

HUBUNGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS POTENSI UTAMA

Zuraida

Fakultas Psikologi Universitas Potensi utama

Jalan K.L. Yos Sudarso Km. 6.5 No. 3 A Tanjung Mulia Medan

Email : _____

Abstract

This research is a research that aims to determine the relationship between prokrastinasi and academic achievement on the students of the Faculty of Psychology University Potential Utama. In addition it sees the difference in procrastination and achievement of each generation. Academic procrastination is measured using questioner while academic achievement is measured using student's GPA. Subjects in this study using a total of 77 students consisting of force 2015/2016 until force 2017/2018. Based on the test results, it is known that academic procrastination is negatively related to student achievement. There was a significant negative correlation ($r=0.603$, with $sig < 0.05$) between the academic procrastination variable and the learning achievement variable 0.000 and the significance value was below / less than $0.05/0.01$ (the value was 0.000)

Keywords: *Academic procrastination, academic achievement*

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara prokrastinasi dan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama. Selain itu melihat perbedaan prokrastinasi dan prestasi dari setiap angkatan. Prokrastinasi akademik diukur menggunakan kuesioner sedangkan prestasi akademik diukur menggunakan IPK mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini menggunakan berjumlah 77 mahasiswa yang terdiri dari angkatan 2015/2016 hingga angkatan 2017/2018. Berdasarkan hasil pengujian, diketahui bahwa prokrastinasi akademik berhubungan negatif prestasi akademik mahasiswa. Ada korelasi negatif yang signifikan ($r=0.603$; dengan $sig < 0,05$) antara variabel prokrastinasi akademik dengan variabel prestasi belajar yaitu $0,000$ dan nilai signifikansinya dibawah/lebih kecil dari $0,05/0,01$ (nilai adalah $0,000$)

Kata kunci: *Prokrastinasi akademik, prestasi akademik*

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan sebutan bagi orang yang menempuh pendidikan tinggi di sebuah perguruan tinggi yang terdiri atas sekolah tinggi akademik dan yang paling umum adalah universitas. Universitas merupakan suatu institusi pendidikan tinggi yang memberikan gelar akademik. Kegiatan proses pendidikan di Universitas salah satunya adalah belajar.

Belajar merupakan suatu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dari tidak bisa menjadi bisa sehingga proses belajar akan mengarah pada tujuan dari belajar itu sendiri. Untuk melihat berhasil

tidaknya pencapaian pendidikan dilihat dari prestasi belajar mahasiswa. Prestasi belajar mahasiswa sangat ditentukan dari proses belajar mahasiswa itu sendiri. Mahasiswa yang prestasi belajarnya baik akan menimbulkan kepuasan dari keberhasilannya tersebut.

Menurut Winkel dalam Sunarto (2009) menyatakan prestasi belajar suatu bukti keberhasilan belajar mahasiswa atau kemampuan seseorang dalam melakukan kegiatan belajarnya. Selanjutnya tugas belajar merupakan hasil kegiatan belajar yang diterima mahasiswa mengenai tugas-tugas akademik.

Untuk melihat hasil prestasi belajar mahasiswa dapat dilihat dari Indeks Prestasi Akademik (IPK) yang di evaluasi setiap semester. Mahasiswa yang gagal memenuhi standar minimal IPK (< 3.00) disebabkan karena tidak adanya keseimbangan antara waktu belajar, bekerja maupun bermain. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa di dalam kelas yaitu motivasi, pengalaman belajar, lingkungan keluarga dan kualitas pengajaran (Adjani dan Adam (2013). Selain itu penyebab penurunan prestasi belajar karena tindakan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa.

Prokrastinasi akademik adalah tindakan penundaan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik (Ghufron, 2010). Selanjutnya Steel (2007) menyatakan prokrastinasi merupakan perilaku menunda terhadap suatu tugas yang dilakukan dengan sengaja. Akibat perilaku penundaan mengerjakan tugas yang dilakukan mahasiswa, sehingga prestasi belajar mahasiswa dapat menurun.

Adanya hubungan antara prestasi belajar dengan prokrastinasi akademik. Seperti hasil penelitian Yudistiro (2016) berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler pada siswa SMK Negeri 20 Samarinda tahun pembelajaran 2015/2016 dengan korelasi $r^2 = 0.097 > P = 0.041$, r tabel = 0.279.

