

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Menurut peraturan pemerintah No. 126 Tahun 2016 perguruan tinggi adalah satuan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan tinggi. Pada umumnya perguruan tinggi harus mampu memberikan pengetahuan dasar dan sejumlah keterampilan khusus serta pelatihan yang dapat membantu mahasiswa. Perguruan tinggi dibagi menjadi 2 macam, yaitu perguruan tinggi negeri dan perguruan tinggi swasta.

Universitas "X" Bandung merupakan salah satu perguruan tinggi swasta di Bandung. Universitas "X" memiliki 9 fakultas yang berbeda diantaranya, Fakultas Kedokteran, Fakultas Kedokteran Gigi, Fakultas Hukum, Fakultas Sastra, Fakultas Teknik, Fakultas Ekonomi, Fakultas Psikologi, Fakultas Seni Rupa dan Desain, dan Fakultas Teknologi dan Informasi (dikutip dari website Universitas "X"). Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung adalah Fakultas Psikologi swasta tertua di Indonesia, yang melihat kebutuhan akan bimbingan, konseling dan psikoterapi di masyarakat baik dalam dunia klinis, pendidikan, industri, dan sosial di masa kini. Penekanan kemampuan psikodiagnostik para lulusannya menjadi ciri khas dan keunggulan yang diminati oleh masyarakat. Kemampuan psikodiagnostik yang diajarkan pada mahasiswa mulai mengalami pergeseran sesuai kebutuhan dalam masyarakat dari kuratif menjadi promotif dan preventif dengan paradigma psikologi positif yang memandang manusia secara positif dan memiliki sifat-sifat baik yang masih dapat dikembangkan dalam kehidupan bermasyarakat. Paradigma psikologi positif dikembangkan mulai dari pendidikan strata satu hingga strata dua dengan penekanan pada pengembangan kemampuan berbasis kompetensi sesuai dengan tuntutan perkembangan dunia pendidikan di Indonesia (dikutip dari website Fakultas Psikologi Universitas "X"). Sehingga membuat calon-calon mahasiswa baru

cukup banyak memilih fakultas ini. Berdasarkan data yang diperoleh dari tata usaha, mahasiswa baru yang terdaftar di Fakultas Psikologi Universitas “X” ini \pm 100-200 orang pertahun.

Di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung sebelum mahasiswa mengontrak skripsi, maka mahasiswa akan terlebih dahulu mengontrak mata kuliah Penyusunan Proposal Skripsi atau disebut dengan istilah Usulan Penelitian (UP). Mata kuliah Usulan Penelitian merupakan mata kuliah yang mengharuskan mahasiswa untuk menyusun proposal penelitian dari bab 1 hingga bab 3. Apabila mahasiswa tidak dapat menyelesaikan penelitiannya dalam satu semester maka mahasiswa tersebut akan mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan di semester berikutnya.

Sistem Mata Kuliah Usulan Penelitian di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung adalah proses pengerjaan mata kuliah ini dilakukan di luar kelas dan mahasiswa juga bimbingan dengan dua dosen pembimbing minimal 12 kali. Tujuannya adalah agar mahasiswa dapat berdiskusi mengenai judul yang dipilih, teori yang digunakan, desain penelitian dan alat ukur penelitian. Hal tersebut, menuntut mahasiswa agar dapat mandiri dalam menjalani proses menyelesaikan penelitian. Selama proses bimbingan dan mengerjakan penelitiannya, seringkali mahasiswa akan dihadapkan pada berbagai kesulitan. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti kesulitan yang seringkali dialami oleh mahasiswa adalah adanya rasa malas. Ketika mahasiswa mengalami hambatan ini, mahasiswa akan memilih kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan pengerjaan penelitian hingga membuat mereka sulit untuk mengatur kembali waktu mengerjakan penelitian. Misalnya, pergi bersama teman saat ada jadwal bimbingan dengan dosen. Hambatan-hambatan ini pada akhirnya membuat mahasiswa melakukan penundaan terhadap penelitiannya

