



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Pengaruh *Task aversiveness* terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Skripsi Yang Sedang Bekerja

Phooja Maidi Hendra & Nono Hery Yoenanto

Departemen Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Permasalahan yang muncul pada mahasiswa bekerja yang sedang menyelesaikan skripsi salah satunya adalah prokrastinasi. Dalam menyelesaikan skripsi ada berbagai faktor penyebab prokrastinasi akademik salah satu prediktor terkuat adalah *task aversiveness*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *task aversiveness* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja yang sedang menyelesaikan skripsi. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode survey. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan menentukan target penelitian yaitu mahasiswa semester 8 keatas, sedang bekerja, dan sedang menyelesaikan skripsi. Pengumpulan data menggunakan *google form* dan mendapatkan 70 partisipan yang sesuai dengan kriteria. Pada penelitian ini digunakan uji regresi sederhana untuk menghitung pengaruh antar variabel. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *task aversiveness* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja yang sedang menyelesaikan skripsi yaitu sebesar 66,8%.

Kata kunci: *task aversiveness, prokrastinasi akademik, mahasiswa bekerja, menyelesaikan skripsi*

ABSTRACT

One of the issues that arises for working students who are completing their thesis is procrastination. In completing a thesis, there are various factors contributing to academic procrastination, and one of the strongest predictors is task aversiveness. The purpose of this research is to determine the influence of task aversiveness on academic procrastination among working students who are in the process of completing their thesis. The approach used is quantitative, employing a survey method. The sampling technique used in this research is purposive sampling, targeting students in the 8th semester and above, who are working and currently working on their thesis. Data collection is done using Google Forms, and 70 participants who meet the criteria are obtained. In this study a simple regression test is used to calculate the influence between variables. The research results reveal a significant influence of task aversiveness on academic procrastination among working students completing their thesis, with a magnitude of 66.8%.

Keywords: *task aversiveness, academic procrastination, working student, completing a thesis.*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp,

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: nono.hery@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Fenomena kuliah sambil bekerja bukanlah sebuah hal yang baru. Dalam dunia perkuliahan ada berbagai macam kebutuhan yang harus dipenuhi. Kebutuhan mahasiswa mencakupi biaya alat tulis, *fotocopy*, uang kuliah, biaya pelatihan, biaya praktek, biaya riset/penelitian. Terlebih jika ada tambahan biaya hidup mahasiswa seperti tempat tinggal, uang makan, uang transportasi ke kampus dan biaya diluar dugaan lainnya. Beberapa mahasiswa mencari jalan keluar untuk memenuhi kebutuhan dengan bekerja. Menurut (Lubis dkk., 2015) faktor penyebab mahasiswa bekerja adalah untuk mengatasi permasalahan keuangan dalam membiayai perkuliahan sehingga dapat meringankan beban orangtua (Rahmanillah & Qomariyah, 2019).

Fenomena peran ganda mahasiswa yaitu kuliah sambil bekerja sudah banyak ditemukan (Robert, 2012) dalam (Mardelina & Muhson, 2017). Survey yang dilakukan oleh *Endsleigh and the National Union of Student* menyatakan bahwa jumlah mahasiswa yang bekerja meningkat. Dijelaskan lebih lanjut dari 4.642 mahasiswa diketahui terdapat 77% mahasiswa yang bekerja, presentasi ini naik 59% dari tahun 2018 (Rahmanillah & Qomariyah, 2019). Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa adanya prosentase yang cukup besar pada pelajar yang sekolah sambil bekerja. Selain karena faktor perekonomian ada juga mahasiswa yang bekerja untuk menambah pengalaman ataupun mengisi waktu luang. Hal ini terjadi dikarenakan jadwal perkuliahan yang tidak terlalu padat, keinginan untuk hidup mandiri serta tidak bergantung dengan orang tua. Dapat dijelaskan bahwa alasan yang melatarbelakangi mahasiswa kuliah sambil bekerja adalah kebutuhan akan keuangan untuk membantu meringankan perekonomian baik itu pribadi ataupun keluarga.

