

Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan)

Abdul Saman

Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar

Email: abdulsaman72@gmail.com

(Diterima: 21-April-2017; direvisi: 10-November-2017; dipublikasikan: 27-Desember-2017)

Abstract. This study aims to examine students' academic procrastination. The approach used is a quantitative approach with descriptive research type. The study variable is the student's academic procrastination by measuring aspects of delay for initiating and completing tasks, delays in tasks, time gaps between actual plans and performance, and performing more enjoyable activities. The higher the score obtained the higher the frequency of students in doing academic procrastination, and vice versa. Sampling using simple random sampling technique with a sample of 230 people from a total population of 349 people. Technique of collecting data is done through three characteristic that is stimulus, psychology attribute and response then data analyzed with descriptive analytical technique. Based on the result of the research shows that the level of academic procrastination of the students of Faculty of Education Universitas Negeri Makassar is 0 people in very high category, 25 people are in high category, 84 people are in medium category, 99 people are in low category, and 22 people are in very low category. These results indicate that the level of postponing behavior of students for MARPs is low.

Keywords: Procrastination; academic; and student.

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji prokrastinasi akademik mahasiswa. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Variabel kajian adalah prokrastinasi akademik mahasiswa dengan mengukur aspek penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Semakin tinggi skor yang diperoleh semakin tinggi frekuensi mahasiswa dalam melakukan prokrastinasi akademik, begitu pula sebaliknya. Pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling dengan jumlah sampel 230 orang dari total populasi 349 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tiga karakteristik yakni stimulus, atribut psikologi dan respon kemudian data dianalisis dengan teknik analisis deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (PPB) Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar adalah 0 orang berada pada kategori sangat tinggi, 25 orang berada pada kategori tinggi, 84 orang berada pada kategori sedang, 99 orang berada pada kategori rendah, dan 22 orang berada pada kategori sangat rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat perilaku menunda pekerjaan bagi mahasiswa PPB tergolong rendah.

Keywords: Prokrastinasi; akademik; dan mahasiswa.

Copyright © 2017 Universitas Negeri Makassar. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

PENDAHULUAN

Mahasiswa sebagai bagian dari institusi pendidikan dituntut untuk mampu mengembangkan berbagai potensi diri secara optimal, mereka selalu dihadapkan pada tugas-tugas, baik yang bersifat akademik maupun non akademik. Mahasiswa dituntut untuk dapat memenuhi tugas-tugasnya tersebut. Dalam kenyataannya, mahasiswa seringkali menghadapi tugas-tugasnya tersebut muncul rasa enggan atau malas untuk mengerjakannya. Rasa enggan tersebut berasal dari kondisi psikologis yang dialaminya dan mendorongnya untuk menghindari tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan. Gejala dari perilaku ini dapat disebut sebagai prokrastinasi. Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan pekerjaan secara keseluruhan, tetapi melakukan aktivitas lain yang tidak berguna (Azar, 2013).

Kemampuan mengatur waktu secara tepat ini tidak dimiliki oleh semua mahasiswa, Djamarah (2002) mengemukakan bahwa banyak mahasiswa yang mengeluh karena tidak dapat membagi waktu kapan harus memulai dan mengerjakan sesuatu sehingga waktu yang seharusnya dapat bermanfaat terbuang dengan percuma. Adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai mengerjakan tugas kuliah merupakan suatu indikasi dari perilaku menunda dan kelalaian dalam mengatur waktu dan merupakan faktor penting yang menyebabkan individu menunda dalam melakukan dan menyelesaikan tugas.

Hasil penelitian Prawitasari (2012) pada mahasiswa angkatan 2001 sampai dengan 2007 terhadap 1.502 wisudawan di salah satu perguruan tinggi yang ada di Jawa Timur menunjukkan bahwa 938 wisudawan menyelesaikan skripsi pada bulan terakhir pendaftaran wisuda. Tidak kurang dari 83% wisudawan tergolong lambat dalam penyelesaian skripsi. Salah satu penyebab keterlambatan dalam menyelesaikan skripsi dikarenakan adanya perilaku menunda-nunda dalam area akademik atau yang dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Yong (Rahardjo, Juneman & Setiani, 2013) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik dapat ditemukan dikalangan mahasiswa, baik mahasiswa dari lembaga publik maupun mahasiswa dari lembaga swasta.

