

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 LATAR BELAKANG MASALAH

Fenomena globalisasi saat ini telah menuntut adanya perkembangan yang pesat pada ilmu pengetahuan dan teknologi. Perkembangan ini sejalan dengan kebutuhan akan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Sumber daya manusia yang sesuai dengan tuntutan fenomena diatas menuntut tidak hanya ahli dibidangnya namun juga memiliki latar belakang pendidikan yang dapat dijadikan salah satu indikator (Muhmin, 2018).

Pendidikan memiliki tahapan mulai dari taman kanak-kanak sampai pada perguruan tinggi. Menurut UU RI No. 12/2012 pasal 1 butir ke 2 menjelaskan bahwa jenjang Pendidikan tertinggi terutama di Indonesia adalah pada perguruan tinggi. Saat ini sudah banyak perguruan tinggi yang menawarkan berbagai bidang studi yang dapat diakses masyarakat, dan salah satunya adalah perguruan tinggi Universitas HKBP Nommensen.

Universitas HKBP Nommensen (UHN) adalah sebuah pendidikan tingkat perguruan tinggi yang berada di Medan yang juga ikut berperan dalam memperlancar tujuan pemerintah yaitu mempersiapkan generasi yang siap untuk terjun dalam mengelola sumber daya alam maupun sumber daya manusia yang ada. Hal itu terbukti dari visi dan misi Universitas HKBP Nommensen. Visi dari perguruan tinggi ini adalah menjadi universitas unggul, bermartabat dan berdaya saing global menuju Perguruan Tinggi berkelas dunia dalam melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi berlandaskan kasih Tuhan dan Ibu Pertiwi (Pro Deo Et Patria), visi tersebut ditegaskan kembali pada misi poin ke dua yaitu menyelenggarakan dan mengembangkan pendidikan tinggi berbasis teknologi informasi untuk menghasilkan sumber daya manusia yang mampu bersaing secara global (<https://uhn.ac.id/>).

Dalam proses membentuk mahasiswa menjadi SDM yang unggul, Pusat Karir setiap tahunnya memperlengkapi mahasiswa dengan pelatihan *softskill* yang dibutuhkan di dunia kerja (<https://uhn.ac.id/career/>).

Hartaji (2012) mendefinisikan sebagai individu yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar serta terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Mahasiswa memiliki peranan penting dalam memperdalam dan mengembangkan diri dalam bidang keilmuan yang ditekuninya, sehingga nantinya memiliki kemampuan untuk memikul tanggung jawab intelektualnya. Dengan demikian, mahasiswa dituntut agar bersungguh-sungguh dalam menjalani proses belajarnya di masa perkuliahan.

Sejalan dengan pendapat sebelumnya, Siswoyo (2007) mendefinisikan mahasiswa sebagai individu yang sedang menuntut ilmu pada tingkat perguruan tinggi, baik perguruan tinggi negeri maupun swasta atau lembaga lain yang memiliki tingkatan yang sama dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi.

Mahasiswa sebagai salah satu sumber daya manusia di dunia kerja harus menyesuaikan dan mengembangkan diri terhadap lingkungan yang akan dihadapinya saat lulus dari perkuliahan dengan cara membekali diri dengan pendidikan dan keterampilan (*softskill* dan *hardskill*). Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Harvard *University*, *Carnegie Foundation* dan *Stanford Research Center*, Amerika Serikat mengatakan bahwa “*softskill* bertanggung jawab sebesar 85% bagi kesuksesan karir seseorang, sementara hanya 15% disematkan kepada

hardskill” (Muhmin, 2018). Hal ini dikuatkan oleh kajian yang dilakukan Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia tahun 2009, yang menyatakan bahwa kesuksesan seseorang dalam pendidikan, 85% ditentukan oleh *softskills*.

Agar dapat menghasilkan tenaga kerja yang handal dan professional di bidangnya maka perguruan tinggi diharuskan untuk mempersiapkan para lulusannya dengan baik. Menurut Asmuni (2015) Rasio kebutuhan *softskill* dan *hardskill* di dunia kerja berbanding terbalik dengan pengembangan *softskill* di perguruan tinggi, yang membawa dan mempertahankan orang di dalam sebuah kesuksesan 80% *softskill* dan 20% *hardskill* namun di perguruan tinggi atau sistem pendidikan kita saat ini soft skills hanya diberikan rata-rata 10-20% dalam kurikulumnya. Oleh sebabnya mahasiswa sudah selayaknya mengembangkan diri dengan mengasah *softskill*.

Berdasarkan peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No.81 Tahun 2014 diketahui bahwa seorang mahasiswa yang menjalani pendidikan di perguruan tinggi diwajibkan memiliki surat keterangan pendamping ijazah (SKPI) yang isinya berupa pencapaian akademik atau kualifikasi diri lulusan pendidikan tinggi. Salah satu cara untuk memenuhi syarat sertifikat kualifikasi diri calon lulusan adalah dengan mengikuti kegiatan pengembangan diri yang dapat mengasah *softskill*. Di Universitas HKBP Nommensen SKPI sebagai salah satu syarat kelulusan sudah diterapkan sejak tahun 2017 (artikel, <https://www.medanbisnisdaily.com/news/read/2017/02/28/285896/nommensen-berikan-skpi-kepada-wisudawan/>).

