

# 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](mailto: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

administratif (mengambil kartu studi, mengembalikan buku perpustakaan, dan membaca pengumuman), tugas kehadiran (membuat janji dan bertemu dosen untuk tutorial) dan tugas akademik secara umum.

Steel (2007) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk. Steel (2010) juga pernah mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu penundaan sukarela yang dilakukan oleh individu terhadap tugas/pekerjaannya meskipun ia tahu bahwa hal ini akan berdampak buruk pada masa depan.

Prokrastinasi menjadi penting untuk diteliti karena frekuensi prokrastinasi yang tergolong tinggi (Solomon & Rothblum, 1984; Steel, 2007; Surijah, 2007). Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Surijah (2007) pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya yang tergolong memiliki prokrastinasi tinggi sampai sangat tinggi adalah 30,9% (dari 316 mahasiswa). Selain memiliki frekuensi yang tinggi prokrastinasi memberikan banyak kerugian terhadap pelakunya, baik kerugian materiil maupun immateriil (Fibrianti, 2009; Muhid, 2009; Siaputra, Prawitasari, Hastjarjo, Azwar, 2011; Steel, 2007; Tanriady, 2009; Utomo, 2010). Menurut Ferrari dan Morales (2007) prokrastinasi akademik memberikan dampak yang negatif bagi para mahasiswa, yaitu banyaknya waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna. Prokrastinasi juga dapat menyebabkan penurunan produktivitas dan etos kerja individu sehingga membuat kualitas individu menjadi rendah (Utomo, 2010). Selain itu Tice dan Baumeister (1997) mengatakan bahwa prokrastinasi dapat menyebabkan stres dan memberi pengaruh pada disfungsi psikologis individu. Individu yang melakukan prokrastinasi akan menghadapi *deadline* dan hal ini dapat menjadi tekanan bagi mereka sehingga menimbulkan stres.

Kerugian lain yang dihasilkan dari perilaku prokrastinasi menurut Solomon dan Rothblum (1984) adalah tugas tidak terselesaikan, atau terselesaikan namun hasilnya tidak maksimal, karena dikejar *deadline*. Menimbulkan kecemasan sepanjang waktu pengerjaan tugas, sehingga jumlah kesalahan tinggi karena individu mengerjakan dalam waktu yang sempit. Di samping itu, sulit berkonsentrasi karena ada perasaan cemas, sehingga motivasi belajar dan kepercayaan diri menjadi rendah. Surijah (2007) juga menambahkan bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akan lebih lama untuk menyelesaikan masa studinya dibandingkan mahasiswa yang tidak melakukan prokrastinasi.

Beberapa hasil penelitian menemukan bahwa kualitas internal individu memiliki peran penting penting dalam memengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang. Di

antara berbagai kualitas diri, Janssen dan Carton (1999) mengusulkan lima hal yang sering dikaitkan dengan tingginya kecenderungan prokrastinasi, yaitu rendahnya kontrol diri (*self-control*), *self-consciousness*, *self-esteem*, dan *self-efficacy*, serta adanya kecemasan sosial. Di antara kelima hal tersebut, yang dijadikan fokus pada penelitian ini adalah *self-control*.

Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) menyarankan bahwa *self-control* memiliki kapasitas besar dalam memberikan perubahan positif pada kehidupan seseorang. Menurut Ray (2011), secara umum *self-control* yang rendah mengacu pada ketidakmampuan individu menahan diri dalam melakukan sesuatu serta tidak memedulikan konsekuensi jangka panjang. Sebaliknya, individu dengan *self-control* yang tinggi dapat menahan diri dari hal-hal yang berbahaya dengan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang.

Menurut Steel (2007) prokrastinasi akademik memiliki korelasi negatif yang kuat dengan *self-control* ( $r = -0,58$ ). Setiap individu memiliki kontrol diri yang berbeda-beda, ada yang memiliki kontrol diri yang tinggi, namun ada pula yang rendah. Menurut Steel (2007) *self-control* adalah pengendalian diri individu terhadap waktu tunda penerimaan imbalan. Pengendalian diri ini berkaitan dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum (1984) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik yang paling banyak dilakukan oleh mahasiswa adalah mengerjakan tugas *paper* laporan, belajar untuk ujian, dan membaca tugas mingguan. Ketiga area tersebut mengindikasikan bahwa tugas ini harus dilihat sebagai sesuatu yang penting. Frekuensi penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa memengaruhi performa mereka dalam bidang akademik (Solomon & Rothblum, 1984). Salah satu kemiripan di antara ketiga tugas tersebut adalah adanya tuntutan keterampilan dan beban waktu tinggi untuk menuntaskannya. Hal ini sangat berbeda dengan kedua tugas lain yang diteliti oleh Solomon dan Rothblum, yaitu menyelesaikan tugas administrasi dan menemui dosen atau menghadiri kuliah. Ketiga tugas yang memiliki tuntutan keterampilan dan beban waktu tinggi tersebut menuntut komitmen yang lebih tinggi pula agar dapat diselesaikan tepat waktu secara berkualitas. Oleh karena itu, tidaklah mengherankan apabila individu dengan *self-control* rendah akan mudah untuk menunda pengerjaan tugas-tugas dengan tersebut.

Tugas mengerjakan *paper* laporan merupakan tugas yang bersifat mandiri sehingga mahasiswa dituntut untuk menetapkan jadwal kerja pribadi. Hal ini sama dengan tugas skripsi. Mahasiswa memiliki kebebasan untuk mengerjakan ataupun tidak mengerjakan. Namun, ketika mahasiswa tidak mengerjakan maka di masa

depan, ketika tenggat waktu itu tiba, akan ada konsekuensi buruk, yaitu tidak dapat lulus. Di sisi lain, di masa kini, biasanya pelaku penunda-nundaan (prokrastinastor) akan mendapatkan berbagai kenikmatan dan keuntungan, misalnya ketenangan pikiran serta kesempatan melakukan hal-hal yang disenangi. Ketika dihadapkan pada pilihan antara melakukan sesuatu yang menyenangkan sekarang atau memberikan manfaat, namun baru dirasakan nanti, kemampuan individu untuk mengendalikan diri sangatlah berperan. Oleh karena itu, pada tugas yang bersifat mandiri seperti ini, mahasiswa memerlukan *self-control* yang baik untuk segera mengerjakan dan berhenti menunda-nunda.

Selain jadwal pengumpulan tugas, tingkat kesulitan tugas juga merupakan faktor penentu muncul-tidaknya fenomena prokrastinasi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Janssen dan Carton (1999) menyatakan bahwa ada hubungan antara tugas yang sulit dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa ( $p < 0,1$ ). Tugas yang dirasa sulit oleh mahasiswa cenderung akan makin ditunda, sedangkan tugas yang dianggap mudah cenderung akan dikerjakan terlebih dahulu.

Temuan penelitian yang mengusulkan bahwa tugas yang lebih menuntut kemandirian dan lebih sulit akan cenderung lebih sering ditunda mungkin dapat dijadikan sebagai salah satu penjelasan utama, mengapa banyak mahasiswa yang menunda pengerjaan skripsi. Sama seperti yang dikatakan oleh Catrunada (2008) bahwa sebagian besar mahasiswa menganggap bahwa skripsi merupakan tugas yang sulit dan menuntut kemandirian tinggi. Hal ini membuat banyak mahasiswa dengan *self-control* rendah menunda-nunda pengerjaan skripsi mereka.

Steel dan König (2006) memperkenalkan teori motivasi temporal (TMT) untuk menjelaskan aspek-aspek yang dapat mempengaruhi prokrastinasi. Steel (2007) dan Siaputra (2010) telah mengusulkan bahwa TMT merupakan kerangka teoretis terbaik untuk menjelaskan dinamika prokrastinasi. Steel telah menyajikan beberapa hasil meta-analisis untuk memperkuat berbagai dakuan (klaim) yang dilakukan terkait dengan keempat komponen TMT. Di antara keempat komponen tersebut, pada kesempatan ini, perhatian dipusatkan pada komponen *sensitivity to delay*. Hal ini dilakukan karena komponen ini yang dianggap paling berkaitan dengan variabel kedua, yaitu *self-control*.

Steel (2007) mengusulkan kurangnya kendali diri (*lack of self-control*) sebagai salah satu konstruksi yang mewakili dan/atau mencerminkan tingginya *sensitivity to delay*. *Sensitivity to delay* diartikan sebagai besarnya kepedulian yang diberikan atau hingga taraf tertentu bahkan dapat juga disebut ketergantungan terhadap waktu tunda penerimaan imbalan. Individu yang memiliki *sensitivity to delay tinggi* cenderung mendahulukan

aktivitas yang bersifat mendesak, dalam arti akan menimbulkan masalah atau ketidaknyamanan apabila tidak dikerjakan. Misalnya mendahulukan tugas yang tenggat waktunya paling dekat atau membeli barang secara berlebihan, dalam jumlah besar, karena menganggap bahwa hal tersebut jarang atau bahkan tidak akan terjadi lagi. Definisi tersebut mendorong Gröpel dan Steel (2008) mengganti istilah *sensitivity to delay* menjadi *impulsiveness*. *Impulsiveness* atau kecenderungan individu untuk mendahulukan aktivitas yang memberikan atau setidaknya menjanjikan imbalan paling cepat tampaknya telah beberapa kali diusulkan sebagai salah satu prediktor prokrastinasi dan sekaligus *self-control* (Steel, 2007; Steel & König, 2006). Sayangnya, penelitian yang mengorelasikan ketiganya secara bersamaan masihlah teramat jarang. Oleh sebab itu, pertanyaan utama dalam penelitian ini, adalah benarkah *sensitivity to delay* merupakan variabel utama dalam TMT yang menjembatani hubungan antara prokrastinasi (dalam hal ini akademik) dengan *self-control*.

Dari beberapa penelitian terdahulu diketahui bahwa prokrastinasi memiliki korelasi yang signifikan dengan *self-control* (Muhid, 2009; Ghufron, 2003; Tanriady, 2009). Selain itu, peneliti juga melakukan survei awal terkait dengan prokrastinasi akademik dan *self-control*. Angket prokrastinasi yang digunakan adalah *pure procrastination scale* (PPS) dan angket *self-control* yaitu *brief self-control scale* (BSCS). Sampelnya adalah mahasiswa yang sedang mengambil mata kuliah Penyusunan Proposal Penelitian (P3).

Hasil survei awal menunjukkan bahwa ada korelasi negatif yang signifikan antara prokrastinasi akademik dan *self-control* ( $r = -0,440$  ;  $p = 0,007$ ). Dari hasil survei awal diketahui bahwa sebanyak 56,7% mahasiswa memiliki prokrastinasi akademik yang tergolong cenderung tinggi hingga sangat tinggi, sedangkan sebanyak 60% mahasiswa memiliki *self-control* yang cenderung rendah hingga sangat rendah.

**Prokrastinasi Akademik.** Analisis aktual prokrastinasi pertama kali ditulis oleh Milgram yang berpendapat bahwa secara teknik masyarakat membutuhkan komitmen tinggi dan *deadline* untuk menurunkan prokrastinasi (Steel, 2007). Sebelum abad ke-18, prokrastinasi dipandang netral dan dapat tafsirkan sebagai kebijakan dalam menunda mengambil keputusan. Namun, sejak munculnya revolusi industri hingga saat ini, prokrastinasi dipandang sebagai kata yang berkonotasi negatif (*Oxford English Dictionary* dalam Ferrari, Johnson, & McCown, 1995). Prokrastinasi akademik yang dimaksud oleh peneliti dalam penelitian ini adalah kecenderungan untuk menunda-nunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas akademik berupa skripsi.

