

PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA DALAM PENYELESAIAN SKRIPSI DI PRODI PENDIDIKAN IPS UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA ANGGKATAN 2017 – 2018

Aditya Rahman¹

¹Program Studi Pendidikan IPS, FIS, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

E-mail: adtrahman25@gmail.com

Abstract

This study aims to: (1) Describe academic procrastination in completing thesis for Social Sciences Education Study Program students, Jakarta State University class of 2017 – 2018, (2) Describe the factors that cause academic procrastination in completing thesis for Social Science Education Study Program students, Jakarta State University class of 2017 – 2018. This research was conducted in Building K, Social Sciences Education Study Program, Faculty of Social Sciences, Jakarta State University. The research method used is qualitative. Data collection techniques through observation, questionnaires, interviews, documentation, and literature studies. The subjects in this study were 10 respondents. The results of this study indicate that: (1) Student academic procrastination behaviour in the completion of thesis can be seen from several aspects such as perceived time, intention-action gap, emotional distress, and perceived ability. In this study, most students delay in the form of dysfunctional procrastination. (2) Internal factors that encourage students to carry out academic procrastination in completing their thesis are physical conditions and psychological conditions which consist of; intrinsic motivation, self-regulation, self-efficacy, and self-awareness. Then the external factors that encourage students to carry out academic procrastination in completing thesis are parents upbringing, environmental conditions, work, friends, and organization.

Keywords: Academic Procrastination, Students, Procrastination, Thesis

Abstrak

Penelitian ini bertujuan: (1) Mendeskripsikan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa Prodi Pendidikan IPS Universitas Negeri Jakarta angkatan 2017 – 2018, (2) Mendeskripsikan faktor penyebab prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa Prodi Pendidikan IPS Universitas Negeri Jakarta angkatan 2017 – 2018. Penelitian ini dilakukan di Gedung K, Prodi Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif. Teknik pengumpulan data melalui observasi, kuesioner, wawancara, dokumentasi, dan studi kepustakaan. Subjek dalam penelitian ini terdapat 10 orang responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa dalam penyelesaian skripsi dapat terlihat dari beberapa aspek seperti perceived time, intention-action gap, emotional distress, dan perceived ability. Dalam penelitian ini, mayoritas mahasiswa melakukan penundaan dalam bentuk *dysfunctional procrastination*. (2) Faktor internal yang mendorong mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi adalah kondisi fisik dan kondisi psikologis yang terdiri dari; motivasi intrinsik, regulasi diri, efikasi diri, dan kesadaran diri. Kemudian faktor eksternal yang mendorong mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi adalah pola asuh orang tua, kondisi lingkungan, pekerjaan, teman, dan organisasi.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa, Penundaan, Skripsi

PENDAHULUAN

Setelah menempuh SKS yang telah ditentukan, mahasiswa diwajibkan untuk membuat sebuah karya akhir sebagai persyaratan untuk menyelesaikan studinya.

Pada jenjang sarjana, karya akhir yang harus dibuat oleh mahasiswa adalah skripsi. Skripsi menjadi salah satu bukti kemampuan akademik dari mahasiswa. Akan tetapi untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu atau tidaknya sangat

bergantung pada mahasiswa itu sendiri. Itu semua ditentukan dari tekad dan kemauan yang ada dalam diri mahasiswa.