Menurut Muhmin (2018) sumber daya manusia merupakan modal dan kekayaan yang terpenting dari setiap kegiatan manusia. Manusia sebagai unsur terpenting mutlak dianalisis dan dikembangkan dengan cara tersebut. Waktu, tenaga dan kemampuannya benar-benar dapat dimanfaatkan secara optimal bagi kepentingan organisasi, maupun bagi kepentingan individu.

Oleh sebab itu mahasiswa sebagai aset harus mampu mengembangkan kemampuan dan kompetensinya selama menempuh pendidikannya di perguruan tinggi.

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh Pusat Karir Universitas HKBP Nommensen, fakta yang terjadi di Universitas HKBP Nommensen adalah sebanyak 41% dari total 790 partisipan lulusan tahun 2018 dan 2019 tidak mengetahui gambaran karir mereka (Simbolon, 2019). Berdasarkan data Pusat Karir diatas dapat diketahui bahwa banyak mahasiswa yang belum mengetahui gambaran karir mereka. Karena tidak mengetahui gambaran sehingga cenderung melakukan penundaan dan tidak mempersiapkan diri dengan kompetensi dan *softskill* yang dibutuhkan di dunia kerja. Hal itu sejalan dengan pendapat Knauss (2002) bahwa seseorang tanpa perencanaan yang jelas akan cenderung melakukan penundaan.

Mahasiswa dipersiapkan menjadi sumber daya manusia yang mampu menghadapi persaingan global, sehingga sampai saat ini mahasiswa masih menjadi tumpuan dan harapan bangsa. Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dituntut untuk menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Tuntutan tersebut dapat berasal dari orangtua yang ingin segera melihat anaknya memperoleh gelar yang dapat dibanggakan, tuntutan institusi akademik, tuntutan biaya dari perguruan tinggi, teman-teman, dosen, maupun keinginan dari diri sendiri.

Selain itu, mahasiswa akan dihadapkan oleh berbagai kewajiban yang harus dipenuhi , seperti mengumpulkan tugas-tugas kuliah, memenuhi standar nilai lulus, kegiatan berkelompok, dan sebagainya. Tugas-tugas yang diemban oleh mahasiswa terdiri dari banyak jenis dan juga dengan kriteria penilaian yang berbeda. Seperti tugas harian, menjawab pertanyaan yang diajukan oleh dosen sebagai pengajar, kemudian tugas dalam bentuk *chapter review*, lalu ada juga tugas dalam bentuk persentase kelompok yang mewajibkan mahasiswa bekerja secara

berkelompok dan mempersiapkan dengan baik bahan yang akan dipresentasikan, seperti *Project* lapangan dan jenis-jenis tugas lainnya.

Banyaknya tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa menjadi tantangan tersendiri kepada mahasiswa. Mahasiswa dituntut untuk mampu melakukan adaptasi dengan berbagai situasi dan tuntutan yang baru.

Dalam menjalankan tugas sebagai mahasiswa, tak jarang mahasiswa mengalami permasalahan. Masalah yang dihadapi oleh mahasiswa tidak hanya berkaitan dengan permasalahan-permasalahan individu dengan orang lain, namun bisa juga terjadi terhadap tugasnya itu sendiri terutama perilaku menunda terhadap tugas, atau biasa disebut prokrastinasi (Trifiriani & Agung, 2017).

Menurut Eerde (2003) individu yang melakukan tindakan prokrastinasi adalah seseorang yang tidak mampu mengelola waktunya dengan baik. Mengelola waktu (*time management*) adalah salah satu *softskill* yang dibutuhkan seseorang dalam mengerjakan tugasnya, baik di dalam perkuliahan maupun dipekerjaan.

Menurut Ferrari (dalam Ghufron 2003), perilaku prokrastinasi dapat berdampak negatif seperti banyak waktu yang akan terbuang sia-sia, tugas menjadi terbengkalai, bahkan jika tugas berhasil diselesaikan hasilnya tidak maksimal, serta dapat berpengaruh terhadap hasil belajarnya/prestasi akademiknya. Berdasarkan pendapat Ferrari diatas, penulis berasumsi bahwa penundaan secara terus-menerus bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang akan datang, misalnya kehilangan peluang untuk berprestasi, kehabisan waktu untuk menyelesaikan tugas. Adanya berbagai dampak dari perilaku prokrastinasi yang telah dijelaskan diatas memungkinkan dapat mempengaruhi hasil akhir belajar atau prestasi akademik mahasiswa.

Menurut Tondok, dkk (2008) penundaan tugas membawa konsekuensi yang kurang menyenangkan bagi prokrastinator. Dan salah satu konsekuensi yang kurang menyenangkan

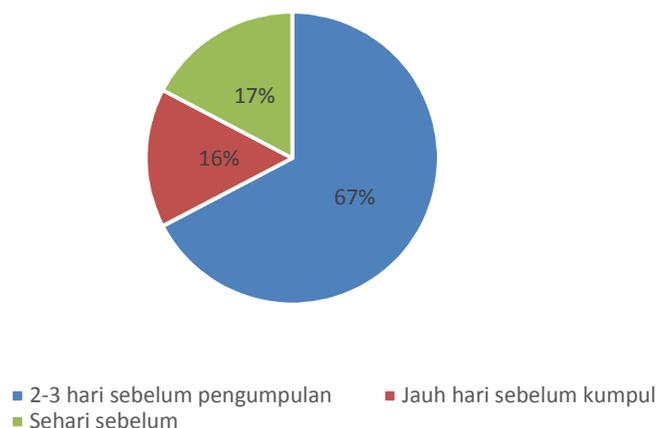
yang dialami oleh seorang prokrastinator adalah tekanan psikologis yang dapat berasal dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungan.