Lee (2005) mengemukakan bahwa mahasiswa kadang lupa waktu ketika melakukan suatu kegiatan, termasuk dalam kegiatan keorganisasian. Oleh karena itu, mahasiswa harus pandai mengatur waktu agar tidak menjadi seorang prokrastinator. Ellis dan Knaus (Rumiani, 2006) menambahkan bahwa penelitian tentang prokrastinasi pada awalnya banyak dilakukan dilingkungan akademik, yaitu kurang lebih 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi.

Hasil penelitian Bruno (Triana, 2013) menunjukkan bahwa sekitar 60% mahasiswa mengalami prokrastinasi, bahkan perilaku tersebut telah dianggap sebagai kebiasaan dalam kehidupan mahasiswa. Penelitian Ellis dan Knaus (Steel, 2007) juga menunjukkan bahwa 80% - 95% dari mahasiswa terlibat dalam perilaku prokrastinasi dan hampir 50% mahasiswa melakukan prokrastinasi secara konsisten. Konsekuensi dari prokrastinasi akademik adalah meningkatkan kecemasan dalam menghadapi ujian, kegagalan untuk memenuhi tenggan waktu pengumpulan tugas, kemampuan menulis yang buruk, nilai yang lebih rendah, dan buruknya persiapan ketika menghadapi ujian (DeBruin dan Rudnick, 2007)

Rosario dkk. (2009) mengemukakan bahwa ketidakmampuan mengelola dan memanfaatkan waktu merupakan salah satu ciri dari prokrastinasi akademik. Beberapa ahli memaknai penunda-nundaan secara negatif dan penuh pesimisme, dengan menganggapnya sebagai suatu gangguan yang menetap dan tidak dapat dihilangkan, melainkan hanya diturunkan sampai batas "normal". Sisi lain, beberapa ahli memiliki optimisme lebih tinggi dengan menganggap penunda-nundaan sebagai suatu penyimpangan yang dapat diatasi dengan mudah melalui perubahan perilaku, pemikiran (kognitif), dan motivasi (Prawitasari, 2012).

Gejala prokrastinasi akademik ini juga dialami oleh mahasiswa jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar. Hal ini ditandai dengan masih adanya mahasiswa yang melewati masa studi yang telah ditentukan. Pada kurikulum program strata satu (S.1) Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan disiapkan 144 – 150 beban SKS yang harus ditempuh untuk memperoleh gelar sarjana. Keseluruhan beban SKS tersebut disebar ke dalam delapan semester (empat tahun). Tetapi pada kenyataannya masih

banyak mahasiswa yang melewati masa studi empat tahun tersebut, meskipun memang masa penyelesaian studi mahasiswa dimungkinkan sampai tujuh tahun berdasarkan peraturan menteri riset, teknologi, dan pendidikan tinggi Republik Indonesia nomor 44 tahun 2015 tentang standar nasional pendidikan tinggi.

Hasil survei menunjukkan rata-rata penyelesaian studi mahasiswa jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan berkisar 4,7 tahun (sumber: BAAK, 2016). Hal ini diduga diakibatkan oleh perilaku mahasiswa yang suka menunda-nunda mengerjakan tugas terutama tugas akhir. Dalam psikologi kecenderungan menunda-nunda tugas akademik ini disebut prokrastinasi akademik.

Rahardjo, Juneman, dan Setiani (2013) menambahkan bahwa mahasiswa memiliki banyak tugas dan aktivitas perkuliahan yang harus dilakukan terkait dengan pencapaian kompetensi akademik yang diperlukan oleh mereka. Tugas-tugas perkuliahan tersebut memiliki berbagai tingkat kesulitan, hingga dapat membuat mahasiswa menjadi malas-malasan dan cenderung untuk menunda menyelesaikan tugas.

