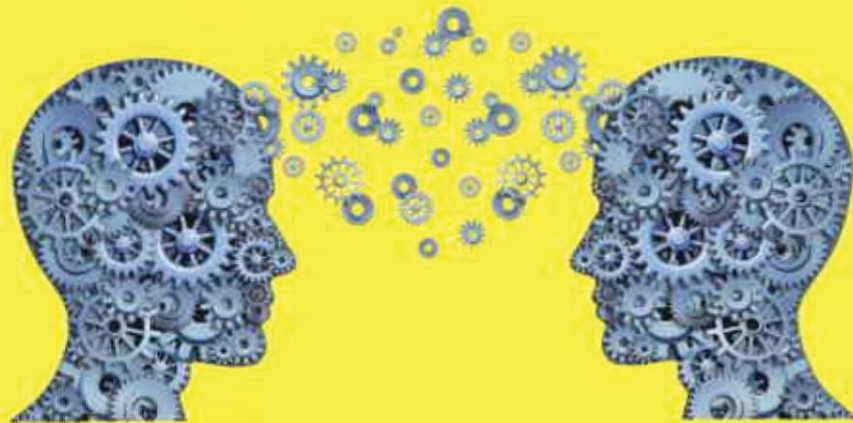


 PENERBIT ERLANGGA

PSIKOLOGI TERAPAN

Melintas Batas Disiplin Ilmu



Penyunting:
Johana E. Prawitasari

PSIKOLOGI TERAPAN

Melintas Batas Disiplin Ilmu

Penyunting:
Johana E. Prawitasari



PENERBIT ERLANGGA
Jl. H. Baping Raya No.100
Ciracas, Jakarta 13740
www.erlangga.co.id
(Anggota IKAPI)

007-158-002-0

Psikologi Terapan
Melintas Batas Disiplin Ilmu

Hak Cipta © 2012 pada Pengarang Hak terbit pada Penerbit Erlangga.

Disusun oleh: Mantan Mahasiswa dan Bimbingan Prof. Johana E. Prawitasari, Ph.D
(Penyunting: Prof. Johana E. Prawitasari, Ph.D)

Editor: Rikard Rahmat
Heidy Retnowulan

Desain Sampul: Muhasan

Buku ini diset dan dilayout oleh bagian produksi Penerbit Erlangga
dengan Power Macintosh G4 (Minion pro 11 pt.)

