

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Beberapa penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa mengenai hubungan *self-control* dan prokrastinasi akademik menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-control* dan prokrastinasi akademik, penelitian tersebut antara lain dilakukan oleh Sadewa, J. B (2016), Hermawan, C (2018), Wijaya, E. H dan Tori, R. A (2018). Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa semakin mahasiswa memiliki *self-control* yang tinggi, maka semakin rendah prokrastinasi akademik yang dilakukan. Sebaliknya, semakin rendah *self-control* yang dimiliki oleh mahasiswa, maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dilakukan.

Kemudian, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Green, L (1982) mengenai *Minority Student's Self-Control of Procrastination* didapatkan hasil bahwa *self-control* yang dimiliki oleh individu dapat meningkatkan perilaku akademik dan mengurangi perilaku penundaan. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Kuhnle, dkk (2011) tentang Hubungan *Self control*, Prokrastinasi, Gangguan Motivasi dan Penyesalan dengan Nilai Sekolah dan *Life balance*. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa *self control* berkaitan dengan nilai individu di sekolah, hal ini disebabkan oleh prokrastinasi. Dimana, ketika *self control* yang dimiliki oleh individu rendah maka individu tersebut akan melakukan penundaan terhadap tugas, sehingga nilai yang diperoleh pun rendah.

Kota Bandung memiliki beberapa universitas, baik universitas swasta maupun universitas negeri. Universitas “X” merupakan salah satu perguruan tinggi swasta yang terdiri dari 9 fakultas dan 27 program studi yang beragam. Salah satu Fakultas tersebut adalah Fakultas Ekonomi yang terdiri dari Program Studi S-1 Manajemen dan Akuntansi. Fakultas Ekonomi di Universitas X merupakan salah satu fakultas dengan akreditasi A (Data Akreditasi Institusi, 2018). Program pendidikan S-1 Manajemen di Universitas “X” dititikberatkan pada bidang manajemen perusahaan, yaitu *finance*, *marketing*, *operations*, dan *human resource management*, juga *entrepreneurship*. Sedangkan, untuk Program pendidikan S-1 Akuntansi dititikberatkan pada pengembangan kompetensi yang dibutuhkan dalam profesi akuntansi, meliputi kompetensi akuntansi manajemen, pengauditan, perpajakan, dan akuntansi keuangan.

Berdasarkan hasil survey kepada Staff Tata Usaha Program Studi S-1 Manajemen dan Program Studi S-1 Akuntansi di Universitas “X” Bandung, diketahui bahwa rata-rata mahasiswa berpeluang untuk dapat lulus dengan rentang waktu 3,5 tahun. Kemudian, untuk mahasiswa yang lulus lebih dari 3,5 tahun yaitu lulus dalam waktu 5,5 Tahun. Pada umumnya mahasiswa Fakultas Ekonomi di Universitas “X” Bandung dapat mengontrak mata kuliah seminar dan tugas akhir pada saat semester 6 dan 7. Selain itu, mahasiswa dapat mengontrak mata kuliah seminar dan tugas akhir pada semester yang sama, sehingga hal ini memungkinkan mahasiswa untuk lulus cepat dalam kurun waktu 3,5 tahun.

Berdasarkan Buku Kurikulum Program Studi Universitas “X” (2015) sebelum mahasiswa Manajemen Universitas “X” mengontrak mata kuliah metode riset bisnis, mahasiswa diwajibkan untuk memilih dua mata kuliah konsentrasi. Mata Kuliah Wajib Konsentrasi ini terbagi menjadi sepuluh pilihan. Setelah mahasiswa manajemen memilih dua mata kuliah wajib konsentrasi, dapat mengerjakan metode riset bisnis sesuai dengan mata kuliah wajib konsentrasi yang telah dipilih. Mata kuliah metode riset bisnis merupakan tahap awal bagi Mahasiswa Manajemen di Universitas “X” untuk dapat mengerjakan Tugas Akhir.