Berdasarkan wawancara dengan salah satu staf Tata Usaha (TU) Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung, cukup banyak mahasiswa yang mengontrak kembali mata kuliah

usulan penelitian. Berdasarkan data yang diperoleh dari Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung jumlah mahasiswa angkatan 2011 dan 2012 yang mengontrak mata kuliah usulan penelitian lanjutan pada semester genap 2016-2017 sebanyak 81 mahasiswa. Mahasiswa yang berhasil lulus dan lanjut ke mata kuliah skripsi sebanyak 29 mahasiswa, yakni 11 mahasiswa angkatan 2011 dan 18 mahasiswa angkatan 2012. Total mahasiswa angkatan 2011 dan 2012 yang mengontrak mata kuliah usulan penelitian lanjutan pada periode semester ganjil 2017-2018 sebanyak 52 mahasiswa. Terdiri dari angkatan 2011 (22 orang) dan angkatan 2012 (30 orang). Dari 22 mahasiswa angkatan 2011, empat mahasiswa mengontrak mata kuliah usulan penelitian lanjutan sebanyak dua kali dan 18 mahasiswa telah mengontrak mata kuliah usulan penelitian lanjutan lebih dari dua kali. Dari 30 mahasiswa angkatan 2012, terdapat 10 mahasiswa telah mengontrak mata kuliah usulan penelitian lanjutan satu kali dan 20 mahasiswa telah mengontrak mata kuliah usulan penelitian lanjutan lebih dari satu kali. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa mata kuliah usulan penelitian harusnya dapat diselesaikan dalam waktu satu semester, akan tetapi banyak mahasiswa yang menyelesaikan dalam waktu lebih dari satu semester dan masih banyak mahasiswa angkatan 2011 dan 2012 yang mengulang mata kuliah Usulan Penelitian, yang mana seharusnya mahasiswa tersebut sudah menyelesaikan mata kuliah tersebut dan lanjut mata kuliah Skripsi.

Berdasarkan hasil wawancara kepada 10 mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung, didapat 100% mahasiswa merasa bahwa ia mampu untuk menyelesaikan usulan penelitiannya. sebanyak 80% mahasiswa sering menunda saat mengerjakan penelitian. Mahasiswa menyadari bahwa menyelesaikan tugas penelitiannya merupakan prioritas utama mereka. Mahasiswa awalnya membuat target untuk menyelesaikan penelitian bab 1 hingga bab 3 dalam satu semester. Akan tetapi, seiring berjalannya waktu, mahasiswa mengalami berbagai

hambatan saat mengerjakan penelitiannya. Sebanyak 40% mengatakan hambatan yang dialami mereka saat mengerjakan penelitiannya adalah dalam membagi waktu, seperti kapan waktu belajar, kapan waktu untuk mengerjakan kegiatan lain diluar pengerjaan tugas, dan mudah terdistraksi saat mengerjakan penelitian. Seperti, terdistraksi dengan adanya *handphone*, ajakan teman yang membuat mahasiswa tersebut memilih mengikuti ajakan teman-temannya untuk pergi bermain dibandingkan menyelesaikan penelitiannya. Sebanyak 20% mahasiswa mengatakan bahwa mereka kuliah sambil bekerja. Saat mahasiswa sudah pulang bekerja, mereka akan beristirahat sehingga tidak dapat membagi waktu untuk mengerjakan penelitian. Akhirnya mahasiswa memilih untuk mengerjakan penelitiannya pada keesokan hari atau bahkan terkadang mengerjakannya satu minggu kemudian. Sebanyak 10% mengatakan kesulitan yang dialami adalah melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing. Mahasiswa tersebut mengatakan bahwa dosen pembimbing sangat sibuk dan sulit dihubungi untuk melakukan bimbingan. Hal tersebut membuat mahasiswa malas untuk bertanya kembali pada dosen pembimbing mengenai jadwal bimbingan dan akhirnya membuat mahasiswa bisa menunda menghubungi dosen hingga dua minggu kemudian. Hal ini membuat mahasiswa menunda menyelesaikan penelitiannya. Sebanyak 10% mengatakan bahwa prioritas utama mereka adalah menyelesaikan mata kuliah lain yang tidak lulus di semester sebelumnya, sehingga membuat mereka sibuk menyelesaikan tugas-tugas mata kuliah lain. Kesibukan ini membuat mahasiswa tidak melakukan bimbingan dengan dosen dan bahkan tidak menentukan judul penelitiannya, dan pada akhirnya memilih untuk menunda menyelesaikan penelitian.

