

## HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERPRESTASI DENGAN PROKRASTINAS AKADEMIK PADA MAHASISWA SKRIPSI FIP UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA

**Riska Tri Agustin**

Jurusan Psikologi, FIP, Unesa. Email: riskaagustin@mhs.unesa.ac.id

**Damajanti Kusuma Dewi**

Jurusan Psikologi, FIP, Unesa. Email: damajantikusuma@unesa.ac.id

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di FIP Unesa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Populasi didapatkan dari 160 mahasiswa. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala motivasi berprestasi dan skala prokrastinasi akademik. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah korelasi *product moment*. Hasil analisis data menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,548 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ( $p > 0,05$ ) artinya terdapat hubungan antara variabel motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik dimana hubungan antar variabel adalah searah. Artinya semakin tinggi motivasi berprestasi yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik.

**Kata Kunci :** motivasi berprestasi, prokrastinasi akademik, mahasiswa skripsi

### Abstract

*This purpose of this research was to examine the relationship between achievement motivation and academic procrastination on college students working on a essay in FIP Unesa. This research used quantitative research methods. The population is obtained from 160 students. The research instrument used in this study is the scale of achievement motivation and the scale of academic procrastination. The data were analysed using product moment correlation. The results of data analysis showed a correlation coefficient of 0.548 with a significance level of 0.000 ( $p > 0.05$ ) which means that there is a relationship between the variables of achievement motivation and academic procrastination. Positive value indicates the higher the achievement motivation of students, the higher the academic procrastination.*

**Keywords :** achievement motivation, academic procrastination, and students working on a essay

### PENDAHULUAN

Mahasiswa memiliki beragam aktivitas baik aktivitas yang berhubungan dengan akademik seperti penyelesaian tugas kuliah, praktikum dan penyelesaian tugas akhir maupun tugas-tugas non akademik. Pelaksanaannya, mahasiswa dituntut untuk dapat mengelola keduanya dengan baik, sehingga dapat berjalan bersama. Mahasiswa mampu mencapai prestasi akademik yang baik, namun juga mampu mengembangkan kompetensi lain diluar akademik sebagai bekal dalam menjalani kehidupannya di masa yang akan datang.

Sering terjadi permasalahan yang menghambat keberhasilan mahasiswa dalam penyelesaian akademiknya. Fenomena yang saat ini terjadi di perguruan tinggi tidak sedikit mahasiswa yang mengalami masalah-masalah akademik, seperti pengaturan waktu belajar, memilih metode belajar untuk mempersiapkan ujian, menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan dan sebagainya. Saat seorang individu, dalam hal ini mahasiswa memiliki

kesulitan untuk melakukan sesuatu berdasarkan jadwal yang ada dan gagal menyelesaikan tugas sesuai deadline yang diberikan, maka seseorang tersebut dapat disebut sebagai orang yang melakukan prokrastinasi

Steel (dalam Sutjipto, 2012) sendiri mengartikan prokrastinasi adalah suatu tindakan menunda yang dilakukan secara sukarela terhadap suatu hal meskipun menyadari akan adanya kemungkinan yang buruk akibat dari penundaan tersebut. Menurut Ferrari (dalam Reza, 2017) prokrastinasi terbagi menjadi dua jenis yaitu prokrastinasi akademik dan non akademik. Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda yang dilakukan pada jenis tunggal formal yang berhubungan dengan akademik, seperti tugas sekolah, kuliah atau kursus. Prokrastinasi non akademik adalah perilaku menunda yang dilakukan pada jenis tugas non formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, seperti tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor dan sebagainya.

Menurut Ferrari (Ghufron & Risnawita, 2017) prokrastinasi akademik memiliki faktor-faktor yang

mempengaruhi, salah satunya adalah motivasi. Semakin tinggi motivasi yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik, begitu sebaliknya. Menurut Emmet (dalam Siaputra & Natalya, 2013), perilaku prokrastinasi muncul dikarenakan individu gagal memberikan motivasi pada dirinya untuk menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang seharusnya diselesaikan.