Masih berdasarkan Buku Kurikulum Program Studi Universitas “X” (2015) sebelum Mahasiswa Akuntansi Universitas “X” dapat mengontrak Tugas Akhir mereka harus menyelesaikan mata kuliah Statistik 1 dan Statistik 2 yang masing-masing memiliki bobot 3 SKS. Setelah mahasiswa akuntansi lulus dari mata kuliah statistik, mereka dapat mengontrak mata kuliah Metodologi Penelitian. Kemudian mereka dapat mengontrak mata kuliah Seminar sesuai dengan minatnya. Mata kuliah seminar terbagi menjadi 4 macam yang diantaranya yaitu Seminar Pajak, Seminar Keuangan, Seminar Audit, dan Seminar Akuntansi manajemen. Setelah mereka menyelesaikan mata kuliah seminar tersebut, mereka dapat mengontrak Tugas akhir.

Berdasarkan keterangan yang diperoleh dari Staff Tata Usaha Program Studi S-1 Manajemen dan Program Studi S-1 Akuntansi Universitas “X” tersebut dapat dilihat bahwa mahasiswa memiliki peluang yang besar untuk menyelesaikan studinya dalam rentang waktu 3,5 tahun, namun faktanya banyak mahasiswa dari angkatan 2013-2014 di Fakultas Ekonomi Universitas “X” Bandung yang belum

menyelesaikan studinya hingga saat ini. Berdasarkan data yang diperoleh dari TU Program Studi S-1 Manajemen didapat data bahwa sebanyak 55 mahasiswa belum lulus, sedangkan untuk Program Studi S-1 Akuntansi didapat data bahwa sebanyak 30 mahasiswa belum lulus, mahasiswa tersebut terdiri dari angkatan 2013-2014.

Selanjutnya, peneliti mewawancarai 13 Mahasiswa Fakultas Ekonomi. Berdasarkan wawancara diperoleh data bahwa 23 % (3 dari 13 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka salah mengambil mata kuliah wajib konsentrasi yang membuat mereka harus menunda satu semester. Perubahan pemilihan mata kuliah wajib konsentrasi membuat mereka menunda mengambil mata kuliah metode riset bisnis, karena mata kuliah tersebut harus dikerjakan sesuai dengan mata kuliah wajib konsentrasi yang telah mereka ambil. Kemudian, 77% (10 dari 13 mahasiswa) mengatakan alasan utama mereka belum lulus dikarenakan terhambat oleh salah satu mata kuliah yang merupakan mata kuliah prasyarat untuk dapat mengontrak tugas akhir. Diantara 10 mahasiswa tersebut, 5 diantaranya mengatakan bahwa mereka menganggap mata kuliah tersebut membosankan dan seringkali mereka memilih untuk tidak masuk kelas. Lalu, 4 mahasiswa lainnya mengatakan bahwa dirinya merasa sulit memahami penjelasan yang dosen berikan saat mata kuliah tersebut berlangsung, sehingga membuat mereka seringkali menunda mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen yang akhirnya membuat mereka tidak lulus. Sedangkan, 1 dari 10 mahasiswa lainnya merasa tidak suka dengan cara dosen mengajar sehingga ia sulit mengerti dan lebih memilih untuk mengulang mata kuliah tersebut di semester selanjutnya.

Selain alasan di atas, sebanyak 69% (9 dari 13 mahasiswa) mengatakan alasan lain yang berasal dari dalam diri mereka yaitu ketidakmampuannya dalam mengendalikan berbagai perasaan yang mengganggu kuliah, sehingga membuat mereka menjadi malas untuk mengerjakan tugas, masuk kelas dan lebih memilih untuk bermain *game* atau melakukan hobi daripada mengerjakan tugasnya. Lain halnya, 31% (4 dari 13 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka mampu mengendalikan perasaannya dalam menjalani proses kuliah, tetapi sering merasa kebingungan saat harus mengerjakan tugas karena menunggu teman mengerjakan tugas terlebih dahulu baru mereka akan mengerjakan tugasnya.

Berdasarkan data yang telah diperoleh dapat disimpulkan bahwa hal-hal yang menjadi hambatan bagi mahasiswa Fakultas Ekonomi untuk menyelesaikan Tugas Akhir yaitu karena adanya perilaku penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa dalam menyelesaikan tugas hingga batas waktu yang diberikan habis, dan harus mengulang mata kuliah prasyarat untuk dapat mengontrak Tugas Akhir. Perilaku menunda yang dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang membuat mereka belum dapat lulus hingga saat ini dapat dikatakan sebagai prokrastinasi akademik.