Selanjutnya penelitian Ricky Pangestu (2014) berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi berhubungan negatif dengan prestasi akademik mahasiswa. Hasil dari masing-masing alat ukur yaitu: API & IPK ($r = -0,049$); API & Expectancy ($r = -0,223$); API & Value ($r = -0,357$); API & Impulsiveness ($r = 0,406$). Sedangkan hasil dari IPK yaitu: IPK & Expectancy ($r = 0,064$); IPK & Value ($r = 0,130$); IPK & Impulsiveness ($r = -0,141$).

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menguji hubungan prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama.

2. KAJIAN PUSTAKA

A. Prokrastinasi

1. Pengertian Prokrastinasi .

Istilah Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *Procrastination* terdiri dari kata Pro yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan kata *crastinus* yang berarti keputusan hari esok atau jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya (Ferari, 1984). Dalam pandangan psikologi, istilah prokrastinasi merujuk pada suatu aktifitas atau kecenderungan menunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan yang diberikan pada suatu individu, istilah ini pertama kali diungkapkan oleh Brown dan Holzman (Hayyinah, 2000).

Menurut Ghufron (2010) prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Selanjutnya Steel (2007) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk.

2. Faktor yang menjadikan mahasiswa menjadi prokrastinator

Dari beberapa faktor penyebab dan yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi yang diungkapkan para tokoh seperti Birner, Ellis dan Knaus, Ferrari dkk, Solomon dan Rothblum dapat ditarik kesimpulan bahwa ada dua faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu (Hayyinah, 2004):

- a. Faktor internal, yaitu yang datang dari dalam diri individu yang ikut membentuk perilaku prokrastinasi. Faktor internal ini terdiri dari lemahnya fisik maupun psikis dan tipe kepribadian individu. Faktor tersebut adalah:
 1. Kondisi fisik individu. Faktor dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah berupa keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu misalnya fatigue. Seseorang yang mengalami fatigue akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak. Tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi, walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irrasional yang dimiliki seseorang
 2. Kondisi psikologis individu. Menurut Millgram, dkk. Trait kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan sosial yang tercermin dalam self regulation dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif, di mana semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik. Berbagai hasil penelitian juga menemukan aspek-aspek lain pada diri individu yang turut mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi, antara lain; rendahnya kontrol diri.
- b. Faktor eksternal, yaitu faktor yang datang dari luar diri individu seperti tugas yang terlalu banyak, dan menuntut penyelesaian pada waktu yang bersamaan. Faktor eksternal yang lain adalah faktor lingkungan dan pola asuh orang tua.
 1. Gaya pengasuhan orangtua. Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subyek penelitian anak wanita, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak wanita yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak wanita yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula
 2. Kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan. Tingkat atau level sekolah, juga apakah sekolah terletak di desa ataupun di kota tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang. Berdasarkan keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu dan faktor eksternal berupa faktor di luar diri individu. Faktor tersebut dapat memicu perilaku prokrastinasi sekaligus dapat sebagai *reinforcement* sehingga perilaku prokrastinasi akademik seseorang semakin meningkat dengan adanya pengaruh faktor tersebut

3. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Ferrari, dkk dan Stell mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut berupa:

- a. *Perceived time*, seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati deadline. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika ia sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

- b. *Intention-action*. Celah antara keinginan dan tindakan Perbedaan antara keinginan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun mahasiswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antararencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. seorang mahasiswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah ia rencanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.
- c. *Emotional distress*, adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Pada mulanya siswa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak. tanpa terasa waktu sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.
- d. *Perceived ability*, atau keyakinan terhadap kemampuan diri. Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sebagai yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas sekolah karena takut akan pengalaman kegagalan.

B. Prestasi Belajar

1. Pengertian Prestasi Belajar

Menurut Suryabrata (2006) prestasi belajar sebagai nilai yang diberikan dosen terkait kemajuan prestasi belajar mahasiswa. Selanjutnya Muhibbin (2010) menyatakan bahwa prestasi belajar merupakan realisasi atau pemekaran dari kecakapan-kecakapan potensial atau kapasitas yang dimiliki seseorang.

Kemudian Good dalam Annes (2013) mendefinisikan prestasi belajar sebagai pengetahuan yang dicapai maupun keterampilan yang dikembangkan pada berbagai mata kuliah yang biasanya ditentukan oleh nilai ujian maupun nilai yang diberikan oleh dosen. Dan Winkel (2007) mengatakan bahwa prestasi belajar adalah bukti keberhasilan belajar atau hasil kemampuan mahasiswa dalam kegiatan belajarnya sesuai dengan bobot yang dicapainya.

