

ABSTRAK

Nurrahman Abdullah (1221040089), 2026: Pemaknaan Zikir Al-Matsurat Sebagai Kontrol Perilaku Prokrastinasi Akademik (Studi Deskriptif Pada Siswa Aktif Ekstrakurikuler Ikatan Remaja Masjid Al-Murabby (IRMA) MAN 1 Kota Bandung).

Penelitian ini berangkat dari fenomena prokrastinasi akademik yang makin menjamur di kalangan siswa, Masalah ini juga ditemui pada beberapa anggota ekstrakurikuler IRMA di MAN 1 Kota Bandung, yang hobi menunda-nunda tugas sekolah sampai mendekati waktu *deadline*, terutama pada tugas susah atau ketagihan *scrolling* hiburan. Fokus utama penelitian ini ada tiga: bagaimana siswa memaknai praktik zikir pagi Al-Ma'tsurat, bagaimana bentuk-bentuk perilaku prokrastinasi akademik yang muncul di kalangan anggota IRMA, serta bagaimana pemaknaan zikir tersebut berperan sebagai kontrol diri terhadap perilaku prokrastinasi akademik.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pemaknaan zikir pagi Al-Ma'tsurat dan bentuk perilaku prokrastinasi akademik pada siswa aktif IRMA di MAN 1 Kota Bandung, serta menganalisis peran pemaknaan zikir tersebut sebagai sarana kontrol diri untuk membentuk perilaku akademik yang lebih disiplin.

Studi ini memadukan teori prokrastinasi akademik Tuckman dengan konsep zikir Al-Ghazali, di mana kebiasaan nunda tugas diposisikan sebagai masalah regulasi diri. Melalui rutinitas dan penghayatan zikir Al-Ma'tsurat, siswa diajak untuk meraih ketenangan batin serta kesadaran spiritual. Keduanya berperan penting dalam menguatkan kontrol emosi dan kognitif, yang pada akhirnya menjadi pendorong dari dalam diri siswa untuk bisa lebih disiplin, tenang, dan fokus dalam menuntaskan tugas sekolah.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif analisis. Data diperoleh melalui teknik wawancara, dan dokumentasi mendalam dengan jumlah informan 9 siswa. Keabsahan data diuji menggunakan teknik *member check* guna mengonfirmasi dan memastikan kebenaran data yang diperoleh dari para informan. Kemudian data dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

penelitian menunjukkan bahwa pemaknaan zikir pagi *Al-Ma'tsurat* pada siswa aktif IRMA berkembang dari sekadar rutinitas formal keagamaan menjadi kesadaran spiritual, perisai batin, serta media penenang jiwa (*at-thuma'ninah*). bentuk prokrastinasi akademik yang kerap muncul meliputi kecenderungan menunda awal pengerjaan tugas, mengerjakan tugas di menit-menit terakhir, hingga mengabaikan jadwal belajar yang telah disusun. Dalam kondisi tersebut, pemaknaan zikir *Al-Ma'tsurat* terbukti berperan efektif sebagai koping religius positif sekaligus mekanisme kontrol perilaku dalam mereduksi penundaan tugas. Implikasi spiritual dari amalan ini membantu siswa mengelola stres emosional, meningkatkan kestabilan fokus, serta memperkuat kontrol diri (*self-regulation*). Ketenangan pikiran yang diperoleh dari zikir pada akhirnya berhasil menekan dorongan impulsif untuk menunda, sekaligus mengarahkan niat akademik siswa menjadi tindakan nyata yang lebih disiplin dan bertanggung jawab.