

HUBUNGAN ANTARA PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA MAHASISWA ORGANISASI DAERAH X

M.mashar¹ dan Imammul Insan^{*1}

¹Programstudi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Humaniora Universitas Teknologi Sumbawa, indonesia
imammul.insan@uts.ac.id

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana academic procrastination dan *problem focused coping* pada organisasi mahasiswa x memiliki hubungan satu sama lain populasi dalam penelitian ini 75 orang. Teknik pendekatan dalam penelitian ini korelasional kuantitatif. Sampel sebanyak 75, teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *total sampling*. Teknik pengumpulan ata menggunakan Kuesioner. Analisis data penelitian academic procrastination dan *problem focused coping*. Hasilnya menunjukkan hubungan negatif antara academic procrastination dan *problem focused coping*, dengan nilai koefisien korelasi $-.576$ dan nilai p hitung = $0,000 / (p 0,05)$. Hubungan negatif menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi bersifat tidak searah.

Kata Kunci : prokrastinasi akademik; *problem focused coping*; organisasi daerah.

ABSTRACT

The purpose of this study was to find out how academic procrastination and problem focused coping in student organization x have a relationship with each other population in this study of 75 people. The approach technique in this study is quantitative correlational. A sample of 75, the sampling technique of this study used total sampling. The collection technique is using questionnaires. Analysis of academic procrastination and problem-focused coping research data. The results showed a negative relationship between academic procrastination and problem focused coping, with a correlation coefficient value of $-.576$ and a calculated p value = $0.000 / (p 0.05)$. A negative relationship indicates that the relationship that occurs is not unidirectional.

Keywords: *academic procrastination, problem focused coping, regional organizations*

PENDAHULUAN

Penundaan adalah umum dan terjadi secara alami pada banyak orang, namun memiliki efek negatif yang besar pada produktivitas karena menyebabkan orang menunda tugas-tugas penting terlalu lama. Banyak nya mahasiswa yang melakun perilaku menunda pengerjaan tugas dan penyelesain tugas akademik hal ini akan berdampak pada perestasi akademik mahasiswa yang akan semakin menurun jika perilaku tersebut terus menerus dilakukan. Perilaku menunda pengerjaan dan penyelesaian sesuatu disebut dengan prokrastinasi. Orang yang melakukan perilaku menunda disebut penunda (prokrastinator).

(Hidayati 2017), Produktivitas dan motivasi siswa dapat menderita sebagai akibat dari penundaan, yang menurunkan kualitas seseorang. Setiap orang mampu menunda-nunda pekerjaan akademis mereka., prokrastinasi akademik juga dilakukan individu tidak memandang usia atau statusnya sebagai pekerja maupun pelajar. Penelitian tentang prokrastinasi akademik pada lingkungan akademik, yaitu lebih dari 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Yuanita, (mahardayani 2011). Burka & Yuen, mengatakan Sekitar 25% dari 90% lulusan perguruan tinggi yang telah menjadi penunda akademik termasuk dalam kategori tinggi siswa yang biasanya putus sekolah. Menurut penelitian McCown (Fibrianti, 2009), penundaan dalam pengaturan akademik terkait dengan kecenderungan untuk menunda tugas awal. dan penyelesaian tugas.

Di dukung dengan Menurut penelitian Bruno (Triana, 2013), hampir 60% siswa terlibat dalam penundaan akademik, dan praktik ini bahkan dipandang sebagai tertanam dalam kehidupan siswa. 80% hingga 95% siswa berpartisipasi dalam perilaku penundaan, dan sekitar 50% siswa menunda-nunda secara teratur, menurut penelitian oleh Knaus Steel (Abdul Saman2017).

membuat penundaan Karena cara kegiatan diselesaikan tidak mengikuti rencana yang telah ditetapkan, dan juga karena niat untuk memulai tugas telah tertunda. Penundaan akademik, dalam kata-kata Ghufron (Zuraidah 2017), adalah praktik menunda tugas formal yang terkait dengan kegiatan akademik. Selain itu, Steel (Zuraidah 2017) mengklaim bahwa penundaan akademik adalah penundaan tugas yang disengaja yang harus diselesaikan meskipun orang sadar bahwa hal itu dapat memiliki konsekuensi negatif. Temuan penelitian Solomon dan Rothblum (Hidayati, 2017) mengungkapkan bahwa siswa sering menunda membaca, menyelesaikan pekerjaan rumah, dan belajar untuk ujian.