**Self-Control.** Kontrol diri terbentuk sejak masa kanak-kanak antara 2-3 tahun, yakni ketika anak menunjukkan

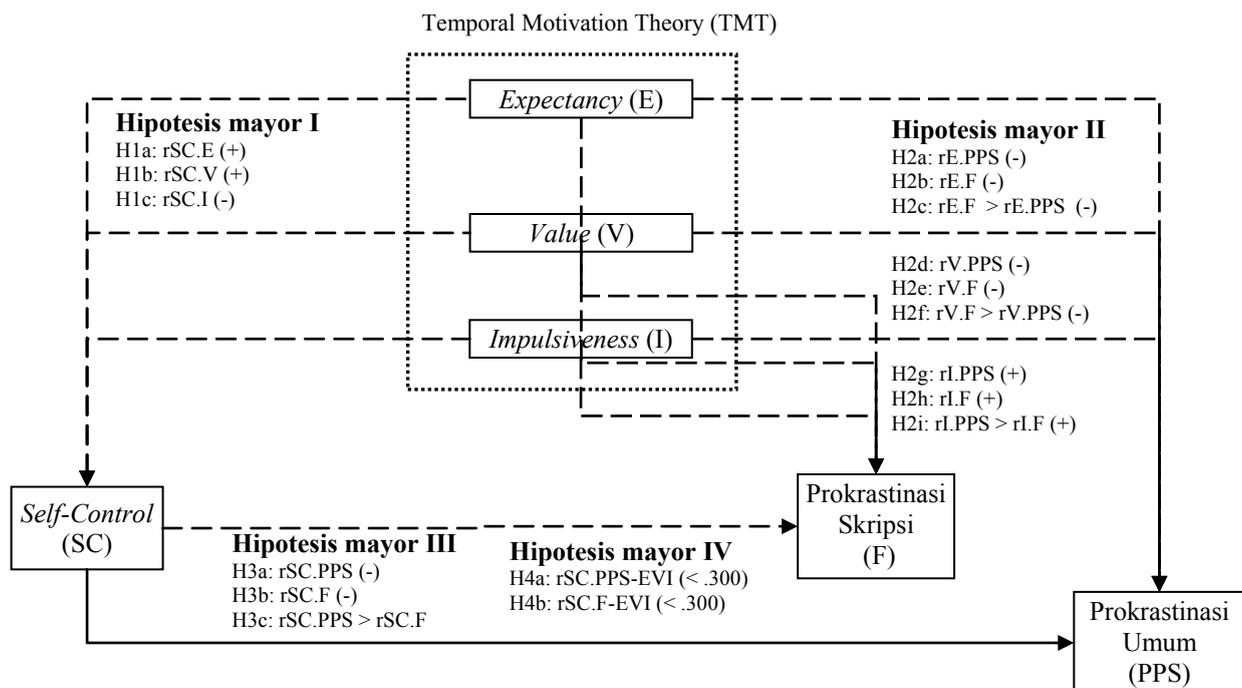
minat yang nyata untuk melihat anak-anak yang lain dan berusaha mengadakan kontak sosial. Selain itu, Hurlock (1997) mengatakan bahwa perkembangan kemampuan kontrol diri seseorang dipengaruhi oleh faktor perkembangan fisiologis, pengenalan dan minat sosial, serta kematangan dan faktor belajar lingkungan. *Self-control* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan individu mengendalikan diri dalam menentukan prioritas yang telah dibuat dan mengarahkan perilakunya ke arah yang positif dengan memperhatikan konsekuensi jangka panjang terkait bidang akademik.

Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) mengusulkan bahwa *self-control* terdiri atas lima aspek berikut ini: (1) *Self-discipline*, yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal ini berarti individu mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas. Individu dengan *self-discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya. (2) *Deliberate/nonimpulsive*, yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang bekerja, ia cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong *nonimpulsive* mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak. (3) *Healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang sehat bagi individu. Oleh karena itu, individu dengan *healthy habits* akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan. Individu dengan *healthy habits* akan mengutamakan hal-hal yang

memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung. (4) *Work ethic* yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka di dalam layanan etika kerja. Individu mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik tanpa dipengaruhi oleh hal-hal di luar tugasnya meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan. Individu dengan *work ethic* mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan. (5) *Reliability*, yaitu dimensi yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya untuk mewujudkan setiap perencanaannya.

**Temporal motivation theory (TMT).** TMT adalah teori yang menggabungkan konsep dasar motivasi yang dikembangkan oleh Steel dan König (2006). Kerangka teori motivasi temporal (TMT) ini meliputi empat elemen yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi, yaitu *expectancy*, *value*, *sensitivity to delay/impulsiveness*, dan *delay* (Steel, 2007; Gröpel & Steel, 2008). Di antara keempat elemen TMT, terdapat tiga elemen yang dianggap dapat menjelaskan hubungan prokrastinasi dan *self-control*, yaitu *expectancy*, *value*, dan *sensitivity to delay/impulsiveness*.

Pada Gambar 1, disajikan usulan pola hubungan antara *self-control* dengan prokrastinasi yang ditinjau dari TMT. Pada gambar tersebut, disajikan pula empat hipotesis mayor penelitian. Hipotesis mayor pertama mengulas hubungan *self-control* dan aspek-aspek TMT.



Gambar 1. Kerangka Teoretis Prokrastinasi Akademik dan *Self-Control*

Hipotesis mayor kedua mengulas hubungan aspek-aspek TMT dan prokrastinasi. Hipotesis mayor ketiga mengulas hubungan *self-control* dan prokrastinasi. Hipotesis mayor keempat mengusulkan bahwa korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi dimediasi oleh ketiga elemen TMT.

Pada hipotesis mayor pertama, yang menjadi variabel utama adalah *self-control* dan ketiga elemen TMT. Pada hipotesis kedua, diusulkan bahwa *self-control* berkorelasi positif dengan *expectancy* (Hipotesis 1a) dan *value* (Hipotesis 1b) serta berkorelasi negatif dengan *impulsiveness* (Hipotesis 1c). Pola korelasi ini berlawanan dengan pola korelasi elemen TMT dengan prokrastinasi. Hal ini amatlah wajar mengingat *self-control* berkorelasi negatif yang berarti bahwa *self-control* memiliki pola hubungan berkebalikan dengan prokrastinasi. Akibatnya, pola korelasi *self-control* dengan ketiga elemen TMT tentulah berkebalikan dengan pola korelasi ketiga elemen TMT dengan prokrastinasi, baik prokrastinasi umum maupun prokrastinasi skripsi.

Hipotesis mayor kedua didasarkan pada usulan konseptual serta data empiris dari metaanalisis Steel (2007). Mengingat hipotesis mayor ketiga melibatkan prokrastinasi umum dan skripsi, maka hipotesis ketiga terbagi menjadi sembilan hipotesis minor. Sembilan hipotesis minor tersebut terbagi menjadi tiga kelompok, sesuai ketiga elemen TMT. Hipotesis minor 2a mengusulkan bahwa elemen *expectancy* berkorelasi negatif dengan prokrastinasi umum (rE-PPS). Hipotesis minor 2b mengusulkan bahwa elemen *expectancy* berkorelasi negatif dengan prokrastinasi skripsi (rE-F). Hipotesis minor 2c mengusulkan bahwa  $rE-F >$  (lebih besar daripada) rE-PPS. Hal ini bersumber pada adanya kemiripan objek ukur antara E dan F, sehingga korelasi yang dihasilkan dikotori (dalam hal ini ditingkatkan) oleh kemiripan objek ukur, bukan hanya keterkaitan antar-konstruksi, yaitu *expectancy* dan prokrastinasi. Keduanya mengukur hal yang terkait dengan pengerjaan skripsi, yaitu ketertundaan pengerjaan skripsi karena dianggap sulit (E) dan penunda-nundaan pengerjaan skripsi (F). Hipotesis minor 2d mengusulkan bahwa elemen *value* berkorelasi negatif dengan prokrastinasi umum (rV-PPS). Hipotesis minor 2e mengusulkan bahwa elemen *value* berkorelasi negatif dengan prokrastinasi skripsi (rV-F). Hipotesis minor 2f mengusulkan bahwa  $rV-F >$  (lebih besar daripada)  $rV >$  PPS. Hal ini juga bersumber pada kemiripan objek ukur antara V dan F. Keduanya mengukur hal yang terkait dengan pengerjaan skripsi, yaitu ketertundaan pengerjaan skripsi karena dianggap tidak menyenangkan dan mengganggu sulit (V) dan penunda-nundaan pengerjaan skripsi (F). Hipotesis minor 2g mengusulkan bahwa elemen *impulsiveness* berkorelasi positif dengan prokrastinasi umum (rI-PPS). Hipotesis minor 2h mengusulkan bahwa elemen *impulsiveness* berkorelasi positif dengan prokrastinasi skripsi (rI-F). Berbeda dari

hipotesis minor 2c dan 2f, hipotesis minor 2i mengusulkan bahwa  $rI-PPS >$  (lebih besar daripada) rI-F. Berbeda dari kedua hipotesis minor yang melibatkan perbandingan koefisien korelasi sebelumnya, pada kasus ini, kemiripan konstruksi justru terjadi antara I dan PPS. *Impulsiveness* merupakan hal yang bersifat umum dan tidak terkait secara unik dengan skripsi. Oleh karena itu, pada hipotesis 2i, diusulkan bahwa korelasi lebih besar akan ditemukan antara I dan PPS, yang sama-sama mengukur hal umum, bukan pengerjaan skripsi secara khusus. Dengan bahasa lain, korelasi lebih tinggi antara I dan PPS terjadi karena secara khusus mereka mengukur hal-hal yang bersifat umum.

Pada hipotesis mayor ketiga, *Self-control* diusulkan memiliki korelasi negatif dengan prokrastinasi, baik prokrastinasi umum (hipotesis 3a) maupun prokrastinasi skripsi (hipotesis 3b). Di antara keduanya, *self-control* (dalam hal ini berupa *self-control* secara umum) diusulkan berkorelasi lebih besar dengan prokrastinasi umum daripada prokrastinasi skripsi (hipotesis 3c). Hal ini didasarkan atas asumsi bahwa prokrastinasi pengerjaan skripsi melibatkan penilaian subjektif terhadap skripsi, yang terwujud dalam tingkat kemudahan dan kemenarikan pengerjaan skripsi. Mahasiswa yang memiliki penilaian lebih positif terhadap skripsi cenderung segera mengerjakan skripsi dan sebaliknya. Dengan demikian, walaupun pada kehidupan sehari-hari, mahasiswa tersebut tergolong seorang penunda-nunda, mungkin saja ia tetap dapat mengerjakan dan menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu atau bahkan lebih cepat.

Perlu ditekankan, bahwa hipotesis 3c berbunyi demikian disebabkan oleh kenyataan bahwa pengukuran *self-control* dipusatkan pada pengukuran *self-control* yang bersifat umum. Apabila yang diukur adalah *self-control* terkait pengerjaan skripsi, maka hipotesis 3c akan berubah menjadi sebaliknya (korelasi *self-control* skripsi dan prokrastinasi skripsi lebih besar daripada korelasi *self-control* skripsi dengan prokrastinasi umum. Sebagai tambahan, adanya pembatasan dalam penelitian ini yang mengakibatkan pengukuran hanya dilakukan terhadap *self-control* umum adalah untuk menghindari diperolehnya korelasi yang terlalu besar karena adanya kemiripan area tugas yang dipelajari. Apabila yang diukur adalah *self-control* skripsi dan prokrastinasi skripsi, korelasi yang dihasilkan bisa jadi bukan disebabkan adanya korelasi antara variabel *self-control* dan prokrastinasi melainkan lebih disebabkan oleh adanya tumpang tindih (*overlap*) area pengukuran, yaitu keduanya mengukur hal yang terkait dengan pengerjaan skripsi. Hal itu tentu saja secara sadar dihindari karena dapat mengacaukan proses penarikan simpulan tentang korelasi antara kedua variabel penelitian.

