103-114>
- Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The Relationship Between Procrastination and Academic Performance: A Meta-Analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26–33. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.02.038>
- Koopman, C., & Garside, D. (2019). Transition, Action and Education: Redirecting Pragmatist Philosophy of Education. *Journal of Philosophy of Education*, 53(4), 734–747. <https://doi.org/10.1111/1467-9752.12399>
- Rebetez, M. M. L., Rochat, L., & Van der Linden, M. (2015). Cognitive, emotional, and motivational factors related to procrastination: A cluster analytic approach. *Personality and Individual Differences*, 76, 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.11.044>
- Setiawati, R., & Nurjanah, A. (2024). Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa. *Coution : Journal of Counseling and Education*, 5, 35–46. <https://doi.org/10.47453/coution.v5i1.1328>
- Sirois, F. M. (2014). Procrastination and Stress: Exploring the Role of Self-Compassion. *Self and Identity*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/15298868.2013.763404>
- Sirois, F. M., Stride, C. B., & Pychyl, T. A. (2023). Procrastination and Health: A Longitudinal Test of The Roles of Stress and Health Behaviours. *British Journal of Health Psychology*, 28(3), 860–875. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12658>
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Svartdal, F., Dahl, T. I., Gamst-Klaussen, T., Koppenborg, M., & Klingsieck, K. B. (2020). How Study Environments Foster Academic Procrastination: Overview and Recommendations. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.540910>
- Ulum, M. I. (2016). Strategi Self-Regulated Learning untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 153–170. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.1107>
- Wiranata, R. R. S., Maragustam, M., & Abrori, M. S. (2021). Filsafat Pragmatisme: Meninjau Ulang Inovasi Pendidikan Islam. *Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam*, 9(1), 110–133.

<https://doi.org/10.21274/taalum.2021.9.1.110-133>

- Yan, B., & Zhang, X. (2022). What Research Has Been Conducted on Procrastination? Evidence From a Systematical Bibliometric Analysis. *Frontiers in Psychology*, 13(February), 1–16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.809044>
- Yuni pangestutiani, & Aina Noor Habibah. (2022). Pragmatisme John Dewey. *Jurnal Ilmiah Spiritualis: Jurnal Pemikiran Islam Dan Tasawuf*, 8(1), 108–123. <https://doi.org/10.53429/spiritualis.v8i1.380>
- Zhang, S., Liu, P., & Feng, T. (2019). To do it now or later: The cognitive mechanisms and neural substrates underlying procrastination. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 10(4), 1–20. <https://doi.org/10.1002/wcs.1492>
- Zulfa, F., & Irawan. (2021). Pengembangan Kurikulum Akademik SDIT Miftahul Ulum Subang Berdasarkan Teori Pragmatisme Dewey. *Metodik Didaktik*, 17(1), 66–79. <https://doi.org/10.17509/md.v17i1>