Glenn (Ghufron dan Risnawita, 2011) mengemukakan bahwa 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. Satiadarma (2005) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik adalah kegagalan menyelesaikan tugas akademik hingga batas waktu terakhir untuk

Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ghufron dan Risnawita, 2011)

Penundaan yang dilakukan sebenarnya tidak perlu terjadi. Melalui hal tersebut, mereka mencoba mengatakan bahwa prokrastinasi adalah tingkahlaku yang dilakukan untuk menghindari sesuatu, dan bukan tingkahlaku yang terjadi dikarenakan tidak tersedianya waktu. Penundaan ini telah menjadi suatu kebiasaan yang dilakukan individu tersebut. Kebiasaan tersebut dapat berarti ada faktor-faktor dalam diri individu yang mendorongnya untuk melakukan prokrastinasi. Hal ini menunjukkan adanya konsistensi dari individu untuk melakukan prokrastinasi atas alasan tertentu (Harriot dan Ferrari, 1996).

Berdasarkan alasan-alasan tersebut, Harriot dan Ferrari (1996) membagi prokrastinasi

menjadi dua bagian yaitu: (1) *Functionalprocrastination*, yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat. (2) *Disfunctionalprocrastination*, yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek dan menimbulkan masalah.

Dari *disfunctionalprocrastination*, Harriot dan Ferrari (1996) membagi kembali menjadi dua bentuk prokrastinasi berdasarkan tujuan individu melakukan prokrastinasi yaitu *decisionalprocrastination* dan *avoidanceprocrastination*. *Decisionalprocrastination* adalah suatu penundaan dalam mengambil keputusan. Bentuk prokrastinasi ini merupakan sebuah anteseden kognitif dalam menunda untuk mulai melakukan suatu kerja dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stress. Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu, sehingga akhirnya seorang menunda untuk memutuskan masalah. *Decisionalprocrastination* berhubungan dengan kelupaan, kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat inteligensi seseorang. *Avoidanceprocrastination* atau *Behavioralprocrastination* adalah suatu penundaan dalam perilaku yang terlihat. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan yang akan datang. *Avoidanceprocrastination* berhubungan dengan tipe *selfpresentation*, keinginan untuk menjauhkan dari tugas yang menantang, dan impulsiveness.

Jadi dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan alasan dari penundaan, yaitu *disfungsionalprocrastination* dan *fungsionalprocrastination*. *Disfungsionalprocrastination* merupakan penundaan yang tidak bertujuan dan merugikan. Sementara *fungsionalprocrastination* adalah penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan. Bahkan, berguna untuk melakukan suatu upaya konstruktif agar suatu tugas dapat diselesaikan dengan baik. Pada akhirnya, pengertian prokrastinasi dibatasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas, dengan jenis

disfungsional procrastination, yaitu penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting. Penundaan tersebut tidak bertujuan dan dapat menimbulkan akibat yang negatif baik yang kategori *decisional procrastination* atau *avoidance procrastination*.

Ferrari, dkk (Ghufron dan Risnawita, 2011) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu: (1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas. (2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. (3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan (4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Penelitian ini menggunakan variabel tunggal yaitu perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Prokrastinasi akademik adalah penundaan tugas akademik yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak penting. Prokrastinasi akademik akan diukur dengan menggunakan skala prokrastinasi akademik yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan pada ciri-ciri prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrari, dkk (Ghufron dan Risnawita, 2011) yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi frekuensi mahasiswa dalam melakukan prokrastinasi akademik dan begitupun sebaliknya, jika semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah frekuensi mahasiswa dalam melakukan prokrastinasi akademik.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar yang masih berstatus aktif. Sebaran

populasi dimulai dari angkatan 2010-2015 dengan jumlah populasi sebanyak 349

Sampel penelitian ini adalah representasi dari populasi mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang diambil melalui teknik *simple random sampling*. Jumlah sampel penelitian yang akan disertakan dalam penelitian ini adalah sejumlah 230 orang. Hal tersebut berdasarkan tabel Formula empiris oleh Isaac dan Michael (Sukardi, 2009), jika populasi berjumlah 349 orang maka sampel minimal dalam tabel Formula empiris berjumlah 225 orang, dalam penelitian ini digenapkan menjadi 230 orang.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala yang disusun berdasarkan karakteristik skala dari Azwar (2006), yaitu: (1) Stimulus terdiri dari pernyataan atau pertanyaan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur, melainkan menjadi indikator-indikator perilaku dari atribut tersebut. (2) Atribut psikologi akan diungkap secara tidak langsung melalui indikator-indikator perilaku yang diterjemahkan ke dalam bentuk aitem-aitem dan (3) Respon yang diberikan subjek tidak dikatakan sebagai jawaban benar atau salah.