Hipotesis mayor keempat dapat dianggap sebagai hipotesis utama dalam penelitian ini. Pada hipotesis

mayor keempat diusulkan bahwa hubungan *self-control* dan prokrastinasi umum (hipotesis minor 4a) maupun prokrastinasi skripsi (hipotesis minor 4b), dimediasi oleh ketiga elemen TMT. Dengan demikian, apabila peran ketiga elemen TMT tersebut dikendalikan, korelasi *self-control* dan prokrastinasi akan menjadi lemah atau bahkan hilang.

## 2. Metode Penelitian

**Pengukuran prokrastinasi umum.** Prokrastinasi umum diukur menggunakan *pure procrastination scale* (PPS). Skala PPS ini merupakan ekstraksi tiga skala prokrastinasi yaitu *general procrastination scale* (GPS), *adult inventory of procrastination* (AIP), *decisional procrastination questionnaire* (DPQ). PPS merupakan skala prokrastinasi yang dirancang mengukur prokrastinasi sebagai sebuah konstruk berdimensi tunggal (unidimensional) melalui 12 butir pengukuran (Steel, 2010). Steel melaporkan bahwa hasil pengukuran prokrastinasi menggunakan PPS menghasilkan nilai reliabilitas berbasis konsistensi internal sebesar 0,920. Pada penelitian ini, konsistensi internal PPS adalah 0,869. Contoh butir yang digunakan untuk mengukur prokrastinasi umum diambilkan dari butir 1 PPS (Saya menunda membuat putusan hingga akhirnya terlambat).

**Pengukuran prokrastinasi skripsi.** Pengukuran prokrastinasi skripsi dilakukan menggunakan skala PASS-S, yang dikembangkan oleh Sia (2010). Skala ini terdiri atas 15 butir yang terbagi ke dalam 3 aspek, yaitu frekuensi, kebermasalahan, dan keinginan mengurangi penunda-nundaan. Contoh butir dari ketiga aspek tersebut adalah sebagai berikut, "Seberapa sering Anda menunda-nunda pengerjaan tugas penulisan skripsi?" (butir 1), "Sejauh mana penundaan pengerjaan tugas pencarian dan pemahaman referensi (jurnal ilmiah, buku teks, *handbook*, dll)?" (butir 7), "Sejauh mana Anda ingin mengurangi kecenderungan menunda pengerjaan revisi berdasarkan masukan Dosen pembimbing?" (butir 15). Dari ketiga skor tersebut, yang memiliki korelasi paling tinggi dengan berbagai hasil pengukuran menggunakan alat ukur prokrastinasi baku lainnya adalah skor F (frekuensi menunda-nunda). Oleh karena itu, skor yang digunakan pada uji hipotesis adalah skor F saja. Sekalipun demikian, skor M (penilaian sebagai masalah) dan K (keinginan mengurangi) tetap akan digunakan untuk memperkaya pembahasan, baik dalam hubungannya dengan *self-control* maupun dengan ketiga elemen TMT.

**Pengukuran *self-control*.** Pengukuran *self-control* dilakukan menggunakan *brief self-control scale* (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004). Hasil pengukuran menggunakan 13 butir *brief self-control scale* (BSCS) menghasilkan reliabilitas berbasis konsistensi internal sebesar 0,870. Selain Tangney *et al.*, BSCS juga telah digunakan oleh De Ridder, de Boer, Lugtig, Bakker, &

van Hooft, (2011) pada dua kelompok sampel mahasiswa, yang masing-masing berjumlah 351 dan 226 mahasiswa. Hasil pengukuran pada kedua kelompok sampel tersebut memberikan hasil uji konsistensi internal sebesar 0,810 dan 0,850. Pada penelitian ini, konsistensi internal BSCS adalah 0,792.

Sedikit berbeda dari Tangney, *et al.* (2004) yang mengusulkan bahwa BSCS mengukur *self-control* sebagai konstruksi berdimensi tunggal, De Ridder, *et al.* (2011) memiliki dugaan bahwa BSCS mengukur setidaknya dua jenis *self-control*, yaitu menahan diri dari berperilaku buruk (*inhibitory*) dan berinisiatif melakukan hal baik (*initiatory*) *self-control*. De Ridder, *et al.* melakukan penilaian atas kemiripan butir-butir BSCS dengan membentuk tim penilai beranggotakan kelima penulis laporan penelitiannya. Tim ini bertugas mengelompokkan butir ke dalam dua kategori, yaitu *inhibiting* atau *initiatory*. Butir-butir yang disetujui secara aklamasi tergolong pada salah satu aspek dikelompokkan pada kategori terkait. Proses ini menghasilkan adanya 6 butir yang digolongkan pada dimensi *inhibitory* (butir 1, 2, 5, 6, 9, 12, & 14), 4 butir digolongkan pada dimensi *initiatory* (butir 3, 10, 11, & 13), serta 3 butir yang tidak berhasil digolongkan secara aklamasi (butir 4, 7, & 8). Contoh butir yang mengukur *inhibitory self-control* diambil dari butir 1 BSCS (Saya tidak mudah tergoda), sedangkan contoh butir yang mengukur *initiatory self-control* diambil dari butir 11 BSCS (Saya dapat bekerja efektif untuk menyelesaikan rencana jangka panjang saya).

Berdasarkan hasil pengukuran pada kelompok sampel kedua dalam penelitiannya, De Ridder, *et al.* (n = 226) melaporkan bahwa skor butir-butir pada dimensi *inhibitory* berkorelasi lebih tinggi dibandingkan skor dimensi *initiatory* dengan jumlah kemunculan perilaku tidak dikehendaki, misalnya merokok (-0,52 & 0,26) dan minum alkohol (-0,57 & 0,21). Sebaliknya, skor dimensi *initiatory* berkorelasi lebih tinggi dengan skor *initiatory* untuk belajar mandiri (0,48 & -0,18). Keduanya berkorelasi dengan besaran relatif sama untuk jumlah jam berolahraga. (*inhibitory* = -0,07 & *initiatory* = 0,19). Pada kelompok sampel yang sama, indeks konsistensi internal untuk *initiatory self-control* adalah 0,680 sedangkan untuk *inhibitory self-control* adalah 0,780.

Penting untuk dicatat, perbedaan arah korelasi disebabkan adanya perbedaan aspek *self-control* yang diukur. *Inhibitory self-control* berkorelasi negatif dengan berbagai perilaku, terlepas dari positif atau negatifnya dampak yang diperoleh. Hal ini mencerminkan adanya upaya untuk membatasi diri atau menahan diri dari melakukan perilaku apapun. Sebaliknya, *initiatory self-control* berkorelasi positif dengan berbagai perilaku, entah perilaku bermanfaat ataupun berisiko. Hal ini mencerminkan besarnya niat pribadi atau inisiatif untuk melakukan atau mencoba perilaku tertentu.

Peneliti memilih untuk menggunakan konsep *self-control* sebagai konstruksi berdimensi tunggal. Pemilihan ini didasarkan atas keyakinan bahwa *self-control* merupakan konstruksi yang kompleks dan tidak dapat dipisahkan. Sekalipun De Ridder, *et al.* (2011) menyarankan bahwa BSCS mengukur dua dimensi berbeda dari *self-control*, perbedaan tersebut diyakini akan lebih bermanfaat apabila dilihat sebagai dua komponen yang saling melengkapi dalam terbentuknya konsep *self-control* sebagai konstruksi berdimensi tunggal. Untuk memperoleh gambaran secara menyeluruh, hasil pengukuran BSCS akan disajikan dalam tiga skor, yaitu skor total (13 butir), skor *inhibitory self-control* (6 butir) dan *initiatory self-control* (4 butir). Sekalipun demikian, uji hipotesis akan dilakukan menggunakan skor total BSCS. Korelasi dengan kedua jenis *self-control* akan disajikan untuk memperdalam kajian terkait hubungan *self-control* dan prokrastinasi.

**Pengukuran EVI (elemen TMT).** Selain kedua variabel tersebut, peneliti juga melakukan pengukuran utilitas pengerjaan skripsi berdasarkan teori TMT, yang terdiri atas tiga elemen (*expectancy*, *value*, dan *impulsiveness*) dan tersaji dalam 10 butir. Butir-butir untuk mengukur elemen *expectancy* (3 butir; butir 1, 2, dan 3) dan *value* (4 butir; butir 4, 5, 6, dan 13) disarikan dari skala *Expectancy Value Impulsiveness Delay* versi kedua/EVID-2 (Siaputra & Ursia, 2011). Contoh butir yang digunakan untuk mengukur *expectancy* adalah butir 1 dari EVID 2 (Skripsi adalah hal yang sulit). Contoh butir yang digunakan untuk mengukur *value* adalah butir 13 dari EVID 2 (Ada banyak hal lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan skripsi). Ketiga butir yang digunakan untuk mengukur *impulsiveness* diambil dari hasil adaptasi atas *Big Five Inventory/BFI*, yang dilakukan oleh Loa (2012). Ketiga butir tersebut diambil dari butir-butir *unfavorable* pada aspek *conscientiousness*, yaitu butir 8, 18, dan 43. Contoh butir diambil dari butir 8 BFI, yaitu saya adalah orang yang “cenderung sembrono”.

Penjumlahan butir dari tiap elemen secara terpisah menghasilkan tiga skor berbeda yang mewakili tiap elemen yang ada. Walaupun tiap elemen tidak terdiri atas butir dalam jumlah yang sama (dua elemen terdiri atas tiga butir dan satu elemen terdiri atas empat butir), namun hal itu tidak menjadikan ketiga skor tersebut otomatis tidak dapat dijumlahkan. Demi memperoleh skor kumulatif, skor dari ketiga elemen TMT tersebut dikonversikan menjadi nilai baku, yaitu nilai *z*. Nilai *z* untuk tiap elemen dijumlahkan menjadi satu skor baru, yaitu EVI-aditif. Pemberian nama disesuaikan dengan operasi matematika yang digunakan untuk memperoleh skor tersebut, yaitu penjumlahan. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut.

$$\text{EVI-aditif} = zE (\text{nilai } z \text{ Expectancy}) + zV (\text{nilai } z \text{ Value}) - zI (\text{nilai } z \text{ Impulsiveness})$$

Pengurangan hasil penjumlahan antara skor *expectancy* (*zE*) dan skor *value* dengan skor *impulsiveness* merupakan hasil adaptasi dari rumus dasar TMT. Gröpel dan Steel (2008), Steel (2007), serta Steel dan König (2006) menyarankan bahwa tingkat utilitas (kemanfaatan) suatu aktivitas merupakan hasil perkalian antara elemen *expectancy* dan *value* dari tugas terkait, kemudian dibagi dengan tingkat *impulsiveness* individu. Sayangnya, rumus perkalian tersebut belum memperoleh dukungan empiris secara memadai. Setidaknya, belum ada penelitian empiris di Indonesia—sepanjang pengetahuan peneliti—yang mampu membuktikan bahwa ketiga elemen TMT tersebut berinteraksi secara multiplikatif (saling melipatgandakan) dalam menentukan tingkat utilitas tugas yang berujung pada tingkat prokrastinasi individu terkait. Sia (2010) melaporkan bahwa bukti empiris yang diperoleh lebih menyarankan bahwa ketiga elemen TMT tersebut berinteraksi dalam bentuk penjumlahan. Temuan serupa juga diperoleh dalam penelitian ini. Tidak ditemukan adanya penambahan yang signifikan dari penggunaan hasil perkalian antar-elemen, baik dalam bentuk pasangan antara dua elemen (*E.V*, *E.I*, atau *V/I*) maupun pasangan antara ketiga elemen sekaligus (*E.V/I*). Jadi berdasarkan bukti empiris maupun kajian literatur sebelumnya, diputuskan untuk menginteraksikan ketiga elemen TMT, menggunakan rumus penjumlahan, sebagaimana telah disajikan sebelumnya.