Beberapa penelitian sebelumnya telah melakukan penelitian di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya mengenai prokrastinasi akademik. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Purnomo (2013) dengan judul Hubungan antara *Internal Locus of Control* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2008 yang Menghadapi Skripsi di FIP UNESA menunjukkan hasil bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Penelitian kedua yang dilakukan oleh Syahriyani (2017) dengan judul Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa FIP menunjukkan hasil bahwa kedua variabel  $x$  memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian ketiga dengan judul prokrastinasi akademik (penundaan akademik) mahasiswa FIP UNESA yang dilakukan oleh Jannah dan Muis (2014) menunjukkan hasil bahwa prokrastinasi terjadi di FIP UNESA dengan berbagai faktor atau alasan. 5 alasan atau faktor tertinggi yang dipilih oleh mahasiswa adalah kemalasan, pengambilan, kurang asertif, konformitas dan kecemasan terhadap evaluasi.

Dari beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan di lokasi yang sama dengan yang akan peneliti lakukan, fenomena prokrastinasi akademik banyak terjadi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. Namun belum ada penelitian sebelumnya yang menggunakan Motivasi Berprestasi sebagai variabel bebasnya. Oleh karena itu peneliti akan melakukan penelitian prokrastinasi akademik di FIP UNESA dengan variabel bebas motivasi berprestasi.

Ada beberapa faktor yang mendasari perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa skripsi. Menurut Gufron dan Risnawita (2017) terdapat dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Internal dibagi menjadi dua yaitu kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. Motivasi berprestasi termasuk dalam faktor internal kondisi psikologis individu Menurut Millgram (Gufron & Risnawita, 2017) *trait* kepribadian individu yang turut memengaruhi munculnya perilaku penundaan. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang akan memengaruhi prokrastinasi.

Menurut Herzberg (Gufron & Risnawita, 2017) mengemukakan unsur-unsur penggerak motivasi, salah satunya adalah prestasi. Kebutuhan berprestasi adalah

keinginan manusia untuk memperjuangkan tugas dan melibatkan usaha individu dalam menghadapi lawan dan tantangan. Semakin tinggi motivasi berprestasi yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik. Begitu sebaliknya, apabila motivasi berprestasi yang dimiliki individu rendah, maka akan semakin tinggi kecenderungan individu tersebut untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Jika mahasiswa tidak menyelesaikan atau menunda-nunda mengerjakan tugas karena bosan, maka ia kekurangan motivasi. Jika mahasiswa menghadapi tantangan dalam proses mengerjakan tugasnya, tetapi dia terus berjuang dan tidak menunda-nunda, maka ia memiliki motivasi berprestasi yang besar atau tinggi.

Motivasi (*motivation*) adalah kekuatan yang menggerakkan seseorang untuk berperilaku, berpikir, dan merasa seperti yang mereka lakukan. Perilaku yang termotivasi diberi kekuatan, diarahkan dan dipertahankan (King, 2014). Mc Clelland (dalam Hannah, 2013) menyatakan bahwa motivasi berprestasi adalah kecenderungan individu berupaya untuk mengarahkan tingkah laku dalam pencapaian prestasi. Atkinson mendefinisikan motivasi berprestasi sebagai motif yang menggerakkan dan membimbing individu untuk mencapai keberhasilan dalam kegiatan yang mewakili standar keunggulan atau kegiatan yang mencakup standar keberhasilan dan kegagalan yang jelas seperti kegiatan kognitif atau sosial (Qatami, 2005, 183).

Motivasi merupakan kondisi yang mendorong keinginan seseorang untuk melakukan kegiatan tertentu untuk mencapai tujuan. Setiap perilaku manusia itu selalu ditimbulkan atau dimulai dengan adanya motivasi, sehingga tanpa motivasi, individu tidak mampu mencapai tujuan atau sasaran yang diinginkan. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif, dimana semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik akan semakin rendah.

Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti ingin melakukan sebuah penelitian mengenai “Hubungan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa skripsi di Universitas Negeri Surabaya”.

## METODE

Pada penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Berdasarkan analisis data, penelitian ini menggunakan analisis korelasional karena dilakukan untuk mengetahui hubungan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik.

Lokasi penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas

Negeri Surabaya. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa/i angkatan 2014 yang sedang mengerjakan skripsi. Populasi dalam penelitian ini melibatkan 160 mahasiswa skripsi FIP Unesa. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala Likert. Skala ini digunakan untuk mengukur dua variabel yang ada dalam penelitian.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment (Pearson Correlation)*. Korelasi *product moment* dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji asumsi dan uji hipotesis, uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normalitas distribusi. Penyebaran data hasil pengumpulan skala dapat mengetahui distribusi normal dan tidak normal. Penelitian ini menggunakan uji normalitas yaitu *test of normality Kolmogorov-Smirnov* dengan menggunakan bantuan SPSS versi 24.0 *for windows*. Uji linieritas dibutuhkan untuk penelitian korelasi. Pengujian ini digunakan bantuan program pengolahan data SPSS 24.0 *for windows*. Uji hipotesis dalam penelitian ini untuk menjawab hipotesis yang ada peneliti menggunakan korelasi *product-moment* untuk menghitung *r product moment*. Pengujian ini digunakan bantuan program pengolahan data SPSS 24.0 *for windows*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Adapun hasil dari uji normalitas dengan menggunakan uji *kolmogrov-smirnov* untuk variabel motivasi berprestasi dan prokrastinasi akademik, sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Distribusi Normal

Variabel	Nilai Signifikansi	Keterangan
Motivasi Berprestasi	0,059	Data berdistribusi normal
Prokrastinasi akademik	0,200	Data berdistribusi normal

dari variabel motivasi berprestasi sebesar 0,059 sedangkan nilai signifikansi dari variabel prokrastinasi akademik sebesar 0,200. Dapat disimpulkan bahwa kedua variabel yang terdiri dari motivasi berprestasi dan prokrastinasi akademik memiliki sebaran data normal karena nilai signifikansi variabel tersebut  $> 0,05$ .

Berdasarkan hasil data deskripsi statistik bahwa nilai untuk variabel motivasi berprestasi memiliki rata-rata sebesar 61,27 dengan nilai maksimum sebesar 71 dan

memiliki nilai minimum sebesar 50, sedangkan untuk variabel prokrastinasi akademik memiliki nilai rata-rata sebesar 65,41 dengan nilai maksimum sebesar 88 dan memiliki nilai minimum sebesar 38. Nilai standar deviasi yang dimiliki setiap variabel yaitu variabel motivasi berprestasi sebesar 4.667 dan nilai standar deviasi prokrastinasi akademik sebesar 10.970.

Tabel 2. *Descriptive Statistics*

Adapun hasil uji linieritas variabel penelitian diketahui bahwa nilai signifikansi *linearity* dari variabel Y (prokrastinasi akademik) dengan variabel X (motivasi berprestasi) sebesar

	N	Mean	Std. Deviation	Min	Max
Motivasi Berprestasi	160	61,27	4,667	50	71
Prokrastinasi akademik	160	65,41	10,970	38	88

0,000 yang berarti nilai signifikansi kurang dari 0,05. Kesimpulan dari tabel di atas yaitu hubungan antara variabel Y dan X adalah linier.

