

Hubungan Prokrastinasi dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Ubaya

Ricky Pangestu

Fakultas Psikologi

Pangestu_ricky@yahoo.com

Abstrak – Penelitian ini merupakan yang bertujuan untuk memperjelas hubungan antara prokrastinasi dan prestasi akademik mahasiswa. Oleh karena itu dilakukan uji hubungan antara prokrastinasi dan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UBAYA. Selain itu penelitian ini dilakukan untuk melihat perbedaan prokrastinasi berdasarkan norma kategori menurut IPK. Prokrastinasi diukur menggunakan satu alat ukur, yaitu API. Sedangkan prestasi akademik diukur menggunakan IPK mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 166 mahasiswa yang terdiri dari angkatan 2012 saja. Berdasarkan hasil pengujian, diketahui bahwa prokrastinasi berhubungan negatif dengan prestasi akademik mahasiswa. Hasil dari masing-masing alat ukur yaitu: API & IPK ($r = -0,049$); API & Expectancy ($r = -0,223$); API & Value ($r = -0,357$); API & Impulsiveness ($r = 0,406$). Sedangkan hasil dari IPK yaitu: IPK & Expectancy ($r = 0,064$); IPK & Value ($r = 0,130$); IPK & Impulsiveness ($r = -0,141$).

Kata kunci: prokrastinasi, prestasi akademik, mahasiswa, aspek TMT.

Abstract - This research is aimed to clarify the relationship between procrastination and academic performance of students. So the relationship between academic procrastination and academic achievement was done in psychology UBAYA students. In addition, research was conducted to see the difference procrastination normative categories according to IPK. Procrastination was measured using a measuring instrument, API. While academic achievement is measured using student by IPK. This research used 166 students only from class of 2012. As shown at result, we know that there is the negative relationship between academic procrastination and academic achievement. The results of each measuring instrument that is: API and IPK ($r = -0.049$); API & Expectancy ($r = -0.223$); API & Value ($r = -0.357$); API & impulsiveness ($r = 0.406$). While the results of the IPK is: IPK & Expectancy ($r = 0.064$); IPK & Value ($r = 0.130$); IPK and impulsiveness ($r = -0.141$).

Keywords: procrastination, academic achievement, student, aspects TMT

PENDAHULUAN

Mahasiswa di universitas baik di luar negeri maupun Indonesia pasti akan mengalami penunda-nundaan dalam mengerjakan tugas. Bentuk penunda-nundaan tersebut bisa seperti menunda membuat makalah, membuat proyek, menghadapi kuis maupun ujian. Penunda-nundaan tersebut tidak jarang membuat mahasiswa terlambat mengumpulkan tugas, sehingga hasil kuis atau ujiannya rendah. Perilaku penunda-nundaan bisa dikatakan sebagai prokrastinasi. Sedangkan Lay (dalam Gunawinata, Nanik & Lasmono, 2008), perilaku prokrastinasi bisa diartikan sebagai kegiatan menunda-nunda suatu pekerjaan untuk mencapai hal tertentu.

Prokrastinasi sendiri memiliki konsekuensi baik positif maupun negatif. Menurut penelitian Gunawinata (2008), menjelaskan bahwa ada konsekuensi positif bagi pelaku prokrastinasi yaitu prokrastinator dapat terhindar sejenak dari beban tugas yang diberikan. Hal ini menyebabkan untuk sementara waktu para prokrastinator tidak merasa terbebani dengan tugas yang diberikan.

Terdapat efek negatif yang ditimbulkan oleh prokrastinasi ini yaitu, dapat menyebabkan seseorang mendapat nilai akademik yang jelek, marah, rasa frustrasi, dan tugas yang diberikan tidak dapat terselesaikan dengan baik. Hal ini berarti, prokrastinasi sendiri tidak hanya memberikan manfaat positif, melainkan dapat menimbulkan dampak negatif bagi prokrastinator. Oleh karena itu, perilaku prokrastinasi memiliki konsekuensi positif dan negatif yang memiliki dampak bagi para prokrastinator tersebut.

