

PENDAHULUAN

Latar belakang

Penetapan corona virus sebagai pandemi oleh WHO pada 11 Maret 2020 memberikan dampak yang meluas. Mulai dari sistem perekonomian hingga pembelajaran mengalami perubahan yang signifikan. Dalam sistem pembelajaran terjadi perubahan dari pembelajaran secara tatap muka menjadi pembelajaran secara daring. Sehingga penggunaan internet meningkat pesat karena seluruh kegiatan perkuliahan dilakukan secara daring sehingga mempermudah mahasiswa karena tidak perlu pergi keluar rumah.

Dalam pelaksanaannya pembelajaran daring ini sangat mempengaruhi mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Salah satu kendala yang kerap muncul pada mahasiswa adalah prokrastinasi akademik, yang sebenarnya sudah menjadi permasalahan sejak lama. Prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa seiring dengan berjalannya waktu akan sangat menghambat perkembangan akademik mahasiswa, yang berimbas penambahan masa studi mahasiswa. Solomon & Rothblum (1984) mengungkapkan bahwa indikasi penundaan akademik adalah masa studi 5 tahun atau lebih. Indikasi yang disebutkan tersebut mengarah kepada apa yang disebut sebagai prokrastinasi akademik.

Telah dilakukan penelitian sebelumnya mengenai Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa. Terdapat subjek 68 orang mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang diukur dengan skala prokrastinasi akademik dan skala intensitas penggunaan media sosial menunjukkan sebanyak 4 mahasiswa (5,88%) mendapatkan skor prokrastinasi tinggi, 51 mahasiswa (75%) dengan skor sedang, dan 13 mahasiswa (19,11%) skor rendah (Neidi, 2019). Sehingga menunjukkan lebih dari setengah subjek mahasiswa mengalami prokrastinasi sedang.

Di Universitas Muhammadiyah Surakarta dilihat dari hasil wawancara oleh peneliti yang dilakukan pada Maret 2022 di Universitas Muhammadiyah Surakarta, mahasiswa menyatakan bahwa ada banyak kegiatan yang mereka lakukan untuk menghindari mengerjakan skripsi. Seperti terlalu asik menonton drama, bermain game online, sengaja menghabiskan waktu dengan teman, dan bahkan untuk tidur. Ada kecenderungan mahasiswa untuk menunda nunda pekerjaan karena merasa kesulitan atau kebingungan karena terlalu banyak hal yang harus dilakukan dan diperbaiki, juga sulitnya menghubungi dosen pembimbing selama masa pandemi, hal ini sesuai dengan hasil wawancara peneliti terhadap 8 orang mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Meskipun tidak melakukan pertemuan tatap muka mahasiswa juga diharapkan dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu serta mampu memanfaatkan waktunya dengan efektif agar mahasiswa dapat terhindar dari prokrastinasi akademik sehingga tidak memperlama masa studinya. Menurut Wulan & Abdullah (2014) terdapat dua faktor dari prokrastinasi akademik, yaitu yang pertama faktor internal berupa kondisi fisik seperti kelelahan, dan kondisi psikologis individu seperti kontrol atas sendiri, toleransi terhadap ketidaknyamanan dan kemampuan mengelola waktu. Sehingga dapat dinyatakan bahwa kontrol diri dan manajemen waktu mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa. Kedua, faktor eksternal seperti lingkungan dan gaya pengasuhan orang tua.

Faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah pola asuh orang tua. Dalam penelitian ini diambil pola asuh otoriter sebagai salah satu variabel yang mempengaruhi prokrastinasi. Hal ini berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ferrari & Pychyl, 2012) menyatakan bahwa pola asuh otoriter dapat memberikan sebab kepada seseorang untuk melakukan prokrastinasi. Pola asuh otoriter adalah pola asuh yang menekan dengan aturan yang mutlak harus dilakukan anak dengan memberikan ancaman ancaman agar anak menjadi taat (Bun, Taib, & Mufidatul Ummah, 2020).

Berdasarkan dari penelitian terdahulu yang telah dilakukan, penelitian ini memiliki kesamaan antara lain subjek yang digunakan sama yaitu penggunaan

sample mahasiswa, kemudian variabel dependen yang digunakan adalah variabel prokrastinasi akademik. Sedangkan pembaharuan pada penelitian ini untuk membedakan dengan penelitian yang telah dilakukan adalah pada variabel independen yang ditambahkan, serta pada waktu pengambilan data penelitian ini dilakukan saat masa transisi dari sistem pembelajaran daring, sehingga kondisi lingkungan subjek yang memungkinkan untuk lebih mudah melakukan prokrastinasi akademik.