Penelitian ini menggunakan skala prokrastinasi akademik. Skala prokrastinasi akademik disusun berdasarkan pada ciri-ciri prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrari (Ghufron dan Risnawita, 2011). Pernyataan-pernyataan pada skala dibagi menjadi dua kategori yaitu bersikap mendukung (*favorable*) dan yang tidak mendukung (*unfavorable*). Dengan penilaian bergerak dari empat sampai satu untuk *favorable*, yaitu Sangat Setuju (SS) diskor empat, Setuju (S) diskor tiga, Tidak Setuju (TS) diskor dua, Sangat Tidak Setuju (STS) diskor satu, sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* bergerak dari satu sampai empat, yaitu Sangat Setuju (SS) diskor satu, Setuju (S) diskor dua, Tidak Setuju (TS) diskor tiga, Sangat Tidak Setuju (STS) diskor empat.

Untuk mengetahui keandalan alat ukur penelitian akan dilakukan pengujian reliabilitas. Realibilitas skala dalam penelitian ini akan dihitung dengan menggunakan teknik *Formula AlphaCronbach* dan dengan bantuan program *SPSS16.0.for Windows*. Untuk menginterpretasikan derajat reliabilitas dalam skala penelitian ini dengan menggunakan teori yang dikemukakan oleh Guilford (1956), yaitu:

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis

deskriptif. Sugiyono (2008) menyatakan bahwa analisis deskriptif merupakan statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana mestinya, tanpa bermaksud menggeneralisasikan kesimpulan tersebut. Hasil analisis deskriptif data prokrastinasi akademik, dikonversikan ke dalam lima kategori yaitu, sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa diperoleh dari hasil respon atau jawaban subjek penelitian terhadap skala yang diberikan menunjukkan hasil bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar rata-rata skor berada pada kategori rendah dengan presentasi masing-masing tingkatan sebagai berikut: 0 orang (0%) berada pada kategori sangat tinggi, 25 orang (10,87%) berada pada kategori tinggi, 84 orang (36,52%) berada pada kategori sedang, 99 orang (43,04%) berada pada kategori rendah, dan 22 orang (9,57%) berada pada kategori sangat rendah.

Adapun hasil secara rinci yang ditinjau berdasarkan aspek adalah sebagai berikut :

(1).Aspek penundaan adalah 0 orang (0%) berada pada kategori sangat tinggi, 36 orang (15,65%) berada pada kategori tinggi, 88 orang (38,26%) berada pada kategori sedang, 95 orang (41,30%) berada pada kategori rendah, dan 11 orang (4,78%) berada pada kategori sangat rendah.

(2). Aspek kelambanan adalah 2 orang (0,86%) berada pada kategori sangat tinggi, 78 orang (33,91%) berada pada kategori tinggi, 95 orang (41,30%) berada pada kategori sedang, 52 orang (22,60%) berada pada kategori rendah, dan 3 orang (1,30%) berada pada kategori sangat rendah.

(3). Aspek kesenjangan mengerjakan tugas adalah 1 orang (0,43%) berada pada kategori sangat tinggi, 25 orang (10,86%) berada pada kategori tinggi, 84 orang (36,52%) berada pada kategori sedang, 99 orang (43,04%) berada pada kategori rendah dan 22 orang (9,56%) berada pada kategori sangat rendah.

(4).aspek melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan adalah 1 orang (0,43%) berada pada kategori sangat tinggi, 10 orang (4,34%) beada pada kategori tinggi, 53 orang (23,04%)

kategori sedang, 123 orang (53,47%) kategori rendah, dan 43 orang (18,69% kategori sangat rendah.