Pada masa kuliah mahasiswa akan dihadapkan oleh berbagai kewajiban yang harus dipenuhi, seperti mengumpulkan tugas kuliah, memenuhi standar nilai kelulusan dan kewajiban tersebut akan menjadi tantangan yang diberikan kepada mahasiswa. Selain itu, sebagian mahasiswa sering kali mengikuti berbagai organisasi yang ada seperti organisasi mahasiswa (Ormawa) ataupun organisasi pemerintahan mahasiswa (Opmawa). Sering kali hal tersebut membuat mahasiswa kesulitan untuk membagi waktu antara organisasi dengan perkuliahan khususnya dalam menyelesaikan skripsi. Kondisi tersebut sejalan dengan hasil penelitian Basuki dalam (Haryanti, 2020) dimana mahasiswa yang aktif dalam kegiatan organisasi kampus cenderung mengalami konflik antar peran (*inter – role conflict*) karena tidak bisa membagi waktu antara kuliah dan organisasi sehingga akan mempengaruhi nilai akademik dan konsentrasi kuliahnya. Selain organisasi, terdapat sebagian mahasiswa yang bekerja paruh waktu (*part time*) di sela waktu perkuliahan sehingga waktu yang dimiliki mahasiswa tersebut terbagi. Hal tersebut akan menjadi kendala bagi mahasiswa tingkat akhir dalam mengerjakan skripsi.

Kendala yang dialami mahasiswa tingkat akhir dalam mengerjakan skripsi semakin bertambah ketika pandemi *Covid-19* melanda Indonesia. Selama masa pandemi, seluruh kegiatan perkuliahan di Universitas Negeri Jakarta dilaksanakan secara daring atau pembelajaran jarak jauh dengan menggunakan *Microsoft Teams*,

Zoom, *Google Classroom*, atau platform lainnya.

Pelaksanaan pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi menyebabkan kurang kondusifnya lingkungan pembelajaran mahasiswa tingkat akhir yang membutuhkan bimbingan intensif dengan dosen dan interaksi positif dengan sesama mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa tingkat akhir yang semula sudah merencanakan target untuk seminar proposal, pengambilan data, sidang skripsi, dan target kelulusan pada akhirnya harus terhambat dikarenakan akses untuk menjangkau lokasi penelitian ditutup sebagai akibat dari kebijakan *physical distancing* sehingga mengalami keterbatasan gerak dalam pengambilan data dan pencarian sumber referensi penulisan skripsi (Khoirunnisa et al., 2021).

Jika tidak segera ditangani, dampak tersebut memungkinkan mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi akan melakukan penundaan terhadap pengerjaan skripsi yang telah diprogram di awal semester ketika mengisi Kartu Rencana Studi (KRS). Dengan adanya berbagai kendala tersebut menyebabkan penundaan pengerjaan skripsi oleh mahasiswa tingkat akhir yang dapat dikategorikan sebagai prokrastinasi akademik.

Solomon dan Rothblum (Solomon & Rothblum, 1984) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai suatu penundaan dalam menyelesaikan tugas akademik, seperti menunda mengerjakan latihan soal, menunda mencari berbagai referensi untuk keperluan pembuatan makalah, menunda untuk mengurus keperluan administrasi terkait dengan sekolah. Pychyl juga berpendapat bahwa

prokrastinasi merupakan suatu perilaku dimana individu seharusnya dapat mengerjakan tugas di waktu itu, akan tetapi individu memilih untuk mengerjakan di lain waktu dengan mengganti waktu yang seharusnya dipergunakan untuk mengerjakan tugas dengan sesuatu yang membawa kesenangan seperti bermain (Pychyl et al., 2000).

Prokrastinasi akademik terjadi pada mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS Universitas Negeri Jakarta. Tidak sedikit mahasiswa yang mengalami hambatan dalam penyelesaian skripsi yang menyebabkan mahasiswa tertunda dalam mencapai kelulusan. Berdasarkan data yang diperoleh dari admin Program Studi Pendidikan IPS UNJ, sampai saat ini masih terdapat 27 mahasiswa angkatan 2017 – 2018 yang belum menyelesaikan studinya walaupun telah mengikuti Seminar Persiapan Skripsi (SPS) dengan rincian 5 mahasiswa angkatan 2017 dan 22 mahasiswa angkatan 2018.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini yaitu (1) Bagaimana Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Prodi Pendidikan IPS Angkatan 2017 – 2018 Universitas Negeri Jakarta; dan (2) Apakah Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Prodi Pendidikan IPS Angkatan 2017 – 2018 Universitas Negeri Jakarta.