Tuntutan perkuliahan dan beratnya tanggung jawab mahasiswa di organisasi kemahasiswaan daerah X dapat menimbulkan perasaan tertekan, yang dapat mendorong mahasiswa untuk menunda menyelesaikan pekerjaannya. Kemungkinan mahasiswa terlibat perselisihan tidak serta merta hilang hanya karena tidak mampu memenuhi tuntutan kelompok dan lingkungan kampusnya. stres dan menunda nunda pekerjaan. Menurut Brecht (Azmi, 2016) Mahasiswa *prokrastinator* mempunyai kesulitan melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Mahasiswa *prokrastinator* cenderung sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana-rencana yang telah dia tentukan sendiri.

Menurut Folkman (Maryam, 2017) mengatakan bahwa keadaan prokrastinasi yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan. Individu tidak akanDia tidak akan melakukan apa pun untuk menghentikannya terjadi, tetapi dia akan membiarkan efek merugikan ini bertahan. Kinerja siswa ini akan dipengaruhi oleh ketidakmampuan mereka untuk dengan cepat mengatasi stres mereka. Seorang mahasiswa yang terorganisir dalam melaksanakan kegiatan perkuliahan dan organisasi akan berbuat lebih baik. 2017 (Farida Hidayati). Untuk dapat meramalkan munculnya stres dalam situasi seperti ini, diperlukan jenis strategi penanggulangan stres. Ada dua kategori teknik mengatasi stres, yaitu emotion focused coping

dan problem focused coping, menurut Sarafino dan Smith (2011). Setiap orang membutuhkan kedua jenis mekanisme coping untuk mengatasi stres saat muncul, namun penelitian ini hanya berfokus pada studi tentang mekanisme coping problem focused coping.

Siswa dapat memanfaatkan penanganan masalah terfokus, teknik manajemen stres yang efisien, untuk melewati kuliah menuntut di lingkungan sekolah. Menurut penelitian Fakhurrozi dari tahun (2007, problem-focused coping adalah strategi terbaik untuk membantu siswa mengatasi stres kuliah karena, dalam lingkungan kampus, siswa harus bertindak cepat dan tegas ketika menyelesaikan tugas kuliah. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian Amelia (2019), yang menunjukkan bahwa penggunaan penanganan yang berfokus pada masalah siswa memiliki dampak positif yang signifikan dalam menurunkan tingkat penundaan yang mereka rasakan. Siswa yang menggunakan strategi coping yang berfokus pada masalah untuk mengurangi penyebab stres menunjukkan perilaku menikmati pekerjaan, motivasi untuk terlibat dalam pekerjaan, dan mengurangi ketidakhadiran, yang akhirnya mengarah pada peningkatan kinerja.

Topik penelitian yaitu, organisasi daerah mahasiswa X Organisasi daerah (organda), terdapat hubungan antara individu dengan individu, komunitas dan lingkungan yang lebih luas. Organisasi daerah mahasiswa x merupakan organisasi yang cukup aktif dengan beranggotakan 75 mahasiswa. Fenomena *stress* sudah tidak asing lagi bagi anggota organisasi *stress* dalam menghadapi tugas perkuliahan dan jam terbang organisasi yang padat sehingga menunda nunda tugas akademik yang seharusnya di selesaikan, dari survei awal peneliti mendapatkan hubungan Prokrastinasi akademik dengan *Problem focused coping* pada mahasiswa.

Hasil peneliti terdahulu diteliti oleh Ariati Jati pada tahun (2014) hubungan antara kemalasan akademik dan problem-focused coping di kalangan siswa SMA Islam Hidayatullah Semarang di kelas XII. Analisis data penelitian menggunakan metode analisis regresi langsung, dan koefisien korelasi adalah $r_{xy} = -0,502$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), menunjukkan bahwa hipotesis bahwa problem-focused coping dan academic procrastination berkorelasi negatif pada siswa kelas XII SMA Islam Hidayatullah Semarang diterima.