Banyaknya mahasiswa yang melakukan kegiatan kuliah sambil bekerja akan menimbulkan perubahan dalam aktivitas perkuliahan. Mahasiswa yang bekerja sambil kuliah dituntut untuk mampu melaksanakan manajemen waktu sebaik mungkin antara perkuliahan dan bekerja. Mahasiswa dituntut untuk disiplin dan bertanggung jawab terhadap setiap keputusan yang diambil baik itu urusan kuliah ataupun bekerja. Pada penelitian lain Muyana (2018) dalam (Anabillah, Febriansyah, & Atmaja, 2022) menjelaskan terhadap 299 mahasiswa menunjukkan bahwa kemampuan manajemen waktu berperan penting dalam prokrastinasi sebesar 33%. Banyak mahasiswa yang menghabiskan waktu untuk berorganisasi, bekerja, nongkrong, atau bermain game, hal tersebut menyebabkan terbatasnya waktu yang digunakan untuk menyelesaikan tugas sehingga menyebabkan terjadinya prokrastinasi.

Prokrastinasi pertama kali digunakan oleh Brown & Holtzman untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Dalam perkuliahan menunda menyelesaikan tugas akademik disebut prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda pengerjaan dan penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan yang berhubungan dengan aktivitas akademik (Ghufroon & Risnawitaq, 2017). Menurut Burka dan Yuen (2008) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah menangguhkan tindakan untuk melaksanakan tugas akademik dan dilaksanakan pada lain waktu.

Pada mahasiswa bekerja yang sedang dalam masa menyelesaikan skripsi tentu saja prokrastinasi menjadi hal yang tidak menyenangkan karena akan mengganggu penyelesaian skripsi. Menurut (Solomon & Rothblum, 1984) menemukan bahwa semakin lama mahasiswa berkuliah maka semakin cenderung mahasiswa melakukan prokrastinasi. Menurut penelitian lain di Universitas Muhammadiyah Surakarta juga terjadi prokrastinasi. Sebanyak 4.937 mahasiswa jenjang S1 dari sedang mengambil mata kuliah skripsi. Dari jumlah mahasiswa tersebut, tidak semua dapat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya. Pada umumnya waktu pengerjaan skripsi adalah dua semester namun banyak dari mahasiswa yang waktu pengerjaannya melebihi batas normal. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa seringnya melakukan prokrastinasi akademik akan berakibat pada penundaan kelulusan. Dari beberapa penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa salah satu penyebab mundurnya masa studi dikarenakan mahasiswa melakukan prokrastinasi.

Ada banyak hal yang menjadi faktor penyebab terjadinya prokrastinasi (Solomon & Rothblum, 1984) mengatakan bahwa yang menjadi penyebab seseorang melakukan prokrastinasi akademik adalah ketakutan akan kegagalan (*fear of failure*), ketidaksenangan terhadap tugas (*task aversiveness*), *risk taking*, *lack of assertion*, ketergantungan, *rebellion against control*, dan kesulitan dalam mengambil keputusan. Menurut penelitian sebelumnya oleh (Suhadianto & Pratitis, 2019) faktor yang menjadi penyebab prokrastinasi akademik yang terjadi pada seseorang adalah karena menganggap tugas yang dikerjakan terlalu sulit serta menganggap waktu pengumpulan tugas masih lama. Hasil wawancara yang dilakukan penelitian tersebut mengungkapkan ketika mendapatkan tugas dari dosen yang dirasa sulit, seseorang merasa bingung bagaimana cara menyelesaikannya sehingga memilih untuk menunda waktu pengumpulan.

Sejalan dengan penelitian Blunt & Phycyl (2005) menjelaskan salah satu prediktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah ketidaknyamanan pada tugas yang diberikan (*task aversiveness*). *Task aversiveness* merupakan suatu karakteristik tugas yang dipresepsikan seseorang sebagai sesuatu yang dianggap sulit, tidak menyenangkan, dan tidak memiliki kenikmatan terhadap tugas serta membutuhkan usaha yang lebih besar dikarenakan tugas tersebut tidak memiliki kejelasan dalam cara penyelesaiannya ((Ferrari, Mason & Hammer, 2006) dalam (Putri & Edwina, 2020).