Dicetak : PT. GELORA AKSARA PRATAMA

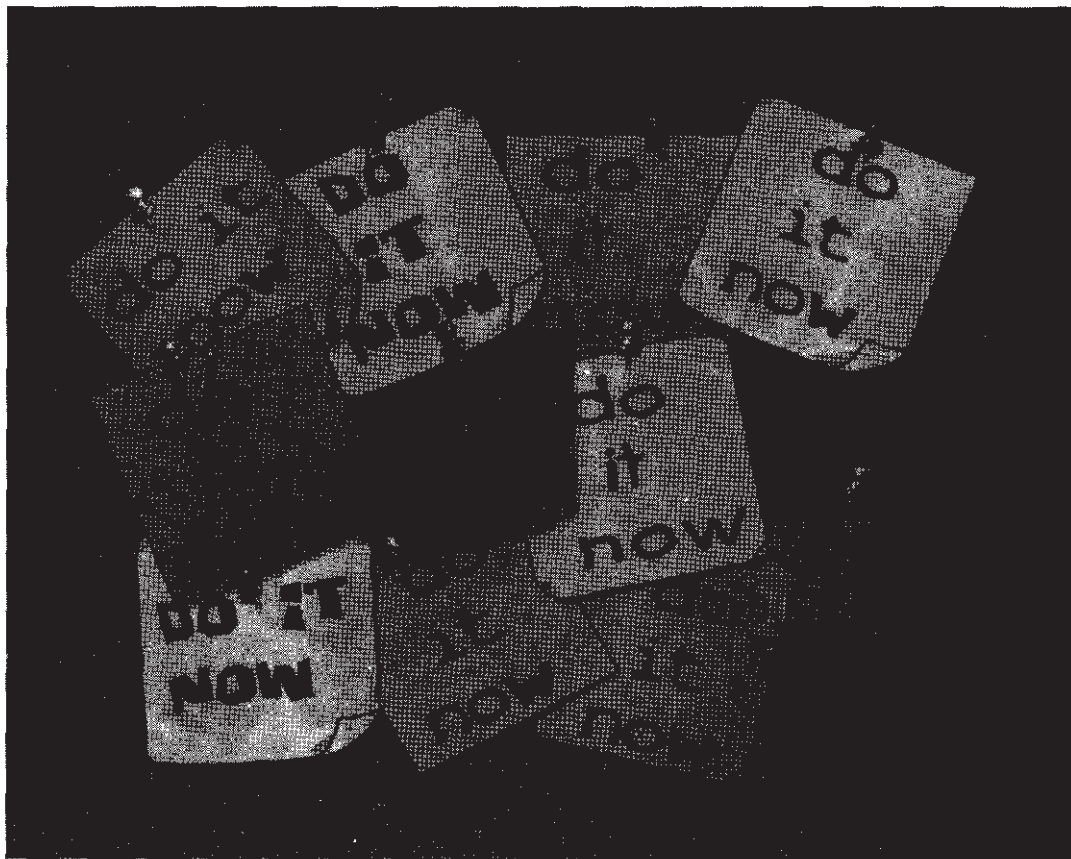
16 15 14 13 12 5 4 3 2 1

Dilarang keras mengutip, menjiplak atau memfotokopi sebagian atau seluruh isi buku ini
serta memperjualbelikannya tanpa ijin tertulis dari Penerbit Erlangga.

© HAK CIPTA DILINDUNGI OLEH UNDANG-UNDANG

BAB 6

Akselerasi Penyelesaian Skripsi



Pengantar

Dalam lingkungan akademik yang dipenuhi tenggat waktu, tugas rutin, dan sasaran pencapaian, penundaan (*procrastination*) adalah sesuatu yang dibenci namun sering terjadi. Penundaan pengerjaan tugas sampai detik-detik terakhir sering kali diikuti hasil kerja kurang optimal yang menimbulkan kekesalan pemberi tugas dan penyesalan si pelaku. Tak ayal lagi, penundaan adalah masalah penting yang makin genting untuk dituntaskan.

Penundaan sering kali dilihat sebagai masalah pribadi pelaku. Pelaku (si penunda) secara sadar ataupun tidak telah dilabel dan melabel diri sebagai pesakitan. Label yang sering dilekatkan, antara lain pemalas, impulsif, atau bahkan ADHD/GPPH (*Attention Deficit and Hyperactive Disorder*/Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas).

Salah satu tugas akademik yang menjadi ajang penunda-nundaan adalah skripsi. Tidak semua mahasiswa mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu. Pengamatan selama 15 semester (2002-2007) terhadap 1502 wisudawan di sebuah perguruan tinggi swasta di Jawa Timur menunjukkan bahwa 938 wisudawan (59,3%) menyelesaikan skripsi pada bulan terakhir pendaftaran wisuda. Untuk periode wisuda antara 2000-2003, tak kurang dari 83% wisudawan tergolong lambat menyelesaikan skripsi (lebih dari dua semester). Mahasiswa yang tepat waktu berjumlah sekitar 13% (dua semester), dan hanya 4% yang mampu menyelesaikan skripsi dalam satu semester.

Keterlambatan penyelesaian tugas akhir dapat ditemui mulai tingkat sarjana sampai dengan pascasarjana (Carden, Bryant, & Moss, 2004; Pfister, 2002; Rawlins, 1995, Rothblum, Solomon, & Murakami, 1986; Saddler, 1994). Keterlambatan penyelesaian tugas akhir tidak mengenal etnis (Jeffrey & Oliver, 1995) maupun lokasi dan batas negara (Amerika—Braunstein, 2004; Muszynski & Akamatsu, 1991; Indonesia—Akbar, 2006; Israel—Milgram & Naaman, 1996; Korea—Lee, 2005; dan Malaysia—Yaakub, 2000). Hal ini merupakan masalah bersama yang dapat ditemukan pada Perguruan Tinggi/PT unggulan ataupun tidak (Ferrari, Wolfe, Wesley, Schoff, & Beck, 1995).