Menurut Ferrari (1995), prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda dalam proses mengerjakan tugas. Orang yang melakukan prokrastinasi disebut dengan *procrastinator*. Individu yang melakukan prokrastinasi akan menghadapi *deadline* dan hal ini dapat menjadi tekanan baginya sehingga menimbulkan stres. Kerugian lain yang dihasilkan dari perilaku prokrastinasi adalah tugas yang tidak terselesaikan atau terselesaikan namun hasilnya tidak

maksimal karena terbatas *deadline*. Selain itu, perilaku prokrastinasi juga menimbulkan kecemasan sepanjang waktu pengerjaan tugas, sehingga memperbesar jumlah kesalahan yang dilakukan karena individu mengerjakan tugas dalam waktu yang sempit.

Ferrari, Johnson & McCown (1995) mengatakan bahwa perilaku prokrastinasi akademik dapat diukur dan diamati melalui indikator sebagai berikut penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, adanya keterlambatan dalam mengerjakan tugas, adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas, adanya kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan. Ketika individu dihadapkan pada pilihan yang menyenangkan sekarang atau memberikan manfaat nantinya, individu memerlukan suatu pengendalian diri untuk dapat memilih salah satu dari kedua hal tersebut (Hermawan. C, 2018). Kemampuan individu dalam mengendalikan diri sangat berperan penting dalam mendukung proses perkuliahan hingga lulus nantinya, pengendalian diri tersebut disebut sebagai *self-control*.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap 13 Mahasiswa Fakultas Ekonomi, diperoleh data bahwa 38% (5 dari 13) mahasiswa merasa mereka sulit mengendalikan keinginannya dalam melakukan suatu hal yang mereka senangi seperti berkumpul bersama teman-teman atau bermain *game online* meskipun mereka tahu bahwa mereka memiliki tugas kuliah yang harus diselesaikan. Lalu, 15% (2 dari 13 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka sulit mengendalikan perasaan mereka, dimana perasaan mereka turut berpengaruh dalam

proses perkuliahannya. Hal ini dapat dilihat dari perilaku mereka saat suasana hati mereka sedang kurang baik, maka mereka akan menunda mengerjakan tugas kuliahnya, memilih untuk bolos kuliah dan melakukan hal yang dapat memperbaiki suasana hatinya. Kemudian, 9% (1 dari 13 mahasiswa) mengatakan bahwa saat dirinya merasa tidak cocok dengan cara pengajaran yang dosennya berikan maka ia akan memilih untuk mengulang mata kuliah tersebut di semester berikutnya, hal ini dikarenakan mahasiswa tersebut merasa malas untuk mengikuti perkuliahan apabila dosen yang mengajar dirasa tidak sesuai dengan apa yang diharapkannya.

Selain itu diperoleh data bahwa 23% (3 dari 13 mahasiswa lainnya) merasa mereka cukup mampu mengendalikan keinginan serta perasaan mereka sehingga hal tersebut tidak terlalu mempengaruhi proses perkuliahan. Hanya saja mereka merasa hal yang membuat mereka belum lulus hingga saat ini yaitu karena mereka tidak memiliki minat untuk berkuliah di jurusannya saat ini, sehingga mereka kurang mengerahkan usahanya dalam menjalani proses perkuliahan. Hal ini dapat dilihat dari perilaku mahasiswa tersebut yang kurang serius menjalani proses perkuliahan sejak awal masuk, sehingga banyak mata kuliah yang cegal dan menghambat mereka untuk mengontrak beberapa mata kuliah lainnya. Kemudian, 15% (2 dari 13 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka sulit untuk memprioritaskan antara perkuliahan dengan pekerjaan *part time*, sehingga mereka sering kali bolos dan menunda mengerjakan tugas kuliah karena mereka merasa bahwa bekerja *part time* lebih menguntungkan di banding duduk di kelas dan memperhatikan dosen.