Selanjutnya, berdasarkan wawancara 10 mahasiswa terdapat sebanyak 20% mengatakan bahwa mereka tidak menunda mengerjakan penelitian, karena mahasiswa tersebut mengerjakan penelitian dan melakukan bimbingan sesuai dengan jadwal yang telah disusun. Mahasiswa merasa bahwa yang membuatnya mengontrak kembali mata kuliah penelitiannya karena sulitnya penelitiannya dan membutuhkan penyelesaian yang cukup lama.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa merasa bahwa mereka mampu mengerjakan usulan penelitiannya, akan tetapi banyak mahasiswa tetap menunda mengerjakan tugas secara sengaja. Hal inilah yang biasa disebut dengan istilah prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang dikatakan melakukan prokrastinasi akademik apabila mahasiswa secara sengaja menunda mengerjakan tugasnya untuk menghindari tugas yang dianggap tidak menyenangkan ataupun sulit untuk dilakukan. Menurut Ferrari dkk (1995) prokrastinasi akademik merupakan suatu kebiasaan atau pola perilaku berupa penundaan, dimana penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas akademis.

Menurut Ferrari (1995) prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif, dengan melakukan penundaan, mengakibatkan terbuangnya waktu dengan sia-sia. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, dan saat mahasiswa mulai mengerjakan dalam waktu yang sedikit maka hasil yang diterima mahasiswa tersebut dari tugasnya akan tidak optimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang menjadi kehilangan kesempatan dan peluang yang ada. Penundaan dalam menghadapi suatu tugas dapat membuat mahasiswa tersebut kehilangan motivasi dan menimbulkan kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa strategi belajar yang dimiliki mahasiswa itu kurang efektif. Penggunaan strategi belajar yang bervariasi dan aspek-aspek yang penting dimiliki mahasiswa untuk mengerjakan tugasnya dikenal dengan *academic self-management*.

Academic self-management adalah strategi-strategi yang digunakan mahasiswa-mahasiswa untuk mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar (Dembo, 2004). Strategi belajar tersebut meliputi tiga bagian yaitu strategi perilaku (manajemen waktu dan pengaturan fisik dan sosial), strategi motivasi (menyusun tujuan dan meregulasi emosi dan usaha), dan strategi cara belajar (belajar dari buku bacaan, belajar dari dosen, mempersiapkan diri untuk ujian dan menjalani ujian) (Dembo, 2004). Mahasiswa dikatakan

menerapkan strategi perilaku apabila mahasiswa mampu mengatur waktu dan mengatur lingkungan fisik dan sosial. Mengatur waktu yang baik akan tercermin dari bagaimana mahasiswa mampu memanfaatkan waktu yang ada secara efektif dan efisien untuk mengerjakan tugas akademiknya. Pengaturan lingkungan fisik dan sosial tercermin apabila mahasiswa dapat menentukan tempat belajar yang tepat, kapan waktunya untuk belajar secara individu atau dengan orang lain (Zimmerman & Risemberg, 1997).

Mahasiswa dikatakan menerapkan strategi motivasi apabila mahasiswa menyusun tujuan belajar dan meregulasi emosi dan usaha. Tujuan belajar yang spesifik dan memiliki tingkat kesulitan yang tinggi akan mempengaruhi perilaku mahasiswa dalam belajar (Dembo, 2004). Mahasiswa yang dapat memajemen emosinya melalui *self talk*, seperti memberikan dukungan pada diri mereka ketika mereka menghadapi hambatan didalam proses mengerjakan penelitiannya. Selain itu, mahasiswa dikatakan menerapkan strategi cara belajar apabila mahasiswa tersebut mampu dalam menentukan teknik saat belajar dari dosen pembimbing (seperti mendengar penjelasan dosen sambil menulis inti dari penjelasan dari dosen), belajar dari buku (seperti menggarisbawahi inti dari setiap bacaan), mempersiapkan diri untuk mengerjakan penelitian (Dembo, 2004).

Berdasarkan fakta yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan *academic self-management* dan prokrastinasi akademik yang terjadi khususnya pada mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari penelitian ini ingin diketahui apakah terdapat hubungan antara *academic self-management* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Untuk mengetahui data mengenai hubungan *academic self-management* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan *academic self-management* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

1.4 Kegunaan penelitian

1.4.1 Kegunaan Teorietis

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi mengenai hubungan *academic self-management* dan prokrastinasi akademik ke dalam bidang ilmu Psikologi Pendidikan.
- 2) Memberikan masukan informasi bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai hubungan *academic self-management* dan prokrastinasi akademik yang terjadi khususnya pada mahasiswa yang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan.