Tujuan yang ingin dicapai dari diadakannya penelitian ini adalah (1) Untuk mendeskripsikan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada

mahasiswa Prodi Pendidikan IPS angkatan 2017 – 2018 Universitas Negeri Jakarta, dan (2) Untuk mendeskripsikan faktor penyebab prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa Prodi Pendidikan IPS angkatan 2017 – 2018 Universitas Negeri Jakarta.

METODOLOGI

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Sugiyono menyatakan bahwa metode deskriptif adalah metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu hasil penelitian tetapi tidak digunakan untuk membuat kesimpulan yang luas (Sugiyono, 2005). Jenis penelitian deskriptif menggambarkan kondisi apa adanya dan lebih menekankan makna daripada hasilnya. Adapun penelitian deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi dan gambaran mengenai fakta – fakta, sifat – sifat, serta hubungan antar fenomena yang diteliti beserta pengaruh dan frekuensi hubungan tertentu antar satu gejala dengan gejala lainnya (Silaen, 2018).

Penelitian dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif ini bertujuan untuk menjelaskan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa Prodi Pendidikan IPS angkatan 2017 – 2018 Universitas Negeri Jakarta. Selain itu juga penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan penyebab dari terjadinya prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa Prodi Pendidikan IPS angkatan 2017 – 2018 Universitas Negeri Jakarta dalam penyelesaian skripsi.

Dalam menentukan sampel, penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Purposive sampling

adalah teknik pengambilan sampel menggunakan kriteria – kriteria tertentu (Sugiyono, 2008). Dalam penelitian ini, dari seluruh populasi penelitian diambil sampel penelitian sejumlah 10 orang mahasiswa dengan beberapa ciri – ciri yang paling mendekati perilaku prokrastinasi akademik.

Untuk memperoleh data di lapangan penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan observasi, kuesioner, wawancara, dokumentasi dan studi kepustakaan. Sementara untuk teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data Miles dan Huberman. Miles dan Huberman (Morissan, 2019) menjelaskan bahwa proses analisis data kualitatif terdiri dari tiga tahap, yaitu: reduksi data, tampilan data, dan penarikan kesimpulan dan verifikasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan informan penelitian, maka dapat dikemukakan paparan data dan temuan penelitian sebagai berikut:

1. Aspek – Aspek Prokrastinasi Akademik

Aspek – aspek prokrastinasi menurut Surijah & Tdunjing dalam (Fitriya & Lukmawati, 2016), terdiri dari empat hal antara lain *Perceived Time*, *Intention-action gap*, *Perceived Ability* dan *Emotional Distress*. Namun dalam penelitian ini terdapat dua aspek yang paling dominan yaitu aspek

a. *Perceived Ability*

Perceived ability menurut Surijah & Tdunjing dalam (Fitriya & Lukmawati, 2016) adalah keyakinan terhadap kemampuan pada diri seseorang. Keragu – ragan seseorang terhadap kemampuan

diri akan menyebabkan seseorang tersebut melakukan prokrastinasi. Hal tersebut ditambah dengan rasa takut akan gagal yang menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sebagai orang yang tidak mampu. Teori di atas sangat relevan dengan realita yang terjadi pada responden penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menemukan bahwa seluruh responden sering merasa takut gagal dalam pengerjaan skripsi. Ketika merasa takut gagal dalam pengerjaan skripsi mereka akan selalu menyalahkan diri sendiri dan menganggap diri mereka tidak mampu untuk menyelesaikannya ataupun mempertanggungjawabkan skripsinya ketika sidang skripsi. Pada akhirnya mereka lebih memilih untuk menunda pengerjaan skripsinya dikarenakan rasa takut akan gagal.

b. *Emotional Distress*

Menurut Surijah & Tdunjing dalam (Fitriya & Lukmawati, 2016) *Emotional distress* merupakan salah satu aspek yang tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda – nunda dapat membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri prokrastinator. Awalnya mahasiswa merasa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak, namun tanpa terasa waktu sudah hampir habis dan menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan skripsi.