Tabel 3. Hasil Uji Linieritas

Variabel	Nilai Signifikansi	Keterangan
Prokrastinasi akademik*motivasi berprestasi	0,000	Linier

Berdasarkan hasil perhitungan analisis *pearson correlation* dengan menggunakan bantuan program computer SPSS versi 24.0 *for windows* diperoleh nilai signifikansi berikut ini:

Tabel 4. Ringkasan Hasil Uji *Pearson Correlations*

		Motivasi Berprestasi	Prokrastinasi akademik
Motivasi Berprestasi	Pearson Correlation	1	,548**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	160	160
Prokrastinasi akademik	Pearson Correlation	,548**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	160	160

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

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa besar hubungan antara motivasi berprestasi dan prokrastinasi akademik mempunyai koefisien pearson korelasi sebesar 0,548 artinya bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang cukup kuat (Wibowo, 2012) dengan demikian hipotesis diterima yang artinya terdapat hubungan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa skripsi FIP Unesa. Hasil uji korelasi tabel di atas diketahui bahwa nilai signifikansi variabel motivasi berprestasi sebesar 0,000 yang berarti nilainya di bawah 0,05 menunjukkan bahwa variabel motivasi berprestasi

memiliki hubungan positif yang signifikan dengan variabel prokrastinasi akademik.

### Pembahasan

Motivasi berprestasi merupakan kecenderungan memperjuangkan kesuksesan, mengatasi rintangan-rintangan atau berusaha melaksanakan secepat dan sebaik mungkin (Murray, 2014). Motivasi berprestasi yang rendah, kecenderungan mahasiswa untuk memperjuangkan kesuksesan, mengatasi rintangan dan melaksanakan secepat dan sebaik mungkin juga rendah. Berdampak pada proses pengerjaan skripsi mereka yang tidak kunjung selesai. Steel (dalam Sutjipto, 2012) sendiri mengartikan prokrastinasi adalah suatu tindakan menunda yang dilakukan secara sukarela terhadap suatu hal meskipun menyadari akan adanya kemungkinan yang buruk akibat dari penundaan tersebut. Teori di atas sesuai dengan asumsi selama ini bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda yang dapat memberikan dampak buruk apabila melakukannya, namun pada data yang di dapat oleh peneliti dalam penelitian ini, bertolak belakang dengan teori di atas.

Motivasi berprestasi merupakan kecenderungan memperjuangkan kesuksesan, mengatasi rintangan-rintangan atau berusaha melaksanakan secepat dan sebaik mungkin (Murray, dalam Kamus Lengkap Psikologi 2014). Motivasi berprestasi yang rendah, kecenderungan mahasiswa untuk memperjuangkan kesuksesan, mengatasi rintangan dan melaksanakan secepat dan sebaik mungkin juga rendah. Berdampak pada proses pengerjaan skripsi mereka yang tidak kunjung selesai. Steel (dalam Sutjipto, 2012) sendiri mengartikan prokrastinasi adalah suatu tindakan menunda yang dilakukan secara sukarela terhadap suatu hal meskipun menyadari akan adanya kemungkinan yang buruk akibat dari penundaan tersebut. Teori di atas sesuai dengan asumsi selama ini bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda yang dapat memberikan dampak buruk apabila melakukannya.

Hasil analisis data pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi, dengan kata lain bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademiknya. Semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh mahasiswa FIP angkatan 2014 yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa hal tersebut bertolak belakang dengan teori di atas. Penelitian ini menunjukkan hasil yang positif, hubungan satu arah yang artinya semakin tinggi prokrastinasi semakin tinggi pula motivasi berprestasi.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif. Artinya, semakin tinggi motivasi berprestasi, semakin tinggi pula prokrastinasi akademik, begitu sebaliknya. Semakin rendah motivasi berprestasi, semakin rendah prokrastinasi. Mahasiswa tetap melakukan penundaan atau prokrastinasi meskipun memiliki motivasi berprestasi yang tinggi. Ini bisa terjadi karena mahasiswa cenderung memulai pekerjaan pada menit-menit terakhir. Mereka cenderung bekerja lebih baik dan lebih cepat atau menghasilkan ide-ide yang lebih kreatif apabila berada di bawah tekanan. Ditunjukkan pada aitem nomor 13 "*saya mengerjakan skripsi dengan sistem kebut semalam*". Aitem ini menjadi aitem dengan urutan ke 13 terbanyak dari total aitem yaitu 33 dan mendapat total skor 330 dari skor tertinggi yaitu 409. Hal itu menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang memulai pekerjaan pada menit-menit terakhir karena menghasilkan ide-ide yang lebih kreatif apabila berada dibawah tekanan.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Chu & Choi (2005). Tidak sedikit orang yang mengakui bahwa mereka masih mampu menyelesaikan tugas sesuai jadwal meskipun pada menit-menit menjelang deadline. Mereka juga mengakui bahwa mereka cenderung bekerja lebih baik dan lebih cepat atau ide-ide yang kreatif muncul ketika berada di bawah tekanan waktu (Chu & Choi, 2005). Pendapat ini dapat disimpulkan terdapat asumsi bahwa ada beberapa kasus penundaan yang mengarah pada hal yang positif.

