

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang Masalah

”Tuntutlah ilmu setinggi bintang di langit”, merupakan semboyan yang sering didengungkan oleh para pendidik. Hal ini menekankan pentingnya pendidikan bagi setiap orang. Seiring dengan perkembangan ilmu dan teknologi yang semakin maju, menyadarkan masyarakat mengenai pentingnya peranan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam kehidupan. Umumnya setiap orang mencari pendidikan yang terbaik untuk masa depannya. Hal ini terlihat dari fenomena dimana banyak orang yang rela menuntut ilmu sampai keluar negeri, misalnya saja pada pasca krisis ekonomi 1997, pelajar Indonesia yang menuntut ilmu ke luar negeri selalu meningkat 20% lebih tiap tahun dan sepanjang tahun 2008 ada 20.000 pelajar yang pergi ke luar negeri untuk sekolah (Kontan Monthly: March April 2009). Di Indonesia pemerintah telah mencanangkan program wajib belajar sembilan tahun bagi seluruh masyarakat Indonesia. Tidak hanya itu, berbagai perguruan tinggi baru bermunculan di tanah air dan menawarkan fakultas dan jurusan yang beranekaragam. Mereka yang berhasil lulus menempuh pendidikan di universitas dan perguruan tinggi mendapat gelar sarjana.

Sarjana merupakan gelar yang sudah tidak asing lagi, sarjana dianggap sebagai suatu prestasi atau keberhasilan yang patut dibanggakan yang dicapai oleh para mahasiswa. Namun dalam kenyataannya, meraih gelar sarjana tidak mudah, perlu perjuangan untuk meraihnya. Mahasiswa membutuhkan 3-4 tahun belajar

bahkan lebih dan diakhiri dengan menghasilkan karya ilmiah atau yang sering disebut skripsi sebagai tugas akhir sebelum akhirnya dinyatakan lulus dan meraih gelar sarjana.

Salah satu persoalan yang dihadapi fakultas di Perguruan Tinggi adalah jumlah lulusan yang tidak sebanding dengan jumlah mahasiswa yang masuk. Berdasarkan survei di fakultas "X", pada oktober 2010 yang dilakukan pada Tata Usaha fakultasnya, setiap tahunnya mahasiswa yang berhasil lulus semakin meningkat. Berdasarkan data yang diperoleh, tahun akademik 2000 jumlah lulusannya tercatat 25 orang, tahun akademik 2003 jumlah lulusannya meningkat menjadi 74 orang, tahun akademik 2004 jumlah lulusan meningkat menjadi 76 orang, tahun akademik 2005 jumlah lulusan meningkat tercatat 95 orang wisudawan. Meski angka jumlah kelulusan tiap tahun terlihat meningkat, namun angka ini masih kecil bila dibanding dengan jumlah yang masuk tiap tahunnya.

Dari *survey* yang dilakukan diketahui bahwa untuk tahun akademik 2000, tercatat mahasiswa yang diterima di fakultas 'X' ini sejumlah 135 orang mahasiswa, namun yang berhasil lulus tepat waktu dalam jangka waktu 4 tahun hanya berjumlah 6 orang atau berkisar 4% saja. Untuk tahun akademik 2001, tercatat bahwa mahasiswa yang diterima adalah 143 orang mahasiswa, namun yang berhasil lulus dalam jangka waktu 4 tahun adalah 8 orang mahasiswa atau berkisar 5% dari jumlah mahasiswa. Untuk tahun akademik 2004, tercatat bahwa mahasiswa yang diterima adalah sebanyak 241 orang mahasiswa, namun mahasiswa yang berhasil lulus tepat waktu (4 tahun) pada angkatan ini adalah sebanyak 16 orang atau berkisar 6% dari jumlah mahasiswa. Melihat kondisi ini,

merujuk bahwa masih banyak mahasiswa yang belum lulus tepat waktu. Mahasiswa tertunda kelulusannya, terlihat adanya penundaan pada fakultas ini.

Salah satu faktor yang menyebabkan mahasiswa tertunda untuk lulus tepat waktu adalah perilaku mahasiswa dalam menunda-nunda menyelesaikan tugas akademiknya. Penundaan akademik yang dilakukan mahasiswa sering terjadi pada tugas-tugas kuliah, menghadiri pertemuan, membaca dan tugas administratif (Salomon dan Rothblum, 1984). Penundaan ini dalam literatur ilmiah psikologi disebut dengan nama prokrastinasi akademik. Seseorang dikatakan melakukan prokrastinasi ketika seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu, sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan. Prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu, dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu kerja ketika menghadapi suatu tugas (Ferrari, 1998).