Prokratinasi akademik bukanlah hal baru di kalangan mahasiswa. Beberapa penelitian sebelumnya menemukan bahwa masih banyak mahasiswa yang mengalami perilaku tersebut. Namun hasil dari temuan peneliti, bahwa mahasiswa PPB FIP UNM memiliki kepedulian terhadap tanggung jawab sebagai mahasiswa. Hal ini dibuktikan dengan presentasi kecenderungan untuk menunda pekerjaan masih tergolong rendah. Regulasi dari jurusan ataupun dosen pengampuh kuliah menjadi penentu sehingga mahasiswa PPB FIP UNM memiliki perilaku prokratinasi akademik yang rendah. Standarisasi yang diberikan dalam pengerjaan tugas, membuat mahasiswa dalam mengerjakan tugasnya tidak asal jadi. Hal ini sejalan dengan teori Harriot dan Ferrari (1996) tentang pengertian dari Prokarstinasi functional, yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

Selain itu, tidak dapat dipungkiri beberapa data menunjukkan bahwa mahasiswa PPB UNM sebagian juga mengalami masalah sehingga ada responden yang terjebak dalam perilaku prokrastinasi akademik. olehnya itu, untuk mengetahui lebih rinci mengenai perilaku prokrastinasi akademik dari mahasiswa PPB UNM akan dibahas secara rinci dalam beberapa aspek sebagai berikut:

Aspek penundaan ditinjau berdasarkan kecenderungan responden dalam hal menunda untuk memulai dan mengakhiri tugas akademik. Merunut pada hasil penelitian yang diperoleh, sebagian besar responden cenderung menunda untuk memulai mengerjakan tugas dengan alasan perihal berbagai pertimbangan prioritas lain dari responden. Meskipun demikian, responden menyadari penuh bahwa tugas akademik penting dan akan langsung mulai untuk mengerjakan tugas tersebut untuk bisa segera dikumpulkan. Sementara itu, sulitnya menemukan ide-ide dan referensi untuk memulai mengerjakan tugas akademik, bukan menjadi alasan untuk menunda menyelesaikan tugas bahkan responden membiasakan diri untuk mengerjakan tugas tersebut tepat waktu.

Dari sisi perencanaan, mayoritas responden mengatur rencana hidup sebagai dan berprinsip tidak mengikuti arus. Hal ini mengindikasikan bahwa responden telah

merancang waktu untuk setiap penyelesaian tugas akademik mereka. Bahkan, dalam hal merapikan catatan perkuliahan, responden cenderung untuk tidak menundanya meskipun masih terdapat waktu luang sebelum ujian akhir.

Data dari responden juga menunjukkan bahwa ketika tugas kuliah diberikan, maka responden lebih memilih untuk memulai mengerjakan tugas dengan tepat waktu karena responden merasa bahwa tugas kuliah yang diberikan oleh dosen sangat penting akan kebermanfaatannya dalam bidang ilmu yang sedang diampuh.

Perilaku dengan kecenderungan untuk tidak menunda pekerjaan karena didukung oleh kebiasaan responden dalam menyusun dan merapikan catatan perkuliahan sehingga ketika responden diberikan tugas perkuliahan maka dengan mudah dalam mengerjakannya karena masing-masing mereka memiliki catatan perkuliahan yang rapi. Selain itu kebiasaan yang menunjang untuk tidak melakukan perilaku prokrastinasi akademik adalah kemampuan responden dalam melakukan perencanaan skala prioritas kegiatan, sehingga arus dari tujuan perkuliahan terarah dengan baik.

Kelambanan dalam mengerjakan tugas menunjukkan hasil dengan presentasi prokrastinasi akademik dalam kategori sedang 41,3% dan kategori tinggi dengan presentasi 33,91. Melihat sajian data presentasi di atas dapat mengindikasikan bahwa perilaku prokrastinasi cenderung disebabkan oleh kelambanan dalam mengerjakan tugas.

Aspek kelambanan adalah aspek yang paling tinggi dalam prokrastinasi akademik responden. Berdasarkan data yang diperoleh dari responden, menunjukan perilaku responden yang berleha-leha dalam mengerjakan tugas kuliah. Anggapan responden bahwa alokasi waktu yang diberikan masih cukup banyak, sehingga responden memilih untuk menunda mengerjakan.

Semestinya tugas yang diberikan bisa dikerjakan dalam satu hari menjadi molor beberapa hari. Hal ini dikarenakan kebiasaan buruk untuk memulai mengerjakan. Selain itu, banyaknya tugas yang dimiliki oleh mahasiswa menjadi penyebab responden lamban dalam mengerjakan tugasnya, sehingga mereka kelambanan dalam memulai mengerjakan tugas.