Adanya kemungkinan bahwa tidak semua perilaku prokrastinasi berdampak negatif, Chu & Choi (2005) membedakan pelaku prokrastinasi (prokrastinator) dan menyebutkan istilah lain dari prokrastinasi positif dan negatif dengan membaginya menjadi dua tipe, yaitu prokrastinator aktif dan prokrastinator pasif. Prokrastinator pasif adalah para pelaku prokrastinasi dalam pengertian yang umum. Prokrastinator pasif tidak mampu membuat keputusan dengan tergesa-gesa, mereka membutuhkan waktu untuk bertindak, sehingga membuat mereka secara tidak langsung melakukan penundaan. Sebaliknya, prokrastinator aktif mampu membuat keputusan dan menyelesaikan tugas pada waktunya namun memilih menunda-nunda dan fokus pada tugas lainnya. Salah satu aitem pada penelitian ini berbunyi "*saya mengerjakan hal lain sebelum menyelesaikan target skripsi yang harus dikonsultasikan*". Aitem ini menjadi aitem dengan urutan ke 2 terbanyak dari total aitem yaitu 33 dan mendapat skor sebanyak 398 dari skor tertinggi yaitu 409. Hal itu menunjukkan bahwa banyak mahasiswa menunda-nunda skripsi dan berfokus pada tugas-tugas lainnya.

Ferrari (1995) mengatakan bahwa prokrastinasi memiliki dua arti, positif dan negatif. Arti positif apabila penundaan yang dimaksud sebagai upaya konstruktif

untuk menghindari keputusan impulsif dan tanpa pemikiran yang matang, serta bermakna negatif apabila dilakukan berdasarkan kemalasan atau tanpa tujuan yang pasti. Hasil analisis pada penelitian ini dapat dikatakan memiliki dasar. Berdasarkan teori yang dijelaskan oleh Ferrari tersebut dan juga berdasarkan hasil dari penelitian ini, prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa skripsi angkatan 2014 di FIP mengarah kepada penundaan dalam arti positif. Mereka melakukan penundaan sebagai upaya konstruktif untuk menghindari pengambilan keputusan yang tergesa-gesa dan tanpa pemikiran yang matang, sehingga meskipun motivasi berprestasi mereka tinggi, prokrastinasi akademik mereka juga tinggi.