Sejalan dengan teori diatas dalam beberapa wawancara yang telah saya lakukan kasus prokrastinasi akademik ini terjadi pada mahasiswa bekerja yang sedang menyelesaikan skripsi. Bentuk prokrastinasi yang terjadi adalah penundaan terhadap skripsi. Beberapa faktor prokrastinasi terjadi adalah dikarenakan manajemen waktu yang buruk kelelahan setelah bekerja, beban skripsi yang dirasakan berat, dan keadaan yang tidak menyenangkan atau ketidaksukaan terhadap skripsi. Berikut beberapa transkrip wawancara menurut pernyataan L yang menjelaskan : "*kerja biar ada kegiatan lain, soalnya kalo cuma skripsian di kos takutnya merasa bosan, sendirian, kesepian, tidak ada kehidupan dan jadi stress sendiri. Selain itu kadang frustasi juga ini skripsi ga selesai-selesai*"

Menurut pernyataan H mengungkapkan : "*Merasa kerja lebih nyaman, dan mau balik ngerjain skripsi berat,soalnya udah merasa kayak skripsi tuh nomer 2, itu yang aku rasakan dan kayak menunda-nunda terus. Malah kayak lari dari skripsi jatuhnya*".

Berdasarkan beberapa wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa salah satu alasan mahasiswa menunda-nunda melakukan skripsi adalah karena perasaan yang tidak nyaman atau ketidaksukaan terhadap skripsi itu sendiri. Ketidaksukaan disini mencakup rasa bosan, frustasi, dan kebencian. Pembahasan tentang prokrastinasi akademik memang sudah banyak diteliti, akan tetapi bagaimana

dengan konteks mahasiswa bekerja yang sedang menyelesaikan skripsi. Apakah terdapat kesamaan dalam prokrastinasi? Seberapa besar pengaruh *task aversiveness* yang terjadi? Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh *task aversiveness* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja yang sedang menyelesaikan skripsi.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survey yang dilakukan menggunakan *google form* dan link kuisisioner disebar secara daring ke berbagai sosial media. Kuisisioner penelitian berisi dua alat ukur penelitian dengan lampiran yang tercantum data demografis berupa nama, jenis kelamin, usia, angkatan, asal universitas, dan jenis pekerjaan yang sedang dilakukan.

Partisipan

Teknik sampling yang digunakan adalah *nonprobability sampling* dengan metode *sampling purposive*. *Nonprobability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sample. Sementara metode *sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel dengan adanya pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2010). Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria partisipan sebagai berikut:

1. Mahasiswa S1 semester 8 keatas
2. Sedang bekerja baik itu (*fulltime, part time, magang, ataupun freelance*)
3. Sedang menyelesaikan skripsi

Pengambilan jumlah sample menggunakan aplikasi G*Power. Jumlah sampel yang ditunjukkan G*Power adalah sebesar dengan asumsi *effect size* sebesar 0.6, tingkat kesalahan (α) adalah 0.05 serta power ($1-\beta$) sebesar 0,95. Asumsi *effect size* 0.6 didapatkan dari hasil meta-analisis penelitian sebelumnya yaitu variabel prokrastinasi akademik memiliki nilai *r* sebesar 0.26 (Tuckman, 2005) dan variabel *task aversiveness* memiliki nilai *r* sebesar 0.988 (Syahrial, Netrawati, Sukma, & Ardi, 2022) Hasil *effect size* dari kedua variabel diambil rata-ratanya dan diperoleh sebesar 0.3 dan hasil kalkulasi dari G*Power diperlukan sampel mahasiswa sebanyak 21 orang. Berdasarkan kuisisioner yang telah disebar jumlah partisipan pada penelitian ini adalah 70 mahasiswa dengan jumlah laki-laki 23 dan perempuan 47 dengan rentan usia 21 hingga 26 tahun.