1.4.2. Kegunaan Praktis

Adapun kegunaan praktisnya adalah :

- 1) Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan *academic self-management*, seperti dengan meningkatkan strategi perilaku, motivasi, dan cara belajar.

- 2) Bagi dosen wali, hasil penelitian ini diharapkan agar dosen wali dapat membantu mahasiswa yang mengalami prokrastinasi dalam menyelesaikan mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan misalnya dengan cara memberikan informasi mengenai teknik-teknik yang dapat dilakukan dalam meningkatkan *academic self-management* pada mahasiswa.
- 3) Bagi pihak fakultas, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam hal bahan pertimbangan dalam menanggulangi permasalahan prokrastinasi akademik di fakultas, misalnya membuat training atau seminar sebagai tindakan preventif bagi mahasiswa yang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan.

1.5. Kerangka Pemikiran

Mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan di Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung termasuk pada fase perkembangan masa dewasa awal (rentang usia 20-40). Hurlock (1980, dalam Papalia 2015) mengatakan pada usia dewasa awal, seseorang akan lebih bertanggungjawab pada dirinya sendiri dan lebih mampu dalam membuat keputusan secara mandiri dibandingkan pada masa remaja. Bertanggungjawab yang dimaksud adalah seseorang diharapkan mampu bertanggungjawab terhadap tugas-tugasnya. Tanggung jawab yang diberikan pada mahasiswa yang sedang mengontrak Mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan di Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung saat ini adalah menyelesaikan penelitian bab 1 hingga bab 3 dalam satu semester dan lanjut seminar.

Selama proses mengerjakan usulan penelitiannya, seringkali mahasiswa akan dihadapkan pada berbagai hambatan. Dembo (2004) menjelaskan mengenai kunci utama bagi keberhasilan mahasiswa dalam mengontrol faktor-faktor yang dapat menghambat penyelesaian tugas-tugas perkuliahannya, salah satunya adalah menyelesaikan penelitiannya. Kuncinya adalah memiliki kemampuan manajemen diri yang baik, dikarenakan mahasiswa

yang sukses dalam menyelesaikan tugas akademiknya akan mengatur diri sendiri atau mengontrol faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses mengerjakan penelitian, dan menghilangkan rintangan yang dapat mengganggu proses pengerjaan penelitiannya. Kemampuan tersebut dikenal dengan istilah *academic self-management* (Dembo, 2004).

Academic self-management adalah strategi-strategi yang digunakan mahasiswa-mahasiswa untuk mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi proses pengerjaan penelitian (Dembo, 2004). Strategi tersebut meliputi tiga bagian yaitu pertama, strategi perilaku (manajemen waktu dan pengaturan fisik dan sosial), mahasiswa dikatakan menerapkan strategi perilaku apabila mahasiswa mampu mengatur waktu kapan ia akan mengerjakan penelitian dan kapan ia akan melakukan kegiatan lain. Mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan yang memiliki manajemen waktu yang baik akan memanfaatkan waktu yang mereka miliki secara efektif dan efisien untuk mengerjakan penelitiannya. Mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan dikatakan mampu mengatur lingkungan fisik dan sosial, apabila ia dapat mengatur tempat untuk mengerjakan penelitian dengan tepat, menentukan waktu yang tepat untuk mengerjakan penelitian secara individu atau dengan orang lain (Zimmerman & Risemberg, 1997 dalam Dembo 2004).

Kedua, strategi motivasi (menyusun tujuan dan meregulasi emosi dan usaha). Mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan dikatakan menerapkan strategi motivasi apabila mahasiswa mampu membuat tujuan yang spesifik dan memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi, dan mampu mengontrol emosi (misalnya, memberikan semangat pada dirinya sendiri ketika mahasiswa merasa malas mengerjakan penelitian, artinya mahasiswa tidak mengikuti *mood* yang menghambat mahasiswa mengerjakan penelitian) dan usaha (misalnya, menambah waktu untuk mengerjakan penelitiannya).

Ketiga, strategi cara belajar (belajar dari buku bacaan, belajar dari dosen, mempersiapkan diri untuk mengerjakan penelitian). Mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan dikatakan menerapkan strategi cara belajar apabila mahasiswa mampu dalam menentukan teknik-teknik yang dapat dilakukan saat mengerjakan penelitian, seperti teknik-teknik saat bimbingan dengan dosen (mahasiswa membuat catatan mengenai apa yang didiskusikan dengan dosen), teknik saat belajar dari buku (mahasiswa membuat point penting dari apa yang dibaca dari buku serta memahaminya), teknik mempersiapkan diri untuk mengerjakan penelitian (mahasiswa mempersiapkan keperluan-keperluan dalam mengerjakan penelitian).