Teori tersebut sesuai dengan apa yang terjadi pada responden penelitian. Berdasarkan temuan di lapangan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh para responden menimbulkan berbagai kecemasan dan penyesalan dalam diri

mereka. Mayoritas responden mengaku sangat menyesal, kecewa dan sedih karena telah menyalah – nyiakan banyak waktunya dengan tidak mengerjakan skripsinya. Ketika pendaftaran sidang skripsi semakin dekat, mereka akan panik dan tertekan yang pada akhirnya membuat mereka pasrah untuk tidak melanjutkan skripsi. Selain itu juga para responden merasa sangat malu, minder dan iri ketika melihat teman – temannya dapat lulus tepat waktu dan telah mempunyai kesibukannya masing – masing sedangkan para responden masih harus berkutat dengan skripsi

2. Bentuk Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan berbagai fakta yang peneliti temukan di lapangan, mayoritas dari responden penelitian melakukan penundaan yang tidak bermanfaat bagi penyelesaian skripsi. Para responden lebih memilih melakukan hal yang menyenangkan dari pada mengerjakan skripsi dikala mereka mempunyai waktu luang, Hal menyenangkan yang mereka lakukan seperti bermain game, “nongkrong” bersama teman sepermainan, jalan – jalan, menonton film, dan aktivitas menyenangkan lainnya. Segelintir responden juga terlena akan waktu penyelesaian studi yang mereka rasa masih cukup lama. Atas dasar hal tersebut, mereka menjadi santai dan tidak memiliki keinginan untuk segera menyelesaikan skripsi. Selain itu juga beberapa responden mengaku bahwa saat ini mereka sedang melakukan kegiatan lain yang membuat pengerjaan skripsinya terhambat. Kegiatan yang menghambat mereka melakukan pengerjaan skripsi antara lain pekerjaan dan kegiatan organisasi.

Beberapa hal diatas pada akhirnya menyebabkan terbengkalainya proses pengerjaan skripsi para responden. Penundaan yang mereka lakukan termasuk kedalam bentuk *Dysfunctional Procrastination* yang menurut Ferrari, Johnson, & Mc Cown (Ferrari et al., 1995) merupakan suatu penundaan tugas yang tidak berdasarkan tujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah, seperti menunda suatu tugas karena ingin bermain, menonton film, dan sebagainya.

3. Faktor – Faktor Prokrastinasi Akademik

a. Faktor Internal

Faktor internal yang paling mempengaruhi mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademik adalah kondisi psikologis yaitu efikasi diri, regulasi diri dan kesadaran diri.

Efikasi diri sangat berperan dalam mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Bandura dalam (Puspita Sari, 2019) berpendapat bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu yang berkaitan dengan kemampuan dan kesanggupan dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas – tugas yang dihadapi. Berdasarkan hasil temuan di lapangan, peneliti melihat bahwa mayoritas dari para responden memiliki efikasi diri yang rendah. Hal tersebut dapat terlihat dari pengakuan para responden yang sering merasa *hopeless* atau merasa tidak yakin mampu untuk menyelesaikan skripsinya dengan waktu yang tersisa.

Efikasi diri yang rendah juga dapat terlihat dari seringnya responden merasa *overtinking* karena ragu – ragu terhadap kemampuan dirinya sendiri. Responden meragukan dirinya sendiri seperti berpikiran takut tidak dapat menyelesaikan

skripsinya sesuai dengan deadline yang ditentukan, takut membuat kesalahan dalam skripsinya dan takut tidak dapat mempertanggungjawabkan skripsinya saat sidang skripsi. Selain itu terdapat responden yang *overthinking* karena membanding – bandingkan kemampuannya dengan kemampuan teman – temannya. Responden tersebut merasa bahwa progress pengerjaan skripsi teman – temannya lebih cepat dibandingkan progress pengerjaan skripsi dirinya.