Penelitian yang dilakukan Wijono (2020) dengan judul "Pada siswa yang mengerjakan tugas akhir mereka, optimisme dan penanganan yang berfokus pada masalah keduanya hadir." dengan hasil $r = 0,647$; $p < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara optimisme dan problem focused coping pada siswa yang mengerjakan tugas akhir.

Penelitian yang dilakukan oleh Endrianto (2014). "Hubungan Antara Kontrol Diri dan Academic Procrastination Based on Tmt" Kontrol diri dan penundaan akademik ditemukan berkorelasi negatif dalam penelitian ini ($r = -0,465$, $p < 0,05$). Temuan menunjukkan bahwa faktor antisipasi, nilai, dan impulsif tidak memediasi hubungan antara kontrol diri dan penundaan akademik.

Berdasarkan hal tersebut Akibatnya, para peneliti tertarik untuk mengeksplorasi hubungan antara *peroblem focused coping* pada organisasi daerah mahasiswa x. Dengan penjelasan penelitian terdahulu terdapat perbedaan dari Para peneliti akan menggunakan pendekatan sampel,

metode kuantitatif komparatif, dan Skala Prokrastinasi Akademik dan Skala Coping yang Berfokus pada Masalah dalam penelitian mereka. Akibatnya, peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian.

METODELOGI

Penelitian kuantitatif adalah metode yang digunakan dalam penelitian ini. Untuk menentukan apakah ada hubungan yang signifikan dan kekuatan korelasi, penelitian korelasi adalah metode menilai data yang dikumpulkan untuk dipelajari. dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2018) peneliti akan fokus pada mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa saat ini yang berkecimpung dalam organisasi daerah mahasiswa x berjumlah 75 orang. Suharsimi Arikunto (Rahayu 2013) menyebutkan yang dimaksud dengan subjek penelitian ialah suatu benda, hal atau orang tempat data variabel penelitian yang melekat dan dipermasalahkan, Adapun Menggunakan metode pengambilan sampel yakni *total sampling* sebanyak 75 orang Sugiyono, (2018). Mengatakan Total sampling adalah metode pengambilan sampel di mana jumlah total sampel populasi digunakan. Dalam mengumpulkan data digunakan 2 skala psikologi yakni skala Prokrastinasi Akademik berjumlah 40 item serta skala *peroblem focused coping* berjumlah 60 item yang Menggunakan 5 Alternatif responden menjawab. Validitas skala Academic Procrastination yang berkisar antara 0,059 hingga 0,515 diteliti dalam penelitian ini menggunakan software Pearson Product Moment IBM SPSS versi 25. Selain itu, skala *peroblem focused coping* yang berfokus pada masalah, yang berkisar antara 0,099 hingga 0,820 Baik skala coping yang berfokus pada masalah dan ukuran penundaan akademik memiliki tes reliabilitas dengan nilai alfa Cronbach masing-masing 0,783 dan 0,949. Aplikasi IBM SPSS versi 25 untuk Windows digunakan untuk melakukan uji Korelasi Pearson Product Moment, yang merupakan uji hipotesis dalam penelitian ini.

PEMBAHASAN

Prokrastinasi Akademik

Tabel data hasil skala Prokrastinasi Akademik pada tabel di bawah ini:

Tabel. 1. Deskriptif Statistik

	N	Range	Minim um	Maxi mum	Mean	Std. Deviatio n	Varia nce
X	75	49	86	135	112.7	10.614	112.6
yang					5		51
Valid	N 75						
(listwise)							

Sumber: Data diolah, 2023
Mangacu atas, skala Akademik

dengan 75 subjek, diketahui Skala Prokrastinasi Akademik memiliki nilai *minimum* 86 dan nilai *maksimum* 135, dengan nilai (*range*) 49 antara nilai minimum dan maksimum. Nilai rata-rata