Di perguruan tinggi, prokrastinasi sering terjadi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Gallagher, sekitar 52% mahasiswa yang mereka teliti mengalami masalah prokrastinasi mulai dari tingkat sedang sampai tinggi (Gallagher, S & Kelleher (1992) dalam *Journal of College Student Development*). Prokrastinasi sering terjadi di kalangan mahasiswa sehingga muncul fenomena, misalnya perilaku “*system kebut semalam*” (SKS), dimana mahasiswa hanya mengerjakan tugas-tugas perkuliahan yang diberikan dan belajar untuk menghadapi ujian hanya semalam sampai beberapa jam sebelum tugas itu dikumpulkan atau ujian itu

berlangsung (<http://www.atmajaya.ac.id/>). Penelitian Ellis dan Knaus yang menemukan bahwa 25%-75% pelajar diseluruh dunia melakukan prokrastinasi, data terbaru dari Salomon dan Rothblum (1995) menemukan bahwa 95% subjek pelajar yang diteliti merupakan prokrastinator (www.mitrapedulicenter.multiply.com).

Menurut Ferrari (1995) prokrastinasi akademik banyak berakibat negatif, dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang. Prokrastinasi akademik juga dapat menimbulkan kebiasaan buruk dalam belajar. Penundaan dalam menghadapi suatu tugas dapat membuat mahasiswa tersebut kehilangan motivasi untuk mengerjakannya bahkan frustasi dan malu terutama terhadap keluarga dan teman-teman karena mendapati tidak berhasil menyelesaikannya.

Prokrastinasi dapat dibagi menjadi dua berdasarkan fungsinya, yaitu: *functional procrastination* dan *disfunctional procrastination*. *Functional procrastination*, yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat, misalnya mahasiswa melakukan penundaan dalam rangka untuk melengkapi data yang kurang dalam skripsinya. *Disfunctional procrastination* yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah, misalnya mahasiswa melakukan penundaan dengan alasan ingin menonton bioskop bersama teman-temannya. Berbagai hasil penelitian menemukan aspek-aspek pada diri individu yang

memengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi, antara lain; rendahnya kontrol diri, *self conscious*, rendahnya *self esteem*, *self efficacy*, dan kecemasan sosial (Solomon, L.J. & Rothblum, E.D. 1984).

Mahasiswa tingkat akhir termasuk dalam dewasa awal. Pada masa dewasa awal, kontrol diri sudah terbentuk. Seorang individu mulai memasuki masa dewasa awal akan mampu menjadi individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat (Hurlock, 1973). Schaic (1977) percaya bahwa individu dewasa awal yang menguasai kemampuan kognitif perlu memonitor perilaku mereka sendiri, sehingga memperoleh kebebasan yang cukup, berpindah ke fase selanjutnya yang melibatkan tanggung jawab sosial. Begitu pula mahasiswa tingkat akhir perlu memonitor perilakunya sendiri dan diharapkan menyelesaikan tanggung jawabnya sebagai mahasiswa tingkat akhir yaitu menyelesaikan skripsinya. Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku.

Mahasiswa diharapkan untuk dapat menyelesaikan tugas skripsinya disamping tugas lainnya misalnya organisasi dan bermain. Terarahnya mahasiswa dalam mengerjakan skripsi disamping tugas-tugas lainnya, salah satunya dipengaruhi oleh keterampilan kontrol diri. Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, memiliki tanggung jawab untuk mengerjakan skripsinya, bila mempunyai

kontrol diri yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku kepada hal-hal yang lebih menunjang penyelesaian skripsinya, sedangkan seorang mahasiswa yang memiliki kontrol diri rendah akan berperilaku dan bertindak kepada hal-hal yang lebih menyenangkan dirinya misalnya, lebih banyak menonton televisi, bermain video game dan lain-lainnya, bahkan akan menunda-nunda tugas skripsi yang seharusnya mendapat prioritas untuk di kerjakan terlebih dahulu.