Tujuan dari penelitian ini adalah mencari hubungan antara manajemen waktu, kontrol diri dan pola asuh otoriter terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Mengetahui hubungan antara kontrol diri, manajemen waktu dan pola asuh otoriter terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Mengetahui masing masing hubungan antara kontrol diri, manajemen waktu dan pola asuh otoriter terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Serta mengetahui tingkat kontrol diri, manajemen waktu, pola asuh otoriter dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Manfaat teoritis penelitian ini adalah untuk menambah kajian teori psikologi tentang pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa, kajian teori psikologi tentang pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa, kajian teori psikologi tentang pengaruh pola asuh otoriter terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Sedangkan manfaat Praktis penelitian ini adalah (1) mengetahui adanya hubungan antara kontrol diri, manajemen waktu, pola asuh otoriter terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. (2) Agar dapat menjadi kajian dalam menurunkan prokrastinasi. (3) Jika penelitian ini terbukti, maka akan menjadi informasi dan himbauan bahwa kontrol diri, manajemen waktu, dan pola asuh otoriter memberikan sumbangan efektif pada prokrastinasi mahasiswa.

Konsep Dasar

Prokrastinasi

Mahasiswa tingkat akhir melakukan penundaan mengerjakan pekerjaan dan kewajibannya untuk menyelesaikan skripsi karena merasa bingung dan asik

dengan kegiatannya yang lain. Menurut Tuckman (1990) kurangnya performa dari regulasi diri di mana adanya tendensi untuk menghindari suatu kegiatan di sebut dengan prokrastinasi. Kebiasaan peserta didik dalam menunda penyelesaian tugas walaupun sudah memiliki niat serta keinginann untuk menyelesaikan namun malah melakukan kegiatan lain adalah yang di sebut sebagai prokrastinasi akademik (Ferrari, Joseph R., Johnson, Judith L., McCown, 1995). Menurut Setiawan & Mamahit (2020) prokrastinasi adalah penundaan kegiatan yang akan dilakukan hinga esok hari. Lalu Setiawan & Mamahit (2020) menyatakan prokrastinasi akademik adalah perilaku dari peserta didik yang menunda mengerjakan tugas akademik yang dimiliki, seperti menunda mengerjakan PR, dan menunda belajar untuk persiapan ujian. Sehingga dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik ialah kecenderungan peserta didik untuk menunda menjalankan tanggung jawabnya dalam tugas tugas akademik.

Aspek prokrastinasi menurut Ferrari & Pychyl (2012) ialah *perceived time*, *intention-action (gap)*, *emotional distress*, dan *perceived ability*. *Perceived time*, seseorang yang melakukan prokrastinasi adalah seseorang yang gagal dalam memenuhi *deadline*, sehingga ia adalah seseorang yang tidak tepat waktu. *Intention-action (gap)*, ketika terjadinya ketidakselarasan antara keinginan dengan perilaku yang dilakukan seseorang menjadi salah satu penyebab seseorang gagal untuk mengerjakan tugas. *Emotional distress* ialah rasa cemas dan tidak nyaman individu ketika sedang melakukan penundaan tugas. *Perceived ability* ialah rasa kurang percaya diri dan ragu ragu terhadap kemampuan diri sendiri, sehingga menyebabkan individu melakukan pendundaan.

Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi menurut (Wulan & Abdullah, 2014) terdapat dua macam, yaitu; 1) Faktor internal yang meliputi kondisi fisik seperti penilaian atas diri sendiri serta toleransi terhadap ketidaknyamanan dan kondisi psikologis inidvidu seperti kelelahan. 2) Faktor eskternal berupa gaya pengasuhan orang tua serta kondisi lingkungannya.

Kontrol Diri

Kontrol diri memberikan peran terhadap cara seseorang menyesuaikan diri, sehingga ketika seseorang kurang dapat mengontrol dirinya akan menimbulkan perilaku yang cenderung menyimpang. Menurut Tangney, Boone, & Baumeister (2018) kontrol diri ialah kemampuan seseorang untuk dapat menentukan sikap kearah positif berdasarkan aturan tertentu seperti adat, moral, dan nilai di masyarakat. Dwi Marsela & Supriatna (2019) menyatakan bahwa kontrol diri ialah kemampuan individu yang secara mandiri mampu untuk memunculkan perilaku yang positif.