Penelitian yang dilakukan Saman (2017) pada 230 orang mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Makkasar mendapat hasil bahwa terdapat 10.7% mahasiswa melakukan prokrastinasi kategori sangat tinggi, 15.65% kategori tinggi, 38.26% berada pada kategori sedang, 41,30% kategori rendah dan 4.78% sangat rendah.

Mahasiswa Universitas HKBP Nommensen juga melakukan prokrastinasi, hal itu di dapat dari survey yang dilakukan oleh peneliti dan berdasarkan data survey online yang telah dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan pada Maret 2021, dengan jumlah partisipan sebanyak 52 orang didapat hasil berikut;

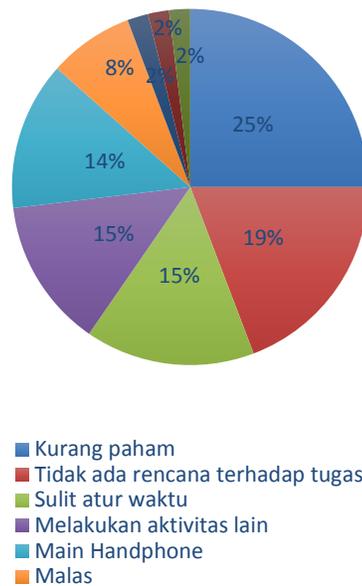
90.4 % pernah menunda untuk mengerjakan tugas dan 9.6% tidak pernah menunda tugas. Dari total partisipan yang pernah menunda tugas sebanyak 55.8% diantaranya sering menunda tugas, 38.5% jarang menunda dan 5.8% partisipan selalu menunda tugas. Waktu dan alasan menunda tugas bervariasi, berikut adalah rincian data survey;

Waktu mulai mengerjakan tugas



Gambar 1. Persentase waktu mahasiswa mulai mengerjakan tugas

Alasan menunda



Gambar 2. Alasan mahasiswa menunda tugas

Hal menarik lain dari survey yang dilakukan penulis adalah di dapat bahwa semua partisipan ingin mengasah *softskill* semasa perkuliahan, namun sebanyak 61.5% pernah menunda untuk mempelajari *softskill*. Fakta lain yang di dapat adalah sebanyak 53.8% partisipan jarang mengikuti kegiatan yang dapat melatih dan mengembangkan *softskill* mereka, 38.5% partisipan sering mengikuti kegiatan untuk mengasah *softskill* dan 7.7% selalu mengikuti kegiatan untuk mengasah skill. Dari survey ini dapat diketahui bahwa cukup banyak mahasiswa yang menunda mengerjakan tugas dan menunda untuk mengikuti kegiatan yang dapat mengembangkan *softskill* mereka.

Hasil survey tentang prokrastinasi diatas menunjukkan adanya perilaku penundaan (prokrastinasi) pada mahasiswa baik pada area akademik (menunda tugas) dan non-akademik (melatih dan mengembangkan *softskill*). Hasil survey diatas sesuai dengan pendapat yang dikemukakan Burka & Yuen (1983, dalam Rosito, 2016) bahwa prokrastinasi dapat dilakukan pada semua area atau jenis pekerjaan.

Senecal dan Koestner (1995, dalam Agung & Trifiriani 2017) mengemukakan bahwa prokrastinasi adalah saat seseorang seharusnya atau bahkan ingin melakukan suatu kegiatan namun gagal memotivasi diri dalam jangka waktu yang diinginkan atau diharapkan. Menurut Salomon dan Rhotlum (1984, dalam Tondok., dkk, 2008) bahwa prokrastinasi merupakan perilaku menunda tugas akademik secara sengaja. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah perilaku menunda yang dilakukan secara sengaja, hingga melewati batas waktu yang telah ditentukan.

Hal ini sejalan dengan dengan fenomena yang ditemukan oleh peneliti melalui wawancara dengan dua orang mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen, berikut adalah hasil wawancaranya:

“Iya kak, sering sih menunda kerjakan tugas gitu. Soalnya berpikir “ah masih ada besok *kok*” selalu mikirnya nanti aja. Jadi menghabiskan waktu dengan HP. Sehingga ujung-ujungnya jadi nugas dengan sistem kebut. Kadang juga merasa “ah tugasnya gak banyak-banyak amat *kog*, nanti aja bakal siap *kok* itu”. Kadang juga merasa tugas nya sulit kali, nanti dikerjakan rupanya salah, *yauda nunggu* kawan lain kerjakan biar bisa sama-sama” (D, 19 November 2020)