**Partisipan.** Subjek penelitian adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya yang sedang mengambil mata kuliah skripsi pada semester gasal, tahun akademik 2011-2012. Subjek meliputi mahasiswa dari angkatan 2004, 2005, 2006, 2007, dan 2008. Peneliti membagikan ketiga skala tersebut bersama dengan rekan-rekan peneliti. Hal ini dilakukan karena adanya kesamaan subjek penelitian dan angket yang digunakan, yaitu prokrastinasi umum dan akademik. Pembagian angket dilakukan dengan tiga cara, yaitu menghubungi dan membuat janji untuk bertemu subjek, mengirimkan ajakan berpartisipasi melalui e-mail, dan mengantarkan angket ke rumah subjek—sesuai arsip yang tersimpan pada pangkalan data fakultas.

Dari dua ratus angket yang disebar, diperoleh 157 respons. Sebagian besar respons (143 mahasiswa) diperoleh dalam bentuk hasil pengerjaan angket secara manual (*paper-pencil test*). Sebagian kecil (14 mahasiswa) merespons melalui e-mail. Dengan demikian, tingkat pemberian respons pada penelitian ini adalah 78,5%. Angka ini sudah dapat dianggap tinggi, khususnya jika mengingat bahwa 92 mahasiswa (58,6% dari 157 mahasiswa) yang merespons sudah jarang ke kampus. Upaya tim pengambil data untuk menghubungi para calon responden baik via *online* maupun *offline* tampaknya membuahkan hasil yang sepadan.

**Analisis data.** Pada penelitian ini, selain koefisien korelasi pearson, untuk tiap koefisien korelasi yang

dihasilkan disajikan pula versi terkoreksi atas kesalahan pengukuran (*correction for attenuation*). Pengoreksian dianggap perlu untuk dilakukan mengingat reliabilitas hasil pengukuran belumlah sempurna (Spearman, 1904; Muchinsky, 1996). Oleh karena itu, tiap koefisien korelasi dikoreksi dengan cara membaginya dengan akar kuadrat dari hasil perkalian koefisien reliabilitas dari kedua alat ukur. Hasil yang diperoleh dapat dimaknai sebagai koefisien korelasi tertinggi yang mungkin diraih, apabila tiap alat ukur yang digunakan memiliki kualitas pengukuran sempurna, khususnya dari segi reliabilitas berdasarkan konsistensi internal (Gulliksen, dalam Merton, 1960) Pengujian hipotesis tetap dilakukan menggunakan koefisien korelasi sebelum dikoreksi. Penggunaan koefisien korelasi sebelum terkoreksi sebagai bahan uji hipotesis serta penyajian koefisien korelasi terkoreksi secara bersamaan (sekaligus) dilakukan untuk memudahkan komparabilitas hasil penelitian ini dengan berbagai penelitian lain serta memberikan prediksi terkait besaran koefisien korelasi terbesar yang mungkin diraih antar-variabel penelitian.

Sebagai catatan, ambang batas yang digunakan sebagai batas penerimaan hipotesis bukanlah taraf signifikansi (nilai *p*) melainkan koefisien korelasi (nilai *r*). Hal ini didasarkan atas laporan Hemphill (2003) yang melakukan kajian terhadap 380 metaanalisis dan melaporkan bahwa sekitar 66% penelitian psikologi menghasilkan koefisien korelasi yang lebih kecil dari 0,300. Dengan demikian, sekalipun angka tersebut hanya menunjukkan bahwa daya prediksi variabel pertama terhadap variabel kedua hanyalah sekitar 9 persen, angka tersebut dianggap sudah baik karena telah melampaui sekitar dua per tiga hasil penelitian psikologi. Ambang batas kedua yang lebih rendah namun masih dapat diterima adalah 0,200. Hemphill menyampaikan bahwa sekitar 33% penelitian psikologi menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,200 hingga 0,300.

### 3. Hasil dan Bahasan

**Hipotesis mayor pertama: Korelasi *self-Control* dan TMT.** Hipotesis mayor kedua diajukan untuk memberikan alternatif penjelasan terkait hubungan antara *self-control* dan ketiga elemen TMT, yaitu *expectancy*, *value*, dan *impulsiveness*. *Self-control*

dihipotesiskan berkorelasi positif dengan *expectancy* (Hipotesis 1a) dan *value* (Hipotesis 1b), namun berkorelasi negatif dengan *impulsiveness* (Hipotesis 1c). Ketiga hipotesis minor yang diajukan terdukung oleh data empiris. Informasi terperinci disajikan pada Tabel 1. *Self-control* sebagai skor total berkorelasi paling kuat dengan elemen *impulsiveness* (hipotesis 1c).

Temuan penting dapat dilihat pada kolom keempat, yaitu korelasi ketiga macam skor SC dengan EVI\_Aditif. Dapat dilihat bahwa korelasi pada kolom keempat selalu lebih besar daripada ketiga kolom awal (*Expectancy*, *Value*, dan *Impulsiveness*). Hal ini mengisyaratkan bahwa ketiga elemen TMT berinteraksi secara kumulatif dan menghasilkan daya prediksi yang lebih baik daripada ketika dibiarkan sebagai tiga elemen terpisah. Sekalipun demikian, besarnya koefisien korelasi yang dihasilkan menyarankan bahwa tiap elemen TMT memiliki keterkaitan yang memadai dengan *self-control*, khususnya skor total (SC) dan dimensi *initiatory* (SC-initiatory). Di antara kedua macam skor SC tersebut, skor total berkorelasi lebih kuat dengan elemen *value* dan *impulsiveness*, sedangkan skor SC-initiatory berkorelasi lebih kuat dengan elemen *expectancy*. Korelasi kedua jenis skor SC tersebut dengan EVI-aditif (skor kumulatif ketiga elemen EVI) relatif tidak berbeda sehingga dapat dianggap sama.

Di antara kedua skor yang mewakili dua jenis *self-control*, SC-initiatory selalu memiliki korelasi lebih besar dengan skor-skor EVI, baik skor ketiga elemen secara terpisah maupun skor kumulatif ketiganya. Perbedaan terkecil ditemukan antara korelasi kedua skor dimensi *self-control* dan elemen *impulsiveness*. Perbedaan terbesar ditemukan ketika skor kedua dimensi *self-control* dikorelasikan dengan skor *expectancy*. Hal ini mengisyaratkan bahwa penilaian subjektif atas kemudahan pengerjaan skripsi lebih berkaitan dengan tingginya inisiatif melakukan sesuatu (SC-initiatory) daripada dengan kemampuan menghindari atau menunda pengerjaan sesuatu (SC-inhibitory).

**Hipotesis mayor kedua: Korelasi TMT dan prokrastinasi.** Hasil pengujian hipotesis ketiga kembali menambah perbedaannya data empiris yang mendukung kesesuaian

Tabel 1. Korelasi SC dan EVI

Variabel	EVID E		EVID V		EVID I		EVI Aditif		
	r	r*	R	r*	r	r*	r	r*	
SC	r	0,398 <sup>a,c</sup>	0,562	0,370 <sup>b,c</sup>	0,504	-0,473	-0,636	0,569	0,746
	p	0,000		0,000		0,000		0,000	
SC_Inhibitory	r	0,315	0,503	0,297	0,457	-0,426	-0,648	0,476	0,705
	p	0,000		0,000		0,000		0,000	
SC_Initiatory	r	0,442	0,702	0,347	0,531	-0,437	-0,661	0,562	0,828
	p	0,000		0,000		0,000		0,000	

r\* = korelasi setelah terkoreksi atenuasi

<sup>a</sup> = Hipotesis minor 1a, <sup>b</sup> = Hipotesis minor 1b, dan <sup>c</sup> = Hipotesis minor 1c

kerangka teoretis TMT dalam menjelaskan fenomena prokrastinasi. Hipotesis mayor kedua memiliki sembilan hipotesis minor, terbanyak di antara keempat hipotesis mayor dalam penelitian ini. Besarnya jumlah hipotesis minor bersumber dari adanya tiga hipotesis minor berbeda untuk ketiga elemen TMT. Hasil selengkapnya dapat dilihat di Tabel 2.

Hipotesis minor 2a hingga 2c dimunculkan terkait hubungan elemen expectancy dan prokrastinasi, prokrastinasi umum dan prokrastinasi skripsi. Hipotesis minor 2a dan 2b berhasil memperoleh dukungan empiris. Elemen expectancy pengerjaan skripsi berkorelasi negatif dengan prokrastinasi umum (skor PPS; hipotesis 2a) dan prokrastinasi skripsi (skor F; hipotesis 2b). Adanya korelasi negatif dengan kedua skor prokrastinasi menandakan bahwa penilaian mahasiswa terhadap tingkat kemudahan pengerjaan tugas berbanding terbalik dengan tingkat prokrastinasi. Tugas yang dirasa sulit akan cenderung lebih didahulukan pengerjaannya dibandingkan tugas yang sulit. Berbeda dari hipotesis 2a dan 2b, hipotesis 2c tidak memperoleh dukungan empiris. Korelasi elemen expectancy dan prokrastinasi skripsi tidak lebih besar daripada korelasi elemen expectancy dan prokrastinasi umum. Hal ini mungkin disebabkan karena ketika seorang mahasiswa mengerjakan skala prokrastinasi umum. Istilah tugas yang dibaca hampir selalu dikaitkan dengan tugas kuliah. Selain itu, pada mahasiswa skripsi, secara spesifik tugas kuliah yang dibayangkan oleh mahasiswa ketika mengerjakan skala tersebut adalah skripsi. Dugaan ini didasarkan pada fakta bahwa kegiatan utama sekaligus serupa yang dihadapi oleh para mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi adalah pengerjaan skripsi. Dengan demikian, tidaklah terlalu janggal untuk menarik simpulan bahwa penundaan pengambilan putusan ataupun pengerjaan tugas yang ditanyakan kepada para partisipan cenderung dikaitkan dengan skripsi.

Hipotesis 2d hingga 2f dirumuskan untuk menjelaskan pola hubungan elemen value dan skor prokrastinasi umum serta prokrastinasi skripsi. Pada ketiga hipotesis

minor yang mengulas hubungan elemen value dan skor prokrastinasi, diperoleh bukti-bukti empiris yang mendukung hipotesis minor. Elemen value memang berkorelasi negatif dengan prokrastinasi umum dan prokrastinasi skripsi. Di antara kedua koefisien korelasi yang dihasilkan, korelasi lebih kuat ditemukan antara skor elemen value dan skor prokrastinasi skripsi. Walaupun tidak terlampau besar, kemenyenganan pengerjaan skripsi dilaporkan memiliki korelasi lebih besar dengan prokrastinasi pengerjaan skripsi, dibandingkan prokrastinasi umum. Tidak adanya perbedaan yang terlalu besar antara keduanya diduga masih terkait dengan kemiripan area tugas yang disikapi oleh mahasiswa. Baik pada skala yang mengukur prokrastinasi umum maupun prokrastinasi skripsi, tugas yang disikapi adalah skripsi. Oleh karena itu, adanya kemiripan koefisien korelasi di antara keduanya sedikit banyak masih wajar dan dapat diterima.

Ketiga hipotesis minor terakhir pada bagian ini mengulas keterkaitan elemen impulsiveness dengan prokrastinasi umum dan prokrastinasi skripsi. Pada bagian ini, ketiga hipotesis minor kembali memperoleh dukungan bukti empiris. Elemen impulsiveness berkorelasi positif dengan prokrastinasi umum (hipotesis minor 2g) dan prokrastinasi pengerjaan skripsi (hipotesis minor 2h). Kecenderungan partisipan untuk bersikap impulsif berjalan selaras dengan kecenderungan partisipan untuk menunda pengerjaan tugas serta pengerjaan skripsi. Di antara kedua hasil pengukuran prokrastinasi, elemen impulsiveness memiliki korelasi lebih kuat dengan hasil pengukuran prokrastinasi umum dibandingkan dengan hasil pengukuran prokrastinasi skripsi. Hasil yang disajikan belakangan ini merupakan bukti empiris untuk mendukung hipotesis minor 2i. Walaupun kecenderungan berperilaku impulsif berkorelasi positif dengan kecenderungan prokrastinasi umum dan skripsi, tingkat impulsivitas memiliki keterkaitan yang lebih tinggi dengan prokrastinasi secara umum. Artinya, mahasiswa yang impulsif cenderung menunda-nunda pengerjaan skripsi serta berbagai tugas lain, selain skripsi.

