

KALAU BISA BESOK, KENAPA HARUS SEKARANG? PERBEDAAN TINGKAT PROKRASTINASI DITINJAU DARI LOCUS OF CONTROL PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNM

Rahmawati Syam¹⁾ dan Dahlan²⁾

¹⁾ Bidang Psikologi Industri dan Organisasi, Fakultas Psikologi UNM

²⁾ Bidang Ilmu Administrasi Publik, IISIP YAPIS Biak Papua
titinsyam10@gmail.com¹⁾, dahlanlan90@gmail.com²⁾

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat prokrastinasi akademik ditinjau dari kecenderungan locus of control. Subjek dalam penelitian ini berjumlah (N=44) orang mahasiswa Fakultas Psikologi UNM yang ditentukan berdasarkan tabel Isaac Michael. Instrumen yang digunakan adalah skala prokrastinasi akademik dan skala locus of control. Data penelitian ini dianalisis dengan menggunakan teknik analisis Independent Sample t Test. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat prokrastinasi akademik ditinjau dari kecenderungan locus of control pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNM dengan nilai sebesar ($p= 0,000$), yang menunjukkan $0,000 < 0,05$. Mahasiswa yang tergolong ke dalam locus of control internal memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang tergolong ke dalam locus of control eksternal

Kata kunci: *Locus of control*, *Prokrastinasi akademik*

PENDAHULUAN

Mahasiswa idealnya memiliki kedisiplinan yang tinggi di universitas. Indikator mahasiswa yang memiliki kedisiplinan tinggi yaitu tepat waktu dalam menyelesaikan masa studinya di bangku perkuliahan. Pada kenyataannya masih banyak dijumpai mahasiswa yang memiliki perilaku tidak disiplin waktu dalam mengerjakan tugas serta tidak tepat waktu dalam menyelesaikan masa studinya. Tugas sehari-hari yang dimiliki seorang mahasiswa yang dirasa sulit akan menimbulkan masalah. Tugas-tugas tersebut meliputi tugas akademik maupun non akademik dalam kehidupannya sebagai seorang mahasiswa, ataupun seseorang yang beranjak dewasa. Mahasiswa dengan tingkat pendidikan yang tinggi mengalami banyak masalah yang lebih kompleks. Pada tingkatan usia ini juga sudah jauh berbeda

ketika mereka masih berada pada tingkat sebelumnya.

Mahasiswa juga dituntut untuk menjadi seorang yang aktif di antara tugas-tugas akademik yang harus mereka kerjakan, baik aktif di organisasi, yang sedikit banyak dapat memberikan tambahan pengetahuan dan pengalaman, maupun kegiatan-kegiatan lain yang mendukung tugas-tugas akademik. Seorang mahasiswa memiliki tugas dalam kehidupan agar mampu bersaing dalam menghadapi era percaturan global. Permasalahan-permasalahan tersebut sering membuat mahasiswa berada dalam perasaan tertekan atau yang biasa disebut stres (Chaplin, 2003). Hurrelman dan Losel (Umayya, 2006) yang menjelaskan bahwa stres merupakan suatu keadaan tegang secara biopsikososial karena banyaknya tugas-tugas perkembangan yang dihadapi

individu sehari-hari, baik dalam kelompok sebayanya, keluarga, sekolah, maupun pekerjaan. Stres membuat mahasiswa merasa tidak nyaman.

Seorang mahasiswa ketika dihadapkan pada tugas-tugas akademik yang menjadi masalah utama mereka, juga tidak langsung mengerjakan tugas tersebut dengan segera. Mahasiswa akan menunda penyelesaiannya dan akan melakukan penghindaran terhadap tugas-tugas akademik tersebut (Sudarjo dkk, dalam Umayya, 2006). Perilaku menghindari tugas yang dilakukan mahasiswa dengan menolak mengerjakan tugas akademik tersebut akan membentuk perilaku menunda penyelesaian tugas akademik. Mahasiswa akan menunda mengerjakan tugas kuliah, bahkan menunda belajar ketika akan menghadapi ujian. Mahasiswa bahkan lebih banyak yang melakukan hal-hal yang sifatnya lebih menyenangkan dan tidak berhubungan dengan tugasnya, seperti membaca komik, novel, majalah, menonton televisi, mendengarkan musik, *shopping*. Mahasiswa justru akan belajar jika waktu *deadline* mengerjakan tugas atau waktu ujian sudah dekat. Fenomena seperti ini berdasarkan literatur psikologi disebut sebagai prokrastinasi (Umayya, 2006).