Penunda-nundaan dapat berakibat sangat fatal, misalnya kegagalan memperoleh gelar kesarjanaan (Dominguez, 2006; Good, 2002; Steel, 2007). Dari segi materiil, pada tingkat nasional, untuk setiap semester keterlambatan penyelesaian kuliah, terjadi penambahan biaya sampai triliunan rupiah. Angka tersebut adalah hasil simulasi biaya pendidikan dan biaya hidup mahasiswa dari beberapa perguruan tinggi nasional. Secara nir-materiil, penundaan sering kali diikuti perasaan bersalah, marah, dan tidak berguna (Onwuegbuzie, 2004). Sarjana yang terlambat lulus lebih sering mengalami gangguan karier, konflik peran, kecemasan, kepercayaan diri, dan relasi sosial (Ferrari, Parker, & Ware, 1992; McIlveen, George, Voss, & Laguardia, 2006; Pychyl, Morin, & Salmon, 2000; Senécal, Julien, & Guay, 2003).

Keterlambatan kelulusan mahasiswa juga sangat merugikan lembaga Perguruan Tinggi. Dari sisi sumber daya manusia, masalah ini berdampak pada penumpukan tuntutan kerja serta beban psikologis dosen (Cone & Foster, 1993). Dari sisi kredibilitas lembaga, kesulitan penyelesaian skripsi rentan disertai dengan ketidakjujuran akademik (Roig & DeTommaso, 1995), mulai dari “jasa pembuatan skripsi” sampai dengan “jual beli gelar”,

yang tentu saja sangat merugikan nama baik lembaga PT (Pattisina, Febriane, & Ivvaty, 2005; Suara Pembaruan, 2006; TEMPO Interaktif, 2005; Umam, 2005).

Penanganan penundaan sebenarnya telah sering diupayakan, namun hasilnya masih jauh dari harapan. Beberapa ahli psikologi dan pendamping akademik di Amerika Utara dan Eropa telah merancang serangkaian metode konseling untuk mengatasi penundaan akademik. Schouwenburg, Lay, Pychyl, dan Ferrari (2004) telah mengumpulkan, menyoroti, dan mengkritik berbagai upaya tersebut dalam sebuah antologi yang diterbitkan oleh *American Psychological Association/APA*. Dilaporkan adanya sejumlah kemiripan sekaligus keunikan yang bersumber dari variasi pemahaman terhadap hakikat penundaan.

Untuk memperoleh hasil optimal, penanganan tidak dapat hanya dilakukan dengan pendekatan pribadi (mikro), melainkan juga pendekatan kelompok dan organisasi (makro; Prawitasari, 2003; 2010). Penerapan psikologi untuk mengakselerasi penyelesaian skripsi tidak mungkin hanya didasarkan pada penanganan kasus per kasus, namun juga harus merambah tingkat kebijakan lembaga, misalnya perombakan kurikulum atau pembentukan divisi khusus urusan skripsi. Penanganan pada tingkat mikro menuntut biaya yang sangat besar dari segi finansial, waktu, dan sumber daya insani. Hal ini disebabkan oleh tingginya keunikan kebutuhan masing-masing mahasiswa. Penanganan pada tingkat makro sering kali lebih optimal dan berkelanjutan. Akibatnya, ketika dirata-rata, biaya yang dikeluarkan per mahasiswa dapat lebih murah, sehingga menjadi lebih ekonomis.

Tulisan ini dirancang untuk memaparkan suatu rancangan metode penanganan penunda-nundaan akademik pada tingkat mikro dan makro yang dapat memberikan hasil bermakna (baik secara statistik maupun klinis) dan bertahan lama. Rekomendasi yang disampaikan dibangun di atas hasil kajian teoretis sekaligus hasil penelitian empiris. Sekali pun area penunda-nundaan yang diperhatikan adalah dunia akademik, metode penanganan yang disarankan dapat juga digunakan pada area kehidupan lain.

tenggat waktu yang tegas dan jelas untuk tiap tahap pengerjaan skripsi diyakini mampu menggerakkan mahasiswa. Sesuai laporan Ariely dan Wertenbroch (2002), tenggat waktu eksternal sangatlah manjur untuk menghentikan penundaan.