**Tabel 2. Korelasi EVI dan Prokrastinasi**

Variabel	PPS		F		M		K		
	R	r*	R	r*	r	r*	r	r*	
EVID_E	r	-0,423 <sup>a,c</sup>	-0,57	-0,403 <sup>b,c</sup>	-0,563	-0,387	-0,543	-0,18	-0,238
	p	0		0		0		0,024	
EVID_V	r	-0,368 <sup>d,f</sup>	-0,478	-0,429 <sup>e,f</sup>	-0,578	-0,368	-0,498	-0,231	-0,295
	p	0		0		0		0,004	
EVID_I	r	0,416 <sup>g,i</sup>	0,534	0,303 <sup>h,i</sup>	0,403	0,196	0,262	0,094	0,118
	p	0		0		0,014		0,24	
EVI_Aditif	r	-0,553	-0,692	-0,521	-0,676	-0,436	-0,568	-0,231	-0,284
	p	0		0		0		0,004	

\* = koefisien korelasi setelah terkoreksi atenuasi

<sup>a</sup> = Hipotesis minor 2a, <sup>b</sup> = Hipotesis minor 2b, dan <sup>c</sup> = Hipotesis minor 2c.

Dengan demikian, pada hipotesis mayor ketugas, dari kesembilan hipotesis minor, delapan hipotesis minor berhasil memperoleh dukungan empiris. Hanya ada satu hipotesis minor yang tidak didukung secara empiris, yaitu hipotesis minor 2c. Temuan ini menyarankan bahwa secara keseluruhan, TMT merupakan kerangka teoretik terpercaya dan sesuai untuk menjelaskan fenomena prokrastinasi. Keseesuaian tersebut berlaku baik untuk prokrastinasi umum maupun spesifik, dalam hal ini berupa prokrastinasi pengerjaan skripsi.

Pengujian hipotesis minor yang dilakukan memberikan simpulan bahwa ketiga elemen TMT berkorelasi secara memadai dengan berbagai skor prokrastinasi. Hal tersebut dapat ditemukan mulai dari prokrastinasi umum, prokrastinasi skripsi hingga penilaian tingkat kebermasalahan prokrastinasi pengerjaan skripsi. Korelasi rendah hanya ditemukan pada koefisien korelasi antara ketiga elemen TMT dengan keinginan mengurangi prokrastinasi (skor K).

Di antara ketiga elemen TMT, korelasi terbesar (namun masih tergolong kurang memadai karena  $<0,300$ ) dengan skor K ditemukan pada elemen value. Artinya, keinginan mengurangi penunda-nundaan lebih berkaitan dengan penilaian tingkat kemenyengan tugas, daripada tingkat kemudahan pengerjaan tugas atau bahkan impulsivitas individu. Hal penting lain yang juga penting untuk dicermati adalah rendahnya korelasi elemen impulsiveness dan kebermasalahan pengerjaan tugas. Orang yang menilai bahwa tugas itu sesuatu yang bermasalah bukanlah orang yang lebih impulsif, melainkan orang yang merasa bahwa tugas adalah sesuatu yang sulit dan mengganggu. Steel (2007) pernah mengusulkan bahwa impulsiveness mungkin membuat seseorang lebih cepat dan mudah merasa lebih buruk tentang dirinya, namun tidak berarti bahwa mereka pasti lebih buruk. Jika diperhatikan, arah korelasi yang bersifat positif ( $r = 0,196$ ) dapat digunakan sebagai bukti empiris untuk memperkuat usulan Steel tersebut. Alternatif pemaknaan lain adalah, individu dengan impulsivitas tinggi lebih mudah memiliki anggapan dan/atau mengaku bahwa penundaan atas tugas yang dirasa sulit dan mengganggu merupakan sesuatu yang bermasalah.

Mirip dengan temuan pada hipotesis kedua, skor kumulatif EVI (EVI-Aditif) hampir selalu menunjukkan korelasi terbesar dengan berbagai skor prokrastinasi. Perkecualian hanya terjadi pada korelasi antara EVI-Aditif dengan keinginan mengurangi prokrastinasi (Skor K). Pada kasus tersebut, tingkat korelasi skor EVI-Aditif sama dengan tingkat korelasi elemen value (skor V) dengan keinginan mengurangi prokrastinasi skripsi (Skor K). Tingginya korelasi skor EVI-Aditif tersebut juga mendukung simpulan bahwa ketiga elemen TMT berinteraksi secara aditif. Hal ini terlihat dari tidak adanya elemen TMT yang berkorelasi secara dominan dengan beragam skor prokrastinasi (umum maupun skripsi). Artinya, selain mencerminkan konstruk yang sama (tingkat kemanfaatan suatu aktivitas), tiap elemen TMT juga memiliki sifat unik yang memberikan sumbangan berharga dalam memprediksi tingkat prokrastinasi individu.

**Hipotesis mayor ketiga: Korelasi *self-control* dan prokrastinasi.** Pada Tabel 3, disajikan matriks inter-korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi umum serta pengerjaan skripsi. Hasil yang diperoleh tampaknya menjadi bukti pendukung terhadap ketiga hipotesis, mulai hipotesis 3a hingga 3c. Sesuai dengan hipotesis 3a, diperoleh korelasi negatif diperoleh sebesar  $r = -0,663$  ( $p < 0,001$ ) antara *self-control* dan prokrastinasi umum (PPS). Hipotesis 3b memperoleh dukungan empiris melalui ditemukannya korelasi negatif antara *self-control* dan prokrastinasi skripsi, yaitu sebesar  $r = -0,504$  ( $p < 0,001$ ). Di antara kedua koefisien korelasi tersebut, ditemukan korelasi yang lebih kuat antara *self-control* dan prokrastinasi umum daripada antara *self-control* dan prokrastinasi skripsi. Temuan terakhir menegaskan bahwa hipotesis 3c juga memperoleh dukungan empiris.

Korelasi antara *self-control* sebagai skor total (SC) dengan semua kriterion selalu lebih besar dibandingkan sebagai dimensi terpisah, baik SC-Inhibitory maupun SC-Initiatory. Hal ini ditemukan, baik dalam hubungan antara *self-control* dan prokrastinasi umum maupun prokrastinasi skripsi. Temuan ini mengindikasikan bahwa tingginya frekuensi prokrastinasi lebih berkaitan dengan *self-control* yang dimaknai sebagai konstruksi

**Tabel 3. Korelasi SC dan Prokrastinasi**

Variabel	PPS		F		M		K		
	<i>r</i>	<i>r</i> *	<i>R</i>	<i>r</i> *	<i>R</i>	<i>r</i> *	<i>r</i>	<i>r</i> *	
SC	<i>r</i>	-0,663 <sup>a,c</sup>	-0,799	-0,504 <sup>b,c</sup>	-0,630	-0,369	-0,463	-0,249	-0,295
	<i>p</i>	0		0		0		0,002	
SC-Inhibitory	<i>r</i>	-0,525	-0,715	-0,404	-0,57	-0,248	-0,352	-0,167	-0,223
	<i>p</i>	0		0		0,002		0,037	
SC-Initiatory	<i>r</i>	-0,57	-0,772	-0,434	-0,609	-0,373	-0,526	-0,256	-0,34
	<i>p</i>	0		0		0		0,001	

\* = koefisien korelasi setelah terkoreksi atenuasi

<sup>a</sup> = Hipotesis minor 3a, <sup>b</sup> = Hipotesis minor 3b, dan <sup>c</sup> = Hipotesis minor 3c.

berdimensi tunggal, daripada sebagai konstruksi berdimensi majemuk.

Temuan yang sedikit berbeda ditemukan antara *self-control* dan kedua aspek prokrastinasi skripsi, yaitu penilaian sebagai masalah (M) serta keinginan mengurangi prokrastinasi (K). Pada kedua aspek prokrastinasi skripsi ini, korelasi antara keduanya dengan skor SC-Initiatory lebih kuat daripada dengan skor total SC. Kendati demikian, skor total SC tetap memiliki korelasi lebih besar dibandingkan skor SC-Inhibitory dengan kedua aspek tersebut.

**Hipotesis keempat: Korelasi parsial *self-control* dan prokrastinasi dengan mengendalikan TMT.** Hipotesis keempat merupakan temuan kunci dari seluruh penelitian ini. Pada hipotesis inilah, tertumpu ujian utama atas keselarasan kajian literatur dan kerangka teoretik dengan berbagai bukti empiris. Hasil pengujian hipotesis keempat memberikan saran tentang kesesuaian atau ketidaksesuaian kerangka teoretis TMT dalam menjembatani hubungan *self-control* dan prokrastinasi (Tabel 4).

Pada bagian terakhir ini, temuan berbeda ditemukan untuk kedua hipotesis minor yang diajukan. Hipotesis minor 4a, gagal memperoleh dukungan empiris. Di sisi lain, hipotesis minor 4b berhasil memperoleh dukungan empiris. Temuan ini menyarankan bahwa ketiga elemen TMT lebih berperan dalam menjelaskan hubungan *self-control* dan prokrastinasi skripsi, dibandingkan antara *self-control* dan prokrastinasi umum.

Pada prokrastinasi umum (Tabel 4), pengendalian terhadap peran dari hasil penjumlahan ketiga elemen TMT terbukti dapat mengurangi intensitas korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi umum (dari -0,663 menjadi -0,509). Sayangnya, korelasi yang dihasilkan masuhnya relatif besar ( $r > 0,300$ ), khususnya apabila *self-control* diukur menggunakan skor total (SC). Apabila skor yang digunakan dalam uji korelasi adalah kedua skor dimensi *self-control* secara terpisah, penurunan intensitas korelasi yang dihasilkan menjadi lebih besar (semula  $r > 0,500$  menjadi  $r > 0,300$ ). Sekalipun demikian, korelasi akhir yang diperoleh masih tergolong memadai karena masih lebih besar daripada ambang batas yang digunakan ( $r = -0,357$  dan  $r = -0,377$ ).

Hasil korelasi parsial pada Tabel 4 memberikan dua saran. Pertama, temuan ini menyarankan bahwa ketiga elemen TMT tidak cukup berperan dalam menjelaskan hubungan *self-control* dan prokrastinasi pengerjaan tugas secara umum. Kedua, temuan ini menyarankan bahwa apabila diperhatikan secara terpisah, dari ketiga elemen TMT, elemen *impulsiveness* memiliki peran terbesar dalam menjelaskan korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi umum. Hal ini terlihat dari paling kecilnya korelasi parsial antara *self-control* dan prokrastinasi umum, yang menggunakan skor *impulsiveness* sebagai variabel yang dikendalikan. Menariknya, kedua temuan ini tidak terjadi pada pengendalian elemen TMT dalam korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi skripsi, sebagaimana disajikan pada Tabel 5.