Peneliti mengambil data mengenai jumlah mahasiswa yang masih aktif berdasarkan masing-masing fakultas yang ada di Universitas Negeri Makassar untuk dibandingkan dengan Fakultas Psikologi. Data tersebut menunjukkan bahwa Fakultas Psikologi memiliki persentase tertinggi diantara seluruh fakultas yang ada di UNM. Data tersebut menunjukkan ada kemungkinan terjadinya perilaku prokrastinasi akademik di lingkungan Fakultas Psikologi UNM. Selain itu, peneliti

melakukan wawancara tidak terstruktur terhadap tiga orang mahasiswa yang terindikasi prokrastinasi akademik di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Wawancara berisi tentang pertanyaan seputar perilaku menunda-nunda dalam lingkup akademik, sehingga memperoleh kesimpulan bahwa mahasiswa tersebut pernah melakukan perilaku menunda dalam lingkup akademik. Alasan yang paling mendominasi mahasiswa tersebut melakukan prokrastinasi akademik adalah karena banyaknya tugas yang diberikan oleh setiap dosen, bingung mencari referensi yang berkaitan dengan tugas yang diberikan, juga karena mereka lebih memandang tugas tidak lebih penting daripada kesenangan luar sehingga mereka memilih untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Rumiani (2006) menyatakan bahwa terlalu banyak (*overload*) tugas yang menyebabkan orang merasa terbebani, bosan, lelah sehingga dapat menurunkan kinerja seseorang. Bruno menyebutkan ada kecenderungan bahwa individu yang memiliki beban kerja atau tugas yang terlalu banyak akan melakukan prokrastinasi (Rumiani, 2006). Data juga diperkuat dengan hasil pengamatan peneliti dimana mereka yang terindikasi prokrastinator beberapa kali bergabung dengan junior mereka untuk mengulang suatu mata kuliah yang wajib untuk diulang, baik karena nilai yang kurang maupun karena kehadiran yang tidak mencukupi.

Pemanfaatan waktu yang tidak efektif dan ketidakdisiplinan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik terkait dengan keyakinan yang ada dalam diri mahasiswa tentang kemampuannya dalam mengatur waktu untuk menyelesaikan

tugas akademik mereka. Keyakinan ini dalam literatur psikologi dikenal sebagai *locus of control (LOC)*. *Locus of control* mengacu pada salah satu aspek prokrastinasi akademik, yaitu *perceived ability* yang berarti keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya (Engko & Gudono 2007).

Locus of control terdiri atas dua jenis, yaitu *internal locus of control* dan *external locus of control*. Mahasiswa yang memiliki keyakinan bahwa hasil yang diperolehnya ditentukan oleh faktor-faktor dari dalam dirinya dikatakan sebagai mahasiswa yang memiliki kecenderungan *internal locus of control*, dalam hal ini penguat yang didapat dari perilakunya dipersepsikan sebagai usahanya sendiri. Mahasiswa yang memiliki keyakinan bahwa hasil yang diperolehnya ditentukan oleh faktor-faktor yang berasal dari luar dirinya dikatakan sebagai mahasiswa yang memiliki kecenderungan *external locus of control*. Berdasarkan uraian di atas, penulis bermaksud melakukan kajian empirik mengenai perbedaan tingkat prokrastinasi akademik ditinjau dari *locus of control* pada mahasiswa psikologi UNM.

Statement of the problem

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan tingkat prokrastinasi akademik ditinjau dari kecenderungan *locus of control* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNM?