Lebih lanjut, seseorang yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan menggunakan waktu yang sesuai dan mengarah pada perilaku yang lebih utama, seperti pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, perilaku utamanya adalah mengerjakan skripsinya, sedangkan seseorang yang mempunyai kontrol diri rendah tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya untuk menyusun skripsi, akan lebih mementingkan yang lain seperti organisasi maupun bermain dan diasumsikan melakukan penundaan. Semakin tinggi kontrol diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku sehingga, diharapkan berdampak pada kurangnya tindakan prokrastinasi. Rendahnya kontrol diri ketika hendak mengerjakan skripsi mengakibatkan mahasiswa kurang intens dalam mengendalikan tingkah lakunya sehingga, hal ini dapat berakibat munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Menyusun usulan penelitian skripsi dan bagi sebagian mahasiswa nampaknya merupakan hal yang memberatkan tetapi wajib dijalani bahkan, bagi sebagian orang menyusun skripsi dianggap pekerjaan yang sangat berat. Beberapa faktor yang menyebabkan mahasiswa menunda: terkait masalah penguasaan

teknik penulisan, penguasaan bahasa Indonesia, kurangnya membaca, dan tidak terbiasa menulis. Kesulitan lain yang seringkali dialami diantaranya kesulitan mencari judul untuk skripsi, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, dana yang terbatas, atau takut menemui dosen pembimbing. Kesulitan-kesulitan tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan stres, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi dan bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya (www.swaraunib.com/29 juli 2010).

Di Fakultas "X" Universitas "Y" ini, tahapan pendidikan yang harus dilalui sebagai mahasiswa yaitu mereka harus menyelesaikan 144 sks, dan mengikuti seminar usulan penelitian dan sidang. Mahasiswa/i terlebih dahulu mengontrak usulan penelitian kemudian seminar dan selanjutnya mengontrak skripsi dan sidang sebagai puncak dari penyelesaian skripsi. Setelah dianalisis terlihat bahwa mahasiswa yang mengontrak usulan penelitian setiap semester jumlahnya semakin meningkat. Misalnya saja untuk tahun 2008/2009 semester 7 tercatat yang mengontrak mata kuliah usulan penelitian baru sebanyak 205 orang, kemudian di semester 8 tahun akademik yang sama mahasiswa yang mengontrak usulan penelitian lanjutan (untuk kedua kalinya) sebanyak 149 orang. Terlihat lebih dari 50% mahasiswa mengalami prokrastinasi pada mata kuliah usulan penelitian ini, sehingga mereka harus mengontrak kembali usulan penelitian.

Berdasarkan survei yang dilakukan, jumlah mahasiswa yang masih mengontrak usulan penelitian lanjutan hingga oktober 2010 antara lain mahasiswa angkatan 1998 masih ada 1 orang, mahasiswa angkatan 1999 masih ada 3 orang yang mengontrak usulan penelitian lanjutan, mahasiswa angkatan 2000 berjumlah

1 orang, mahasiswa angkatan 2001 berjumlah 1 orang, mahasiswa angkatan 2002 masih ada 19 orang. Untuk mahasiswa angkatan 2003, yang masih mengontrak usulan penelitian lanjutan berjumlah 15 orang, sedangkan mahasiswa angkatan 2004 masih 27 orang yang mengontrak usulan penelitian lanjutan, mahasiswa angkatan 2005 berjumlah 51 orang dan mahasiswa angkatan 2006 terdapat 93 mahasiswa yang mengontrak usulan penelitian lanjutan. Dari data diatas, terlihat ragam jumlah mahasiswa yang tertunda dalam usulan penelitian. Hal ini didukung dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap 20 orang mahasiswa fakultas "X" Universitas "Y" yang sedang berkuliah di fakultas ini, di dapat bahwa 100% menyatakan bahwa tertundanya mahasiswa dalam skripsi karena lama dalam menyelesaikan usulan penelitian.

Berdasarkan wawancara dari 20 mahasiswa yang mengontak usulan penelitian, didapat bahwa 50% diantaranya mengatakan tertunda karena alasan ada tugas/kegiatan lain seperti organisasi dan pekerjaan yang harus dikerjakan, 30% mengatakan karena kesulitan mengerjakannya/tidak tahu harus menulis apa/sulit konsentrasi, 20% lainnya karena alasan dosen pembimbing yang sulit ditemui. Berdasarkan fakta tersebut merujuk bahwa mahasiswa telah melakukan prokrastinasi akademik usulan penelitian. Mahasiswa tersebut kurang mampu mengarahkan perilakunya untuk tetap mengerjakan usulan penelitiannya, lebih memilih aktivitas lain di luar mengerjakan usulan penelitian seperti kegiatan organisasi dan hobbi.