**Tabel 4. Korelasi Terkoreksi Self-Control dan Prokrastinasi (PPS)**

Variabel		PPS				
		r (zero-order)	r-evi	r-e	r-v	r-i
SC	r	-0,663	-0,509	-0,6	-0,61	-0,582
	p	0,000	0,000	0	0	0
SC_Inhibitory	r	-0,525	-0,357	-0,5	-0,468	-0,423
	p	0,000	0,000	0	0	0
SC_Initiatory	r	-0,570	-0,377	-0,5	-0,508	-0,475
	p	0,000	0,000	0	0	0

**Tabel 5. Korelasi Terkoreksi Self-Control dan Prokrastinasi (F)**

Variabel		F				
		r (zero-order)	r-evi	r-e	r-v	r-i
SC	r	-0,504	-0,296	-0,409	-0,411	-0,429
	p	0,000	0,000	0,000	0	0
SC_Inhibitory	r	-0,404	-0,208	-0,319	-0,321	-0,319
	p	0,000	0,009	0,000	0	0
SC_Initiatory	r	-0,434	-0,2	-0,311	-0,336	-0,351
	p	0,019	0,012	0,000	0	0

Pada prokrastinasi skripsi, pengendalian secara statistik terhadap peran ketiga elemen TMT dalam hubungan *self-control* dan prokrastinasi skripsi memberikan dampak besar ( $r = -0,509$  menjadi  $r = -0,296$ ). Pelemahan korelasi yang dihasilkan akibat pengendalian elemen-elemen TMT, terlihat lebih besar daripada pengendalian hal serupa pada korelasi *self-control* dan prokrastinasi umum. Hal ini ditemukan baik menggunakan skor total *self-control* maupun skor kedua dimensinya secara terpisah. Temuan ini sangatlah wajar, mengingat elemen TMT yang dikendalikan merupakan pengukuran terhadap utilitas atau kemanfaatan subjektif pengerjaan skripsi.

Selain itu, berbeda dari kasus prokrastinasi umum (sebagaimana tersaji pada Tabel 4), pada Tabel 5 terlihat bahwa di antara ketiga elemen TMT, tidak ada elemen yang terlihat dominan. Hal ini menunjukkan bahwa pelemahan korelasi terjadi secara berimbang, terlepas dari elemen TMT mana yang dikendalikan. Korelasi parsial terkecil tidak lagi ditemukan sebagai akibat pengendalian secara statistik terhadap elemen *impulsiveness* (sebagaimana pada prokrastinasi umum).

Menyikapi semua temuan tersebut, penting untuk dipertimbangkan bahwa dalam pengukuran elemen-elemen TMT, *expectancy* dan *value* diukur menggunakan butir-butir yang memerlukan penilaian subjektif terhadap pengerjaan skripsi. Hal tersebut tidak terjadi dalam pengukuran elemen *impulsiveness*. Alhasil, ketika diperlakukan sebagai kovariansi, *expectancy* dan *value* terlihat kurang berperan dalam menjembatani hubungan *self-control* dan prokrastinasi umum, yang sama-sama tidak mengukur pengerjaan skripsi. Akibatnya, yang terlihat paling berpeluang untuk berperan sebagai mediator dalam hubungan *self-control* dan prokrastinasi umum adalah elemen *impulsiveness*. Sebaliknya, ketika diperlakukan sebagai kovariansi dalam hubungan *self-control* dan prokrastinasi skripsi, *expectancy* dan *value* memiliki peran yang sama karena elemen *expectancy* dan *value* yang diukur melibatkan penilaian subjektif terhadap pengerjaan skripsi.

Secara konseptual, *impulsiveness* memiliki kemiripan terbesar dengan variabel *self-control* dan prokrastinasi secara umum. Kemiripan ini terwujud dalam lebih besarnya dampak yang ditimbulkan akibat pengendalian elemen *impulsiveness* dibandingkan dengan kedua elemen lainnya. Namun, dominansi elemen *impulsiveness* tersebut tidak terulang pada korelasi parsial *self-control* dan prokrastinasi skripsi. Alasannya, sekalipun elemen *expectancy* dan *value* tidak memiliki kemiripan konseptual dengan prokrastinasi skripsi yang sama kuat dengan elemen *impulsiveness*, namun keduanya memiliki kemiripan dalam hal area tugas yang diukur, yaitu skripsi. Sebenarnya, apabila tidak ada area tugas yang secara spesifik diukur, korelasi parsial

terlemah akan ditemukan dengan mengendalikan elemen *impulsiveness*. Namun, karena elemen *expectancy* dan *value* juga diukur pada area tugas yang sangat spesifik dan sekaligus sama dengan area tugas yang diukur pada prokrastinasi skripsi, kemiripan area tugas tersebut menjadi sumber *error* (pengotor) dan turut memperkecil korelasi parsial yang dihasilkan. Hal tersebut terjadi bukan karena kemiripan konseptual, namun karena kemiripan area tugas yang diukur. Akibatnya, korelasi parsial yang diperoleh dengan mengendalikan ketiga elemen TMT secara terpisah memberikan hasil yang serupa, namun dengan alasan berbeda (kemiripan konseptual dan kemiripan area tugas).

Di antara prokrastinasi umum dan prokrastinasi skripsi, korelasi parsial lebih rendah ditemukan antara *self-control* dan prokrastinasi skripsi. Lebih rendahnya koefisien korelasi parsial *self-control* dan prokrastinasi skripsi ini merupakan kombinasi dari dua kondisi, yaitu lebih rendahnya koefisien korelasi awal serta lebih besarnya pengurangan yang timbul sebagai dampak pengendalian ketiga elemen TMT. Sejak awal, *self-control* memang memiliki korelasi lebih lemah dengan prokrastinasi skripsi. Jadi, tidaklah terlalu mengherankan apabila korelasi parsial *self-control* dan prokrastinasi skripsi juga lebih lemah. Kondisi kedua, besarnya selisih korelasi awal dan korelasi parsial, menandakan bahwa pengendalian atas ketiga elemen TMT yang dirancang secara khusus untuk mengukur utilitas/kemanfaatan pengerjaan skripsi memberikan dampak lebih besar ketika kedua variabel yang dikorelasikan memiliki kemiripan konseptual dan area tugas secara bersamaan.

Sekalipun memiliki perbedaan dalam hal penurunan koefisien korelasi (selisih) serta hasil akhir (koefisien korelasi), temuan dari kedua pengujian hipotesis minor tetap memiliki kemiripan. Dapat dilihat bahwa pengurangan terbesar selalu diperoleh pada pengendalian skor komposit EVI, bukan skor ketiga elemen secara terpisah. Pengendalian terhadap ketiga skor EVI (*expectancy*, *value*, atau *impulsiveness*) secara terpisah memang mengurangi korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi. Namun, dampak yang dihasilkan tidak pernah lebih besar daripada dampak pengendalian ketiga elemen secara bersamaan. Temuan lain, dalam kaitannya dengan prokrastinasi umum, penurunan koefisien korelasi terbesar diperoleh ketika variabel yang dikontrol adalah elemen *impulsiveness*. Hal yang menarik adalah, hal ini tidak terjadi pada uji korelasi parsial antara *self-control* dan prokrastinasi skripsi. Pada prokrastinasi skripsi, penurunan yang dihasilkan relatif serupa, terlepas dari elemen mana yang dikendalikan dari antara ketiga elemen TMT.

**Temuan Tambahan.** Tiga analisis statistik tambahan telah dilakukan guna memperoleh pemahaman lebih

lengkap dan mendalam. Ketiga analisis statistik tersebut ditambahkan untuk mencapai tiga tujuan berbeda. Analisis pertama dilakukan untuk mengetahui dampak pengendalian ketiga elemen TMT terhadap korelasi *self-control* dan kedua aspek prokrastinasi skripsi, yaitu kebermasalahan (skor M) dan keinginan mengurangi prokrastinasi (skor K). Analisis kedua dilakukan untuk mengenali konstruksi manakah, di antara prokrastinasi umum dan skripsi, yang berpeluang menjadi mediator dalam korelasinya dengan *self-control*. Analisis ketiga dilakukan dengan alasan serupa analisis kedua, namun yang sedang diperbandingkan adalah antara elemen TMT dan *self-control*, dalam korelasinya dengan prokrastinasi secara umum dan prokrastinasi skripsi. Ketiga hasil analisis akan dibahas satu per satu secara berurutan.

Pada Tabel 6, disajikan korelasi parsial antara *self-control* dan prokrastinasi (kedua aspek prokrastinasi skripsi, dengan mengendalikan elemen-elemen TMT. Sebelum dikoreksi, *self-control* memiliki korelasi negatif dengan kedua aspek prokrastinasi skripsi, khususnya penilaian bahwa penundaan merupakan suatu masalah. Hasil yang diperoleh menyarankan bahwa pengendalian skor EVI membuat *self-control* tidak lagi memiliki korelasi memadai dengan penilaian subjektif tentang kebermasalahan prokrastinasi skripsi dan keinginan mengurangi prokrastinasi skripsi. Di antara keduanya, dampak pengendalian EVI menghasilkan pengurangan koefisien korelasi yang lebih besar dalam hubungan *self-control* dan kebermasalahan prokrastinasi skripsi. Kemanfaatan (utilitas) tugas tampaknya lebih berperan terhadap penilaian subjektif tentang ada-tidaknya masalah akibat prokrastinasi yang dilakukannya daripada terhadap penilaian subjektif tentang keinginan mengurangi prokrastinasi skripsi. Dengan kata lain, individu yang memiliki kendali diri tinggi belum tentu merasa bahwa prokrastinasi yang

dilakukan tergolong bermasalah serta belum tentu pula ingin mengurangi prokrastinasinya. Keduanya baru akan muncul apabila individu tersebut menilai bahwa skripsi adalah sesuatu yang bermanfaat (dianggap mudah, nikmat dan penting, serta menjanjikan imbalan dengan segera apabila dikerjakan). Sebagai catatan tambahan, tidak ada perbedaan signifikan dari segi skor manakah dari dimensi *self-control* yang digunakan dalam perhitungan. Artinya, pengendalian elemen TMT memiliki pengaruh serupa terhadap dimensi *inhibitory*- dan *initiatory self-control*.

Analisis tambahan kedua, dilakukan untuk mengetahui apakah korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi lebih disebabkan adanya korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi umum atau antara *self-control* dan prokrastinasi khusus, dalam hal ini, prokrastinasi pengerjaan skripsi. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui apakah korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi skripsi lebih dipengaruhi oleh korelasi *self-control* dan prokrastinasi umum atau sebaliknya. Dengan bahasa yang lebih sederhana, analisis ini dilakukan untuk mencari manakah yang berperan sebagai mediator di antara ketiga variabel yang sedang dikorelasikan.

Hasil uji korelasi parsial yang ditayangkan pada Tabel 7 menyarankan bahwa yang berperan sebagai mediator adalah prokrastinasi umum. Kecenderungan menunda-nunda pengerjaan tugas merupakan kunci dari tingginya korelasi antara prokrastinasi skripsi dan *self-control*, bukan sebaliknya. Korelasi *self-control* dan prokrastinasi skripsi yang semula di atas 0.500, langsung anjlok menjadi tidak signifikan secara statistik, ketika mengendalikan peran prokrastinasi umum dalam korelasi kedua variabel tersebut. Hal ini mengisyaratkan bahwa *self-control* memiliki korelasi yang lebih kuat

**Tabel 6. Korelasi Terkoreksi Self-Control dan Prokrastinasi (M & K)**

Variabel		M		K	
		r (zero-order)	r-evi	r (zero order)	r-evi
SC	<i>r</i>	-0,369	-0,163	-0,249	-0,147
	<i>p</i>	0,000	0,041	0,002	0,067
SC_Inhibitory	<i>r</i>	-0,248	-0,052	-0,167	-0,066
	<i>p</i>	0,002	0,522	0,037	0,412
SC_Initiatory	<i>r</i>	-0,373	-0,172	-0,256	-0,157
	<i>p</i>	0,000	0,032	0,001	0,050

**Tabel 7. Komparasi Korelasi Awal serta Terkendali antara Self-Control dan Prokrastinasi (Umum dan Skripsi)**

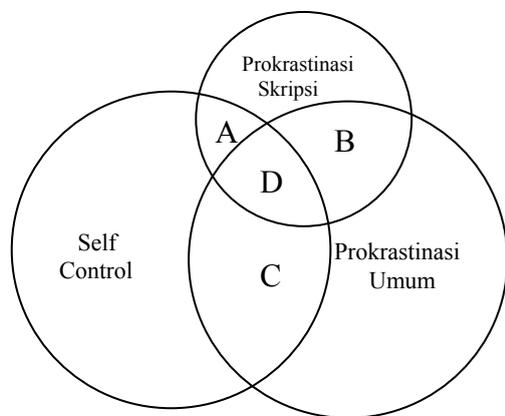
	PPS		F	
	Zero-order	Terkendali	Zero-order	Terkendali
SC	-0,663	-0,504	-0,515	-0,147
<i>Sig.</i>	0,000	0,000	0,000	0,068

dan menetap dengan prokrastinasi secara umum (prokrastinasi sebagai sifat) dan bukan hanya pada prokrastinasi pengerjaan tugas tertentu, misalnya prokrastinasi pengerjaan skripsi. Untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas, pada Gambar 2 disajikan ilustrasi visual tentang pola korelasi di antara ketiga variabel. Dapat dilihat bahwa area A relatif kecil, karena kedua jenis prokrastinasi skripsi memiliki kemiripan. Hal ini terlihat dari kecilnya area perpotongan antara prokrastinasi skripsi dan *self-control* (area A), setelah area B dan D dihilangkan dari perhitungan. Di sisi lain, prokrastinasi umum masih memiliki korelasi yang cukup besar, sekalipun peran prokrastinasi skripsi sudah dikendalikan. Hal ini terlihat dari besarnya area C.

