# Hubungan antara *Impusiveness* dan Perilaku Prokrastinasi pada Mahasiswa Universitas Airlangga yang sedang Mengerjakan Tugas Akhir (Skripsi)

**Sakina Dini Kurniawati**
*Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya*

**Abstract.**
*The purpose of this study was to obtain the correlation between impulsiveness and procrastination behavior among college students that doing their final thesis. Subjects were 59 college students at Faculty of Psychology Airlangga University who doing their final thesis in two semesters or more. For sampling method, we used nonprobability purposive sampling to requite participants. Barratt Impulsiveness Scale-11 (BIS-11) by Barratt (Patton, 1995) was used for assessing the impulsiveness and the Procrastination Tendency Scale by Tuckman (1991) for procrastination behavior. Both of the questionnaires have been translated into Indonesian language. Data was analyzed using Spearman's by SPSS version 16.0 For Windows. From this study, there is a significant correlation between impulsiveness and procrastination behavior among the college students who doing their final thesis (p = 0,002; r = 0,388).*

**Keywords:** *impulsiveness, procrastination, college students*

***Abstrak.***
*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara impulsiveness dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsinya. Penelitian dilakukan terhadap 59 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang sedang dalam proses penyelesaian tugas akhir selama 2 semester atau lebih. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik purposive sampling. Sedangkan alat pengumpulan data pada penelitian ini mengunakan 2 buah kuesioner adapatasi, yaitu Barratt Impulsiveness Scale-11 (BIS-11) (Barratt, 1995) untuk mengukur impulsiveness dan Procrastination Tendency Scale (Tuckman, 1991) untuk mengukur prokrastinasi. Analisis data yang digunakan adalah teknik statistik korelasi dari Spearman menggunakan program SPSS versi 16.0 For Windows. Dari hasil penelitian, terdapat hubungan yang signifikan antara impulsiveness dan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsinya (p = 0,002; r = 0,388)*

***Kata Kunci:*** *impulsiveness, prokrastinasi, mahasiswa*

**Korespondensi**: **Sakina Dini K.,** Departemen Psikologi Kepribadian dan Sosial Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Jl. Dharmawangsa Dalam Selatan Surabaya 60286, e-mail: saki2rey@gmail.com

Skripsi atau tugas akhir adalah suatu tugas yang harus dikerjakan oleh seorang mahasiswa agar bisa mendapatkan gelar kesarjanaannya. Namun, pada kenyataannya, terdapat cukup banyak mahasiswa yang tidak segera menyelesaikan tugas tersebut dan hal itu menyebabkan dia mengalami keterlambatan kelulusan. Penundaan pengerjaan ini kerap disebut dengan prokrastinasi.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Steel (2007) didapatkan beberapa hal yang memungkinkan terjadinya perilaku prokrastinasi antara lain *impusiveness,* kurangnya *self-control* seseorang, *self-efficacy* yang rendah, *task aversiveness* dari tugas yang diberikan, kurangnya motivasi dalam meraih pencapaian, dan berbagai hal lainnya yang dapat mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi pada seseorang, dalam hal ini adalah mahasiswa.

Berdasarkan penelitian Steel, *impulsiveness* merupakan salah satu faktor yang cukup signifikan terhadap munculnya perilaku prokrastinasi. Ini dikuatkan pula dengan pernyataan dari Revelle (1997, dalam Steel 2007), bahwa *impulsiveness* merupakan salah satu trait kepribadian yang sangat tepat untuk menggambarkan prokrastinasi, karena *impulsiveness* mengindikasikan adanya kecenderungan melakukan sesuatu sesuai dengan suasana hatinya saat itu. Orang yang impulsif juga tidak memiliki perencanaan yang baik dan lebih suka bergerak sesuai apa yang diinginkannya saat itu tanpa pemikiran yang panjang atas konsekuensi yang didapatkannya setelah itu. Konsentrasi orang yang impulsif juga cenderung pendek dan mudah terpecah oleh hal-hal serta pemikiran yang menurutnya lebih menyenangkan, sehingga dia lebih memilih untuk mengerjakan hal yang menyenangkan tersebut dan melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugasnya atau prokrastinasi. Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian dari Dewitte dan Schouwenburg (2002) yang hasilnya menunjukan bahwa *procrastinator* adalah orang-orang yang seringkali tidak bisa menjauhkan dirinya dari hal-hal yang mereka anggap lebih menyenangkan daripada tugas-tugas yang sebenarnya justru adalah prioritas yang harus segera diselesaikannya.

**Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara *impulsiveness* dan perilaku prokrastinasi yang ditunjukan oleh mahasiswa Universitas Airlangga yang sedang mengerjakan tugas akhir.

**Landasan Teori**

Prokrastinasi

Prokrastinasi adalah sebuah penundaan atau penghindaran dari suatu tugas ataupun pekerjaan sampai saat yang akan datang tanpa adanya alasan yang baik. Prokrastinasi yang terus menerus dapat dilihat sebagai kegagalan dalam regulasi diri yang digambarkan dengan kemampuan untuk menggunakan kontrol pada pikiran, emosi, dorongan, dan performasi pengerjaan tugas, sehingga mendapatkan prestasi yang standart (Vohs & Baumeister, 2004; dalam Steel, 2007). Tuckman (1991) menyatakan bahwa prokrastinasi timbul sebagai dampak dari akumulasi: 1) Ketidakpercayaan terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam mengerjakan tugas yang diberikan. (Bandura, 1986; dalam Tuckman 1991), 2) Ketidakmampuan seseorang untuk menahan diri mendapatkan kepuasan dalam waktu yang lebih lama, namun dengan kepuasan yang lebih besar, dan 3) Menyalahkan orang lain atas kesulitan yang dihadapinya saat mengerjakan tugas yang diberikan kepadanya.

*Impulsiveness*

*Impulsiveness* melingkupi aksi yang dilakukan dengan buruk, diekspresikan secara kekanak-kanakan, beresiko, tidak sesuai dengan situasi yang sedang berlangsung, dan hasilnya seringkali tidak diinginkan (Evenden, 1999). Selain aksi yang dilakukan dengan buruk yang diekspresikan dengan buruk, seringkali beresiko, dilakukan disituasi yang tidak tepat, dan biasanya membawa hasil atau konsekuensi yang tidak diinginkan, *Impulsiveness* juga dikaitkan dengan kesenangan

mencari sensasi, suka mengambil resiko, nekat, mudah bosan, serta kurang terorganisasi (Depue & Collins, 1999; dalam Whiteside & Lynam, 2000). Ada tiga dimensi *impulsiveness* dalam skala yang dibuat oleh Barratt (Patton dkk, 1995), yaitu: 1) *Motor Impulsiveness* (Im), 2)*Cognitive Impulsiveness* (Ic) , dan 3)*Non-planning Impulsiveness* (Inp).

**Hipotesis**

Hipotesis kerja pada penelitian ini adalah:

"Terdapat hubungan antara *impulsiveness* dan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa Universitas Airlangga yang sedang mengerjakan tugas akhir (skripsi).

**Metode Penelitian**

Penelitian yang digunakan kali ini termasuk penelitian uji hubungan karena akan menguji hipotesis tentang ada tidaknya hubungan dari variabel terikat terhadap variabel bebas yang diujikan.

Penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul datanya, sehingga prosedur yang digunakan dalam penelitian ini adalah prosedur survey. Kuesioner tersebut akan disebarkan kepada subyek dan akan diisi oleh subyek (Neuman, 1994).

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik purposive sampling. Sedangkan alat pengumpulan data pada penelitian ini mengunakan 2 buah kuesioner adapatasi, yaitu Barratt Impulsiveness Scale-11 (BIS-11) (Barratt, 1995) untuk mengukur *impulsiveness* dan Procrastination Tendency Scale (Tuckman, 1991) untuk mengukur prokrastinasi. Analisis data yang digunakan adalah teknik statistik korelasi dari Spearman menggunakan program SPSS versi 16.0 For Windows.

**Hasil Penelitian dan Pembahasan**

**Hasil Penelitian**

Subyek adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsinya selama 2 semester atau lebih. Total subyek dalam penelitian ini sebanyak 59 orang. Jumlah subyek ini didapatkan dengan menggunakan rumus *slovin*.

Untuk uji normalitas didapatkan hasil bahwa sebaran data pada kedua variabel, yaitu variabel *impulsiveness* dan juga variabel lainnya, yaitu prokrastinasi, sebaran datanya tidak normal. Untuk variabel *impulsiveness* p = 0,007 dan untuk variabel prokrastinasi p = 0,022.

Sedangkan untuk uji linieritas dari kedua variabel diketahui bahwa p = 0,000. Dari situ dapat disimpulkan bahwa sebaran data pada penelitian ini telah memenuhi asumsi linieritas.