“Pernah kak, karena sering merasa bisa *kok* nanti, juga tugasnya *ga* terlalu sulit, kerjakannya sebentar *doang*, sehari sebelum dikumpul juga bisa dikerjakan. Lagian *ga* terlalu mendesak tugasnya. Jadi mau tenangkan pikiran dulu, pengen naikin mood sih, kayak nonton, santai-santai dan sama sekali *gak* mau bahas pelajaran dulu. Tapi kadang kalau gitu malah kelupaan tugasnya kak, jadinya buru-buru dan hasilnya *ga* maksimal sih” (M, 20 November 2020)

Berdasarkan hasil wawancara diatas, narasumber menyebutkan bahwa ada perilaku penundaan dengan mengerjakan aktivitas lain berupa menonton dan bersantai sehingga tidak memulai untuk pengerjaan/penyelesaian tugas. Dari penuturan narasumber juga penulis dapat mengetahui bahwa terdapat kesenjangan antara waktu antara rencana dan kinerja aktual, hal itu terlihat dari pernyataan narasumber berupa ‘tugas nya menjadi sistem kebut’ yang akhirnya membuat mereka mengerjakan tugas dengan terburu-buru. Hal tersebut sesuai dengan indikator perilaku prokrastinasi yang dikemukakan oleh Ferrari dkk., (1995), yaitu aspek penundaan

memulai dan menyelesaikan tugas, aspek kesenjangan waktu rencana kinerja nyata dalam menyelesaikan tugas dan aspek melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Mahasiswa prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya (Schouwenburg, dalam Ferrari, 1995). Selanjutnya, Schouwenburg menambahkan bahwa mahasiswa mungkin telah merencanakan untuk memulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan atau kegagalan untuk menyelesaikan tugas.

Ferrari & Tice (2000) mengungkapkan bahwa prokrastinasi atau menunda-nunda dapat dikaitkan dengan kecemasan dan ketakutan terhadap kegagalan. Dampak yang terjadi akibat prokrastinasi seringkali tidak menjadi perhatian khusus bagi sebagian mahasiswa. Kondisi tersebut ditunjukkan dari beberapa hasil penelitian yang menunjukkan tingkat prokrastinasi mahasiswa masih cenderung tinggi. Burka & Yuen (2008) memperkirakan prokrastinasi pada mahasiswa mencapai 75%, dengan 50% dari mahasiswa melaporkan bahwa mereka prokrastinasi konsisten dan menganggapnya sebagai masalah.

Burka & Yuen (2008) menyatakan bahwa prokrastinasi dapat mengganggu dalam faktor internal dan eksternal seseorang. Prokrastinasi mampu menciptakan masalah eksternal pada prokrastinator itu sendiri. Individu yang menunda mengerjakan tugas membuat individu tersebut tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik dan maksimal. Akibatnya individu mendapat teguran dari dosen. Prokrastinasi dapat menimbulkan masalah internal, hal ini ditunjukkan pada saat individu tidak mampu menyelesaikan tugas dan timbulnya perasaan bersalah dan menyesal.

Burka dan Yuen (2008) membagi alasan subyek melakukan prokrastinasi diantaranya yaitu tidak mampu mengambil keputusan yang tepat, tidak mampu bersaing, tidak memiliki kemampuan yang cukup untuk menyelesaikan tugas, tidak mampu menjaga komitmen, terlalu memikirkan tanggapan orang lain tentang dirinya, dan tidak memiliki daya juang.

Ferrari, dkk (1995) mengklasifikasikan penyebab prokrastinasi menjadi dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri seseorang yang berpengaruh pada prokrastinasi berupa, gaya pengasuhan dari orang tua dan lingkungan yang kondusif. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri seseorang yang berpengaruh pada prokrastinasi berupa, keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu seperti *fatigue* (kelelahan), serta kondisi psikologis berupa trait kepribadian individu, motivasi instrinsik yang dimiliki, rendahnya kontrol diri, religiusitas dan *hardiness* (Nasab & Aria, 2015; Trifiriani & Agung, 2017; Abror, 2019). Dalam penelitian ini, peneliti akan fokus pada faktor internal, yaitu kepribadian *Hardiness*.

Menurut Schultz & Schultz (dalam Pertiwi 2019) salah satu yang membedakan sikap individu dalam menghadapi permasalahannya adalah dengan memiliki *hardiness*. Individu dengan *hardiness* yang tinggi lebih mampu menghadapi permasalahan dalam hidupnya. Sebaliknya, individu dengan *hardiness* rendah memandang dirinya tidak mampu mengatasi permasalahannya. Dengan demikian *hardiness* dapat dijadikan kepribadian yang dapat mengurangi terjadinya kecenderungan prokrastinasi. Semakin tinggi *hardiness* yang dimiliki seseorang maka semakin sedikit kecenderungan terjadinya prokrastinasi, semakin rendah *hardiness* yang dimiliki seseorang maka akan mudah terjadinya prokrastinasi mahasiswa (Zahra, 2019).

Menurut Maddi (2016), *hardiness* biasa disebut dengan kepribadian tahan banting. *Hardiness* adalah kombinasi dari sikap yang memberi keberanian dan motivasi untuk melakukan kerja keras atau

kegiatan untuk dapat bertahan dalam suatu masalah yang menimbulkan stres. Seseorang dengan *hardiness* menampilkan kesediaan untuk terlibat dalam karya akademis yang menantang, berkomitmen untuk kegiatan akademik, dan menganggap mereka memiliki kontrol atas kinerja dan hasil.