Berdasarkan data yang telah diperoleh, nampak bahwa Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013 – 2014 yang belum lulus di Universitas “X” Bandung

memiliki *self-control* yang bervariasi, dimana ada mahasiswa yang memiliki *self-control* yang tinggi dan ada juga mahasiswa yang memiliki *self-control* yang rendah. Selain itu, nampak pula mahasiswa yang sering melakukan prokrastinasi dan adapun mahasiswa yang jarang melakukan prokrastinasi. Perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa fakultas ekonomi cenderung menghambat proses perkuliahan yang mereka jalani, sehingga banyak dari mereka yang masih belum lulus sesuai dengan tenggat waktu yang telah ditetapkan oleh program studinya. Agar mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013 – 2014 dapat segera lulus dari studinya, maka diperlukanlah pengendalian diri yang cukup baik dalam menjalani proses perkuliahannya, pengendalian diri tersebut disebut sebagai *self-control*.

Menurut Baumeister (2012), *self-control* merupakan kemampuan individu untuk menahan keinginan dan dorongan dalam dirinya. *Self-control* mengacu pada kapasitas individu untuk mengubah tanggapan diri, terutama untuk mengarahkan individu sesuai dengan standar seperti cita-cita, nilai-nilai, moral, dan harapan sosial untuk mendukung individu dalam mengejar tujuan jangka panjangnya. *Self-control* dapat membantu individu untuk menahan suatu respon atau lebih, dengan demikian dapat memunculkan respon yang berbeda (Baumeister, Vohs & Tice, 2007). *Self control* dapat membantu individu untuk mengarahkan tingkah lakunya agar tercapai tujuan jangka pendek dan jangka panjang. *Self-control* terdiri atas lima aspek yaitu *self-discipline*, *deliberate / non-impulsive*, *healthy habits*, *work ethic*, dan *reliability*.

Selain itu, menurut Steel (2007) *self-control* merupakan pengendalian diri terhadap waktu tunda penerimaan imbalan. Pengendalian diri ini berkaitan dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan. Frekuensi penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa mempengaruhi performa mereka dalam bidang akademik (Solomon & Rothblum, 1984). Berdasarkan pernyataan tokoh diatas, terlihat bahwa prokrastinasi yang dilakukan oleh Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas “X” dapat merugikan mereka dalam pendidikannya, dimana mahasiswa tersebut harus mengulang mata kuliah yang membuat mereka terhambat lulus tepat waktu. Agar Mahasiswa Fakultas Ekonomi di Universitas “X” dapat lulus dari pendidikan yang sedang ditempuhnya, mahasiswa membutuhkan *self-control* untuk dapat mengendalikan perilaku prokrastinasi. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang diberikan oleh Steel (2007) bahwa prokrastinasi akademik memiliki korelasi negatif yang kuat dengan *self-control*.

Secara umum individu yang mempunyai *self-control* yang tinggi akan menggunakan waktu yang ia miliki dengan tepat dan mengarah pada perilaku yang lebih utama (Ghufron, 2003). Apabila Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 memiliki *self-control* yang tinggi serta mengetahui kewajibannya dalam menjalani proses perkuliahan dengan baik, mereka akan mampu memandu, mengatur serta mengarahkan perilakunya dalam menjalani perkuliahan. Sehingga mereka mampu menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang dalam menjalani perkuliahannya (Seperti mengerjakan tugas terlebih dahulu tanpa mengerjakan hal yang tidak terlalu mendesak). Sebaliknya, jika Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 memiliki *self-control* yang rendah maka

mereka cenderung kurang mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya, hal tersebut membuat mereka lebih memilih mengerjakan sesuatu yang dianggap lebih menyenangkan, sehingga hal ini membuat mereka banyak melakukan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahannya.

Berdasarkan pemaparan serta hasil penelitian diatas, peneliti tertarik untuk melihat seberapa besar pengaruh *Self-Control* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Angkatan 2013-2014 yang belum lulus di Universitas “X” Bandung.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari Penelitian ini ingin diketahui seberapa besar pengaruh *self-control* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang Belum Lulus Di Universitas “X” Bandung.

## **1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Maksud Penelitian**

Maksud dari penelitian ini yaitu untuk memperoleh gambaran mengenai *self-control* dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang Belum Lulus Di Universitas “X” Bandung.