Dalam wawancara didapat bahwa mahasiswa usulan penelitian yang melakukan prokrastinasi menyadari bahwa tugas usulan penelitian tersebut

merupakan tugas *primer* yang harus di selesaikan dan berguna baginya sebagai syarat untuk skripsi, ternyata mereka menunda-nunda pengerjaannya. Mereka telah membuat beberapa perencanaan pengerjaan usulan penelitian namun ketika sampai pada hari pelaksanaannya, rencana tersebut tidak juga dilaksanakan, artinya dalam kondisi mahasiswa tersebut tidak dapat mengarahkan diri atau mengontrol dirinya dalam mengerjakan usulan penelitian. Selain itu, mahasiswa juga dengan sengaja menghabiskan waktunya untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan dibanding mengerjakan usulan penelitian misalnya mengobrol atau membaca novel atau menonton. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut kurang dapat mengontrol dirinya untuk tetap mengerjakan usulan penelitian dan hal tersebut mengakibatkan tugas usulan penelitian menjadi terbengkalai.

Lulus mata kuliah usulan penelitian ditandai dari lulusnya mahasiswa dalam seminar outline usulan penelitian. Dalam bab XIV prosedur pengajuan dan seminar usulan penelitian dalam surat keputusan dekan fakultas no:0489.B/SK/FP-UKM/VII/2009, tentang pemberlakuan peraturan akademik tahun 2010 diatur mengenai syarat-syarat untuk pengajuan seminar usulan penelitian. Berdasarkan wawancara dengan koordinator usulan penelitian, didapat bahwa tuntutan dalam usulan penelitian adalah mahasiswa dapat mengerjakan tulisan penelitiannya hingga BAB III yang di bimbing oleh 2 orang pembimbing, yaitu: pembimbing utama dan pembimbing pedamping dan apabila telah memenuhi syarat oleh dosen pembimbing masing-masing, diajukan untuk mengikuti seminar outline.

Prioritas mahasiswa tingkat akhir adalah menyusun usulan penelitian, sehingga adanya kontrol diri pada mahasiswa seharusnya dapat memengaruhi mahasiswa tersebut untuk tetap mengendalikan perilakunya untuk mencapai target yaitu selesai dalam menyusun usulan penelitian, misalnya dengan cara tidak menunda-nunda dalam menulis usulan penelitian. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang rendah, maka mahasiswa tersebut cenderung untuk menganggap diri mereka tidak mampu untuk menyelesaikan skripsinya sehingga usulan penelitian tersebut tidak dikerjakan dan memilih kegiatan lain selain menyusun usulan penelitian.

Berdasarkan fakta-fakta yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh bagaimana hubungan antara *self-control* dan prokrastinasi akademik yang terjadi khususnya pada mahasiswa/i yang sedang menyusun usulan penelitian di fakultas "X" Universitas "Y" di Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

Apakah terdapat hubungan antara *self-control* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun usulan penelitian di fakultas "X" universitas "Y" di kota Bandung.

1.3 Maksud dan tujuan penelitian

Maksud diadakan penelitian ini yaitu untuk mendapatkan gambaran tentang hubungan antara *self-control* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang

sedang menyusun usulan penelitian di Fakultas “X” Universitas “Y” di kota Bandung.

Tujuan diadakan penelitian ini yaitu untuk memberikan gambaran tentang bagaimana *self-control* memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun usulan penelitian di Fakultas “X” Universitas “Y” di kota Bandung.

1.4 Kegunaan penelitian

1.4.1. Kegunaan Ilmiah

1. Hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai kontribusi informasi bagi ilmu Psikologi khususnya bidang Psikologi pendidikan mengenai hubungan *self-control* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun usulan penelitian fakultas “X” Universitas “Y”.
2. Memberikan masukan informasi bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai hubungan *self-control* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun usulan penelitian di Fakultas “X” Universitas “Y”

1.4.2. Kegunaan Praktis

Adapun kegunaan praktisnya adalah :

1. Memberikan informasi bagi pihak fakultas “X” universitas “Y” mengenai keadaan *self-control* mahasiswa usulan penelitian dan bagaimana kaitannya dengan prokrastinasi akademik yang sedang

terjadi di fakultas. Informasi ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menanggulangi permasalahan prokrastinasi akademik di fakultas, misalnya membuat training atau seminar sebagai tindakan preventif bagi mahasiswa usulan penelitian.

2. Memberikan masukan informasi bagi para mahasiswa usulan penelitian Fakultas “X” Universitas “Y” mengenai peranan *self-control* dalam hubungannya dengan prokrastinasi akademik. Informasi ini dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan bagi mahasiswa usulan penelitian untuk meningkatkan *self-controlnya*, seperti dengan mengikuti training atau seminar yang diadakan oleh fakultas.
3. Memberikan masukan informasi bagi dosen pembimbing usulan penelitian mengenai bagaimana hubungan antara *self-control* dan prokrastinasi akademik mahasiswa di Fakultas “X” Universitas “Y”. Informasi ini dapat digunakan oleh dosen pembimbing usulan penelitian untuk membantu mahasiswa khususnya bila mengalami prokrastinasi dalam menyelesaikan usulan penelitiannya misalnya dengan cara mengawasi kondisi *self-control* mahasiswa melalui konseling personal.