Dalam kajiannya Tangney et al. (2018) menyebutkan aspek dari kontrol diri ialah; 1) *self-discipline* atau kemampuan untuk mendisiplinkan diri. 2) *deliberate/non-impulsive* kemampuan untuk melakukan suatu hal secara hati hati dan tidak terburu buru, 3) *work ethic* atau regulasi diri terhadap etika kerja serta memperhatikan pekerjaannya, 4) *reliability* merupakan kemampuan untuk dapat melaksanakan rencana jangka panjang dan 5) *healthy habits* dimana kemampuan untuk dapat mengatur pola kehidupannya lebih sehat serta positif.

Faktor yang mempengaruhi kontrol diri menurut (Wulan & Abdullah, 2014) meliputi faktor internal serta faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri adalah usia, ini berkaitan dengan kematangan kognitif serta emosi dari individu itu sendiri. Lalu untuk faktor eksternal berupa lingkungan keluarga. Maksudnya adalah bagaimana orang tua mengasuh anak tersebut, apa bila orang tua mengajarkan kedisiplinan sejak dini maka individu akan lebih memahami konsep dari kontrol diri tersebut.

Manajemen Waktu

Selain kemampuan untuk mengontrol diri, individu juga diharapkan mempunyai kemampuan untuk menggunakan waktu sebaik mungkin. Manajemen waktu menurut Timpe (2007) adalah pengelolaan diri sendiri yang bertujuan untuk dapat menggunakan waktu guna mencapai sasaran yang diinginkan. Perencanaan waktu dengan cara menetapkan sasaran, atau prioritas mana kegiatan yang akan di lakukan terlebih dahulu.

Terdapat lima aspek yang akan peneliti bidik dalam proses pelatihan manajemen waktu menurut Timpe (2007) antara lain ialah mengenai: 1) Menghindari kebiasaan memboroskan waktu. 2) Peserta mampu menetapkan sasaran. 3) Mampu menetapkan prioritas. 4) Dapat melakukan komunikasi efektif. 5) Menghindari penundaan dalam bekerja.

Faktor yang mempengaruhi manajemen waktu menurut Srijanti, K, Ar, & Tiningrum (2008) adalah sebagai berikut: 1) Adanya target yang jelas. 2) Adanya prioritas kerja. 3) Penundaan pekerjaan. 4) Pendelgasian tugas. 5) Penataan ruang kerja.

Forsyth (2009) mengemukakan bahwa dampak dari penggunaan manajemen waktu, antara lain : a. Memiliki prioritas yang jelas dalam bekerja b. Dapat mengurangi keterlambatan dan kesalahan dalam bekerja. c. Dapat tepat waktu dalam melakukan suatu pekerjaan sehingga dapat meningkatkan kepuasan kerja. d. Memiliki kemampuan untuk tetap berkonsentrasi terhadap pekerjaan sehingga dapat meningkatkan produktifitas kerja yang baik. e. Dapat melatih kebiasaan disiplin untuk hal-hal yang berhubungan dengan waktu sehingga pekerjaan yang dilakukan akan lebih efesien.

Pola asuh otoriter

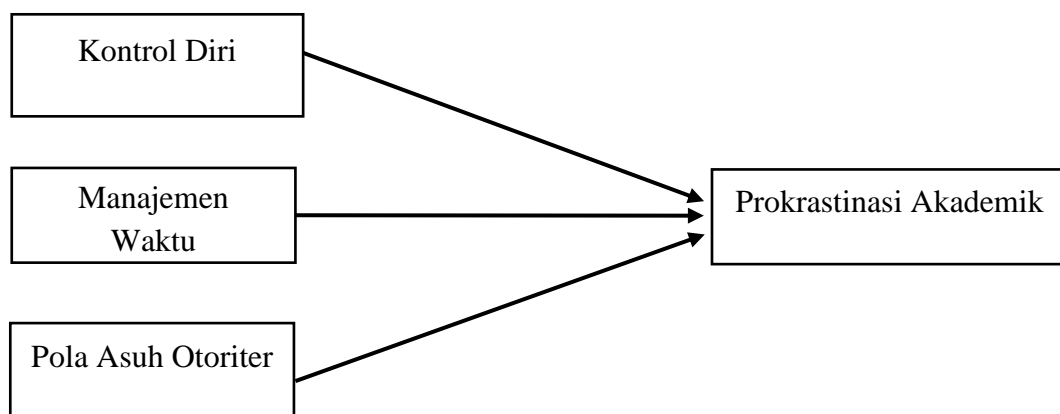
Pola asuh orang tua yang otoriter yaitu orang tua yang cenderung mengontrol anaknya melalui peraturan-peraturan yang ketat dan tidak dapat dinegosiasikan oleh anak. Jika anak membantah atau berperilaku yang tidak sesuai keinginan orang tua maka hukuman akan diberikan (Katmini & Syakur, 2020). Pola asuh otoriter adalah pola asuh yang menekan dengan aturan yang mutlak harus dilakukan anak dengan memberikan ancaman ancaman agar anak menjadi taat (Bun et al., 2020). Santrock. (2002) pola asuh otoriter, yaitu pola asuh yang penuh pembatasan dan hukuman (kekerasan) dengan cara orang tua memaksakan kehendaknya, sehingga orang tua dengan pola asuh otoriter memegang kendali penuh dalam mengontrol anak-anaknya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pola asuh otoriter orang tua ialah sikap kaku dan keras orang tua yang mengontrol