### **1.3.2 Tujuan Penelitian**

Bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-control* terhadap prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang Belum Lulus Di Universitas “X” Bandung.

#### 1.4 Manfaat Penelitian

1. Memberikan suatu informasi kepada bidang ilmu psikologi pendidikan mengenai gambaran ada tidaknya pengaruh *self-control* terhadap prokrastinasi akademik.
2. Dapat memberikan referensi bagi peneliti lain yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh *self-control* terhadap prokrastinasi akademik.
3. Memberikan informasi kepada Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang belum lulus di Universitas "X" mengenai ada tidaknya pengaruh *self-control* terhadap prokrastinasi akademik, dengan tujuan memotivasi mahasiswa untuk lebih dapat mengendalikan diri dalam menjalani proses perkuliahannya, sehingga mereka dapat segera menyelesaikan studinya.
4. Memberikan informasi kepada Fakultas Ekonomi Universitas "X" Bandung mengenai ada tidaknya pengaruh *self-control* terhadap prokrastinasi akademik, dengan tujuan dapat mengadakan program yang membantu mahasiswa dalam meningkatkan *self-control* yang dimiliki.

#### 1.5 Kerangka Pemikiran

Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 berada pada kisaran usia 21-24 tahun atau termasuk dalam tahap perkembangan dewasa awal. Menurut Jeffrey Arnett (2006), Karakteristik dewasa awal adalah melakukan eksplorasi identitas dalam hal pendidikan (seperti memilih jurusan sesuai dengan minatnya).

Serta merasa optimis dan memiliki harapan yang besar bahwa mereka dapat mencapai tujuan yang mereka inginkan, terutama dalam hal prestasi. Tujuan mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 adalah lulus dari program studi yang sedang dijalannya saat ini. Agar mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 dapat lulus dari program studinya, mereka harus mengerjakan tugas akhir.

Tugas akhir merupakan prasyarat untuk dapat lulus S1. Namun, pada kenyataannya berdasarkan fakta yang diperoleh dari Staff Tata Usaha Fakultas Ekonomi Universitas “X” Bandung walaupun mahasiswa memiliki peluang untuk dapat lulus dalam waktu 3,5 tahun, tetapi masih banyak mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 yang masih belum lulus hingga saat ini. Hal ini dikarenakan banyaknya mahasiswa yang masih mengontrak ulang mata kuliah yang belum terselesaikan, adapun mahasiswa yang sering tidak masuk kuliah serta melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas. Perilaku penundaan ini disebut sebagai prokrastinasi akademik.

Menurut Ferrari (1995), prokrastinasi akademik merupakan perilaku penundaan dalam proses mengerjakan tugas. Adapun orang yang melakukan prokrastinasi disebut dengan *procrastinator*. Individu yang melakukan prokrastinasi akan menghadapi *deadline* dan hal ini dapat menjadi tekanan bagi mereka sehingga menimbulkan *stress*. Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang melakukan prokrastinasi akan menghadapi *deadline* dalam mengerjakan tugas perkuliahan, *deadline* tersebut dapat menjadi tekanan bagi

mereka. Prokrastinasi dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dalam indikator tertentu, yang diantaranya:

Pertama, indikator penundaan untuk memulai pengerjaan tugas. Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang melakukan prokrastinasi secara sadar mengetahui bahwa banyak tugas yang harus diselesaikan agar dirinya dapat lulus dari mata kuliah tertentu namun mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 cenderung menunda-nunda dalam memulai pengerjaan tugas yang dimiliki walaupun ia tahu bahwa tugas tersebut harus segera diselesaikan.

Kedua, indikator menunda dalam proses pengerjaan tugas. Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahannya. Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 merasa bahwa waktu yang mereka miliki untuk mengerjakan tugasnya masih banyak, sehingga mereka memilih menunda mengerjakan tugas tersebut di keesokan harinya hingga tenggat waktu yang diberikan untuk pengerjaan tugas habis.

Ketiga, indikator kesenjangan antara niat atau rencana yang dibuat dengan kinerja aktual. Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang melakukan prokrastinasi cenderung sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* pengumpulan tugas yang telah ditentukan oleh dosennya. Hal ini dikarenakan mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu yang seharusnya dilakukan untuk mengerjakan tugas dengan melakukan aktifitas lain yang tidak berhubungan dengan tugasnya. Pada umumnya, mahasiswa memiliki rencana

dalam mengerjakan tugas, akan tetapi sering kali mahasiswa tidak melaksanakan rencananya tersebut.