3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Slameto (2003) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar dapat digolongkan menjadi dua, yaitu: faktor intern dan faktor ekstern. Berikut ini uraian penjelasan secara garis besar dari masing-masing faktor tersebut.

- a. Faktor intern Faktor intern adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar. Faktor intern ini dapat dibagi lagi menjadi tiga faktor yakni: faktor jasmaniah, faktor psikologis, dan faktor kelelahan.

1. Faktor jasmani

Faktor jasmaniah terbagi menjadi dua, yakni: faktor kesehatan dan cacat tubuh. Proses belajar seseorang akan terganggu jika kesehatan seseorang terganggu. Sedangkan cacat tubuh adalah sesuatu yang menyebabkan kurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh, misalnya : buta, tuli, dan lain-lain.

2. Faktor psikologis

Sekurang-kurangnya ada tujuh faktor yang tergolong ke dalam faktor psikologis yang mempengaruhi prestasi belajar, faktor-faktor

tersebut adalah: a) *Inteligensi* Inteligensi adalah kecakapan yang terdiri dari tiga jenis yaitu kecakapan untuk menghadapi dan menyesuaikan ke dalam situasi yang baru dengan cepat dan efektif, mengetahui atau menggunakan

konsep-konsep yang abstrak, secara efektif, mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat

b)Perhatian

Seorang siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbullah kebosanan, sehingga ia tidak lagi suka belajar. Maka dari itu usahakanlah bahan pelajaran selalu menarik perhatian dengan cara mengusakan pelajaran itu sesuai dengan hobi atau bakat siswa.

c) Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus- menerus yang disertai dengan rasasenang (dalam waktu lama). Berbeda dengan perhatian, minat selalu diikuti dengan perasaan senang dan dari situ diperoleh kepuasan

d) Bakat

Bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru akan terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih. Orang yang berbakat mengetik, misalnya akan lebih cepat dapat mengetik dengan lancar dibandingkan dengan orang lain yang kurang atau tidak berbakat dibidang itu.

e) Motif

Motif erat sekali hubungannya dengan tujuan yang akan dicapai. Dalam proses belajar haruslah diperhatikan apa yang dapat mendorong siswa agar dapat belajar dengan baik atau padanya mempunyai motif untuk berpikir dan memusatkan perhatian, merencanakan, dan melaksanakan kegiatan yang berhubungan atau menunjang belajar. Motif yang kuat sangatlah perlu didalam belajar, didalam membentuk motif yang kuat itu dapat dilaksanakan dengan adanya latihan- latihan atau kebiasaan-kebiasaan dan pengaruh lingkungan yang memperkuat.

f) Kematangan

Kematangan adalah suatu tingkat atau fase dalam pertumbuhan seseorang, dimana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru.Misalnya anak dengan kakinya sudah siap untuk berjalan, tangan dengan jari-jarinya sudah siap untuk menulis, dengan otaknya sudah siap untuk berpikir abstrak, dan lain-lain.Kematangan belum berarti anak dapat melaksanakan kegiatan secara terus menerus, untuk itu diperlukan latihan- latihan dan pelajaran. Dengan kata lain anak yang sudah siap (matang) belum dapat melaksanakan kecakapannya sebelum belajar. Belajar akan lebih berhasil jika anak sudah siap (matang).

g) Kesiapan

Kesiapan adalah kesedian untuk memberi respon ataubereaksi.Kesiapan itu timbul dari dalam diri seseorang dan juga berhubungan dengan kematangan, karena kematangan berarti kesiapan untuk melaksanakan kecakapan. Kesiapan ini perlu diperhatikan dalam proses belajar, karena jika siswa belajar dan padanya sudah ada kesiapan, maka hasil belajarnya akan lebih baik.

3. Faktor Kelelahan

Kelelahan dibedakan menjadi dua macam yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani (bersifat psikis).Kelelahan jasmani dapat disebabkan oleh aktivitas mahasiswa yang terlalu banyak, sehingga menyebabkan mahasiswa jatuh sakit. Sedangkan kelelahan rohani, dapat terjadi pada mahasiswa karena mahasiswa mengalami berbagai masalah sehingga menjadi beban pikirannya.

b. Faktor –faktor ekstren

Faktor ekstern adalah faktor yang diluar dari individu yang sedang belajar. Faktor ekstern yang berpengaruh terhadap prestasi belajar dapat di kelompokkan menjadi tiga faktor, yaitu: faktor keluarga, faktor kuliah, dan faktor masyarakat.