tingkah laku anak dengan ketidakseimbangan *reward* dan *punishment* serta kurangnya komunikasi yang baik antara orang tua dan anak.

Menurut Hurlock (1992) terdapat lima ciri ciri dari pola asuh otoriter, yaitu: 1) Sikap kaku dan keras dari orang tua. 2) Tingkah laku anak yang dikontrol dengan ketat. 3) Jarang memberikan hadiah. 4) Memberikan hukuman untuk suatu kesalahan. 5) kurangnya komunikasi antara orang tua dan anak.

Faktor yang mempengaruhi orang tua menerapkan pola asuh otoriter menurut Wiydarini (2009) ialah; 1) Orang tua menerapkan pola asuh sesuai tradisi atau pengalaman di masa lalu. 2) Orang tua memegang peran dominan. 3) Memiliki harapan tertentu terhadap anak. 4) Mempunyai harapan tinggi terhadap anak sehingga merasakan ketegangannya.

Kerangka konseptual penelitian



Penelitian ini didasarkan pada teori *social learning* (sosial kognitif) yang dikemukakan oleh Albert Bandura. Pendekatan ini memberikan penekanan bahwa dalam pembelajaran faktor kognitif atau faktor person merupakan hal penting disamping faktor sosial yang ada pada pendekatan belajar sosial. Bandura sendiri mengembangkan konsep yang disebut dengan determinisme resiprokal. Hubungan timbal balik antara faktor perilaku, faktor lingkungan dan faktor *person* atau faktor kognitif disebut sebagai determinisme respirokal. Bagaimana ketiga faktor tersebut saling mempengaruhi satu sama lain, faktor perilaku mempengaruhi

mempengaruhi faktor lingkungan, faktor kognitif mempengaruhi perilaku, dan faktor lingkungan mempengaruhi lingkungan. A. Bandura (1989) menyatakan perilaku manusia paling banyak adalah yang diatur oleh diri sendiri, sehingga faktor *person* menjadi perasanan yang penting. Faktor *person* yang dimaksud adalah kepribadian, tempramen, dan pembawaan, sedangkan faktor kognitif yang dimaksud adalah keyakinan, kecerdasan, strategi pemikiran, dan ekspektasi (A. Bandura, 1989). Dalam penelitian ini faktor *person*/kognitifnya adalah kontrol diri dan manajemen waktu, faktor lingkungannya adalah pola asuh orang tua, dan faktor perilakunya adalah prokrastinasi akademik.

Faktor *person*/kognitif menurut Bandura dapat mempengaruhi perilaku. Faktor *person*/kognitif yang pertama adalah kontrol diri. Sesuai dengan penelitian yang menyatakan bahwa adanya hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi individu dengan kontrol diri yang baik akan dapat mengendalikan dirinya sehingga akan terhindar dari gangguan yang akan membuatnya menjadi prokrastinasi. Mengontrol diri dengan baik merupakan hal yang harus dimiliki agar dapat mengurangi prokrastinasi. Seseorang dengan kontrol diri rendah akan merasa sulit untuk menghentikan kebiasaan buruk yang dia miliki (Azalia, Rosra, & Andriyanto, 2019). Salah satunya adalah kebiasaan untuk mengulur waktu dalam mengerjakan tugasnya, melakukan prokrastinasi pada tugas tugasnya. Dalam penelitian Chisan & Jannah (2021) menyatakan bahwa semakin tinggi kontrol diri seseorang maka semakin rendah orang tersebut melakukan prokrastinasi. Penelitian Azalia, Rosra, & Andriyanto (2019) menunjukkan adanya kontrol diri memberikan kontribusi sebesar 38,2% terhadap prokrastinasi hal ini menunjukkan kontrol diri merupakan aspek yang cukup berpengaruh terhadap prokrastinasi. Dengan memiliki kemampuan kontrol diri yang baik maka individu akan memiliki tendensi untuk memunda kepuasan instan untuk kepuasan yang lebih besar di masa yang akan datang (Kim, Hong, Lee, & Hyun, 2017). Kontrol diri diketahui dapat memberikan efek signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu diketahui sebagai management waktu. Meningkatkan kemampuan mengelola waktu dapat mempengaruhi penurunan fenomena prokrastinasi (Roshanisefat, Azizi, &