Pengukuran

Guna mengetahui pengaruh *task aversiveness* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja yang sedang menyelesaikan skripsi maka peneliti menyusun kuisisioner penelitian dengan tiga bagian yakni bagian data demografis, skala variabel X (*task aversiveness*), skala variabel Y (*prokrastinasi akademik*). Pada skala *task aversiveness* menggunakan alat ukur pada penelitian sebelumnya oleh Pangestu (2016) dengan acuan teori dari Blunt & Pychyl (2000) yang berjumlah 33 aitem yang kemudian di modifikasi dan di rater sehingga menjadi 32 aitem dengan koefisien reliabilitas ($\alpha=0,928$). Sementara untuk skala prokrastinasi akademik menggunakan alat ukur sebelumnya juga oleh (Parastiara & Yoenanto, 2022) berdasarkan teori (Tuckman, 1990) dengan aitem sebanyak 14 dan reliabilitas sebesar ($\alpha=0,821$).

Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linier sederhana dengan bantuan software IBM SPSS Statistic 25 for Windows. Dilakukan uji regresi linier sederhana sebab variabel dependen pada penelitian ini hanya dipengaruhi oleh satu variabel independen. Tahapan dalam melakukan uji regresi linier sederhana adalah dengan melakukan uji asumsi terlebih dahulu yang di dalamnya meliputi uji normalitas, uji linieritas dan uji heteroskedastisitas.

HASIL PENELITIAN

Uji Analisis Deskriptif

Hasil uji analisis deskriptif dengan jumlah partisipan sebanyak ($N=70$), menunjukkan bahwa variabel *task aversiveness* memiliki nilai ($M=37,19$; $SD=7,388$ $Max=55$, $Min=19$). Pada variabel prokrastinasi akademik menunjukkan memiliki nilai ($M=85,67$; $SD=15,040$; $Max=119$; $Min=55$).

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan sebagai persyaratan untuk melakukan uji regresi sederhana. Pada penelitian ini dilakukan uji normalitas residual dengan *Kolmogorov-Smirnov* yang menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,200 yang berarti data yang dihasilkan berdistribusi secara normal. Pada uji linieritas diperoleh hasil signifikansi sebesar 0,803 yang mana signifikansi $0,000 > 0,05$ yang berarti data linier. Selanjutnya pada uji heteroskedastisitas memperoleh nilai residual variabel independen dengan nilai signifikansi sebesar $0,967 > 0,05$ yang menjelaskan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas.

Uji Regresi Sederhana

Hasil dari uji regresi sederhana pada penelitian ini ($F(1,71)=148,649$; $p=0,01$; $R^2=0,66,8$). Hasil ini menunjukkan tingkat *task aversiveness* dapat menjelaskan prokrastinasi akademik sebesar 66,8%. Variabel prokrastinasi akademik menghasilkan nilai ($B=0,954$; 95%; $SE=0,078$; $t=12,192$; $p=0,000$) yang menunjukkan nilai positif yang berarti semakin meningkat *task aversiveness* maka semakin meningkat juga prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja yang sedang menyelesaikan skripsi, sebaliknya apabila semakin menurun *task aversiveness* maka akan semakin menurun juga prokrastinasi akademik.

DISKUSI

Pengaruh *task aversiveness* merupakan aspek yang penting dalam memahami fenomena prokrastinasi akademik, khususnya pada mahasiswa bekerja yang tengah menyelesaikan skripsi. *Task aversiveness* mengacu pada sejauh mana tugas yang harus diselesaikan dianggap tidak menyenangkan atau membebani. Dalam konteks ini, mahasiswa bekerja yang harus menyusun skripsi seringkali dihadapkan pada tugas yang kompleks, memerlukan waktu yang cukup lama, dan seringkali menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan. Oleh karena itu, jika mahasiswa merasa bahwa tugas skripsi ini sangat tidak menyenangkan, mereka cenderung lebih rentan terhadap prokrastinasi.

Prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja dapat dianggap sebagai mekanisme pelarian dari tugas yang dianggap aversif. Mahasiswa yang bekerja seringkali memiliki banyak tanggung jawab dan waktu terbatas untuk menyelesaikan skripsi. Ketika tugas skripsi dianggap sulit atau membebani,

mahasiswa bisa saja mencari pelarian dalam aktivitas lain yang lebih menyenangkan, seperti beristirahat, bersosialisasi dengan teman-teman, atau bahkan bekerja lebih banyak di pekerjaan mereka. Hal ini dapat menyebabkan penundaan dalam penyelesaian skripsi dan bahkan mengganggu progres akademik mereka.