Mahasiswa skripsi FIP tetap melakukan prokrastinasi akademik meskipun memiliki motivasi berprestasi yang tinggi karena mereka melakukannya sebagai upaya menghindari pengambilan keputusan yang tergesa-gesa dan tanpa pemikiran yang matang. Tice dan Baumeister (1997) menambahkan sisi positif prokrastinasi. Dibandingkan dengan orang yang bukan prokrastinator, mereka yang melakukan penundaan mengalami sedikit tekanan atau stres ketika tenggang waktu pelaksanaan tugas masih lama. Berdasarkan pendapat di ini, prokrastinasi dapat dianggap sebagai sebuah strategi agar dapat mengatur emosi negatif, sehingga ia merasa lebih tenang atau nyaman. Pada prinsipnya, selama tidak ada keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kapanpun tugas itu dilaksanakan tidak berpengaruh terhadap kualitas pekerjaan (Tice & Baumeister, 1997). Dapat disimpulkan bahwa perilaku menunda-nunda mengarah pada hal yang positif terhadap efektivitas kinerja pelakunya. Salah satu aitem pada penelitian ini berbunyi "*saya akan berhenti mengerjakan skripsi ketika saya jenuh dan memilih meluangkan waktu bersama teman*". Aitem ini menjadi aitem urutan ke 5 terbanyak dari total 33 aitem dengan skor 359 dari skor tertinggi yaitu 409. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa menganggap menunda sebagai sebuah strategi agar dapat mengatur emosi negatif, sehingga ia merasa lebih tenang atau nyaman.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berprestasi. Hipotesis dalam penelitian ini diterima sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2014 FIP UNESA yang sedang mengerjakan skripsi. Hubungan antara kedua variabel tersebut menunjukkan hubungan yang positif yang artinya hubungan berjalan searah.

Semakin tinggi motivasi berprestasi semakin tinggi prokrastinasi akademik, begitu sebaliknya. Hasil analisis menunjukkan korelasi yang cukup kuat karena memiliki koefisien korelasi sebesar 0,548.

### Saran

Peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak terkait berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, sebagai berikut:

1. Penelitian selanjutnya

Hasil dari penelitian diatas diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa skripsi. Disimpulkan bahwa variabel bebas dalam penelitian ini tidak cocok apabila diterapkan kepada karakteristik subjek penelitian ini. Penelitian selanjutnya perlu mengkaji faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik baik dalam diri individu maupun faktor-faktor di luar individu. Penelitian selanjutnya perlu mempertimbangkan karakteristik subjek agar hasil dapat digeneralisasikan lebih luas.

2. Bagi Institusi

Bagi fakultas perlu mempertimbangkan faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik sehingga dapat dijadikan pertimbangan dalam mengatasi atau menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

3. Bagi subjek

- a. Pembahasan pada penelitian ini, mahasiswa diharapkan tidak melakukan perilaku menunda-nunda dalam mengerjakan skripsi. Karena meskipun perilaku prokrastinasi memiliki sisi positif, namun tetap memberikan dampak buruk bagi mahasiswa. Prokrastinator mengatakan bahwa mereka lebih suka bekerja di bawah tekanan. Peneliti menyarankan agar mahasiswa menghindari hal tersebut karena bekerja di bawah tekanan akan berdampak pada masalah kesehatan psikologis apabila dilakukan terus-menerus dan berulang-ulang.

- b. Mahasiswa diharapkan fokus kepada satu tujuan saja dan merampungkan hingga akhir kemudian mengerjakan tugas lain guna mengurangi perilaku menunda satu pekerjaan untuk mengerjakan pekerjaan lain.

- c. Mahasiswa diharapkan segera mengerjakan skripsi meskipun memiliki tenggang waktu pengumpulan masih lama sehingga terhindar dari tekanan atau stres akan tugas tersebut. Apabila motivasi internal atau yang dimaksud adalah motivasi berprestasi belum cukup baik dalam mengurangi prokrastinasi akademik pada mahasiswa, mahasiswa diharapkan mencari atau