Hardiness menurut Nirwana, Putra & Yusra (2014, dalam Pertiwi, 2019) merupakan bagian dari karakteristik kepribadian yang membuat individu lebih kuat, tahan, stabil dan optimis. Menurut Lukaningsih dan Bandiyah (2011, dalam Pertiwi, 2019) *Hardiness* dapat menjaga seseorang tetap sehat meskipun seseorang itu mengalami banyak kejadian hidup yang penuh stres.

Sebagai mahasiswa yang banyak diperhadapkan dengan tugas-tugas harian, tugas kelompok, ulangan harian dan sebagainya sangat penting memiliki *Hardiness* yang tinggi. Berikut data wawancara yang dilakukan peneliti terhadap dua orang mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan tentang *Hardiness*:

“Ya pasti merasa kesulitan sih kak, apalagi belakangan ini rasanya tugas makin banyak. Tapi menurutku yang memang harus begitu sih, Namanya juga mahasiswa ya pasti ada tugasnya. Tugas ini memang bikin kepala pusing sih, tapi ya tetap harus dikerjakan, harus kuat kak. Caranya ya harus ulangi pelajarannya lagi kalau kuliahnya sudah selesai”

(G, 20 November 2020)

“Selama kuliah ini aku merasa berat kak dengan tugas-tugas yang ada, apalagi kaya semester ini, baru pertama kali praktikum. Itu membuat aku jadi tegang, bingung, bahkan sampe stress kak. Tapi ini kan memang sudah seharusnya di jalani. Pernah aku sampai mau menyerah aja, tapi aku pikirkan ulang ini masih belum ada apa-apa di banding nanti tugas-tugas yang lebih besar lagi. Jadi aku memantapkan diri lagi, ingat awal masuk kuliah demi cita-cita, jadinya ini harus di jalani dan harus komitmen untuk tetap bertahan dan selesaikan semua tugas-tugas yang ada kak”

(R, 14 Februari 2021)

Data wawancara yang menyatakan bahwa kedua narasumber merasa berat dengan tugas-tugas hingga mengalami stress yang disebabkan oleh tugas-tugas tersebut, namun walau demikian ia berusaha mampu untuk menahan dan menanganinya, juga adanya keinginan untuk tetap mengerjakan tugas. Hal itu sejalan dengan aspek-aspek *Hardiness* yang dikemukakan oleh Kobasa, Maddi & Khan (1982), yaitu aspek *commitment* dan aspek *control*.

Masih sejalan dengan hal yang disebutkan sebelumnya, *Hardiness* menurut pendapat Kreitner & Kinicki (2005) mengemukakan bahwa *Hardiness* merupakan perilaku seseorang dalam mengubah *stressor negatif* menjadi positif atau dengan kata lain menganggap suatu stressor sebagai suatu tantangan. Hal itu juga sejalan dengan pendapat Maddi (2016) *Hardiness* merupakan keberanian dan motivasi untuk menghadapi, mengubah dan menyerang stres, bukan untuk menolak atau menganggapnya sebagai bencana.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Bilqis dan Coralia (2016) dengan judul “Studi Mengenai *Hardiness* Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2012 Dengan IPK Minimal 3 di Universitas Islam Bandung” menemukan bahwa 30% mahasiswa memiliki tingkat *Hardiness* tinggi dan 70% memiliki tingkat *Hardiness* sedang. Dalam wawancara yang dilakukan pada penelitian tersebut, mahasiswa yang menjadi partisipan mengatakan bahwa ketika mereka cukup tertekan dengan tuntutan yang ada, mereka mempersepsikan bahwa tuntutan tersebut dapat dilewati dengan baik dan maksimal, bukan dianggap sebagai ancaman yang dihindari.

Pada 4 Mei 2021, peneliti melakukan wawancara singkat terhadap 7 orang mahasiswa Universitas HKBP Nommensen yang ditemui oleh peneliti dan sedang berada dilingkungan kampus. Berdasarkan hasil wawancara, 5 orang mahasiswa tersebut mengaku bahwa mereka sering mendapatkan tugas yang cukup sulit, namun tetap berusaha untuk mengerjakannya dengan mencari referensi dari berbagai sumber. Sedangkan 2 orang lainnya mengatakan bahwa jika

mendapat tugas yang sulit maka akan cenderung memilih menunda atau menghubungi teman dan menyalin tugas dari teman sekelasnya.

Dari wawancara kepada 7 orang mahasiswa diatas, 5 diantaranya memilih mengerjakan dan menuntaskan tugasnya. Perilaku yang dimunculkan sejalan dengan pendapat Kobasa, dkk (1982) yaitu aspek komitmen. Sedangkan 2 orang lainnya cenderung untuk menunda tugas yang merupakan tuntutan akademik mereka. Hal ini sejalan dengan pendapat yang disampaikan Tondok, dkk (2008) Salah satu cara memenuhi tuntutan untuk menyelesaikan tugas adalah dengan melakukan kecurangan akademik, dengan cara melakukan penyalinan tugas.