Kemudian, indikator yang keempat yaitu melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas. Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang melakukan prokrastinasi cenderung tidak segera mengerjakan tugas yang dimiliki dan memilih mengerjakan hal yang dianggap lebih menyenangkan seperti bermain *games* atau pergi berkumpul disuatu tempat bersama teman-temannya tanpa merasa bahwa dirinya memiliki tugas yang harus segera dikerjakan.

Terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 yang belum lulus di Universitas “X” Bandung dalam melewati tahapan-tahapan yang telah disebutkan sebelumnya, faktor tersebut yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Menurut Ferrari (dalam Ghufron & Risnawati, 2010) faktor internal adalah faktor yang ada di dalam diri mahasiswa seperti *trait* kepribadian yang dimiliki mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014. Kemudian, terdapat faktor eksternal yang dimiliki oleh mahasiswa seperti lingkungan yang kurang mendukung, dimana teman atau keluarga mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 kurang memberi *support* dalam menjalani proses perkuliahan seperti tidak memberi semangat atau mengolok-olok saat mereka sedang mengalami kegagalan. Janssen dan Carton (1999) mengusulkan lima hal yang sering dikaitkan dengan tingginya kecenderungan prokrastinasi, yaitu rendahnya *self-control*, *self-consciousness*, *self-esteem* dan *self-efficacy* serta adanya kecemasan sosial yang dimiliki oleh individu.

Di antara kelima hal tersebut, yang dijadikan fokus dalam penelitian ini adalah *self-control*.

Banyak tahap yang harus dilewati oleh Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang belum lulus di Universitas “X” Bandung untuk dapat lulus dari program studi yang sedang ditempuhnya saat ini. Untuk dapat menyelesaikan studinya Mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 memerlukan pengendalian diri yang baik (*self control*) dalam menjalani proses perkuliahan hingga lulus nantinya. Pengendalian diri ini disebut sebagai *self-control*.

Menurut Baumeister (2012), *self-control* merupakan kemampuan individu untuk menahan keinginan dan dorongan dalam dirinya. *Self-control* mengacu pada kapasitas individu untuk mengubah tanggapan diri, terutama untuk mengarahkan individu sesuai dengan standar seperti cita-cita, nilai-nilai, moral, dan harapan sosial untuk mendukung individu dalam mengejar tujuan jangka panjangnya. *Self-control* dapat membantu mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 dalam mengarahkan tingkah lakunya agar mereka dapat menyelesaikan studinya sesuai dengan rentang waktu yang telah ditentukan oleh program studinya. *Self control* terdiri atas lima aspek yaitu *self discipline*, *deliberate/non impulsive*, *healthy habit*, *work ethic*, dan *reliability*.

Aspek pertama adalah *self-dicipline* yang merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk berperilaku saat melakukan sesuatu. Mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 yang memiliki *self-dicipline* dapat

memfokuskan diri dalam menjalani perkuliahan dan menahan dirinya untuk tidak melakukan kegiatan-kegiatan lain yang tidak relevan atau dapat mengganggu perkuliahannya seperti tidak masuk kuliah dan bermain *games*. Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang memiliki *self-dicipline* cenderung tidak akan melakukan penundaan saat memulai pengerjaan tugas yang ia miliki, sehingga sebelum waktu pengumpulan tugas habis, mereka telah menyelesaikan tugasnya.

Aspek kedua adalah *deliberate / non-impulsive* yang merupakan kecenderungan individu dalam melakukan suatu tindakan yang tidak impulsif. Individu mempertimbangkan dengan baik dalam memberikan respon pada suatu stimulus, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan dan bertindak. Sebagai contoh, mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 yang tidak impulsif cenderung dapat menahan diri serta mempertimbangkan dengan baik dampak dari hal yang ia lakukan seperti tetap mengikuti mata kuliah sekalipun mereka tidak menyukai cara pengajaran yang dosennya berikan. Selain itu, Mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 yang tidak impulsif cenderung akan mempertimbangkan konsekuensi apa yang akan mereka hadapi apabila mereka menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen, sehingga saat mereka ingin melakukan hal tersebut mereka akan berpikir ulang dalam mengambil keputusan serta bertindak.