Hypotheses

Ada perbedaan tingkat prokrastinasi akademik ditinjau dari kecenderungan *locus of control* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNM

METODE PENELITIAN

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 44 mahasiswa. Setelah peneliti menentukan arah orientasi *locus of control*, terdapat 20 mahasiswa yang memiliki kecenderungan *LOC* eksternal, 24 mahasiswa memiliki kecenderungan *LOC* internal, Subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 44 orang. Terdapat dua buah alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini, yakni skala prokrastinasi akademik yang merupakan skala yang disusun oleh peneliti sendiri dengan mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Ferrari dan Diaz-Morales (2007) serta skala *Locus of control* diperoleh dengan menggunakan skala *locus of control* yang disusun berdasarkan aspek utama yang dikemukakan oleh Levenson. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji statistik *independent sample t-test* dengan bantuan *SPSS 16.00 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1

Kategorisasi dan interpretasi skor prokrastinasi akademik

Interval skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$69 \leq X$	9	7	Tinggi
$46 \leq X < 69$	87	68	Sedang
$X < 46$	32	25	Rendah

Tabel 1 menunjukkan bahwa 7 % subjek memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi, 68 % tingkat prokrastinasi sedang dan 25% memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah. Berdasarkan data tersebut terlihat bahwa lebih banyak mahasiswa yang berada pada tingkat prokrastinasi sedang,

dibandingkan mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi tinggi dan rendah.

Tabel 2

Kategorisasi arah orientasi locus internal dan eksternal

Skor Z	Frekuensi	Persentase	Kategorisasi
$Z_{int} \geq 0.50$ dan $Z_{eks} < 0$	24	54 %	Internal
$Z_{eks} \geq 0.50$ dan $Z_{int} < 0$	20	46 %	Eksternal
Jumlah	44	100	

Tabel 2 menunjukkan bahwa 54% subjek memiliki arah orientasi *LOC* internal, 46% memiliki arah orientasi *LOC* eksternal.

Uji hipotesis menggunakan uji t atau teknik *independent sample t test* dengan program *SPSS 16.0 for windows*, t hitung untuk prokrastinasi dengan *Equal Variances Not Assumed* atau diasumsikan kedua varians tidak sama adalah 5,670 dengan probabilitas 0,000, sehingga ada perbedaan antara kedua *mean* (rata-rata) jenis *locus of control* pada tingkat prokrastinasi yang tergolong pada jenis *locus of control* internal dan eksternal. Subjek yang memiliki kecenderungan *locus of control* internal sebanyak 24 dengan *mean* sebesar 49.6250 dan subjek yang memiliki kecenderungan *locus of control* eksternal sebanyak 20 dengan *mean* sebesar 62.3000. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek lebih banyak yang cenderung memiliki *locus of control* internal dari pada eksternal. Priyatno (2012) menyatakan bahwa jika nilai signifikansi $\leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada perbedaan tingkat prokrastinasi ditinjau dari kecenderungan *locus of control* mahasiswa. Adapun hasil uji hipotesis sebagai berikut:

Tabel 3 Hasil uji hipotesis

LOC	N	Mean	SD	Df	T	Sig.
Internal	24	49.6250	7.94991	42	-5.595	0.000
eksternal	20	62.3000	6.87559	41.928	-5.670	0.000

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat prokrastinasi akademik ditinjau dari kecenderungan *locus of control* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNM. Mahasiswa yang tergolong ke dalam *internal LOC* memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tergolong ke dalam *LOC* eksternal.

Pembahasan

Fenomena yang ditemukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar selama dilakukannya studi pendahuluan oleh peneliti, mahasiswa di Fakultas Psikologi tersebut banyak yang melakukan kegiatan yang mengarah kepada perilaku prokrastinasi akademik, seperti mengobrol, bermain game dilaptop, mendengarkan musik serta *online* di jejaring sosial, walaupun tujuan awal para mahasiswa adalah untuk mengerjakan tugas dengan memanfaatkan fasilitas *wify* yang tersedia di area Fakultas Psikologi. Mahasiswa akhirnya tergoda untuk meninggalkan tugas sejenak dengan mencari aktivitas yang lebih mendatangkan hiburan. Hal itu diungkapkan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UNM.