Menurut Maddi (2016) Kepribadian *Hardiness* memberikan keberanian dan memotivasi individu untuk dapat melakukan kerja keras dengan baik dan mengubah tekanan menjadi keuntungan. Kerja keras ini melibatkan strategi untuk mengatasi masalah (bukan menghindari).

Hardiness yang tinggi diperlukan agar mahasiswa ini mampu menyelesaikan tugas akademiknya. Studi tentang *Hardiness* yang berkaitan dengan keilmuan psikologi masih sangat terbatas, maka penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini akan menjadi sumbangan berharga untuk topik yang berkaitan dengan mahasiswa.

Hasil penelitian sebelumnya dari Zahra (2019) yang berjudul “ Hubungan antara *Hardiness* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta” diperoleh hasil bahwa ada hubungan negatif antara *Hardiness* dengan proskatinasi akademik pada mahasiswa Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Hasil yang serupa ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Abdullohi, dkk (2020) di Iran dengan judul “*Academic Hardiness as a Moderator between Evaluative Concerns Perfectionism and Academic Procrastination in Students*”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa siswa yang memiliki *Hardiness* tinggi cenderung tidak menunda tugas.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pertiwi (2019) pada mahasiswa tentang “Hubungan Antara *Hardiness* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Pengurus Inti Organisasi Mahasiswa Tingkat Universitas di Universitas Ahmad Dahlan” ditemukan hasil 60% partisipan memiliki *Hardiness* yang tinggi dan 40% berada dalam tingkat sedang. Hasil lainnya di dapati bahwa sebanyak 10% mahasiswa melakukan prokrastinasi pada kategori tinggi, 88% melakukan prokrastinasi pada kategori sedang dan 2% pada kategori rendah. Hasil Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Hardiness* dengan prokrastinasi akademik, artinya ialah semakin tinggi *Hardiness* maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasi.

Sejalan dengan penelitian diatas, Trifiriani dan Agung (2017) melakukan penelitian tentang “Academic *Hardiness* dan Prokrastinasi pada Mahasiswa” terhadap 301 orang mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau dan didapat hasil terdapat hubungan negatif antara Academic *Hardiness* dengan Prokrastinasi, yang berarti bahwa semakin tinggi *Hardiness* maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasi, demikian sebaliknya.

Penelitian yang diadakan oleh Nasab dan Aria (2015) di Iran dengan judul penelitian “*The Predictive Role of Religious Beliefs and Psychological Hardiness in Academic Procrastination of High Scholl Student (Dalgan)*” menemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara prokrastinasi dengan kepribadian *Hardiness*.

Berdasarkan fenomena yang sudah dijelaskan sebelumnya mulai dari wawancara dan pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti ditemukan bahwa mahasiswa memerlukan *softkill* untuk mengatasi perilaku menunda mereka, yaitu *Hardiness*. Dari dampak-dampak prokrastinasi yang dikemukakan oleh banyak ahli, seperti keterlambatan mengerjakan tugas, prestasi akademik yang menurun dan lain sebagainya membuat peneliti tertarik untuk membuat

judul skripsi yaitu Hubungan Antara *Hardiness* Dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen. Berbeda dengan penelitian-penelitian yang disebutkan diatas, pada penelitian ini penulis tidak terfokus hanya pada akademik mahasiswa saja, dalam penelitian ini peneliti menyinggung dari sisi pengembangan *softskill* mahasiswa.

I.2 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka dapat disajikan rumusan masalah yaitu sebagai berikut : “Apakah ada hubungan antara *Hardiness* dengan Prokrastinasi pada mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen?”

I.3 TUJUAN PENELITIAN

Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *Hardiness* dengan Prokrastinasi pada mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen.

I.4 MANFAAT PENELITIAN

I.4. A Manfaat Teoritis

Di harapkan dalam penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi bagi dunia psikologi dan pembahasan ini juga di harapkan dapat memperkaya sumber pustaka psikologi dan juga di harapkan sebagai bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian selanjutnya yang masih berhubungan dengan permasalahan tersebut.

I.4. B Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan kepada mahasiswa dalam mengerjakan tanggungjawabnya sebagai mahasiswa dalam pemenuhan tugas-tugas dan berusaha untuk menumbuhkan *Hardiness* dalam dirinya.

2. Bagi Orangtua

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman bagi orangtua untuk dapat menumbuhkan *Hardiness* pada anak sejak dini, supaya hingga dewasa anak sudah memiliki *Hardiness* dalam dirinya.

3. Bagi Pihak Universitas

Agar pihak universitas lebih mengetahui mengenai hubungan antara *Hardiness* dengan Prokrastinasi pada mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen. Dengan penelitian ini juga dapat menjadi saran dan masukan kepada universitas dalam metode pemberian tugas, waktu yang diberikan dalam pengerjaan sehingga mencapai suatu sistem pemberian tugas yang efektif dengan hasil maksimal.

BAB II

LANDASAN TEORI

II. 1 *HARDINESS*

II. 1. A Pengertian *Hardiness*

Menurut Kobasa (1982) *Hardiness* merupakan suatu karakteristik kepribadian yang dimiliki individu dalam menghadapi keadaan stress. *Hardiness* merupakan ketahanan psikologis yang dapat membantu seseorang dalam mengelola stres yang dialami (dalam Hystad, Laberg, Eid & Barton, 2009; Olivia, 2014; Kreitner & Kinicky, 2005; Maddi, 2002).