Mayoritas dari para responden juga selalu merasa takut salah dan ragu – ragu dalam mengerjakan skripsi. Peneliti menemukan bahwa sifat perfeksionis yang membuat responden selalu merasa takut dan ragu – ragu. Hal tersebut dikarenakan mereka tidak mau ada kesalahan dalam skripsinya. Pada akhirnya karena para responden selalu meragukan kemampuan diri sendiri dan penuh akan ketakutan dalam pengerjaan skripsi menyebabkan progress pengerjaan skripsi mereka terhambat karena terus menerus memikirkan hal tersebut. Berdasarkan berbagai fakta di atas dapat dikatakan bahwa mayoritas para responden masih memiliki efikasi diri yang rendah yang menyebabkan responden kesulitan untuk segera menyelesaikan pengerjaan skripsi.

Hal tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Steel (Zusya & Akmal, 2016) bahwa efikasi diri memiliki peran penting dalam mempengaruhi munculnya kebiasaan menunda. jika seseorang memiliki keyakinan bahwa ia memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugasnya, maka hal itu akan mendorongnya untuk berjuang keras menyelesaikan tugasnya. Namun sebaliknya jika efikasi dirinya rendah,

maka hal tersebut membuat seseorang tidak memiliki keyakinan bahwa ia mampu untuk menyelesaikan tugasnya. Akibatnya seseorang tersebut kehilangan harapan dan membuatnya tidak memiliki semangat untuk berjuang keras menyelesaikan tugasnya.

Regulasi diri sangat menentukan seseorang melakukan atau tidak melakukan *prokrastinasi* akademik. Menurut (Nur Ghufron & Rini Risnawita, 2011) individu yang memiliki regulasi diri tinggi mampu mendisiplinkan dan mengendalikan dirinya untuk fokus mengerjakan apa yang menjadi tujuan utamanya. Sedangkan individu yang memiliki regulasi diri rendah tidak mampu mengatur atau mendisiplinkan dirinya untuk mengerjakan apa yang menjadi tujuan utamanya sehingga akan terjebak pada hal yang bersifat kesenangan sesaat dan gegabah dalam berperilaku tanpa mempertimbangkan konsekuensinya.

Selaras dengan teori di atas, peneliti menemukan bahwa regulasi yang dimiliki oleh responden penelitian masih tergolong rendah. Walaupun sebagian besar responden penelitian mengatakan mempunyai target capaian pengerjaan skripsi namun mereka mengaku kesulitan untuk konsisten terhadap target capaian tersebut dikarenakan buruknya manajemen waktu waktu yang dimiliki ataupun karena selalu mengikuti mood/rasa malasnya. Bahkan terdapat beberapa responden penelitian yang sama sekali tidak mempunyai target capaian pengerjaan skripsi yang pada akhirnya membuat mereka menelantarkan pengerjaan skripsinya.

Ketika target capaian pengerjaan skripsi tidak tercapai, beberapa responden penelitian masih memiliki kesadaran untuk

menghukum dirinya sendiri atau self-punishment. Bentuk self-punishment yang mereka lakukan antara lain harus mengerjakan skripsinya lebih maksimal dari sebelumnya untuk mengejar ketertinggalan, memilih bekerja sebagai konsekuensi harus membiayai sendiri penambahan semester, dan semakin menarik diri dari lingkungan untuk fokus mengerjakan skripsi. Namun demikian terdapat juga beberapa responden penelitian yang tidak memberikan self-punishment ketika targetnya tidak tercapai. Mereka beralasan pernah menerapkan self-punishment namun dalam pelaksanaannya tidak konsisten yang berujung tidak memberikan efek apapun. Selain itu salah satu responden penelitian merasa pemberian self-punishment tidak penting karena malah menambah rasa takut dalam pengerjaan skripsi. Karena merasa tidak ada hukuman disaat tidak mencapai target pengerjaan skripsi, maka beberapa responden penelitian tersebut cenderung tidak ada tekanan untuk segera menyelesaikannya.