Aspek yang ketiga adalah *healthy habits* yang merupakan kemampuan untuk mengatur pola hidup yang sehat bagi individu. Individu akan mampu menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan bagi dirinya. Individu akan mengutamakan hal-hal yang

memberikan dampak positif bagi dirinya meskipun dampak tersebut tidak muncul secara langsung. Sebagai contoh, mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 akan memperhatikan pola makan dan istirahat yang cukup agar kondisi tubuhnya tetap sehat, sehingga dapat menjalani perkuliahan tanpa bolos karena sakit. Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang memiliki *healthy habits* cenderung tidak akan menunda mengerjakan tugas yang ia miliki, sehingga ia tidak perlu begadang dalam mengerjakan tugas tersebut. Apabila mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 memiliki *healthy habits* yang baik, maka ia tidak akan menunda mengerjakan tugasnya hanya karena masalah kesehatan. Perilaku tersebut merupakan salah satu bentuk *healthy habits*.

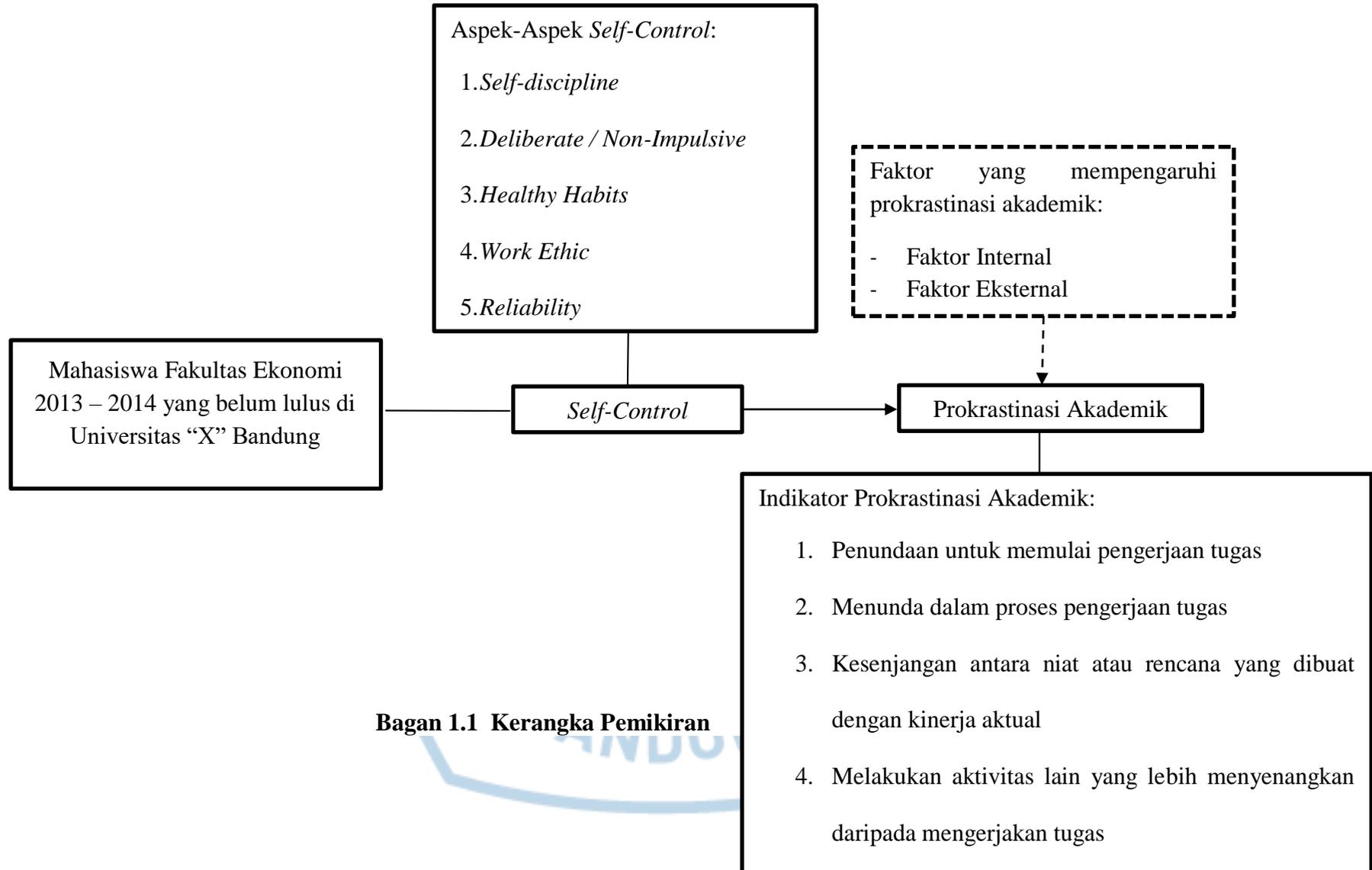
Aspek keempat adalah *work ethic* yang merupakan kemampuan individu dalam menyelesaikan tugasnya tanpa dipengaruhi hal-hal yang ada di luar tugasnya. Ketika Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 memiliki *work ethic* yang tinggi dia mampu memusatkan perhatiannya hanya pada tugas utama yang saat itu sedang ia kerjakan. Dengan memusatkan perhatiannya pada hal tersebut, ketika ada gangguan dari pihak lain untuk melakukan penundaan dalam mengerjakan tugasnya, ia akan tetap mampu menolaknya dengan cara mengabaikan hal-hal lain yang tidak berhubungan dengan tugasnya. Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 dengan *work ethic* yang tinggi cenderung tidak akan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang ia miliki dan berhasil mengerjakan tugas tersebut dengan tepat waktu, meskipun mereka memiliki kegiatan lain yang harus dilakukan seperti mengikuti unit kegiatan kampus atau bermain *games*.