1. Faktor keluarga

Mahasiswa yang belajar akan menerima pengaruh dari keluarga berupa: cara orangtua mendidik, relasi, relasi antara anggota keluarga, suasana rumah tangga, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orangtua dan latarbelakang budaya. Cara orangtua mendidik anak besar pengaruhnya terhadap belajar anak. Pola asuh orangtua yang terbaik dalam mengasuh anak adalah dengan penuh bijaksana.

Orangtua harus mampu menciptakan hubungan yang harmonis yang memberikan keamanan dan kebebasan psikologis bagi anak untuk berprestasi. Didalam menumbuhkan motivasi belajar anak sehingga menunjang prestasi belajar di kampus, orangtua harus mampu menanamkan kepercayaan diri kepada anak bahwa mampu berprestasi, dan selanjutnya orangtua harus mampu menghargai apapun prestasi yang dicapai anak. Untuk itu orangtua harus mengenali dahulu sifat, perilaku, kebutuhan dan kebiasaan anak.

2. Faktor kuliah

Faktor kuliah yang mempengaruhi belajar ini mencakup metode mengajar, kurikulum, relasi dosen dengan mahasiswa, relasi mahasiswa dengan mahasiswa, disiplin, alat pengajaran, waktu kuliah, standar pelajaran diatas ukuran, keadaan gedung, metode belajar dan tugas rumah. Metode mengajar adalah suatu cara atau jalan yang harus dilalui didalam mengajar. Metode mengajar dosen yang kurang baik akan memengaruhi belajar mahasiswa yang tidak baik pula.

Metode mengajar yang kurang baik itu dapat terjadi misalnya karena dosen kurang persiapan dan kurang menguasai bahan pelajaran, sehingga dosen tersebut menyajikannya tidak jelas. Selain itu juga sikap dosen terhadap mahasiswa dan terhadap mata kuliah itu sendiri tidak baik, sehingga mahasiswa kurang senang terhadap pelajaran ataupun dosennya dan akibatnya mahasiswa malas untuk belajar. Agar mahasiswa dapat belajar dengan baik, maka metode mengajar harus diusahakan yang setepat, efisien dan efektif mungkin.

3. Faktor masyarakat

Masyarakat merupakan faktor ekstern yang juga berpengaruh terhadap belajar mahasiswa. Pengaruh itu terjadi karena keberadaannya mahasiswa dalam masyarakat, media, teman bergaul dan bentuk kehidupan masyarakat. Kegiatan mahasiswa dalam masyarakat dapat menguntungkan terhadap perkembangan pribadinya. Tetapi jika mahasiswa ambil bagian dalam kegiatan masyarakat yang terlalu banyak, misalnya berorganisasi, belajarnya akan terganggu, lebih-lebih jika tidak bijaksana dalam mengatur waktunya.

3. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian yang bersifat kuantitatif korelatif yaitu mencari serta menetapkan adanya korelasi antara variabel-variabel penelitian. Dalam hal ini variabel penelitian yang dimaksud adalah prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik. Hubungan antara dua variabel digambarkan dengan indeks statistik yang disebut koefisien korelasi, dimana peneliti menggunakan koefisien korelasi *product momentpearson*. Koefisien ini menunjukkan sejauhmana

perubahan dalam satu variabel terdapat kaitan dengan perubahan variabel yang lain. Sehingga peneliti dapat mengetahui bagaimana korelasi antara prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama.

1. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian yang mempelajari hubungan, terdapat variabel bebas yang biasanya ditandai dengan simbol (X) dan variabel terikat biasa ditandai dengan simbol (Y) (Azwar, 2003). Adapun variabel-variabel yang hendak diteliti adalah:

1. Variabel bebas : Prokrastinasi Akademik
2. Variabel terikat : Prestasi Belajar

2. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi menurut Arikunto adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi yang akan diambil oleh peneliti adalah seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama yang berjumlah 77 mahasiswa

2. Sampel

Sampel menurut Arikunto adalah sebagian populasi yang diteliti. Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama berjumlah 77 mahasiswa.