1.5 Kerangka Pemikiran

Pendidikan di perguruan tinggi menuntut mahasiswa untuk lebih aktif dan berinisiatif dalam mengembangkan pengetahuan dan kemampuan. Hal ini menuntut mahasiswa tersebut untuk secara efektif dan efisien menggunakan waktu belajarnya sehingga dapat menyelesaikan kuliah sesuai dengan batas waktu

yang ditentukan. Namun tidak semua mahasiswa dapat menggunakan waktu belajarnya secara efisien dan efektif sehingga tidak dapat menyelesaikan kuliah sesuai dengan masa studi yang telah ditetapkan. Pada umumnya tertundanya mahasiswa ini untuk lulus karena mengalami kesulitan ketika sedang menyusun skripsi. Perilaku tertundanya suatu pekerjaan akademik dalam literatur psikologi dinamakan dengan prokrastinasi akademik.

Mahasiswa/i fakultas "X" di Bandung termasuk individu yang berada dalam tahap perkembangan dewasa awal. Dalam rentang perkembangan dewasa awal, mahasiswa/i mulai meninggalkan perasaan ketergantungan yang terdapat pada masa anak-anak, dan sudah menunjukkan perasaan tanggung jawab yang merupakan ciri khas orang dewasa awal. Pada masa ini, individu telah mencapai apa yang oleh Piaget (1980) disebut dengan tahap pelaksanaan formal dalam kemampuan kognitif. Dalam dewasa awal, mahasiswa dapat memandang masalah dari beberapa sudut pandang dan menyelesaikannya dengan mengambil banyak faktor sebagai dasar pertimbangan. Mereka memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan kuliahnya, lulus dan mendapat gelar sarjana.

Di fakultas 'X' universitas "Y" ini, sebelum menempuh skripsi, mahasiswa terlebih dahulu menempuh usulan penelitian. Usulan penelitian merupakan tulisan ilmiah yang diharapkan dapat diselesaikan oleh mahasiswa yang ditandai dengan lulusnya mahasiswa tersebut dalam seminar, kemudian selanjutnya mengontrak skripsi. Usulan penelitian ini dibimbing oleh dua orang dosen, yaitu dosen pembimbing utama dan ko-pembimbing. Mahasiswa

diharapkan dapat berkonsultasi dengan dosen tersebut terkait dengan penelitiannya hingga selesai dan akhirnya mengikuti seminar.

Dalam pelaksanaannya mengerjakan usulan penelitian, mahasiswa membutuhkan keterampilan dengan memperhatikan *self-control* (kontrol diri) dalam mengatur tingkah laku untuk tetap mengerjakan usulan penelitian. Calhoun dan Acocella (1990) mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Kontrol diri diperlukan untuk membantu mahasiswa tingkat akhir mengarahkan tingkah lakunya untuk menulis tulisan usulan penelitian sebagai prioritas.

Kemampuan mengontrol diri sejalan dengan bertambahnya usia. Semakin bertambah usia seseorang maka cenderung semakin baik kemampuan mengontrol dirinya. Usia sejalan dengan kematangan emosi. Kematangan emosi salah satu ciri bahwa seseorang tersebut mampu mengontrol dirinya. Seorang mahasiswa yang berumur 22 tahun lebih mampu mengontrol dirinya untuk belajar dan lebih mampu mempertimbangkan suatu kemungkinan ketika menghadapi suatu masalah dalam belajar dibanding dengan anak remaja. Mahasiswa yang mendapat pengawasan dan dukungan seperti dari dosen pembimbing, orangtua atau keluarga membuat mahasiswa lebih berupaya untuk mengontrol dirinya untuk terus belajar dibanding bila tidak didukung atau diawasi.

Kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang. Kontrol fisik, menyangkut kemampuan mahasiswa dalam memengaruhi dan mengatur keadaan diri secara fisik. Hal ini mencakup

kemampuan mahasiswa yang sedang menyusun usulan penelitian dalam memengaruhi dan mengatur keadaan diri secara fisik, yaitu mencakup kontrol terhadap penampilan diri, gerakan motorik dan perubahan faktor-faktor di dalam tubuhnya agar terarah untuk menyelesaikan tulisan usulan penelitian. Kontrol diri psikologis, merupakan kemampuan mahasiswa yang sedang menyusun usulan penelitian dalam memengaruhi dan mengatur perasaan dan persepsi yaitu kontrol terhadap kebutuhan, pikiran dan emosi sehingga mahasiswa tersebut lebih fokus ketika mengerjakan usulan penelitian. Kontrol diri tingkah laku, kemampuan mahasiswa yang sedang menyusun usulan penelitian dalam memengaruhi dan mengatur hal-hal yang ingin dilakukan untuk mengerjakan usulan penelitian, akibatnya akan memengaruhi apakah tingkah laku itu akan ditampilkan atau tidak untuk mendukung penyelesaian usulan penelitian.

Ketika mahasiswa dapat mengendalikan emosi dan dorongan dalam dirinya untuk terus bertahan mengerjakan usulan penelitiannya maka mahasiswa tersebut dikatakan sedang melakukan kontrol diri. Ketika mengalami hambatan misalnya rasa malas ataupun adanya ajakan teman maka mahasiswa tersebut menggunakan sikap yang rasional dalam merespon situasi tersebut, misalnya memotivasi diri agar tetap fokus, atau dengan menolak atau menunda ajakan teman tersebut setelah mengerjakan usulan penelitian. Ketika mahasiswa tersebut memutuskan untuk menunda menyelesaikan tulisan usulan penelitiannya mengakibatkan penyelesaian tulisan usulan penelitian itu menjadi lama, berarti mahasiswa tersebut sedang melakukan prokrastinasi akademik terhadap usulan penelitian.

Kurangnya pengendalian merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi. Prokrastinasi dapat dibagi menjadi dua, yaitu: *functional procrastination* dan *disfunctional procrastination*. *Functional procrastination*, yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat. *Disfunctional procrastination* yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah. Ada dua bentuk prokrastinasi yang *disfunctional* yaitu: *Decisional procrastination* dan *Avoidance procrastination*.

Prokrastinasi dilakukan sebagai suatu bentuk *coping* yang digunakan untuk menyesuaikan diri dalam pengambilan keputusan pada situasi-situasi yang dipersepsikan penuh stress. Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri mahasiswa, sehingga akhirnya seorang mahasiswa menunda untuk memutuskan masalah. *Decisional procrastination* adalah suatu penundaan dalam mengambil keputusan yang berhubungan dengan kelupaan, kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi mahasiswa tersebut. Misalnya, mahasiswa usulan penelitian melakukan penundaan dalam mengambil keputusan kapan dirinya akan bimbingan dengan alasan dirinya lupa dengan tugasnya tersebut, atau kurang dapat mengatur waktu. Sedangkan *Avoidance procrastination* adalah suatu penundaan dalam perilaku tampak. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan, misalnya mahasiswa usulan penelitian

melakukan penundaan dengan alasan usulan penelitian tersebut tidak menyenangkan, atau malas karena membuat lelah dalam berpikir dimana berhubungan dengan tipe *self presentation*, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang, dan *implusiveness*, misalnya mahasiswa melakukan penundaan karena alasan ada acara *shopping* yang mana kegiatan itu dihayati lebih gampang dan menyenangkan.

Pada prokrastinasi terdapat *fear of failure*, *aversive of the task* dan faktor lain. *Fear of failure* (takut akan kegagalan), yaitu penundaan yang berupa penghindaran karena adanya perasaan khawatir atau kecemasan, misalnya mahasiswa tersebut menunda untuk bimbingan dengan dosennya karena takut ditanya atau cemas karena berfikir nanti akan mengalami banyak koreksi/kesalahan dalam penulisan usulan penelitian. *Aversive of the task* (tidak menyukai tugas) berhubungan dengan perasaan negatif terhadap tugas atau pekerjaan usulan penelitian. Perasaan dibebani tugas yang terlalu berlebihan, ketidakpuasan, tidak senang melaksanakan tugas yang diberikan dosen dan malas. Faktor lain yang memengaruhi yang dikelompokkan di sini, antara lain : sifat ketergantungan pada orang lain yang kuat dan banyak membutuhkan bantuan (Ferrari, 1994), pengambilan resiko yang berlebihan, sikap yang kurang tegas dalam mengatur waktu, sikap pemberontakan, kesukaran menentukan keputusan dan gangguan lingkungan.