Kesimpulan

Penundaan adalah masalah yang begitu sering dijumpai sehingga keberadaannya terkadang diterima sebagai suatu kewajaran. Masalahnya di lingkungan akademik yang makin penuh dengan tuntutan dan tenggat waktu, penundaan bukanlah suatu hal yang dapat dibiarkan. Berbagai program penanganan penundaan telah dilakukan, namun hasil yang diperoleh sering kali jauh dari memuaskan.

Kerangka kerja teoretis penundaan telah terbukti berhasil menjelaskan hubungan antara penundaan dan berbagai konstruk psikologis terkait. Sebagai tindak lanjut, direkomendasikan sebuah program penuntasan penunda-nundaan berdasarkan pendekatan TMT. Program ini mensyaratkan adanya pengukuran penundaan berdasarkan pendekatan TMT yang dilakukan untuk mengidentifikasi penyebab utama penundaan. Identifikasi tersebut diperlukan untuk penyusunan program yang disesuaikan dengan kekuatan dan kelemahan tiap siswa.

Sekalipun masih memerlukan banyak penyempurnaan, rekomendasi ini perlu ditindaklanjuti dengan segera. Kelemahan dan kekurangan yang ada dalam rekomendasi ini tidak boleh dijadikan alasan menunda pengembangan program yang lebih baik. Tulisan ini adalah undangan terbuka bagi para psikolog, ilmuwan psikologi, pendamping akademik, atau bahkan para penunda (termasuk penulis sendiri) untuk terlibat aktif dalam upaya penuntasan penundaan.

Ide Bagus Siaputra

Daftar Pustaka

- Akbar, U. C. (2006). Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa (Angkatan 1998-2000). *Skripsi*, tidak dipublikasikan. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diunduh 25 April 2007, dari <http://digilib.ums.ac.id/go.php?id=jtptums-gdl-s1-2007-ummicholif-5018&q=prokrastinasi>.
- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder* (4th. ed.). Washington, DC: Author.
- Ariely, D., & Wertenbroch, K. (2002). Procrastination, deadlines, and performance: Self-control by precommitment. *Psychological Science*, *13*, 219–224.
- Braunstein, J. W. (2004). Simple strategies for conquering procrastination while writing Your Dissertation or Thesis. *Simple Strategies*, *1*(4). Retrieved June 14, 2007, from http://www.researchconsultation.com/OnlineResourceLibrary_03.asp.
- Carden, R., Bryant, C., & Moss, R. (2004) Locus of control, test anxiety, academic procrastination, and achievement among college students. *Psychological Reports*, *95*, 581-582.