3. Metode Pengumpulan Data

Data-data penelitian ini akan diperoleh dari subjek penelitian dengan menggunakan teknik metode angket, interview dan dokumentasi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Validitas dan Reliabilitas Prokrastinasi Akademik

Setelah dilakukan uji validitas untuk prokrastinasi dengan komputasi SPSS 20.0 dari 30 item, terdapat 24 item yang dinyatakan valid dan 6 item dinyatakan tidak valid/gugur. Item yang valid mempunyai nilai r hitung lebih besar dari pada nilai r tabel yaitu (0,3).

Dari hasil penghitungan reliabilitas skala prokrastinasi akademik diperoleh dengan skor Alpha sebesar (0,9241). Butir-butir angket dikatakan reliabel apabila nilai Alpha dari setiap item lebih besar dari r tabel (0,3). Oleh karena itu dari skor yang didapat dari keduanya dapat dikatakan sudah memenuhi standar reliabilitas/ keduanya dianggap reliabel dengan taraf signifikansi yang diambil 0.05.

Pengukuran reliabilitas juga dengan menggunakan bantuan komputasi SPSS 20.0 for Windows. Program, uji keandalan dengan menggunakan teknik *Alfa Cronbach*.

Tabel 1. Uji Reliabilitas Variabel Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Belajar

NO	VARIABEL	ALPHA	R TABEL	KETERANGAN	KRITERIA
1	Prokrastinasi	0,9241	0,3	Sig<0,05	Reliabel

Dari data diatas diketahui bahwa semua variabel pernyataan adalah statistik karena mempunyai nilai alpha lebih besar dari tabel (0,3).

2. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan metode analisis statistik *Product Moment Karl Pearson* dengan rumus:

Tabel 2. Hubungan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar

		X	Y
X	Pearson Correlation	1.000	-.603**
	Sig. (2-tailed)	-	.000
	N	77	77
Y	Pearson Correlation	-.603**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	-
	N	77	77

** . Correlation is significant at the 0.01 level

Hipotesis

Ho = Tidak ada hubungan (korelasi) antara dua variabel

Ha = Ada hubungan (korelasi) antara dua variabel

Ada korelasi negatif yang signifikan ($r=0.603$; dengan $\text{sig} < 0,05$) antara variabel prokrastinasi akademik dengan variabel prestasi belajar yaitu 0,000 dan nilai signifikansinya dibawah/lebih kecil dari 0,05/0,01 (nilai adalah 0,000).

3. Standar Deviasi Prokrastinasi Akademik

Setelah diolah dengan komputer program SPSS 20.0 for windows. Maka dapat diketahui Standar Deviasi Prokrastinasi Akademik seperti tabel di bawah ini:

Tabel 3. Nilai Rata-rata dan Standar Deviasi Variabel Prokrastinasi dan Prestasi Belajar

		X	Y
N	Valid	77	77
	Missing	0	0
Mean		118.23	85.76
Std. Deviation		13.65	9.76

Sumber data: SPSS setelah diolah

Tabel 4. Proporsi Tingkat Prokrastinasi Akademik

	Frekuensi	%
>131.88	25	32.47%
104.58<x<131.88	35	45.45%
<104.58	17	22.08%
	77	100%

Sumber data: SPSS setelah diolah

Dari tabel di atas dapat diketahui dari 77 responden yang bertispasi terdapat 25 mahasiswa atau 32.47% mempunyai tingkat prokrastinasi yang tinggi, 35 mahasiswa atau 45.45% mempunyai tingkat prokrastinasi akademik sedang dan 17 mahasiswa atau 22.08% mempunyai tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Sehingga dari hasil diatas dapat diketahui tingkat prokrastinasi yang tertinggi ada pada kategori sedang maka mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama rata-rata

mempunyai tingkat prokrastinasi sedang. Hal ini ditunjukkan dengan skor 45.45% terbesar, dimana skor ini memiliki nilai yang lebih besar dibandingkan dengan dua kategori lainnya yang mendapat 22.08% untuk kategori rendah dan 32.47% untuk kategori tinggi.