Prokrastinasi akademik pada area akademik mencakup prokrastinasi tugas mengarang, prokrastinasi belajar menghadapi ujian, prokrastinasi membaca, tugas administratif, prokrastinasi menghadiri pertemuan dan prokrastinasi prestasi

akademik secara keseluruhan. Bila mahasiswa usulan penelitian melakukan prokrastinasi hampir pada semua area akademik tersebut maka mahasiswa tersebut sedang melakukan prokrastinasi akademik. Dalam menyelesaikan tuntutan akademiknya, mahasiswa wajib menyelesaikan beban studi yang diberikan oleh civitas akademiknya melalui program satuan kredit semester (SKS). Mahasiswa usulan penelitian dalam menyelesaikan studinya harus melakukan kegiatan akademik yang terbagi dalam enam area, yaitu mereka harus menghadapi dan menyelesaikan tugas-tugas dari dosen yang bersangkutan, mengerjakan tulisan usulan penelitian, perbaikan-perbaikan (tugas mengarang), datang bimbingan tepat waktu, mendengarkan evaluasi dan arahan yang diberikan dan mencatat materi yang perlu tersebut (menghadiri pertemuan), membaca buku atau referensi berkaitan dengan usulan penelitian yang sangat membantu mahasiswa tersebut dalam memahami materi dan memberikan informasi bagi mereka dalam mengerjakan penulisan usulan penelitian (membaca), kemudian setelah mereka mempersiapkan diri dengan membaca bahan-bahan dari materi tersebut dalam rangka menghadapi seminar (belajar menghadapi ujian seminar). Sebelum seminar, mahasiswa harus memenuhi ketentuan-ketentuan seperti sudah pernah mengikuti seminar usulan penelitian minimal 2 kali, dan sudah pernah menjadi pembahas dalam seminar usulan penelitian (tugas administrasi) dan yang terakhir akan terlihat prestasi mereka dalam menyelesaikan usulan penelitian sesuai batas waktu yang telah ditentukan dan mencapai nilai prestasi akademik dalam jumlah sks yang sudah di tempuh (prestasi akademik secara keseluruhan) (Solomon & Rothblum, 1984). Dengan berbagai aktifitas akademik tersebut

mahasiswa usulan penelitian harus memilah mana yang dapat menjadi prioritas utama dalam masa tingkat akhir, apakah tetap mengontrol diri untuk terus mengerjakan usulan penelitian disamping kegiatan lain seperti bermain dengan teman, organisasi di luar, hiburan dan sebagainya atau malah menunda mengerjakan usulan penelitiannya.