Selanjutnya peneliti juga menemukan bahwa responden penelitian kesulitan untuk manajemen waktu dengan baik. Responden penelitian sukar untuk membagi waktu yang proporsional antara mengerjakan skripsi dengan mengerjakan hal lain. Sering kali waktu yang seharusnya digunakan untuk mengerjakan skripsi digunakan untuk mengerjakan atau melakukan hal lain yang pada akhirnya menyebabkan mereka melakukan penundaan.

Kesadaran diri menurut Goleman (Goleman, 1996) dapat diartikan sebagai suatu sikap sadar seseorang mengenai pikiran, perasaan, dan evaluasi diri yang ada dalam dirinya sendiri. Individu dengan

kesadaran diri tinggi mampu mengendalikan dirinya, misalnya mengendalikan emosi dan dorongan – dorongan lainnya.

Berdasarkan teori di atas, peneliti melihat bahwa beberapa responden penelitian mengaku sulit untuk menolak ajakan temannya untuk bermain ataupun nongkrong. Responden penelitian beralasan bahwa dirinya merupakan seorang yang sungkan untuk menolak ajakan teman. Alasan lain yang peneliti dapatkan ialah responden penelitian sulit menolak ajakan temannya untuk “nongkrong” karena ia merasa merasa nyaman ketika berkumpul bersama teman – temannya. Sementara salah seorang responden mengatakan bahwa ia sulit untuk menolak ajakan untuk menghadiri kegiatan organisasi. Kesulitan responden penelitian untuk menolak ajakan bermain ataupun ajakan menghadiri kegiatan membuat mereka terkadang meninggalkan pengerjaan skripsinya.

Beberapa responden penelitian juga mengaku kesulitan untuk melawan rasa malas ketika sedang mengerjakan skripsi. Rasa malas tersebut sering kali membuat menghambat responden penelitian untuk mengerjakan skripsi. Selain itu juga responden penelitian mengaku kesulitan untuk melawan rasa takut sebelum mencoba mengerjakan skripsi sehingga mereka lebih mengutamakan rasa takutnya dibandingkan berusaha untuk mencoba mengerjakan terlebih dahulu.

Berdasarkan fakta di lapangan, peneliti menemukan bahwa sebenarnya mereka sangat sadar dan sangat menyadari bahwa penundaan yang mereka lakukan akan menghambat kelulusan mereka. Mereka pun menyadari bahwa menyelesaikan skripsi merupakan

tanggung jawab mereka kepada diri sendiri dan orang tua. Namun beberapa di antara mereka mengaku bingung harus berbuat apa lantaran tidak memiliki semangat ataupun motivasi untuk melanjutkan pengerjaan skripsi. Dari beberapa fakta temuan di atas dapat disimpulkan bahwa kesadaran diri dari responden penelitian masih tergolong rendah.

b. Faktor Eksternal

Dalam penelitian ini, faktor eksternal yang paling mempengaruhi mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi adalah pola asuh orang tua dan kondisi lingkungan.

Koentjaraningrat (Adprijadi & Sudarto, 2020) mengatakan bahwa pola asuh yang diterapkan orang tua sangat dominan dalam membentuk kepribadian seseorang sejak kecil hingga dewasa. Kepribadian seseorang akan mempengaruhi sikapnya dalam berbagai hal, salah satunya adalah perilaku menunda – nunda atau prokrastinasi. Berdasarkan teori yang telah dikemukakan, peneliti menemukan bahwa pola asuh otoriter dan permisif menjadi pemicu responden penelitian memiliki perilaku prokrastinasi akademik.

