

Prokrastinasi Akademik dan *Self-Control* pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya

Nela Regar Ursia, Ide Bagus Siaputra*, dan Nadia Sutanto

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya, Surabaya 60292, Indonesia

*E-mail: siaputra@gmail.com

Abstrak

Prokrastinasi telah lama dianggap sebagai perwujudan dari rendahnya *self-control*. Kemunculan teori motivasi temporal (TMT) sebagai suatu kerangka teoretis untuk menjelaskan prokrastinasi juga mendukung peran *self-control* dalam memunculkan perilaku prokrastinasi. Penelitian ini ingin menguji kesesuaian TMT dalam menjelaskan pola hubungan antara *self-control* dan prokrastinasi, baik secara umum maupun dalam pengerjaan skripsi. Subjek penelitian adalah 157 mahasiswa psikologi yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-control* memiliki korelasi negatif dengan prokrastinasi umum ($r = -0,663$) dan skripsi ($r = -0,504$). Peran elemen-elemen TMT sebagai mediator menjadi terbukti ketika korelasi negatif tersebut melemah secara signifikan setelah dilakukan pengendalian terhadap ketiga elemen TMT. Sekalipun demikian, pelemahan yang lebih besar justru ditemukan ketika *self-control* yang dijadikan sebagai variabel mediator. Dugaan penyebab dan implikasi temuan terhadap kesesuaian TMT didiskusikan dalam badan tulisan.

Academic Procrastination and Self-Control in Thesis Writing Students of Faculty of Psychology, Universitas Surabaya

Abstracts

Procrastination has long been regarded as reflection of low self-control. The emergence of temporal motivation theory (TMT) as a theoretical framework to explain procrastination also supports the role of self-control in bringing forth procrastination. This study aimed to test the suitability of TMT in explaining correlational pattern of self-control and procrastination, both in general and in thesis completion. Subjects were 157 psychology students working on their thesis. The results show that self-control has a negative correlation with general procrastination ($r = -0.663$) and thesis ($r = -0.504$). The role of TMT's elements as mediators has been proven when the negative correlations weakened significantly after controlling for TMT elements. Nevertheless, a greater attenuation was actually found when self-control was used as the mediator variable. Alleged causes and implications of the findings are discussed.

Keywords: general procrastination, self-control, temporal motivation theory, undergraduate thesis procrastination

Citation

Ursia, N.R., Siaputra, I.B., Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi akademik dan *self-control* pada mahasiswa skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora*, 17(1), 1-18. DOI: 10.7454/mssh.v17i1.1798

1. Pendahuluan

Prokrastinasi yang terjadi pada area akademik disebut sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik banyak dilakukan oleh pelajar atau mahasiswa (Fibrianti, 2009). Menyusun skripsi merupakan salah satu area akademik yang penting karena menjadi salah satu syarat mahasiswa untuk mendapatkan gelar S1. Namun, hal ini tetap saja ditunda (Catrunada, 2008).

Solomon dan Rothblum (1984) mengusulkan bahwa prokrastinasi merupakan kecenderungan menunda memulai menyelesaikan tugas dengan melakukan aktivitas lain yang tidak berguna sehingga tugas menjadi terhambat, tidak selesai tepat waktu, dan sering terlambat. Solomon dan Rothblum (1984) juga menjelaskan bahwa terdapat enam area akademik, yaitu tugas membuat laporan/paper, tugas belajar dalam menghadapi ujian, tugas membaca mingguan. Selanjutnya, adalah tugas