Analisis ketiga yang ditambahkan adalah korelasi parsial dengan mengendalikan variabel *self-control*. Pengendalian terhadap peran *self-control* dilakukan menyusul kecilnya dampak pengendalian atas ketiga elemen TMT, termasuk *impulsiveness*. Temuan ini menyarankan bahwa sekalipun berperan, ketiga elemen TMT tidaklah cukup memadai untuk dianggap sebagai mediator dalam hubungan *self-control* dan prokrastinasi. Secara konseptual, *impulsiveness* merupakan bagian tak terpisahkan dari *self-control*. Oleh karena itu,

pengendalian atas peran *impulsiveness* diharapkan dapat membuat korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi tidak lagi memadai ( $<0,300$ ). Ketika korelasi parsial antara *self-control* dan prokrastinasi masih tergolong memadai, dimunculkan alternatif pemaknaan, yaitu bahwa *self-control*-lah yang sebenarnya berperan sebagai mediator dalam korelasi *impulsiveness* dan prokrastinasi. Hal ini diusulkan dengan mempertimbangkan bahwa *self-control* adalah variabel yang lebih kompleks. Artinya, masih ada elemen-elemen lain di dalam konstruk *self-control* yang tidak terwakili oleh *impulsiveness*. Secara grafik, perbandingan kedua model disajikan pada Gambar 3.

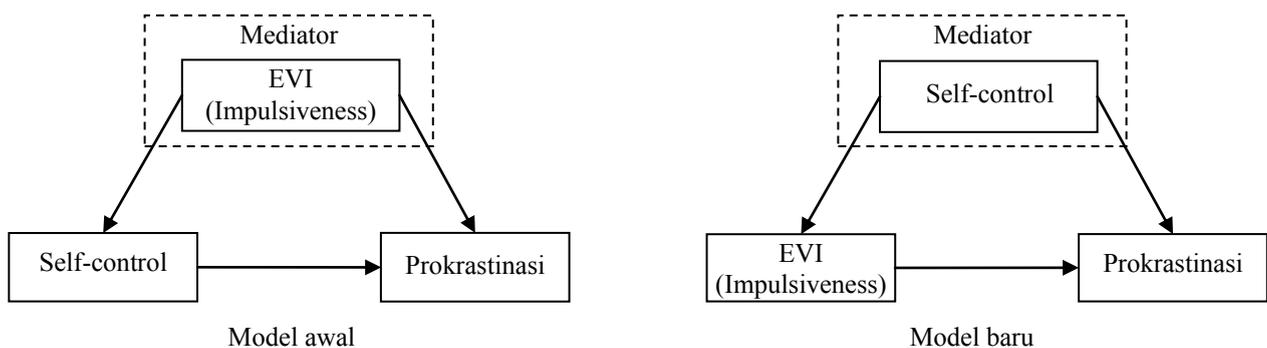
Berbeda dari dugaan awal, hubungan antara *self-control* dan prokrastinasi tidak dijumpai oleh skor EVI. Sebaliknya, ketika variabel yang diperlakukan sebagai mediator adalah *self-control*, sedangkan variabel yang dijumpai adalah prokrastinasi dan elemen-elemen TMT, korelasi parsial yang dihasilkan menjadi jauh lebih lemah. Informasi rinci hasil uji korelasi parsial (dengan mengendalikan skor total *self-control*) antara prokrastinasi umum dan skripsi dengan *impulsiveness* maupun kedua elemen TMT lainnya, disajikan pada Tabel 8.



**Keterangan**

- A: Korelasi *self-control* dan prokrastinasi skripsi setelah mengendalikan prokrastinasi umum
- B: Korelasi prokrastinasi skripsi dan umum
- C: Korelasi *self-control* dan prokrastinasi umum, setelah mengendalikan prokrastinasi skripsi
- D: Korelasi bersama di antara ketiga variabel

**Gambar 2. Model Konseptual Self-Control dan Prokrastinasi**



**Gambar 3. Komparasi Model Konseptual Awal dan Baru**

**Tabel 8. Korelasi Terkoreksi Self-Control dan Prokrastinasi (F)**

		PPS		F	
		Zero	Controlled (SC)	Zero	Controlled (SC)
I	<i>r</i>	0,416	0,154	0,303	0,085
	<i>p</i>	0	0,054	0	0,289
E	<i>r</i>	-0,423	-0,232	-0,403	-0,256
	<i>p</i>	0	0,004	0	0,001
V	<i>r</i>	-0,368	-0,176	-0,429	-0,303
	<i>p</i>	0	0,028	0	0
EVI	<i>r</i>	-0,553	-0,286	-0,521	-0,329
	<i>p</i>	0	0	0	0

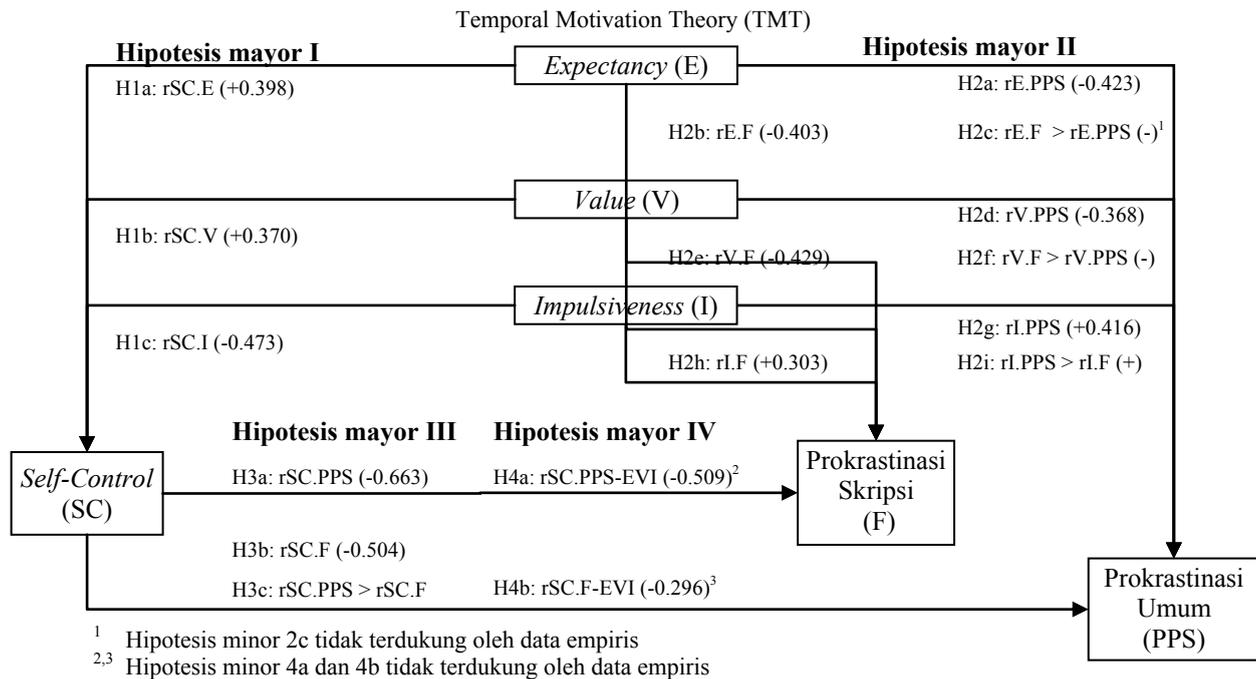
Pada awalnya, ketiga elemen TMT memiliki korelasi memadai ( $r > 0,300$ ) dengan prokrastinasi umum dan skripsi. Namun, pengendalian atas peran *self-control* membuat ketiga elemen tersebut tidak lagi berkorelasi memadai dengan prokrastinasi umum maupun skripsi. Penurunan terbesar terjadi pada korelasi parsial antara prokrastinasi dan impulsiveness. Temuan ini menjadi bukti empiris bahwa hubungan prokrastinasi dan ketiga elemen TMT, khususnya impulsiveness disebabkan adanya variansi bersama, di antara impulsiveness dan prokrastinasi, yang terwujud atau terwakili dalam *self-control*. Dengan kata lain, dalam kaitannya dengan prokrastinasi, impulsiveness merupakan salah satu bagian atau elemen dari *self-control*, bukan sebaliknya.

Temuan ini secara tidak langsung memberikan kritik terhadap usulan Steel (2007) yang menyetarakan impulsiveness dan *self-control* serta menganggap keduanya sebagai bagian dari sensitivity to delay. Berpijak pada data empiris yang diperoleh, impulsiveness lebih tepat dianggap sebagai bagian dari *self-control*, bukan sebagai konstruk yang setara. Usulan ini didasarkan atas rendahnya korelasi parsial prokrastinasi dan impulsiveness, setelah mengendalikan peran *self-control*.

Temuan ini juga mengkritik penggantian istilah sensitivity to delay dengan impulsiveness. Terdapat dua alternatif yang dapat ditawarkan. Pertama, temuan ini menyarankan bahwa istilah yang mungkin lebih tepat sebagai pengganti sensitivity to delay adalah *self-control*. Usulan ini terjadi karena variabel mediator yang sesuai dengan data empiris adalah *self-control*, bukan impulsiveness. Alternatif kedua adalah mediatornya tetaplah impulsiveness, namun *self-control* tidak berkaitan dengan prokrastinasi. Alternatif kedua ini sangatlah tidak masuk akal karena akan bertentangan dengan data empiris yang diperoleh. Dengan demikian, tampaknya solusi yang lebih tepat dan masuk akal adalah melakukan penelitian lebih lanjut untuk menguji pola hubungan di antara ketiga variabel.

**Bahasan Umum.** Dari keempat hipotesis mayor, tiga di antaranya berhasil memperoleh dukungan bukti empiris secara memadai. Hipotesis mayor yang tidak berhasil memperoleh dukungan empiris memadai adalah hipotesis mayor keempat. Dari semua hipotesis minor yang disusun untuk tiap hipotesis mayor, terdapat tiga hipotesis minor yang gagal memperoleh dukungan empiris memadai. Satu hipotesis minor merupakan bagian dari hipotesis mayor kedua. Dua sisanya merupakan bagian dari hipotesis mayor keempat. Pembahasan umum akan dilakukan untuk memadukan semua informasi yang diperoleh guna menarik simpulan lengkap dan akurat. Pembahasan akan diawali oleh ulasan terhadap ketiga hipotesis minor diikuti oleh integrasi keempat hipotesis mayor. Sebagai alat bantu visual, keempat hipotesis lengkap dengan koefisien korelasi terkait disajikan pada Gambar 4. Gambar ini merupakan pengulangan dari Gambar 2 (kerangka teoretis), namun setelah dilengkapi berbagai informasi relevan, khususnya berbagai koefisien korelasi yang dihasilkan dan digunakan untuk pengujian hipotesis.