4. Standar Deviasi Prestasi Belajar

Setelah data diolah dengan komputer program SPSS 20.0 for windows. Maka dapat diketahui Standar Deviasi Y seperti tabel dibawah ini:

Tabel 5. Nilai Rata-rata dan Standar Deviasi Variabel Prestasi Belajar

		Statistics	
		X	Y
N	Valid	77	77
	Missing	0	0
Mean		118.23	85.76
Std. Deviation		13.65	9.76

Sumber data: SPSS setelah diolah

Tabel 6. Proporsi Tingkat Prestasi Belajar

	Frekuensi	%
>95.52	18	23.38%
76<x<95.52	42	54.54%
<76	17	22.08%
	77	100%

Sumber data: SPSS setelah diolah

Dari tabel di atas dapat dilihat dari 77 responden yang berpartisipasi terdapat 18 mahasiswa atau 23.38% kategori prestasi belajarnya tinggi, 42 mahasiswa 54.54% kategori prestasi belajarnya sedang dan 17 mahasiswa atau 22.08% kategori prestasi belajarnya rendah. Sehingga dari hasil diatas dapat diketahui tingkat prestasi belajar yang tertinggi ada pada kategori sedang maka mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama rata-rata mempunyai tingkat prestasi belajar sedang. Hal ini ditunjukkan dengan skor 54.54% terbesar., dimana skor ini memiliki nilai yang lebih besar dibandingkan dengan dua kategori lainnya yang mendapat 22.08% untuk kategori rendah dan 23.38% untuk kategori tinggi.

5. PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian diatas menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar mahasiswa. Dari 77 responden rata-rata menunjukkan prokrastinasi akademik yang tinggi 32.47%, sedang yaitu 45.45% dan 22.08% rendah. Dilihat dari hal tersebut mahasiswa Fakultas Psikologi mengalami prokrastinasi sedang sebesar 45.45%

Ketidakberhasilan dalam pendidikan disebabkan oleh banyak faktor diantaranya adanya prokrastinasi para mahasiswa yang dapat dikatakan menunjukkan pada level yang memprihatinkan yaitu 32.47% tinggi dan 45.45% sedang, dan 22.08% rendah, dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa rata-rata para mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik, hal tersebut bisa disebabkan misalnya oleh penundaan terhadap pengumpulan tugas-tugas akademik, penolakan terhadap materi tugas yang sulit ataupun dikarenakan oleh ketidakmampuan dalam mengelola waktu sehingga prestasi yang diharapkan tidak tercapai atau rendah, hal tersebut sebagaimana yang diungkapkan oleh Warson (Ferrari, 1984).

Untuk mencapai hasil atau prestasi belajar sebagaimana yang diharapkan maka semua pihak baik mahasiswa, dosen, orangtua, lingkungan masyarakat harus berperan aktif dalam usaha mensukseskan tujuan pendidikan khususnya di Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama. Pola hubungan antara dosen dan mahasiswa hendaknya tidak dibuat kaku dan terkesan ada jarak, sehingga murid akan mudah dan nyaman dalam menerima materi yang diberikan dan akan mudah terbuka dengan masalah yang dimilikinya untuk dibagi oleh dosennya. Dosen sebaiknya memberikan motivasi kepada mahasiswa agar lebih giat lagi dalam belajar. Untuk meningkatkan prestasi belajar mahasiswa sebaiknya melakukan motivasi instrinsik yaitu dapat memotivasi diri sendiri untuk meraih keberhasilan. Selain itu juga adanya motivasi secara eksternal yang diberikan pada mahasiswa yaitu dengan memberikan hadiah atau pujian.

Hasil korelasi prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar menunjukkan angka sebesar -0.603 dengan $p = 0,000$ hal ini berarti bahwa hubungan antara keduanya adalah negatif tetapi signifikan karena $p < 0.050$ dikatakan negatif karena hubungan antara kedua variabel yaitu jika variabel X-nya tinggi maka variabel Y-nya rendah dalam hal ini jika diketahui nilai prokrastinasinya tinggi maka nilai prestasi belajar akan rendah, dan hasil tersebut juga diketahui koefisien determinasinya sebesar $r^2 = -0.603^2 = 0,3636$ yang artinya ada sumbangan efektif 36,36% variabel prokrastinasi akademik terhadap prestasi belajar, jadi hasil capaian prestasi belajar mahasiswa tersebut dipengaruhi paling tidak sebesar 36,36% sedangkan sisanya ditentukan oleh faktor-faktor lain.

Berdasarkan uraian di atas menunjukkan bahwa prokrastinasi memiliki pengaruh terhadap prestasi belajar. Jadi keduanya mempunyai korelasi yang meyakinkan, yang artinya jika prokrastinasi tinggi maka prestasi belajar rendah dan jika prestasi belajar tinggi maka prokrastinasi rendah.

6. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dicapai oleh peneliti di atas bisa disimpulkan yaitu:

- a. Tingkat prokrastinasi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama dari 77 responden yang berpartisipasi terdapat 25 mahasiswa atau 32.47% mempunyai tingkat prokrastinasi yang tinggi, 35 mahasiswa atau 45.45% mempunyai tingkat prokrastinasi sedang dan 17 mahasiswa atau 22.08% mempunyai tingkat prokrastinasi yang rendah. Sehingga dari hasil di atas dapat diketahui tingkat prokrastinasi yang tertinggi ada pada kategori sedang mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama rata-rata mempunyai tingkat prokrastinasi sedang. Hal ini ditunjukkan dengan skor 45.45% terbesar dimana skor ini memiliki nilai yang lebih besar dibandingkan dengan dua kategori lainnya yang mendapat 22.08% untuk kategori rendah dan 32.47% untuk kategori tinggi
- b. Tingkat prestasi belajar mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama diketahui dari 77 responden yang berpartisipasi terdapat 18 mahasiswa atau 23.38% kategori prestasi belajarnya tinggi, 42 mahasiswa atau 54.54% kategori prestasi belajarnya sedang dan 17 mahasiswa atau 22.08% kategori prestasi belajarnya rendah. Sehingga dari hasil di atas dapat diketahui tingkat prestasi belajar yang tertinggi ada pada kategori sedang maka mahasiswa rata-rata mempunyai tingkat prestasi belajar sedang. Hal ini ditunjukkan dengan skor 54.54% terbesar, dimana skor ini memiliki nilai yang lebih besar dibandingkan dengan

dua kategori lainnya yang mendapat 22.08 % untuk kategori rendah dan 23.38% untuk kategori tinggi

- c. Dari analisis data tentang prokrastinasi akademik dan prestasi belajar dengan menggunakan analisis korelasi *product moment* dari *karl person* di dapat $r_{xy} < r_{tabel}$ yang berarti hipotesa yang berbunyi “adanya hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama” diterima. Hal ini berarti jika semakin tinggi prokrastinasi akademik maka semakin rendah tingkat prestasi belajarnya atau semakin rendah prokrastinasi akademik maka semakin tinggi tingkat prestasi belajar mahasiswa.

2. Saran

Agar tujuan pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama dapat tercapai dan prestasi membanggakan bisa diraih maka perlu adanya masukan yang membangun bagi semua pihak yaitu:

1. Dosen diharapkan dapat memotivasi mahasiswa dalam proses belajar, dengan memberikan motivasi eksternal seperti pujian ketika mendapatkan nilai yang bagus. Dosen juga diharapkan kreatif dan inovatif dalam menciptakan metode pengajaran yang disukai mahasiswa
2. Orang tua diharapkan dapat mendukung terhadap aktivitas akademik pada mahasiswa agar mahasiswa dapat termotivasi untuk meningkatkan prestasi belajarnya
3. Individu atau mahasiswa sangat diharapkan mampu memotivasi dirinya sendiri untuk meningkatkan prestasi belajar dan dapat menyeimbangkan waktunya antara belajar, bekerja dan bermain.

DAFTAR PUSTAKA

- Adjani, Sagita dan Adam, Helmy. 2013. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa pada Mata Kuliah Pengantar Akuntansi*. Artikel. Diakses pada 20 Desember 2014, dari <http://download.portalgaruda.org/article.php>
- Ghufron.(2010). *Teori-teori Perkembangan*. Bandung: Refika Aditama
- Hayyinah.(2004). *Religiusitas dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. Jurnal Psikologika, No. 17, Tahun IX.
- Muhibbin Syah.2010.*Psikologi Pendidikan dengan pendekatan baru*.Bandung:PT Remaja Rosdakarya
- Pangestu, Ricky., (2014), Hubungan Prokrastinasi dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Ubaya, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol.3 No.1.
- Steel, P. (2007). The Nature Of Procrastination:A Meta-Analytic and Theoretical Review Of Quintessential SelfRegulatory Failure.*Psychological. Bulletin* Copyright2007 by the American Psychological Association, Vol. 133, No. 1, 65–94.
- Sumadi Suryabrata. (2006). Psikologi Pendidikan.Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Winkel (dalam Sunarto, 2009) Pengertian Prestasi Belajar. Jurnal.Diakses 3 April 2010.