- Clark, J. L., & Hill, O. W. (1994). Academic Procrastination among African-American College Students. *Psychological Reports* 75(2), 931-936.
- Cone, J. and Foster, S. (1993). *Dissertations and theses from start to finish*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Dominguez, R. (2006). Completing the dissertation: It's not only about academics. *College Teaching Methods & Styles Journal*, 2 (2), 21-24.
- Ferrari, J. R., Parker, J. T., & Ware, C. B. (1992). Academic procrastination: Personality correlates with Myers-Briggs types, self-efficacy, and academic locus of control. *Journal of Social Behavior & Personality*, 7(3), 495-502.
- Ferrari, J. R., Wolfe, R. N., Wesley, J. C., Schoff, L. A., & Beck, B., L. (1995). Ego-identity and academic procrastination among university students. *Journal of College Student Development*, 36(4), 361-367.
- Good, C.E. (2002). Factors affecting dissertation progress. *Unpublised dissertation*, University of Arkansas.
- Gröpel, P., & Steel, P. (2008). A mega-trial investigation of goal setting, interest enhancement, and energy om procrastination. *Personality and individual differences* 45, 406-411.
- Lee, E. (2005). The relationship of motivation and flow experience to academic procrastination in university students. *Journal of Genetic Psychology*, 166(1), 5-14.
- McIlveen, P. J., George, M. R., Voss, S. L., & Laguardia, A. (2006). Surviving the doctoral dissertation experience: The N.W. sisters' study. *Journal of International Women's Studies*, 7(4), 168-185.
- Milgram, N. & Naaman N. (1996). Typology in procrastination. *Personality & Individual Differences*, 20(6), 679-683.
- Millon, T. (1994). Personality disorders: Conceptual distinctions and classification issues. In P. T. Costa & T. A. Widiger (Eds.), *Personality disorders and the five-factor model of personality* (pp. 279-301). Washington, DC: American Psychological Association.
- Muszynski, S. Y. & Akamatsu, T. J. (1991). Delay in completion of doctoral dissertation in Clinical Psychology. *Professional Psychology : Research and Practice*, 22(2), 119-123.
- Onwuegbuzie, A. J. & Collins, K. M. T. (2001). Writing apprehension and academic procrastination among graduate students. *Perceptual & Motor Skills*, 92(2), 560-562.
- Pattisina, E. C., Febriane, S., & Ivvaty, S. (2005). Jual Beli Gelar, Bentuk dari Neofeodalisme. *Kompas Minggu*, 11 September 2005.
- Prawitasari, J. E. (2003). Psikologi Klinis: Dari Terapan Mikro ke Makro. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 18(3), 215-228.
- Prawitasari, J. E. (2010). *Aplikasi mikro-makro pelayanan psikologi klinis dan jejaring kerja antar profesi*. Makalah disajikan pada Konferensi Nasional II Ikatan Psikologi Klinis-HIMPSSI, Yogyakarta, 5 & 6 Februari 2010.
- Pfister, T. L. (2002). The effects of self-monitoring on academic procrastination, self-efficacy, and achievement. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities & Social Sciences*, 63(5-A), 1713.

- Pychyl, T. A., Morin, R. W., & Salmon, B. R. (2000). Procrastination and the planning fallacy: An examination of the study habits of university students. *Journal of Social Behavior & Personality, 15*(5), 135-150.
- Rawlins, D. R. (1995). A study of academic procrastination in middle-school-aged children. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities & Social Sciences, 56*(3-B), 1708.
- Roig, M. & DeTommaso, L. (1995). Are college cheating and plagiarism related to academic procrastination? *Psychological Reports, 77*(2), 691-698.
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low Procrastinators. *Journal of Counseling Psychology, 33*(4), 387-394.
- Schouwenburg, H. C. (2004). Perspectives on counseling the procrastinator. In H. C. Schouwenburg, C. H. Lay, T. A. Pychyl, & J. R. Ferrari (Eds.), *Counseling the procrastinator in academic settings* (pp. 197-208). Washington, DC: American Psychological Association.
- Schouwenburg, H. C., Lay, C. H., Pychyl, T. A., & Ferrari, J. R. (2004). *Counseling the procrastinator in academic settings*. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Senécal, C., Julien, E., & Guay, F. (2003). Psychological conflict and academic procrastination: With perspective coil-determination. *European Newspaper of Social Psychology, 33*, 135-145.
- Steel, P. & König, C. J. (2006). Integrating theories of motivation. *Academy of management review, 31*(4); 889-913.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Buletin, 133*(1), 65-94.
- Suara Pembaruan. (2006). Sejumlah PTS Diduga Jual Beli Gelar Magister. *Suara Pembaruan, 28 Januari 2006*.
- TEMPO Interaktif. (2005). Depdiknas Sulit Atasi Jual-Beli Gelar. *TEMPO, Jumat, 12 Agustus 2005*.
- Umam, A. K. (2005). Kemunafikan Intelektual. *Suara Merdeka, 28 April 2005*.
- Yaakub, N. F. (2000). *Procrastination among students in institutes of higher learning: Challenges for k-economy*. Retrieved June 6, 2005, from <http://mahdzan.com/papers/procrastinate/>

Sumber rujukan untuk gambar yang digunakan

<http://www.tooncave.com>
<http://www.crossingworld.com>
<http://3.bp.blogspot.com>
<http://t1.gstatic.com>

Catatan:

Gambar kartun yang disajikan hanyalah contoh. Gambar tersebut mungkin memiliki hak cipta eksklusif.