Mereka yang melakukan prokrastinasi akademik sebenarnya mengerti dan paham bahwa tugas yang mereka hadapi adalah tugas yang harus segera diselesaikan

dan penting, akan tetapi mereka memilih untuk menunda mengerjakannya dengan alasan jangka waktu pengumpulan lebih lama dan dapat dikerjakan apabila mendekati waktu pengumpulan. Pemanfaatan waktu yang tidak efektif akan mengakibatkan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, seorang prokrastinator sering tidak dapat mengatur waktu sehingga tidak dapat memenuhi *deadline* yang telah ditentukan.

Menurut Crider (Ghufron & Risnawita, 2010) individu yang memiliki kecenderungan *internal locus of control* memiliki karakteristik yang suka bekerja keras, memiliki inisiatif yang tinggi, selalu berusaha untuk menemukan pemecahan masalah, selalu mencoba untuk berfikir seefektif mungkin, mempunyai persepsi bahwa usaha harus dilakukan jika ingin berhasil. Individu yang memiliki kecenderungan *locus of control* eksternal memiliki karakteristik yang kurang memiliki inisiatif, mudah menyerah, kurang suka berusaha karena mereka percaya bahwa faktor luarlah yang mengontrol dirinya, kurang mencari informasi, mempunyai harapan bahwa ada sedikit korelasi antara usaha dan kesuksesan, serta lebih mudah dipengaruhi dan tergantung pada petunjuk orang lain. Berdasarkan perbedaan karakteristik tersebut dapat disimpulkan bahwa *LOC* internal mengacu pada persepsi yang bersifat positif maupun negatif sebagai akibat dari perbuatan diri sendiri serta di bawah pengendalian dirinya, sebaliknya *LOC* eksternal mengacu pada persepsi bahwa kejadian yang terjadi pada diri seseorang merupakan pengaruh dari luar dirinya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat prokrastinasi akademik ditinjau dari *LOC* pada mahasiswa psikologi UNM. Mahasiswa yang memiliki kecenderungan *LOC* internal memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki kecenderungan *LOC* eksternal. Mahasiswa dengan *internal locus of control* lebih cepat dalam menyelesaikan tugas sulit yang diberikan daripada siswa dengan *external locus of control*. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mempunyai *internal locus of control* memiliki kecenderungan prokrastinasi yang rendah daripada siswa yang memiliki *external locus of control*.

DAFTAR PUSTAKA

- Engko, C., & Gudono (2007). Pengaruh kompleksitas tugas dan *locus of control* terhadap hubungan antara gaya kepemimpinan dan kepuasan kerja auditor. *JAAI. Vol. 11 No. 2.* (hal: 105-124)
- Diaz-Morales, J. F. (2007). Perception of self-concept and self-presentation by procrastinators: further evidence. *The Spanish Journal of Psychology. No. 10:* 91-96
- Ghufron & Risnawita, R. (2010). Teori-teori psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Levenson, H. (1981). Differentiating among internality, powerful others, and chance. *Research with the Locus of Control Construct.* New York: Academic Press, 15-63.
- Nugrasanti, R. (2006). *Locus of control* dan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Provitae Vol.2.No.1,* , hal. 25-33.

- Priyatno, D. (2012). Belajar praktis analisis parametrik dan non parametrik dengan SPSS. Yogyakarta: Gava Media.
- Rotter, J.B. (1990). Internal versus external control of reinforcement a case. History of A Variable. *The American Psychology Association*. Vol. 45. No. 4. (hal. 489-493)
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang* Vol.3, No. 2. (hal.37-48)
- Umayya, S. H. (2006). Hubungan antara *emotion focused coping* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Naskah Publikasi Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.