Khatony, 2021). Sehingga akan mengurangi prokrastinasi agar dapat meraih tujuan akademiknya.

Kemudian faktor *person/kognitif* kedua yang mempengaruhi perilaku adalah manajemen waktu. Hal lain yang memberikan kontribusi terhadap prokrastinasi adalah manajemen waktu. Individu dengan kemampuan manajemen waktu yang baik berkemungkinan kecil untuk dapat melakukan prokrastinasi akademik. Menurut Gasim dalam Setiawan & Mamahit (2020), manajemen waktu ialah perilaku serta upaya yang dilakukan individu untuk mengontrol diri agar dapat menggunakan waktu seefektif mungkin dengan cara menentukan tujuan, prioritas, membuat rencana dan jadwal, pengontrolan waktu serta pengorganisasian kegiatan. Penelitian dari Nisa, Mukhlis, Wahyudi, & Putri (2019) mengenai manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan menunjukkan hasil bahwa responden dengan tingkat manajemen waktu rendah sebesar 50,7%, manajemen waktu dengan tingkat sedang sebesar 31,5%, dan manajemen waktu dengan tingkat tinggi sebanyak 17,8%. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa 82,2% mahasiswa keperawatan belum memiliki kemampuan mengelola waktu yang baik, sehingga masih mengalami beberapa permasalahan pengelolaan waktu.

Kemudian menurut teori Bandura bahwa faktor lingkungan akan mempengaruhi perilaku, begitu pula sebaliknya perilaku akan mempengaruhi lingkungan. Faktor lingkungan disini adalah pola asuh otoriter. Sedangkan mahasiswa dengan rentan usia 18-25 tahun adalah dewasa muda yang menginginkan otoritas atas dirinya sendiri, sehingga membutuhkan ruang untuk dapat mengontrol dirinya sendiri. Sebagaimana pada penelitian Rosani, & Indrawati (2018) yang dilakukan pada mahasiswa mengatakan bahwa semakin positif penilaian mahasiswa terhadap pola asuh otoriter maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa tersebut. Wang (2022) dalam penelitian meta analisisnya menemukan bahwa korelasi antara prokrastinasi dengan pola asuh otoriter memiliki skor $r=0.12$. Penelitian lain menurut Mikaeili & Salmani (2021) pola asuh dengan karakteristik tingginya tuntutan orang tua dan anak dengan harga diri yang rendah dapat dinyatakan sebagai salah satu dari

penyebab prokrastinasi akademik yang dialami oleh anak. Alasan lain yang dinyatakan oleh Mikaeili & Salmani (2021) adalah anak dengan pola asuh otoriter mengalami situasi yang membuatnya menjadi prokrastinator, di mana anak menghindari suatu pekerjaan karena takut gagal, dan ketika harus melakukannya dia akan melakukannya di saat saat terakhir. Mikaeli dan Salmani menyimpulkan bahwa pola asuh otoriter memiliki pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan skor $r= 0,180$.

Dengan demikian, hipotesis mayor dalam penelitian ini yaitu ada hubungan antara kontrol diri, manajemen waktu, dan pola asuh otoriter dengan prokrastinasi akademik mahasiswa UMS yang tengah mengerjakan tugas akhir. Sedangkan hipotesis minor dalam penelitian ini antara lain : 1) Ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa UMS yang tengah mengerjakan tugas akhir. 2) Ada hubungan negatif antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik mahasiswa UMS yang tengah mengerjakan tugas akhir. 3) Ada hubungan positif antara pola asuh otoriter dengan prokrastinasi akademik mahasiswa UMS yang tengah mengerjakan tugas akhir.