Kobasa (dalam Kreitner & Kinicky, 2005) mengidentifikasi sekumpulan ciri kepribadian yang menetralkan stress yang berkaitan dengan pekerjaan. Kumpulan ciri ini dikatakan sebagai keteguhan hati (*Hardiness*), melibatkan kemampuan untuk secara sudut pandang atau secara keprilaku mengubah bentuk stressor yang negatif menjadi tantangan yang positif. Individu dengan kepribadian *Hardiness* senang bekerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, senang membuat sesuatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna dan membuat individu tersebut sangat antusias dalam menyongsong masa depan, karena perubahan-perubahan dalam kehidupan dianggap sebagai tantangan dan sangat berguna untuk perkembangan hidupnya.

Menurut Kobasa (dalam Hystad, 2009), *Hardiness* merupakan susunan karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai sumber daya pantul dalam menghalangi stres dalam kehidupan. *Hardiness* adalah salah satu dari tipe kepribadian yang secara utama tahan terhadap stress, *Hardiness* juga merupakan kombinasi dari karakteristik kepribadian yang dapat dipercaya merupakan gambaran individu yang tetap sehat walau dalam keadaan yang kurang baik sekalipun.

Sejalan dengan pendapat Kobasa sebelumnya, Florian, Mikulincer, & Yaubman (1995) memiliki konsep yang sama dengan Kobasa mengenai *hardiness* mengungkapkan bahwa Individu dengan *hardiness* juga lebih percaya diri dan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menggunakan koping aktif dan dukunga social serta kesempatan yang ada, sehingga membantunya mengatasi tekanan yang dialaminya.

Menurut Kobasa (1979, dalam Hadjam, 2003) *hardiness* merupakan tameng atau pelindung yang terletak pada individu yang memiliki kepribadian *hardiness* yang akan meningkatkan kesehatan fisik agar terjaga dari kejadian-kejadian hidup yang berat. Kobasa dkk (1982) mengemukakan bahwa prokrastinasi adalah karakteristik kepribadian yang mempunyai sumber perlawanan di saat individu menemui suatu kejadian yang menimbulkan stress dan dapat membantu untuk melindungi individu dari pengaruh negatif stres.

Hadjam (2003) menyebutkan bahwa *hardiness* mengacu pada kemampuan seseorang untuk bertahan dalam menghadapi stres yang dialaminya tanpa mengakibatkan gangguan yang berarti. Hadjam menambahkan bahwa kepribadian tangguh sangat berperan dalam menentukan tingkah laku penyesueian individu dalam menghadapi stress. Dan menurut Maddi (2016) *hardiness* adalah karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil, dan optimis agar mampu menghadapi setiap peristiwa yang terjadi.

Berdasarkan definisi-definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *hardiness* adalah ciri kepribadian yang memiliki kemampuan untuk menahan, melawan dan mengendalikan stress sehingga tidak menimbulkan gangguan yang berarti.

II. 1. B Aspek-aspek *Hardiness*

Menurut Kobasa, dkk (1982) menjelaskan bahwa *hardiness* meliputi 3 aspek yaitu :

a. *Commitment*

Commitment adalah kecendrungan individu untuk melibatkan diri dalam apapun yang dikerjakan yaitu keyakinan bahwa apa yang dikerjakan oleh individu bermakna dan punya tujuan. Individu yang memiliki *commitment* memiliki kesadaran akan tujuan yang akan dicapai, yang menuntunnya mengidentifikasi dan memberi makna pada setiap peristiwa, segala sesuatu/benda, dan orang lain yang berada di dalam lingkungannya.

b. *Control*

Control merupakan kecendrungan untuk yakin dan percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi kejadian-kejadian yang terjadi dalam hidupnya dengan pengalamannya ketika berhadapan dengan hal-hal yang tidak terduga. Orang dengan ciri ini mampu menramalkan kejadian yang akan terjadi, sehingga mengurangi stress dan gelisah. *Control* membuat individu menganggap bahwa peristiwa yang dialami sebagai akibat dari tindakan diri sendiri, bukan suatu hal yang asing, tidak diharapkan dan berat untuk dihadapi.

c. *Challenge*

Challenge merupakan kecenderungan individu untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai sesuatu yang wajar dan normal. Individu yang memiliki ciri ini memandang tantangan sebagai stimulus yang sangat berguna bagi perkembangan dan memandang hidup sebagai suatu tantangan yang menyenangkan.

Lecci (dalam Mahmudah, 2009) yang menyatakan bahwa individu dengan *hardiness* senang bekerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, senang membuat

suatu keputusan dan melaksanakannya karena memandang hidup ini sebagai suatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna sehingga individu yang memiliki ketangguhan pribadi akan berkompetisi dalam bekerja. Peran kepribadian dalam hal ini adalah mempengaruhi perilaku dan kognisi individu dalam mengerjakan suatu tugas atau pekerjaan tertentu, termasuk pula perilaku dan usaha individu ketika menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas sehingga mencapai hasil yang diinginkan. Dari beberapa penjelasan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa karakter individu yang memiliki *hardiness* memiliki komitmen terhadap aktivitas yang mereka lakukan dan memiliki tujuan, dan prioritas dalam hidup. Individu mampu melakukan kontrol terhadap peristiwa yang terjadi. Memandang perubahan sebagai tantangan ketika menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas.