menggunakan motivasi lain seperti motivasi eksternal guna mengurangi prokrastinasi akademik. Contoh motivasi eksternal adalah memberi reward pada diri sendiri berupa barang atau hal lain saat mampu mencapai sesuatu sesuai rencana dan tidak melakukan prokrastinasi akademik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abu-Za'rour, Manal M. K & Monim A. Al-Sa'aideh. (2016). Costructing a scale for the achievement motivation in learning science at the primary stage based on atkinson theory. *Europe Scientific Journal*, 12(14), 329-350
- Aini, A.N. & Mahardayani, I.H. (2011). Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa universitas muria kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(2), 65-71.
- Alwisol. (2008). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Andarini, R.S & Fatma,A. (2013). Hubungan antara distress dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Talenta Psikologi*,2(2), 159-180.
- Azar, F. S. (2013). Self-efficacy, achievement motivation and academic procrastination as predictor of academic achievement in pre-college students. *Proceeding of the Global Summit on Education* , 173-178.
- Azwar, S. (2008). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Chaplin, J. P. (2014). *Kamus lengkap psikologi*. (K. Kartono, Penerj.) Jakarta: Rajawali Pers.
- Chu, Angela Hsin Chun., & Jin Nam Choi. (2005). *Rethinking procrastination: positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and performance*. New York: The Journal of Social Psychology, 145(3), 245-264.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2017). *Teori-teori psikologi*. Jakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hannah. (2013). *Hubungan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas teknik elektronika dan komputer universitas kristen satya wacana*. Skripsi diterbitkan. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Jannah, M., & Muis, T. (2014). Prokrastinasi akademik (perilaku penundaan akademik) mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK UNESA* , 4(3).
- Hurlock, E. B. (1992). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kartadinata, I., & Tjundjing, S. (2008). I love you tomorrow: prokrastinasi akademik dan manajemen waktu. *Anima, Indonesian Psychological Journal* , 109-119.
- Kamus Lengkap Psikologi*. (2014). (K. Kartono, Penerj.) Jakarta: Rajawali Pers.
- King, L. A. (2014). *Psikologi umum: sebuah pandangan apresiatif*. (B. Marwensdy, Penerj.) Jakarta: Salemba.
- Latipun. (2011). *Psikologi eksperimen*. Malang : UMM Pres
- Ghufron, M. Nur & Risnawita, Rini S. (2017). *Teori-teori psikologi*. Jakarta: Ar-Ruzz Media.
- Purnomo, S. A., & Izzati, U. A. (2013). Hubungan antara internal locus of control dengan prokrastinasi akademik angkatan 2008 yang menghadapi skripsi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi* , 1(2).
- Reza, I. F. (2015). Hubungan antara motivasi akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Humanitas*, 12, 39-44.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2008). *Perilaku organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Rohmatun, & Taufik. (2014). Hubungan self efficacy dan pola asuh otoriter dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 15(1),47-54.
- Roy, M. (2016). Procrastination and achievement motivation amongst higher secondary students in nadia district. *RAY: International Journal of Multidisciplinary Studies*, 1(1), 40-58.
- Sari, W. E. (2014). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Mahasiswa ASSERTIVE*, 2 No. 1, 39-48.
- Sarwono, J. (2012). *Metode riset skripsi: pendekatan kuantitatif (menggunakan prosedur spss)*. Jakarta: PT. Elex Komputindo.
- Schunk, D. H. (2012). *Teori-teori pembelajaran: Perspektif Pendidikan*. (E. Hamdiah, & R. Fajar, Penerj.) Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Siaputra, I. B.,& Natalya, L. (2013). Nothing is impossible pengaruh kecemasan terhadap prokrastinasi akademik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(1), 1-10.
- Siregar, Mulia. (2015). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi universitas medan area. Medan: Jurnal Paedagogi, 7(13).

- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Sujianto. (2009). *Aplikasi statistik*. Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher.
- Sutjipto, R. C. (2012). Prokrastinasi dan kecemasan pada mahasiswa psikologi Universitas Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1), 1-6.
- Syahriyani, F. (2017). Hubungan antara kontrol diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(3), 1-6.
- Tice, Dianne M, & Roy F. Baumeister. (1997). *Longitudinal study of procrastination, performance, stress and health: the cost and benefits of dawdling*. USA: American Psychology Society, 8(6), 454-458.
- Wibowo, A.E. (2012) *Aplikasi praktis spss dalam penelitian*. Yogyakarta: Penerbit Gava Media.
- Winarsunu, T. (2009). *Statistika dalam penelitian psikologi & penelitian*. Malang: UMM Pres.