Terdapat beberapa penelitian mengenai hubungan antara prokrastinasi dengan prestasi akademik, terdapat hubungan positif di antara kedua hal tersebut. Seperti pada penelitian Ahmaini (2010), terdapat hubungan positif antara prokrastinasi antara mahasiswa yang aktif dalam organisasi memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi daripada mahasiswa yang tidak aktif dalam organisasi yaitu nilai t sebesar 0,971. Kemudian, pada penelitian Gendron (2005) menemukan bahwa ada hubungan positif antara prokrastinasi dengan prestasi akademik seseorang dengan hasil korelasi adalah $r = 0,23$; $p = 0,02$ yang

menunjukkan adanya hubungan yang positif antara prokrastinasi dengan prestasi akademik.

Selanjutnya, ada penelitian lain yang menunjukkan adanya hubungan positif antara prokrastinasi dengan prestasi akademik seseorang. Yaitu menunjukkan nilai korelasi $r=0,35$; $p < 0,01$ (Kuhnle, Hofer & Kilian, 2011). Sementara itu, diperoleh data yang berbeda dari hasil penelitian Seo (2011) yang menyebutkan bahwa tidak ada hubungan antara prokrastinasi dengan prestasi akademik seseorang. Hasil tersebut didukung dari penelitian yang dilakukan oleh Lawless (2010) yang menjelaskan bahwa terdapat korelasi yang negatif antara prokrastinasi dengan prestasi akademik yaitu dengan nilai korelasi $r = -0,009$; $p = 0,47$.

Kemudian, hasil penelitian yang dilakukan Oematan (2013) tidak ditemukan adanya hubungan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik mahasiswa di berbagai angkatan. Namun demikian, khusus pada angkatan 2010 dan 2011 dengan menggunakan PASS-2, ditemukan hasil korelasi negatif antara prestasi akademik dan skor PASS-2 (alasan prokrastinasi). Artinya, terdapat hubungan antara prestasi akademik dengan banyaknya alasan yang dilontarkan untuk membenarkan prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa angkatan 2010 dan 2011. Pada angkatan tersebut, mahasiswa dengan IPK tinggi cenderung lebih sedikit memunculkan alasan untuk membenarkan penunda-nundaan yang mereka lakukan, dan sebaliknya.

Pada penelitian Oematan, tidak dilakukan uji hubungan antara prestasi akademik dengan TMT, melainkan hanya menguji hubungan antara prokrastinasi dengan TMT. Namun, tidak menguji aspek-aspek yang berada di dalam TMT tersebut. Hubungan antara prestasi akademik dengan TMT tidak dilakukan karena Oematan telah menggunakan tiga alat ukur, apabila Oematan menggunakan TMT maka akan jauh lebih kompleks lagi dan menjadi semakin rumit. Mengacu dari penelitian Oematan maka, peneliti akan menguji hubungan antara prokrastinasi serta prestasi akademik dengan menggunakan aspek-aspek di dalam TMT. Karena pada penelitian Oematan (2013) tidak menguji secara komprehensif tentang

hubungan teori TMT dengan prokrastinasi dan prestasi akademik sehingga perlu dilakukan penelitian lanjutan guna memperjelas hubungan antara prokrastinasi dengan prestasi akademik melalui TMT.

METODE PENELITIAN

Prokrastinasi akademik dalam penelitian ini merupakan penunda-nundaan dalam mengerjakan tugas yang diukur berdasarkan satu alat ukur, yaitu API (Aitken Procrastination Inventory). Alat ukur API merupakan alat ukur unidimensi sehingga akan menguji secara total seluruh item dan kemudian akan dikorelasikan dengan aspek-aspek dalam teori TMT. Peneliti memilih menggunakan alat ukur API karena memiliki tingkat reliabilitas yang baik yaitu 0,835. Alat ukur API terdiri dari butir *favorable* dan butir *unfavorable*. Jumlah butir *favorable* adalah sembilan dan *unfavorable* nya ada sepuluh butir.