Setelah dilakukan uji korelasi, diketahui bahwa nilai r = 0,388. Nilai tersebuat menunjukan korelasi yang positif antara *impulsiveness* dan prokrastinasi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi nilai impulsif mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir, maka mahasiswa tersebut akan semakin sering melakukan prokrastinasi. Sedangkan nilai signifikansi yang didapatkan dari hasil uji korelasi kedua variabel adalah p = 0,002. Berdasarkan nilai itu dapat dikatakan bahwa hasil penelitian ini signifikan karena p < 0,05 (Pallant, 2007). Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *impulsiveness* dan prokrastinasi.

Uji korelasi antar dimensi diketahui bahwa dimensi *Cognitive Impulsiveness* (Ic) tidak berkorelasi secara signifikan terhadap prokrastinasi. Nilai signifikansi dimensi *Cognitive Impulsiveness* (Ic) adalah p = 0,114. Untuk dimensi *Motor Impulsiveness* (Im) dan dimensi *Non-planning Impulsiveness* (Inp) menunjukan korelasi yang signifikan terhadap prokrastinasi. Nilai signifikansi korelasi untuk *Motor Impulsiveness* (Im) tehadap prokrastinasi adalah p = 0,042. Sedangkan untuk dimensi *Non-planning Impulsiveness* (Inp), signifikansi korelasinya sebesar p = 0,000 sehingga p < 0,05 yang artinya signifikan.

**Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa

memang ada hubungan antara *impulsiveness* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi terhadap perilaku prokrastinasi yang dilakukannya dan menyebabkan tugas akhir yang sedang dikerjakannya menjadi tidak kunjung selesai.

Bila dilihat dari dimensi-dimensi *impulsiveness* yang ada, *Motor Impulsiveness* (Im) dan *Non-planning Impulsiveness* (Inp) menunjukan hasil yang signifikan. Orang yang memiliki nilai *Motor Impulsiveness* (Im) tinggi kurang bisa menentukan prioritas apa yang harus dilakukannya lebih dulu dan akan lebih sering melakukan sesuatu sesuai dengan dorongan yang ada pada dirinya saat itu dan juga cenderung mengambil keputusan dengan cepat tentang apa yang ingin dilakukannya pada saat itu. Orang yang impulsif akan lebih memilih hal yang menyenangkan daripada hal penting yang harusnya menjadi tanggungjawabnya.

*Non-planning Impulsiveness* (Inp) menunjukan bagaimana seseorang memikirkan rencana untuk masa depannya atau merencanakan sesuatu untuk beberapa waktu kedepan. Orang dengan nilai *Non-planning Impulsiveness* (Inp) yang rendah cenderung kurang mempersiapkan rencana masa depannya dengan matang. Saat melakukan suatu tindakan dia juga tidak terlalu memikirkan apa konsekuensi yang akan didapatkannya.

Sedangkan *Cognitive Impulsiveness* (Ic) tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku prokrastinasi. Ini dikarenakan *Cognitive Impulsive* (Ic) bisa jadi merupakan salah satu proses berpikir, sehingga menjadi salah satu faktor dari *impulsiveness* (Patton, 1995). Hal tersebut menjadikan *Cognitive Impulsiveness* (Ic) sulit untuk menjadi salah satu dimensi dari *impulsiveness*.

**Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian pada sampel ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *impulsiveness* dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsinya.

**Pustaka Acuan**

Dewitte, S. & Schouwenburg, H. C. (2002). Procrastination, Temptation, and Incentive: the Struggle Between the Present and the Future in Procrastination and the Punctual. *European Journal of Personality, Eur: J. Pers 16:*469-489.

Evenden, J. L. (1999). Varieties of Impulsivity. *Psychopharmacology, 146,* 348-361.

Neuman, L. (1994). *Social Research Methods : Qualitative And Quantitative Approaches*. Massachusetts : Allyn and Bacon.

Pallant, J. (2007). *SPSS: Survival Manual*. New York: McGraw Hill.

Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor Structure of the Barratt Impulsiveness Scale. *Journal of Clinical Psychology, 6,* 768–774.

Steele, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin* Vol. 133(1), Jan. 2007, pp. 65-94.

Tuckman, B. W. (1991). The Development and Concurrent Validity of the Procrastination Scale. *Educational and Psychological Measurement, 51,* 473–480.

Whiteside, S. P. & Lynam, R. W. (2001). The Five Factor Model and Impulsivity: Using a Structural Model of Personality to Understand Impulsivity, *Personality & Individual Differences, 30,* 669-689.