Mahasiswa yang memiliki tiga strategi untuk mengontrol faktor-faktor yang menghambat proses mengerjakan penelitiannya, maka mahasiswa tidak akan melakukan penundaan terhadap penelitiannya. Sehingga pola kegiatan yang dilakukan mahasiswa kurang tersusun, kurang mampu mengontrol faktor-faktor yang menghambat proses mengerjakan penelitiannya, dan kurang mampu membuat prioritas kegiatan yang akan dilakukan Artinya mahasiswa yang kurang mampu untuk mengelola diri atau manajemen diri saat mengerjakan penelitiannya maka akan membuat mahasiswa tersebut akan melakukan perilaku penundaan atau yang disebut dengan istilah prokrastinasi akademik (Suhartini, 1992).

Menurut Ferrari dkk (1995) prokrastinasi akademik merupakan suatu kebiasaan atau pola perilaku berupa penundaan, dimana penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas penelitian. Dikatakan prokrastinasi akademik apabila mahasiswa mahasiswa merasa bahwa ia mampu menyelesaikan penelitiannya akan tetapi menunda mengerjakan penelitiannya dan penundaan yang dilakukan tidak bertujuan. Menurut Ferrari (1995) penundaan dilakukan dengan suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Hal ini digolongkan kedalam jenis *behavioral procrastination*. Prokrastinasi akademik memiliki 4

aspek-aspek, yaitu: pertama, penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan penelitian. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi sadar dan mengetahui bahwa tugas penelitiannya harus segera diselesaikan, akan tetapi mahasiswa cenderung menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan hingga tuntas jika dia sudah memulai mengerjakan sebelumnya.

Kedua, keterlambatan/kelambanan dalam mengerjakan penelitian. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan penelitian. Mahasiswa merasa bahwa waktu yang mereka miliki masih banyak sehingga mahasiswa seringkali merasa bahwa mengerjakan penelitiannya masih dapat dikerjakan keesokan harinya. Ketiga, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Mahasiswa prokrastinator cenderung sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* menyelesaikan penelitian yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana-rencana yang telah ditentukan sendiri. Seperti saat mahasiswa mengumpulkan revisi dari dosen pada waktu yang telah ditentukan maupun mengumpulkan revisi berlama-lama.