(mean) Skala Akademik 112,75; nilai standarnya 10,614; dan keragaman adalah			Frekuensi	Valid	Cumulative	Prokrastinasi adalah deviasi adalah nilai data (varians) 112.651.	
	Valid	Sangat Rendah	5	6.7	6.7		6.7
		Rendah	18	24.0	24.0		30.7
		Sedang	28	37.3	37.3		68.0
		Tinggi	19	25.3	25.3		93.3
		Sangat Tinggi	5	6.7	6.7		100.0
		Total	75	100.0	100.0		

Tabel. 2. Distribusi Frekuensi Kategorisasi

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance	Sumber: Data yang diolah, 2023
Y01	75	82	154	236	194.52	23.145	535.685	
Valid (listwise)	N 75							

Menurut tabel di atas, dari 75 subjek yang diketahui, 5 subjek (6,7%) masuk dalam kategori prokrastinasi akademik sangat tinggi, 19 subjek (25,3%) masuk kategori tinggi, 28 subjek (37,3%) masuk kategori sedang, 18 subjek (24,0%) masuk kategori rendah, dan 5 subjek (6,7%) masuk kategori sangat rendah. Frekuensi rata-rata penundaan akademik di 28 disiplin ilmu berada di kisaran menengah (37,3%).Aspek-aspek prokrastinasi akademik terdiri dari Penundaan terkait tugas termasuk dalam kategori tinggi (3,50), sedangkan penundaan terkait tugas termasuk dalam kategori tinggi (3,84). Perbedaan waktu (3,65) antara tugas yang direncanakan dan yang diselesaikan termasuk dalam kategori tinggi.

Problem Focused Coping

Tabel. 3. Descriptive Statistics

Sumber: Data yang diolah, 2023

Mangacu pada tabel di atas, skala *Problem Focused Coping* dengan 75 subjek, diketahui nilai minimum skala *Problem Focused Coping* 154, nilai *maximum* skala *Problem Focused Coping* sebesar 236, dengan nilai rentang (*range*) antara nilai minimum dan *maximum* skala *Problem Focused Coping* sebesar 82, nilai rata-rata (*mean*) yang diperoleh skala *Problem Focused Coping* sebesar 194.52, nilai standar deviasi skala *Problem Focused Coping* sebesar 23.145, serta nilai keberagaman data (*variance*) Skala *Problem Focused Coping* sebesar 535.685.

Tabel. 4. Distribusi Frekuensi Kategorisasi

		Frequen cy	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	2	2.7	2.7	2.7
	Rendah	22	29.3	29.3	32.0
	Sedang	30	40.0	40.0	72.0
	tinggi	12	16.0	16.0	88.0
	Sangat Tinggi	9	12.0	12.0	100.0
Total		75	100.0	100.0	

Sumber: Data yang diolah, 2023

Menurut tabel di atas, dari 75 subjek, 9 subjek (12,0%) termasuk dalam kategori sangat tinggi untuk *problem-focused coping*, 12 subjek (16,0%) termasuk dalam kategori tinggi, 30 subjek (40,0%) termasuk dalam kategori sedang untuk *problem-focused coping*, 22 subjek (29,3%) termasuk dalam kategori rendah, dan 2 subjek (2,7%) termasuk dalam kategori sangat rendah. *Problem Focused Coping measure* sering digunakan dengan 30 individu dan termasuk dalam kategori sedang (40,0%). *Confrontive coping*, yang berada dalam kategori tinggi (3,60), *Planful issue solving*, yang berada dalam kategori tinggi (3,57), dan Mencari bantuan informasi adalah komponen dari *problem focused coping*.

Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik Dengan *Problem Focused Coping* Pada Mahasiswa Organisasi Daerah X

Hubungan antara academic procrastination dan problem-focused coping diteliti dengan menggunakan teknik analisis uji korelasi pada data hasil penelitian yang melibatkan mahasiswa organisasi regional X.

Tabel .5 Uji Korelasi.

		prokrastinas i akademik	problem focused coping
prokrastinasi akademik	Pearson	1	-.576
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	75	75
problem focused coping	Pearson	-.576	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	75	75

****.** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber: Data yang diolah, 2023

Dari hasil analisis data di atas, diketahui bahwa koefisien korelasi bernilai negatif dengan nilai -.576 masuk dalam kategori kekuatan korelasi sedang dengan nilai sig. (p hitung) = 0,000 atau $p < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan antara variabel prokrastinasi akademik dan *Problem Focused Coping* yang signifikan.