Prestasi akademik merupakan hasil belajar seorang mahasiswa selama satu semester yang diketahui berdasarkan nilai akhir yang telah diakumulasikan, yang biasanya disebut dengan indeks prestasi (IP) atau indeks prestasi kumulatif (IPK). Penggunaan indeks prestasi kumulatif (IPK) sebagai hasil belajar adalah dengan asumsi bahwa semua nilai seperti kuis, tugas maupun ujian merupakan akumulasi dan menjadi satu nilai yaitu IPK tersebut. Pada variabel kedua, peneliti memilih menggunakan data IPK sebagai asumsi bahwa nilai IPK merupakan hasil akhir dari seorang mahasiswa selama satu semester.

TMT merupakan teori yang menjelaskan antara variabel prokrastinasi dengan prestasi akademik yang didalamnya terdapat tiga aspek yaitu *expectancy*, *value*, dan *impulsiveness* yang mengukur diri seseorang ketika menghadapi tugas yang diberikan. Penggunaan ketiga aspek tersebut sebagai aspek yang diukur dengan asumsi bahwa dari ketiga aspek tersebut dapat dilihat aspek mana yang paling banyak memengaruhi perilaku prokrastinasi dan prestasi akademik mahasiswa. Data dalam penelitian ini merupakan data primer yaitu dengan tim peneliti. Hal ini dilakukan dengan asumsi bahwa dengan bantuan tim peneliti akan

memperudahkan peneliti untuk melakukan pengambilan data pada subjek mahasiswa Fakultas Psikologi UBAYA angkatan 2013. Subjek yang digunakan berjumlah 166 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Uji Korelasi Prokrastinasi Akademik (API) dan Prestasi Akademik (IPK)

	IPK (<i>r/p</i>)
API	-0,049/0,264

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Tabel 1 menunjukkan hasil uji korelasi *Pearson* antara total nilai prokrastinasi akademik (API) dan prestasi akademik (IPK). Nilai koefisien korelasi alat ukur prokrastinasi dengan prestasi yaitu: API ($r = -0,049 < 0,2$). Nilai r kurang dari 0,2 artinya terdapat korelasi yang kurang memadai antara prokrastinasi akademik dan prestasi akademik pada mahasiswa Psikologi UBAYA.

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi Prokrastinasi dan TMT (*Expectancy, Value, dan Impulsiveness*)

	<i>Expectancy (r)</i>	<i>Value (r)</i>	<i>Impulsiveness (r)</i>
API	-0,223	-0,357	0,406

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Tabel 2 menunjukkan hasil uji korelasi *Pearson* antara total nilai prokrastinasi akademik (API) dan TMT (*expectancy, value, dan impulsiveness*). Nilai koefisien korelasi alat ukur prokrastinasi dengan aspek-aspek dalam TMT yaitu: API dengan *expectancy* ($r = -0,223 > 0,2$). API dengan *value* ($r = -0,357 > 0,2$) dan API dengan *impulsiveness* ($r = 0,406 > 0,2$). Nilai r pada ketiga aspek TMT lebih dari 0,2 artinya ada korelasi yang cukup memadai antara prokrastinasi akademik dan TMT (*expectancy, value, dan impulsiveness*) pada mahasiswa Psikologi UBAYA.