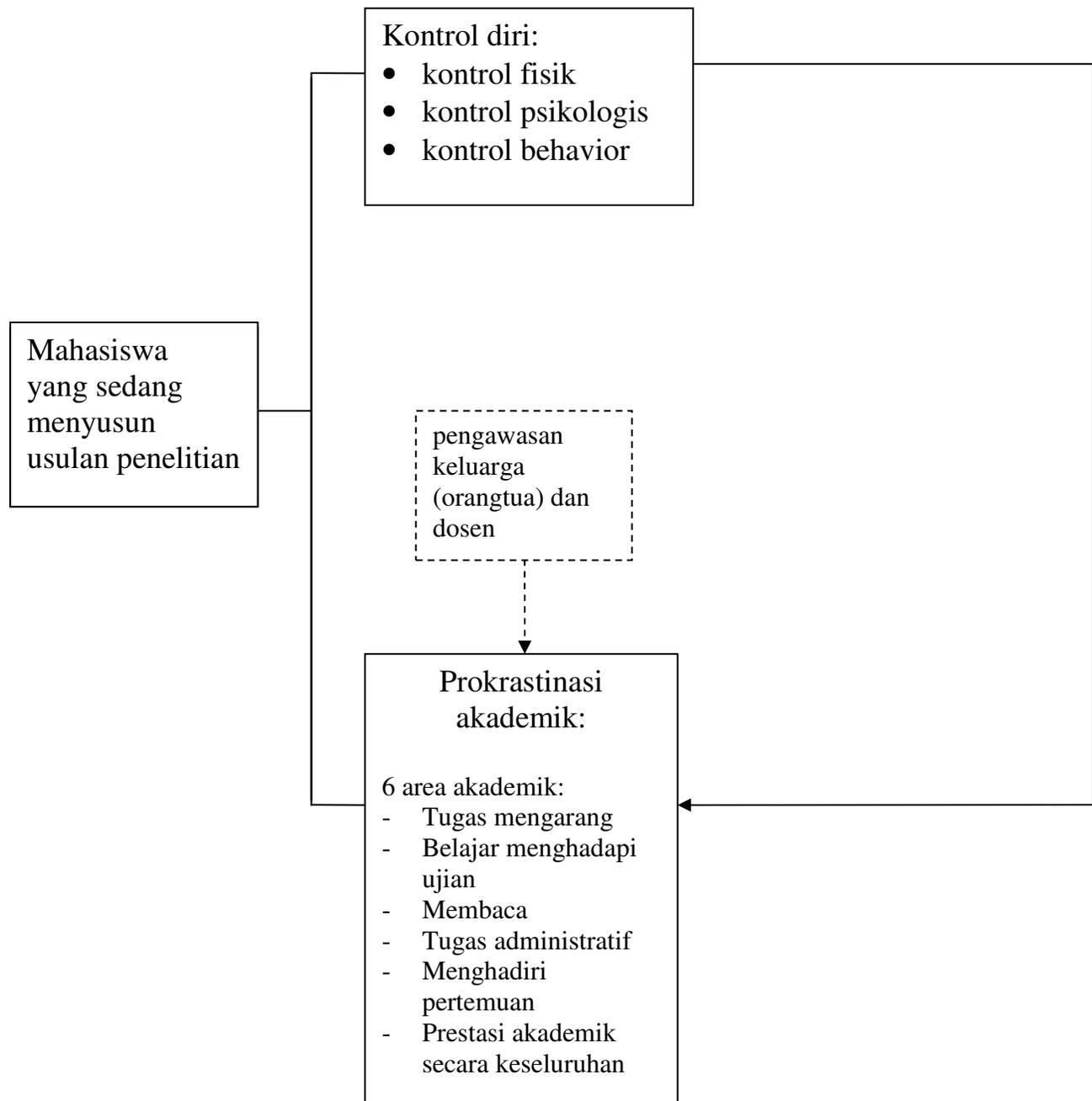
Prokrastinasi dikatakan tinggi ketika mahasiswa tersebut menunda-nunda dalam mengerjakan usulan penelitian. Mahasiswa tersebut memiliki *fear of failure* dan *aversive of the task* yang tinggi dalam mengerjakan usulan penelitiannya, dimana mahasiswa tingkat akhir tersebut menganggap bahwa mereka tidak mampu untuk menyelesaikan usulan penelitiannya sehingga mahasiswa itu tidak mengerjakannya, adanya ketergantungan dengan situasi dan orang lain, memilih kegiatan lain yang “lebih menyenangkan” dibanding membuat usulan penelitian sehingga penyelesaian usulan penelitian pun menjadi tertunda. Kurangnya kemampuan mahasiswa yang menyusun usulan penelitian untuk mengontrol diri maka perilaku mahasiswa yang ditampilkan, antara lain: malas mengerjakan tugas mengarang, malas belajar menghadapi seminar, kurang dalam membaca, tidak menyelesaikan tugas administratif, menunda menghadiri pertemuan bimbingan dan malas dalam memperbaiki nilai akademiknya sehingga menyebabkan tingkat prokrastinasi menjadi tinggi.

Mahasiswa yang prokrastinasinya rendah menganggap bahwa mereka mampu untuk menyelesaikan usulan penelitiannya sehingga usulan penelitian tersebut dikerjakan, dan memilih usulan penelitian dibanding kegiatan lainnya yang dihayati “lebih menyenangkan”, tegas mengatur waktu untuk mengerjakan

usulan penelitian, sehingga usulan penelitian tersebut dapat diselesaikan dengan optimal. Mampunya mahasiswa tersebut mengontrol dirinya maka perilaku mahasiswa yang ditampilkan, antara lain: fokus mengerjakan tugas mengarang, belajar menghadapi seminar, rajin membaca, memenuhi setiap tugas administratif, menghadiri pertemuan bimbingan secara rutin dan segera memperbaiki nilai akademik sehingga menyebabkan tingkat prokrastinasi yang dilakukan pun rendah.

Untuk lebih jelasnya mengenai bagaimana hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa/i yang sedang menyusun usulan penelitian Fakultas "X" Universitas "Y" di Bandung, dapat digambarkan pada skema kerangka pemikiran sebagai berikut:

Bagan 1.5 Bagan Kerangka Pemikiran Hubungan Antara Kontrol diri dan Prokrastinasi akademik



1.6 Asumsi

- Mahasiswa yang sedang menyusun usulan penelitian di fakultas “X” universitas “Y” memiliki derajat kontrol diri yang berbeda-beda.
- Mahasiswa yang sedang menyusun usulan penelitian fakultas “X” universitas “Y” memiliki derajat prokratinasi akademik yang berbeda-beda.

1.7 Hipotesis

Terdapat hubungan antara *self-control* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun usulan penelitian di Fakultas “X” Universitas “Y” Bandung.