Meskipun demikian responden menyadari bahwa tugas itu yang diberikan oleh dosen sesegara mungkin diselesaikan, sehingga sebagian dari responden memilih untuk mengerjakan tugas lebih awal sehingga tugas

kuliah tidak bertumpuk. Kesulitan utama responden berdasarkan pengakuannya adalah mereka sulit dalam memulai, namun ketika telah memulai mengerjakan mereka merasa menikmati, apalagi ketika mereka mampu menyelesaikan tugas lebih cepat dari orang lain, mereka merasa mendapatkan kepuasan tersendiri.

Kesenjangan mengerjakan tugas.

Prokrastinasi ditinjau dari aspek kesenjangan waktu antara rencana mengerjakan tugas dan kinerja aktual diperoleh data sebagai berikut, 1 orang (0,43%) berada pada kategori sangat tinggi, 25 orang (10,86%) berada pada kategori tinggi, 84 orang (36,52%) berada pada kategori sedang, 99 orang (43,04%) berada pada kategori rendah dan 22 orang (9,56%) berada pada kategori sangat rendah.

Berdasar dari data di atas terdapat beberapa responden yang mengalami kesulitan dalam mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas yang diberikan, bahkan beberapa dari responden tidak mampu untuk mengumpulkan tugas sesuai tenggang waktu yang ditentukan. Responden sadar dan mengakui bahwa mereka sering tergesa-gesa dalam menyelesaikan tugas kuliah karena mereka tidak mengikuti jadwal kuliah yang ada.

Hasil dari responden juga menunjukkan bahwa perilaku mengerjakan tugas kuliah menggunakan sistem kebut atau biasa disebut sebagai *deadliner* yakni mengerjakan tugas pada masa akhir penyelesaian. Perilaku *deadliner* pada mahasiswa akan berdampak pada kualitas dari hasil tugas yang diberikan.

Banyak tugas revisi atau perbaikan ulang tugas dikarenakan kebiasaan responden yang mengerjakan tugas dengan tergesa-gesa. Perilaku ini membuat responden membutuhkan waktu tambahan lagi untuk menyempurnakan revisi tugas yang diberikan, sehingga waktu pengumpulan tugas tidak terjadwal sebagai mana mestinya, hal inilah memicu perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa PPB FIP UNM.

Meskipun demikian, perilaku prokrastinasi ditinjau dari aspek ini, tergolong rendah, perilaku *deadliner* mahasiswa PPB UNM tergolong rendah karena sebagian besar responden memiliki kepedulian penuh untuk dapat menyelesaikan tugas kuliah. Selain itu, responden juga mengakui bahwa ketika perkuliahan telah usai, mereka sedapat mungkin untuk melengkapi catatan perkuliahan.

Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan. Peninjauan perilaku prokrastinasi akademik dari aspek melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik adalah 1 orang (0,43%) berada pada kategori sangat tinggi, 10 orang (4,34%) berada pada kategori tinggi, 53 orang (23,04%) kategori sedang, 123 orang (53,47%) kategori rendah, dan 43 orang (18,69%) kategori sangat rendah.

Prokrastinator biasanya sering menghabiskan waktu luang untuk kegiatan yang tidak produktif seperti menonton TV, bersosialmedia, atau sekadar *hunting* bersama teman-teman yang tidak mendatangkan manfaat dibandingkan mengerjakan tugas.

Berdasarkan data yang didapatkan dari penelitian tingkat kecenderungan prokrastinasi untuk melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan tergolong rendah. Namun beberapa responden berada dalam kategori sangat tinggi dan tinggi. Hal ini dikarenakan, ketika mengerjakan tugas, sesekali responden membuka sosial media sembari mengerjakan tugas kuliah, sehingga fokus mereka terbagi.

Namun sebagian besar responden memilih untuk tetap mengerjakan tugas kuliah hingga selesai. Responden lebih memilih untuk menyelesaikan tugas kuliah dibandingkan untuk melakukan aktivitas yang menyenangkan seperti, pergi ke bioskop, menonton TV dan lain-lain. Kepedulian mahasiswa PPB FIP UNM terhadap akademik sangat tinggi. Hal ini disebabkan sebagian besar responden berasal dari luar kota, bahkan ada yang dari pedalaman, sehingga beban moral lebih besar terhadap keluarga di kampung halaman apabila tidak mampu menyelesaikan tugas dengan baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar secara umum berada pada kategori rendah.