Tabel 13. Hasil Uji Korelasi Prestasi Akademik (IPK) dan TMT (*Expectancy, Value, dan Impulsiveness*)

	<i>Expectancy (r/p)</i>	<i>Value (r/p)</i>	<i>Impulsiveness (r/p)</i>
IPK	0,064/ 0,205	0,130/ 0,048	-0,141/ 0,035

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Tabel 3 menunjukkan hasil uji korelasi *Pearson* antara total nilai prestasi akademik (IPK) dan TMT (*expectancy, value, dan impulsiveness*). Nilai koefisien korelasi prestasi akademik dengan TMT yaitu: IPK dengan *expectancy* ($r= 0,064 < 0,2$), IPK dengan *value* ($r=0,130 < 0,2$) dan IPK dengan *impulsiveness* ($r=-0,141 < 0,2$). Nilai r pada korelasi IPK dengan tiga aspek TMT lebih kecil dari 0,2 yang berarti ada korelasi yang kurang memadai antara prestasi akademik (IPK) dengan TMT.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada penelitian sekarang dengan penelitian sebelumnya antara variabel prokrastinasi dan prestasi akademik memang tidak memiliki hubungan. Hal ini sejalan dengan uji hipotesis yang ingin menguji hubungan antar variabel serta mengkorelasikan dengan aspek-aspek dalam TMT. Meskipun dilakukan uji korelasi antara prokrastinasi dengan aspek TMT juga tidak memiliki hubungan dan IPK dengan aspek TMT juga tidak memiliki hubungan. Teori TMT yang digunakan pada penelitian sekarang membuktikan bahwa tidak ada hubungan antara prokrastinasi dan prestasi akademik dengan menggunakan teori TMT sebagai teori yang menjelaskan kedua variabel tersebut. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan hubungan prokrastinasi dengan prestasi akademik dan hanya memaparkan teori TMT

Berdasarkan kelemahan yang ada pada penelitian ini, maka peneliti menyarankan kepada penelitian selanjutnya dapat melakukan komunikasi dengan peneliti-peneliti sebelumnya agar penelitiannya dapat dijadikan referensi (jika memungkinkan) dan menanyakan hal-hal yang dianggap penting untuk dijadikan

data tambahan untuk penelitian selanjutnya agar penelitian yang dilakukan di masa yang akan mendatang lebih baik dari penelitian yang dilakukan sekarang. Hal ini diperlukan untuk memperjelas hubungan antara prokrastinasi dan prestasi akademik masih memiliki hubungan atau tidak, sehingga dapat ditanyakan secara langsung pada peneliti sebelumnya apabila kurang jelas. Peneliti juga menyarankan untuk penelitian selanjutnya bisa mencoba untuk melakukan uji korelasi dengan mengelompokkan kategori IPK dan menguji secara satu persatu untuk melihat arah korelasi dari tiap-tiap kategori tersebut. Penelitian ini juga bisa diteruskan dengan subjek bukan dari Fakultas Psikologi, namun bisa dari Fakultas lain di UBAYA dengan jumlah populasi yang berbeda dan dibandingkan dengan penelitian ini karena subjek yang dipakai belum tentu bisa digeneralisasikan kepada seluruh mahasiswa secara umum.

PUSTAKA ACUAN

- Ahmainsi, D. (2010). *Perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang aktif dengan yang tidak aktif dalam organisasi kemahasiswaan USU*. Skripsi, tidak diterbitkan, Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Gendron, A. L. (2005). *Active procrastination, self-regulated learning and academic achievement in university undergraduates*. Tesis, tidak diterbitkan, University of Alberta.
- Gunawinata, V. A. R., Nanik, & Laksmono, H. K. (2008). "Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik, dan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa." *Anima, Indonesian Psychological Journal* 23(3): 256 – 276.
- Kuhnle, C., Hofer, M., & Kilian, B. (2011). The relationship of self-control, procrastination, motivational interference and regret with school grades and life balance. *Diskurs Kindheits- und Jugendforschung Heft* (1), 31-44.
- Lawless, A. (2010). The impact of procrastination and internet use on college students' academic performance. *Journal of Research Methods and Design*, 11(2), 95-105.
- Oematan, S. C. (2013). "Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Psikologi - Universitas Surabaya". Skripsi, diterbitkan, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Seo, E. H. 2011. The relationship among procrastination, flow, and academic achievement. *Social Behaviour and Personality*, 39(2), 208-218.