Responden yang mendapatkan pola asuh otoriter dari orang tua khususnya dari ayah, merasa sangat tertekan dan jenuh sehingga responden merasa tidak mood dan tidak mempunyai dorongan untuk mengerjakan skripsi. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Ferrari dan Ollivete dalam (Adi Kusuma, 2010) yang mengatakan bahwa bahwa pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subyek penelitian anak wanita. Walaupun sebenarnya ada pula responden

laki – laki yang mengalami pola asuh otoriter di dalam penelitian ini.

Sedangkan responden yang mendapatkan pola asuh permisif merasa sangat bebas atau dalam kata lain sangat dibiarkan dan tidak mendapatkan pengawasan dari orang tuanya. Hal itu menyebabkan mereka cenderung untuk melakukan sesuatu sesuai dengan kehendaknya sendiri karena merasa dibiarkan dan tidak diawasi oleh orang tuanya, termasuk melakukan penundaan dalam pengerjaan skripsi. Hal tersebut selaras dengan hasil penelitian (Wirdawati & Zafri, 2021) di mana kurangnya pengawasan dan dukungan kepada anak dapat mempengaruhi anak tersebut untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik banyak terjadi pada lingkungan yang rendah pengawasan (Puspita Sari, 2019). Hal tersebut dikarenakan individu berada di lingkungan yang tidak menuntutnya untuk segera menyelesaikan tugas – tugasnya. Kemudian dengan rendahnya pengawasan dari lingkungan membuat individu tersebut menjadi tidak terkontrol. Teori tersebut relevan dengan kondisi responden penelitian.

Peneliti menemukan tiga responden penelitian yang merasa orang tuanya cenderung membiarkan dan tidak mengawasi mereka dalam pengerjaan skripsi. Beberapa responden penelitian tersebut mengatakan walaupun orang tuanya mengetahui bahwa mereka lebih sering melakukan hal lain dari pada skripsi, namun tanggapan orang tuanya ialah membiarkan tanpa ada teguran sedikit pun. Karena mereka merasa dibiarkan dan tidak diawasi oleh orang tuanya, maka mereka pun sering melalaikan pengerjaan skripsi.

Kurangnya pengawasan dari dosen pembimbing skripsi juga merupakan salah satu penyebab dari penundaan pengerjaan skripsi oleh beberapa responden penelitian. Salah satu responden penelitian mengatakan dosen pembimbingnya tidak memantau progress skripsinya dan cenderung susah dihubungi untuk bimbingan. Hal tersebut membuatnya merasa kehilangan semangat dan malas untuk mengerjakan skripsi. Sementara beberapa responden penelitian lain mengatakan mereka merasa tidak diperhatikan dan dipantau progressnya oleh dosen pembimbing yang membuat mereka tidak mempunyai dorongan atau semacam pemicu untuk kembali mengerjakan skripsi

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan dan bahasan yang telah dipaparkan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa dalam penyelesaian skripsi dapat terlihat dari beberapa aspek seperti (1) Perceived Time, (2) Intention-action gap, (3) Emotional Distress, dan (4) Perceived Ability. Dalam penelitian ini aspek yang dominan terlihat adalah Emotional Distress, dan Perceived Ability. Emotional Distress dapat terlihat dari munculnya berbagai kecemasan dan penyesalan dalam diri mahasiswa karena telah menya – nyiakan banyak waktunya. Sedangkan Perceived Ability dapat terlihat dari keragu – ragan mahasiswa terhadap kemampuan dirinya sendiri dan rasa takut gagal dalam pengerjaan skripsi. Dalam penelitian ini mayoritas mahasiswa melakukan penundaan dalam bentuk Dysfunctional Procrastination seperti bermain game, jalan – jalan, ”nongkrong”

bersama teman, menonton film, dan aktivitas menyenangkan lainnya.

2. Perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa dalam penyelesaian skripsi disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mendorong mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi adalah (1) Kondisi Fisik dan (2) Kondisi Psikologis yang terdiri dari; motivasi intrinsik, regulasi diri, efikasi diri, dan kesadaran diri. Faktor internal yang paling mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa adalah kondisi psikologis yaitu efikasi diri, regulasi diri dan kesadaran diri. Efikasi diri yang dimiliki mahasiswa tergolong rendah yang tercermin dari rendahnya keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan diri sendiri. Regulasi diri pada mahasiswa juga rendah yang terlihat dari kurang mampunya mereka mendisiplinkan dirinya untuk fokus mengerjakan skripsi. Kemudian kesadaran diri mahasiswa juga masih rendah yang tercermin dari kurang mampunya mereka dalam mengendalikan dirinya dari emosi dan dorongan – dorongan lain yang menghambat pengerjaan skripsi. Sedangkan faktor eksternal yang mendorong mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi adalah (1) Pola Asuh Orang Tua, (2) Kondisi Lingkungan, (3) Pekerjaan, (4) Teman, dan (5) Organisasi. Dalam penelitian ini, faktor eksternal yang paling mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa adalah pola asuh orang tua dan kondisi lingkungan. Pola asuh orang tua otoriter dan permisif menjadi pemicu mahasiswa menunda pengerjaan skripsi. Kondisi lingkungan yang rendah pengawasan juga membuat mahasiswa tidak terpicu untuk segera menyelesaikan skripsinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi Kusuma, L. W. (2010). *Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*. Universitas Sanata Dharma.
- Adpriyadi, & Sudarto. (2020). Pola Asuh Demokratis Orang Tua Dalam Pengembangan Potensi Diri dan Karakter Anak Usia Dini. *VOX EDUKASI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 11(1), 26–38. <https://doi.org/10.31932/ve.v11i1.572>
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance*. Springer US. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6>
- Fitriya, & Lukmawati. (2016). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mitra Adiguna Palembang. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 2(1), 66–67. <https://doi.org/https://doi.org/10.19109/psikis.v2i1.1058>
- Goleman, D. (1996). *Kecerdasan Emosional* (2nd ed.). Gramedia Pustaka Utama.
- Haryanti, A. (2020). Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Aktif Berorganisasi. *Sukma : Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(01), 41–47.
- Khoirunnisa, R. N., Jannah, M., Dewi, D. K., & Satiningsih, S. (2021). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(3), 278. <https://doi.org/10.26740/jppt.v11n3.p278-292>
- Morissan. (2019). *Riset Kualitatif* (Suraya, F. Hamid, & E. Bassar, Eds.; 1st ed., Vol. 1). Prenadamedia Group.
- Nur Ghufron, M., & Rini Risnawita, S. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Puspita Sari, A. (2019). *Faktor - Faktor Penyebab Prokrastinasi Pada Mahasiswa Yang Lambat Dalam Penulisan Skripsi Di FKIP Universitas Sanata Dharma* [Skripsi, Universitas Sanata Dharma]. <http://repository.usd.ac.id/id/eprint/35030>
- Pychyl, T., Lee, J., Thibodeau, R., & Blunt, A. (2000). Five days of emotion: An experience sampling study of undergraduate student procrastination. *Journal of Social Behavior & Personality*, 15(5), 239–254. <https://psycnet.apa.org/record/2002-10572-019>
- Silaen, S. (2018). *Metodologi Penelitian Sosial Untuk Penulisan Skripsi Dan Tesis*. In Media.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Sugiyono. (2005). *Metode Penelitian Administrasi*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (6th ed.). Alfabeta.
- Wirdawati, & Zafri. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi

Akademik Siswa dalam Pembelajaran Sejarah Kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Lembah Gumanti. *Jurnal Kronologi*, 3(4), 476–486.

Zusya, A. R., & Akmal, S. Z. (2016). Hubungan Self Efficacy Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 191–200.

<https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.900>