Berdasarkan hasil uji korelasi tersebut, maka hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini yakni terdapat hubungan antara prokrastinasi akademik dengan *Problem Focused Coping* pada organisasi daerah mahasiswa x. **diterima** dan berkorelasi signifikan tidak searah, dimana sig. (p hitung) = 0,000 atau $p < 0,05$ yang berarti semakin tinggi Prokrastinasi Akademik organisasi daerah mahasiswa x. Universitas Teknologi Sumbawa maka semakin rendah *Problem Focused Coping* yang dimiliki. Dan begitupula sebaliknya, semakin rendah Prokrastinasi Akademik organisasi daerah mahasiswa x maka semakin tinggi *Problem Focused Coping* yang dimiliki.

SIMPULAN

Telah ditentukan melalui analisis data menggunakan metodologi untuk analisis momen produk yang bahwa Prokrastinasi Akademik memiliki hubungan antara Organisasi X dan Problem Focused Coping di kelas.

Hasil analisis menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki koefisien korelasi sebesar $-0,576$, dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilainya. Ini menunjukkan kebenaran klaim penelitian bahwa ada korelasi yang kuat dan tidak menguntungkan antara penanganan yang berfokus pada masalah dan penundaan akademik. Koefisien korelasi sebesar $-0,576$ menunjukkan bahwa kekuatan korelasi termasuk dalam kategori korelasi sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R. (2019). Problem-focused coping pada siswa Hafidz menurut gender dan IQ spiritual. Jakarta: Jurnal Proyeksi. 4 (2): 105-118*
- Ariati, J. (2014). Hubungan Antara Problem Focused Coping Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xii Sma Islam Hidayatullah Semarang. Diponegoro: Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro.2 (1) 1-11*
- Azmi, (2016). Hubungan antara pesimisme dan penundaan dalam tugas-tugas akademik di kalangan siswa yang memiliki pekerjaan paruh waktu. Malang thesis dari Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.1 (3) 34-45*
- Endrianto. (2014). Hubungan Antara Self Control Dan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Tmt. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.3(1)*
- Fahrurrozi., (2017). Hubungan antara penundaan dan belas kasihan diri pada siswa SMA Nasima Semarang. Jurusan psikologi Universitas Diponegoro berlokasi di Semarang.*
- Fibrianti., (2009). Hubungan Antara keterlambatan dalam menyelesaikan tesis mereka secara akademis dan ketergantungan mereka pada dukungan sosial orang tua. Fakultas Psikologi Universitas diponogoro*
- Handayani. (2017). HUBungan Optimisme dan problem-focused coping pada mahasiswa yang mempersiapkan tesis. Semarang: Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Fakultas Psikologi. 12 (1): 35-44*
- Mariam. (2017). Hubungan antara penundaan akademik siswa dalam menulis tesis dan dukungan sosial. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sahid menawarkan program studi psikologi.*
- mahardayani Shofiah, V. (2011). Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Ketidaktertugas Akademik Pada Mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau. Riau: Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.1(2): 65-71*
- Rahayu, J. (2013). Psychology Quantitative Research. Library for Learning in Yogyakarta. 4 (2): 74- 85*

- Sarafino, & Smith. (2011). Seventh edition of health psychology: Biopsychosocial Interactions. John Willey & Sons in Canada.*
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung: ALFABETA 1 (2): 54-67
- Saman, A. (2017). Studi mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan di fakultas pendidikan analisis prokrastinasi akademik. Makasar. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling di Makassar. 3 (2): 55-62*
- Triana, K. (2103). Hubunagn antara orientasi masa depan dengan prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa fakultas ilmu sosial dan ilmu politik (fisipol). Universitas Mulawarman Samarinda, e Journal Psikologi, 1(3): 280-291.*
- Wijono, S. (2020). Students who are working on their final project exhibit optimism and problem-focused coping. Middle Java,: Universitas Kristen Satya Wacana, Jawa Tengah, Indonesia. 4(1): 30-38*
- Zuraidah. (2017). Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama. Tanjung Mulia Medan: Kognisi Jurnal. 2 (1): 2528-4495*