Hasil penelitian prokrastinasi ditinjau dari aspek ditemukan hasil sebagai berikut: (1) Aspek penundaan berada pada kategori rendah, (2) Aspek kelambanan berada pada kategori sedang, (3) Aspek kesenjangan mengerjakan tugas berada pada kategori rendah, dan (4) Aspek

melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan berada kategori rendah.

Sebagai suatu kajian ilmiah dalam bentuk penelitian prokrastinasi akademik bagi mahasiswa, maka kesimpulan yang ditarik mempunyai implikasi dan saran dalam menghindari perilaku prokrastinasi akademik dan menghindari diri dari dampak buruk perilaku tersebut. Untuk itu perlu adanya upaya-upaya yang harus dilakukan di antaranya sebagai berikut : (1) Bagi lembaga diperlukan lingkungan kampus yang mendukung mahasiswa dan dosen agar suasana belajar lebih kondusif dan nyaman dengan fasilitas sarana dan prasarana pendukung sehingga proses belajar mengajar efisien. (2) Bagi dosen agar memberikan tenggang waktu dalam penyelesaian tugas, karena berdasarkan hasil penelitian bahwa prokrastinasi akademik terjadi paling tinggi disebabkan dalam aspek kelambanan, sehingga dengan pemberian jadwal yang ketat dapat membuat mahasiswa lebih fokus dan terarah. (3) Bagi mahasiswa agar meningkatkan kualitas akademiknya dengan tidak membiaskan diri menunda pekerjaan, serta melatih kemampuan menegerial waktu antara organisasi dan aktifitas akademik dengan pertimbangan skala prioritas agar mahasiswa memiliki skill tanpa meninggalkan tugas dan tanggung jawabnya sebagai mahasiswa dan (4) Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian tentang prokrastinasi akademik diharapkan dapat mengkaji hasil penelitian ini dan mengembangkan agar harapan ke depan perilaku prokrastinasi akademik disunfngsional dapat terhindarkan.

DAFTAR RUJUKAN

- Azar, F. S. (2013). Self Efficacy, Achievement Motivation, and Academic Procrstination as Predictors of Academic Performance. *US-China Education Review*, 3, 11, 847-857. ISSN 2161-6248.
- Azwar, S. (2006). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Jaya.
- Azwar, S. (2007). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- DeBruin, G.P. & Rudnock, H. (2007). Examining the cheats: The role of conscientiousness and excitement

- seeking in *academic* dishonesty. *South African Journal of Psychology*, 37(1), 153–164.
- Djamarah, S. B. (2002). *Rahasia Sukses Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ghufron, M.N., & Risnawita. R.(2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Harriot, J. &Ferrari, J. R. (1996). Prevalence of Procrastination Among Samples of Adults. *Psychological Reports*, 78, 611-616.
- Lee, E. (2005). The Relationship of Motivation and Flow Experience to Academic Procrastination in University Students, *the journal of genetic psychology* Vol. 166, pg 5 ,19 pgs.
- Prawitasari, E. J. (2012). *Psikologi Terapan. Melintas batas disiplin ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Rahardjo, W., Juneman & Setiani, Y. (2013). Computer Anxiety, Academic Stress, and Academic Procrastination on College Students. *Journal of Education and Learning*, Vol.7 (3) 147-152.
- Rosario, P., Costa, M., Nunez, J.C., Gonzales-Pienda, J., Solano, P., &Valle, A. (2009). Academic Procrastination: Associations with Personal, School, and Family Variables. *The Spanish Journal of Psychology*, Vol. 12, No. 1, 118-127.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang* Vol.3, No. 2. (h.37-48).
- Satiadarma, M. P. (2005). Self-Handicapping dan Prokrastinasi dalam Dunia Pendidikan. *Journal Provitae*. No 2: 35-47.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, Vol. 133, No. 1, 65–94.
- Sukardi. (2009). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sugiyono. (2008). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Triana, K. A. (2103). Hubungan antara orientasi masa depan dengan prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa fakultas ilmu sosial dan ilmu politik (*fisipol*) Universitas Mulawarman Samarinda, *e Journal Psikologi*, 1(3), 280-291.