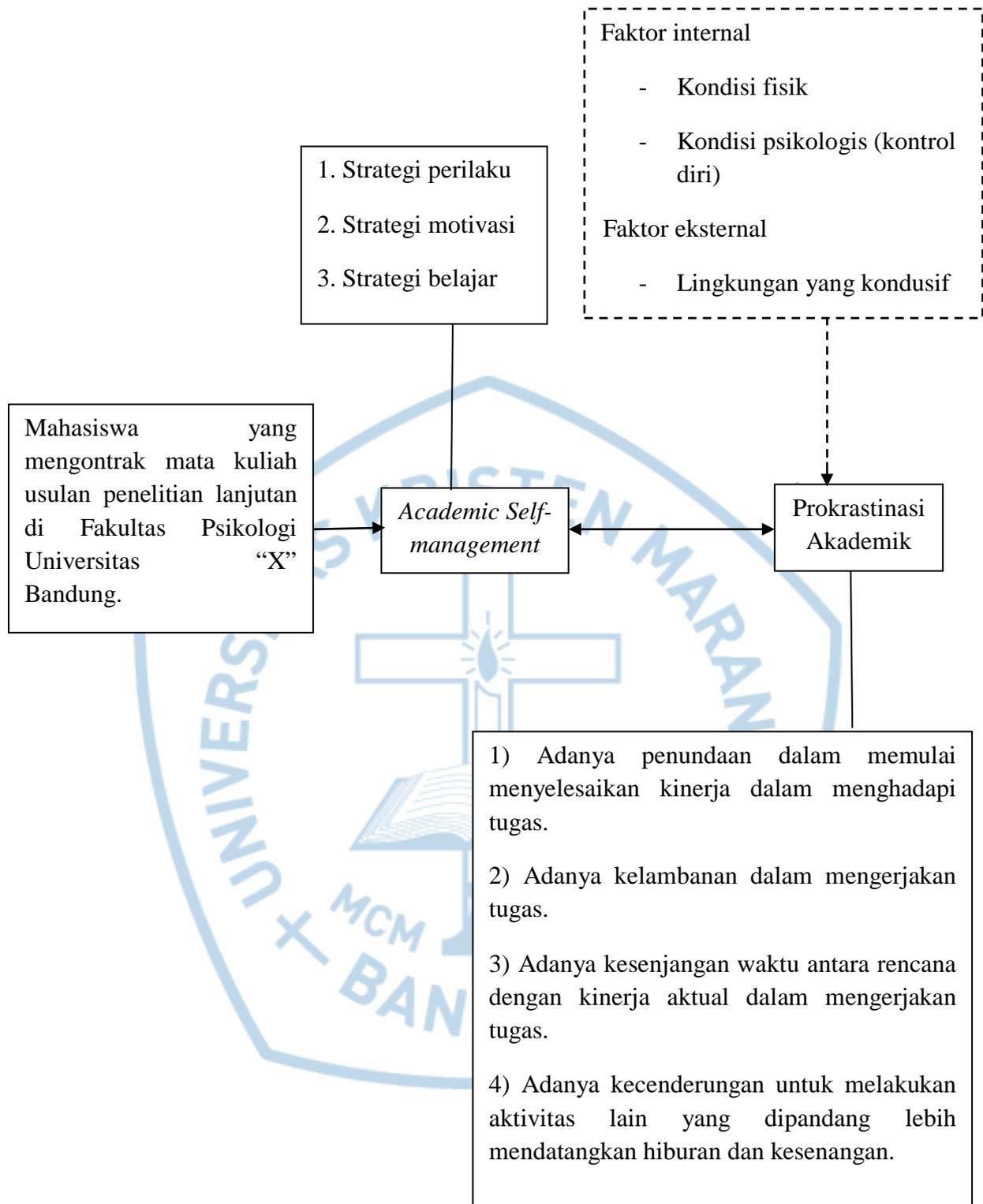
Keempat, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan penelitian. Mahasiswa prokrastinator cenderung tidak segera mengerjakan penelitiannya, akan tetapi menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (komik, majalah, novel, atau buku lainnya), menonton televisi, bermain *video game*, mengobrol dengan teman, jalan-jalan, dan mendengarkan musik, sehingga menyita waktu yang dimiliki untuk mengerjakan penelitian.

Apabila mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi maka mahasiswa akan menunjukkan perilaku menunda dalam mengerjakan usulan penelitiannya baik saat akan memulai mengerjakan

maupun menyelesaikan, tidak akan mengalami keterlambatan maupun lama dalam menyelesaikan usulan penelitiannya, adanya kesenjangan antara rencana yang sudah disusun dengan kinerja aktualnya, dan akan memilih kegiatan yang lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan usulan penelitian.

Mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan yang memiliki prokrastinasi akademik yang rendah, mahasiswa tidak akan melakukan penundaan terhadap penelitiannya namun mahasiswa akan menerapkan strategi-strategi untuk mengontrol faktor-faktor yang membuat mahasiswa dapat melakukan prokrastinasi. Strategi-strategi tersebut adalah strategi perilaku yang meliputi manajemen waktu dan pengaturan lingkungan fisik dan sosial, strategi motivasi yang meliputi penetapan akan tujuan dan meregulasi emosi dan usaha, dan strategi cara belajar yang meliputi teknik-teknik yang digunakan mahasiswa saat belajar dengan dosen, belajar dari buku, dan saat mempersiapkan diri untuk mengerjakan penelitian.

Untuk lebih jelasnya mengenai hubungan antara *academic self-management* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah usulan penelitian lanjutan di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung, dapat digambarkan pada skema kerangka pemikiran sebagai berikut:



Bagan 1.1 Bagan Kerangka Pemikiran

1.6. Asumsi

- Mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung mengalami hambatan dalam menyelesaikan penelitian.
- *Academic self-management* merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik.
- *Academic self-management* akan termanifestasi apabila memiliki strategi perilaku, strategi motivasi, dan strategi cara belajar.
- Prokrastinasi akademik termanifestasi dalam ciri perilaku yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan/kelambanan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana yang dibuat dengan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas.
- Mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik yang rendah dan *academic self-management* yang tinggi akan mampu menyelesaikan usulan penelitian dalam waktu yang telah ditentukan oleh pihak fakultas.

1.7. Hipotesis

- Terdapat hubungan antara *academic self-management* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian Lanjutan di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.