Gagalnya penerimaan hipotesis minor 2c menunjukkan penilaian mahasiswa terhadap kemudahan pengerjaan skripsi berkorelasi setara dengan prokrastinasi umum dan prokrastinasi skripsi. Hal ini memberikan pemahaman bahwa tingkat keyakinan diri mahasiswa dalam mengerjakan skripsi merupakan cerminan dari prokrastinasi umum dan skripsi. Berbeda dengan kedua elemen TMT lainnya yang memiliki korelasi lebih besar dengan salah satu jenis prokrastinasi, elemen *expectancy* memiliki tingkat korelasi serupa dengan kedua jenis prokrastinasi. Sayangnya, belum dapat diketahui apakah temuan ini (a) lebih menunjukkan bahwa *expectancy* pengerjaan skripsi setara dengan *expectancy* pengerjaan berbagai tugas akademik lain bagi mahasiswa atau (b) apakah *expectancy* pengerjaan skripsi berkaitan secara sama kuat, namun untuk alasan berbeda dengan kedua jenis prokrastinasi. Sedikit tambahan penjelasan untuk alternatif pemahaman kedua



**Gambar 4. Kerangka Teoretis Prokrastinasi Akademik dan *Self-Control***

adalah, *expectancy* skripsi terkait dengan prokrastinasi skripsi karena mengulas tugas yang sama, yaitu skripsi. Di sisi lain, *expectancy* skripsi terkait dengan prokrastinasi umum karena memiliki keterkaitan dengan *self-efficacy* akademik ataupun *self-esteem* secara umum. Hal ini hanya dapat dibuktikan dengan melakukan uji korelasi parsial antara *expectancy* skripsi dan prokrastinasi umum, dengan mengendalikan peran *self-efficacy* akademik dan *self-esteem*. Sayangnya kedua konstruk tersebut tidak diukur sehingga tidak dapat dikendalikan secara statistik menggunakan korelasi parsial.

Kegagalan perolehan bukti untuk mendukung hipotesis minor 4a dan 4b menyarankan bahwa korelasi *self-control* dan prokrastinasi tidak dapat sepenuhnya ditumpukan pada penilaian subjektif terhadap kemanfaatan tugas. Sekalipun penurunan yang dihasilkan tergolong besar, khususnya pada uji korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi skripsi, namun nampaknya masih ada hal-hal lain yang berperan penting dalam korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi. Variabel yang diduga dapat menjadi kontributor dari tingginya korelasi terkendali antara *self-control* dan prokrastinasi adalah karakteristik tugas dan tingkat kesibukan.

Karakteristik tugas merupakan faktor lingkungan (di luar diri) yang berpotensi memunculkan prokrastinasi. Tugas-tugas yang membutuhkan kemandirian, menuntut penyediaan sumber daya (waktu, tenaga, pikiran, dan mungkin juga uang), serta tidak memberikan imbalan

seketika merupakan tugas-tugas yang dengan mudah atau memiliki kecenderungan tinggi untuk ditunda. Apabila pengerjaan dan penyelesaian tugas secara lebih cepat, tepat, atau terlambat tidak memberikan konsekuensi yang jelas berbeda, sangatlah besar kemungkinan tugas tersebut akan ditunda bahkan mungkin diabaikan sama sekali.

Dari segi karakteristik individual, tingkat kesibukan individu yang tercermin dari jumlah jam kerja, jumlah tugas yang harus diselesaikan, serta jumlah waktu luang, sedikit banyak berperan dalam menentukan ada-tidaknya penundaan pengerjaan tugas. Setiap kali individu mengerjakan sesuatu, ia selalu menunda pengerjaan tugas lain. Oleh karena itu, semakin banyak tugas yang menjadi tanggung jawab individu, semakin besar pula kemungkinan individu terkait akan melakukan penundaan tugas. Namun, dalam kasus demikian, tidak semua penundaan yang terjadi dapat dikategorikan sebagai penunda-nundaan (Siaputra, dalam proses penerbitan). Hanya penundaan yang berakhir dengan dampak negatif atau setidaknya mengakibatkan hasil kerja menjadi lebih buruk saja yang digolongkan sebagai penunda-nundaan (prokrastinasi).

Temuan tambahan bahwa prokrastinasi umum merupakan mediator dalam hubungan *self-control* dan prokrastinasi memberikan usulan bahwa salah satu prediktor terbaik dari prokrastinasi untuk tugas yang khas dan spesifik adalah tingkat prokrastinasi secara umum. Seorang prokrastinator cenderung mengulang pola prokrastinasi-

nya pada berbagai jenis tugas, terlepas dari tingkat utilitas atau kemanfaatan tugas terkait. Mahasiswa yang memiliki *self-control* rendah, namun tidak memiliki kebiasaan menunda-nunda pengerjaan tugas memiliki kemungkinan besar untuk tidak menunda-nunda pengerjaan skripsi pula.

#### 4. Simpulan

Penelitian ini memberikan sumbangan unik dalam upaya pembuktian ada-tidaknya kesesuaian kerangka teoretis TMT dalam menjelaskan fenomena prokrastinasi. Kerangka teoretik TMT yang terwujud dalam tiga elemen memiliki keterkaitan empiris dengan kedua variabel utama, *self-control*, dan prokrastinasi. Arah korelasi ketiga elemen TMT dengan tiap variabel utama juga sesuai dengan hipotesis yang diusulkan. Temuan ini menyarankan bahwa kerangka teoretik TMT tergolong handal dalam menjelaskan fenomena psikologis secara umum, tidak hanya prokrastinasi.

Kerangka teoretik TMT tergolong tepat guna dalam menjelaskan adanya variabilitas skor antarindividu berdasarkan tiga elemen pokok, yaitu *expectancy*, *value*, dan *impulsiveness*. Elemen *expectancy* dan *value* berbanding lurus dengan *self-control* dan berbanding terbalik dengan prokrastinasi. Elemen *impulsiveness* berbanding terbalik dengan *self-control* dan sebaliknya berbanding lurus dengan prokrastinasi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *expectancy* dan *value* berbanding lurus dengan kecenderungan untuk melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk pencapaian tujuan jangka panjang individu. Sebaliknya, *impulsiveness* berbanding lurus dengan kecenderungan melakukan sesuatu yang berpotensi mengganggu pencapaian tujuan atau melakukan sesuatu yang berbahaya atau merugikan.

Dalam upaya menjelaskan hubungan antara *self-control* dan prokrastinasi, TMT merupakan kerangka teoretis terbaik yang tersedia. Sekalipun demikian, kesesuaian secara teoretis tersebut kurang mendapatkan dukungan teoretis. Pengendalian peran EVI memang mengurangi taraf korelasi antara *self-control* dan prokrastinasi, namun koefisien korelasi yang dihasilkan masih tergolong memadai. Temuan ini menyarankan pentingnya pengukuran terhadap faktor individual dan situasional lain guna meningkatkan daya prediksi *self-control* terhadap prokrastinasi. Hal ini tidak sepenuhnya menunjukkan kelemahan kerangka teoretis, melainkan kelemahan instrumen pengukuran. Instrumen pengukuran yang digunakan lebih dirancang untuk mengukur penilaian individu terhadap skripsi serta *impulsiveness* individu. Penambahan butir-butir baru atau penggunaan instrumen baku yang relevan diduga dapat meningkatkan kontribusi kerangka teoretis TMT dalam menjelaskan korelasi *self-control* dan prokrastinasi.

#### Daftar Acuan

Catrunada, L. (2008). *Perbedaan kecenderungan prokrastinasi tugas skripsi berdasarkan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert* (Tesis tidak dipublikasikan). Universitas Gunadarma, Jakarta.

De Ridder, D.T.D., de Boer, B.J., Lugtig, P., Bakker, A.B., & van Hooft, E.A.J. (2011). Not doing bad things is not equivalent to doing the right thing: Distinguishing between inhibitory and initiatory self-control. *Personality and Individual Differences*, 50, 1006-1011.

Ferari, J.R., Johnson, J.L., & McCown, W. (1995). Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment. New York: Plenum Press.

Ferari, J.R., & Morales, J.F.D. (2007). Perceptions of self-concept and self-presentation by procrastinators: Further Evidence. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(1), 91-96.

Fibrianti, I.D. (2009). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. (Skripsi, diterbitkan, Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Semarang). Diunduh dari <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:mDajNzXPS38J:eprints.uniponegoro.ac.id/10517/1/SKRIPSI.pdf+jurnal+prokrastinasi+akademik.pdf&hl=id&gl=id>.

Ghufron, M.N. (2003). Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua dengan prokrastinasi akademik (Tesis tidak dipublikasikan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

Gröpel, P. & Steel, P. (2008). A mega-trial investigation of goal setting, interest enhancement, and energy on procrastination. *Personality and Individual Differences*, 45, 406-411.

Hemphill, J.F. (2003). Interpreting the Magnitudes of Correlation Coefficients. *American Psychologist*, 58(1), 78-79.

Hurlock, E. (1997). *Perkembangan anak*. (Istiwidayanti & Soedjarwo, pengalih bhs.). Jakarta: Penerbit Erlangga.

Janssen, T., & Carton, J.S. (1999). The effects of locus of control and task difficulty on procrastination. *The Journal of Genetic Psychology*, 160(4), 436-42.

Merton, S.K. (1960). Note on the effects of failures of assumption on the correction for attenuation. *Psychological Reports*, 7(2), 323-324.

- Muhid, A. (2009). Hubungan antara *self-control* dan *self-efficacy* dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 18(1), 578.
- Muchinsky, P.M. (1996). The correction for attenuation. *Educational and Psychological Measurement*, 56(1), 63-75.
- Ray, J.V. (2011). *Developmental trajectories of self-control: Assessing the stability hypothesis*. Disertasi (tidak diterbitkan), University of South Florida, South Florida.
- Solomon, L.J., & Rothblum, E.D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-509.
- 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 Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist? *Personality and Individual Differences*, 48, 926-934.
- Sia, T.D. (2010). Pengembangan alat ukur penundaan pengerjaan skripsi. Disertasi (tidak diterbitkan), Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Siaputra, I.B., Prawitasari, J.E., Hastjarjo, T.D., Azwar, A. (2011). Subjective and projective measures of thesis writing procrastination: Real world and *the sims* world. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 26(2), 128-149.
- Siaputra, I.B. (Dalam proses penerbitan). Berbagai sisi prokrastinasi. Dalam I.B. Siaputra (Ed), *Antologi prokrastinasi: Penelitian prokrastinasi di Fakultas Psikologi Universitas Surabaya*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Siaputra, I.B., & Ursia, N.R. (2011). Laporan yang tidak diterbitkan.
- Spearman, C. (1904). The proof and measurement of association between two things. *The American Journal of Psychology*, 15(1), 72-101.
- Surijah, E.A. (2007). *Mahasiswa versus tugas: Hubungan antara prokrastinasi akademik dengan conscientiousness*. Skripsi (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., & Boone, A.L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-322.
- Taniyady, S. (2009). *Time is money: Pengaruh pelatihan self control dan time management terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa*. Skripsi (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Tice, D.M. & Baumeister, R.F. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The cost and benefits of dawdling. *Psychological Science*, 8(6), 454-458.
- Utomo, D. (2010). *Hubungan antara pemalasan sosial dengan prokrastinasi akademik*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah, Surakarta. Diunduh dari <http://etd.eprints.ums.ac.id/1034/7/1/F100060039.pdf>.