Kemudian, aspek yang terakhir yaitu *reliability* yang merupakan keandalan individu dalam pelaksanaan tugas jangka panjang untuk mencapai suatu pencapaian tertentu. Hal ini dapat dilihat dari sejauh mana individu dapat bertanggungjawab dalam menyelesaikan tugas dan peran. Sebagai contoh, mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 yang memiliki *reliability* cenderung mampu dalam menyelesaikan tugas akhir sebagai syarat kelulusan dari program studinya. Namun, sebaliknya apabila mahasiswa tersebut memiliki *reliability* yang rendah, mereka cenderung akan melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas akhir. Apabila mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2013-2014 memiliki *reliability* yang tinggi, mereka cenderung akan mampu diandalkan untuk bertanggung jawab dalam mengerjakan tugasnya hingga selesai meskipun akan memakan waktu yang lama. Individu yang dapat bertahan mengerjakan tugas dalam jangka waktu yang cukup lama ini cenderung akan lebih tidak menunda untuk menyelesaikan tugasnya. Sehingga apabila terdapat gangguan untuk menunda menyelesaikan tugasnya, ia akan tetap mengerjakan tugasnya karena ia memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan tugasnya tersebut.

Pada umumnya apabila mahasiswa memiliki *self-control* yang tinggi mereka cenderung mampu mengendalikan perilakunya untuk tidak melakukan perilaku penundaan dalam pengerjaan tugas sehingga mereka dapat lulus dari program studinya saat ini. Sebaliknya, apabila mahasiswa memiliki *self-control* yang rendah mereka cenderung akan melakukan perilaku penundaan dalam menjalani proses perkuliahannya sehingga mereka terhambat untuk dapat lulus dari program studinya saat ini. Dengan demikian, *self-control* dapat membantu

Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013-2014 yang belum lulus di Universitas “X” Bandung untuk tidak melakukan perilaku penundaan (prokrastinasi akademik) dalam menjalani proses perkuliahannya. Secara singkat, pemaparan diatas diturunkan ke dalam skema berikut:





**Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran**

## 1.6 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan asumsi diatas, hipotesis penelitian ini “terdapat pengaruh *self-control* terhadap prokrastinasi akademik” pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2013 – 2014 yang belum lulus di Universitas “X” Bandung.