Penting untuk dipahami bahwa pengaruh *task aversiveness* ini dapat bervariasi antar individu. Beberapa mahasiswa mungkin memiliki strategi yang lebih efektif untuk mengatasi tugas yang dianggap tidak menyenangkan, sementara yang lain mungkin lebih rentan terhadap prokrastinasi. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa bekerja yang menyelesaikan skripsi untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang membuat tugas mereka terasa aversif dan mencari strategi untuk mengatasi prokrastinasi, seperti pembagian tugas menjadi bagian-bagian yang lebih kecil atau mencari dukungan dari dosen pembimbing. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang pengaruh *task aversiveness*, mahasiswa dapat meningkatkan produktivitas dan kemajuan akademik mereka dalam menyelesaikan skripsi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan pada penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa *task aversiveness* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja yang sedang menyelesaikan skripsi sebesar 66,8% sedangkan 33,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Saran untuk peneliti selanjutnya penelitian ini belum mampu merepresentasikan seluruh populasi mahasiswa bekerja yang sedang mengerjakan skripsi di seluruh Indonesia sehingga diperlukan penelitian lanjutan atau replika guna mengonfirmasi temuan lain yang muncul dalam penelitian ini. Selain itu penelitian selanjutnya diharapkan bisa memprediksikan faktor lain seperti pengalaman pekerjaan atau durasi bekerja yang mempengaruhi prokrastinasi.

Saran untuk Mahasiswa diharapkan mampu melakukan regulasi diri seperti *planning*, *self-monitoring*, *control*, dan *evaluation* untuk menghindari terjadinya prokrastinasi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT, keluarga besar, dan seluruh teman-teman yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini yang selalu memberikan dukungsn selama penelitian berlangsung hingga selesai. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada peneliti terdahulu yang telah memberikan izin untuk menggunakan alat ukur sehingga memudahkan proses dalam penelitian. Dan terakhir kepada seluruh pihak partisipan yang telah bersedia dalam memberikan waktunya pada peneliian ini.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Phooja Maidi Hendra dan Nono Hery Yoenanto tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Anabillah, A. R., Febriansyah, M. R., & Atmaja, M. Z. (2022). Kemampuan Manajemen Waktu dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *SENACAM*, 1.
- Blunt, A. K., & Pychyl, T. A. (2005). Project systems of procrastinators: A personal project-analytic and action control perspective. *Personality and Individual Differences*, 34.
- Ghufron, N., & Risnawitaq, R. (2017). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa Bekerja dan Dampaknya Pada Aktivitas Belajar dan Prestasi Akademik. *Jurnal Economia*, 208.
- Parastiara, A. R., & Yoenanto, N. H. (2022). Pengaruh Fear of Failure dan Motivasi Berprestasi terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 45.
- Putri, N. I., & Edwina, T. N. (2020). Task Aversiveness sebagai prediktor prokrastinasi akademik mahasiswa. *jurnal studi guru dan pembelajaran*, 125.
- Rahmanillah, N. R., & Qomariyah, N. (2019). Self Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bekerja. *ejournal Gunadarma*, 117.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of conseling psychology*, 31.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Suhadianto, & Pratitis, N. (2019). Eksplorasi Faktor Penyebab, Dampak dan Strategi Untuk Penanganan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal RAP*, 1.
- Syahrial, M., Netrawati, Sukma, D., & Ardi, Z. (2022). The Effect of Self Efficacy and Task Aversiveness toward Student Academic Procrastination. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*, 42.
- Tuckman, B. W. (1990). Measuring Procrastination Attitudinally and Behaviorally. *Department of Education (.gov)*, 12.
- Tuckman, B. W. (2005). Relations Of Academic Procrastination, Rationalizations, And Performance In A Web Course With Deadlines. *Psychological Reports*, 1015-1021.
doi:<https://doi.org/10.2466/pr0.96.3c.1015-1021>