II. 1. C Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Hardiness*

Faktor yang mempengaruhi *hardiness* menurut Florian, Mikulincer, & Yaubman (1995) antara lain:

- a. Kemampuan untuk membuat rencana yang realistis. Dengan kemampuan ini, individu mampu membuat rencana yang realistis sehingga ketika menemui suatu masalah maka individu akan tahu hal terbaik yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalahnya.
- b. Rasa percaya diri dan citra diri positif yang dimiliki oleh individu. Seseorang akan lebih santai dan optimis jika memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan citra diri positif, dengan demikian individu akan terhindar dari stres.
- c. Kemampuan mengembangkan keterampilan komunikasi, dan kapasitas untuk mengelola perasaan yang kuat dan menyikap impuls.

II. 1. D Fungsi *Hardiness*

Menurut Kobasa dkk (1982) dan Maddi (2002) *hardiness* dalam diri seseorang individu berfungsi sebagai:

a. Membantu dalam proses adaptasi individu

Hardiness yang tinggi akan sangat membantu dalam melakukan proses adaptasi terhadap hal-hal yang baru, sehingga meminimalisir stress yang datang.

b. Toleransi terhadap frustrasi

Hardiness yang tinggi membantu untuk membuat tingkat frustrasi lebih rendah dibandingkan mereka yang *hardiness*nya rendah. *Hardiness* juga membantu untuk memberikan pikiran positif terhadap individu.

c. Mengurangi akibat buruk dari stress

Kobasa yang banyak meneliti *hardiness* menyebutkan bahwa *hardiness* sangat efektif dan berperan ketika terjadi periode stres dalam kehidupan seseorang. Hal ini dapat terjadi karena mereka tidak terlalu menganggap stress sebagai suatu ancaman melainkan hal yang wajar dan normal.

d. Mengurangi kemungkinan terjadinya *burnout*

Burnout yaitu situasi kehilangan kontrol pribadi karena terlalu besarnya tekanan pekerjaan terhadap diri, sangat rentan di alami oleh pekerja-pekerja *emergency* yang memiliki beban kerja yang tinggi, *hardiness* sangat di butuhkan untuk mengurangi *burnout* yang sangat mungkin muncul.

e. Mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan coping yang

berhasil. Koping adalah penyesuaian secara kognitif dari perilaku menuju keadaan yang lebih baik, bertoleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terdapat dalam situasi stres. *Hardiness* membuat individu dapat melakukan koping yang cocok dengan masalah yang dihadapi. Individu dengan *hardiness* yang tinggi cenderung memandang situasi yang menyebabkan stres sebagai positif dan karena itu mereka dapat lebih dalam menentukan koping yang sesuai.

f. Meningkatkan ketahanan diri

Hardiness dapat menjaga individu untuk tetap sehat walaupun mengalami kejadian-kejadian yang penuh stres. Karena lebih tahan terhadap stres, individu juga akan lebih sehat dan tidak mudah sakit karena mempunyai cara menghadapi stres yang lebih baik dibanding individu yang *hardiness*nya rendah.

g. Membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan.

Hardiness dapat membantu individu untuk dapat melihat kesempatan lebih jernih dan realistis sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan baik dalam keadaan stres maupun tidak. Individu yang memiliki *hardiness* punya kemampuan untuk membuat keputusan di situasi tertekan sekalipun.

II.2 PROKRASTINASI

II.2. A Pengertian Prokrastinasi

Istilah prokrastinasi pertama kali digunakan oleh Brown dan Holzman (Ghufroon & Risnawita 2010). Istilah prokrastinasi menunjuk pada suatu kecenderungan menunda-nunda dalam penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda atau tidak segera memulai suatu pekerjaan maupun disebut sebagai seseorang yang melakukan prokrastinasi, tidak peduli apakah penundaan tersebut mempunyai alasan atau tidak, setiap penundaan dalam menghadapi suatu tugas disebut prokrastinasi.

Beberapa peneliti berusaha mengajukan definisi yang lebih kompleks tentang perilaku prokrastinasi ini. Steel (dalam Gunawinata, dkk., 2008) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah *“to voluntarily delay an intended course of action despite expecting to be worse-off for the delay”*, artinya prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk.

Dalam bukunya, Ferrarri mengutip banyak pendapat ahli mengenai pengertian prokrastinasi. Menurut Ferrari, dkk., (1995) menyimpulkan bahwa pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai sudut pandang yaitu 1). Prokrastinasi adalah setiap perbuatan untuk menunda mengerjakan tugas tanpa mempermasalahkan tujuan dan alasan penundaan 2). Prokrastinasi sebagai sebagai suatu pola perilaku (kebiasaan) yang mengarah kepada trait dan penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon yang menetap seseorang dalam menghadapi tugas dan biasanya disertai dengan keyakinan yang irrasional 3). Prokrastinasi sebagai suatu trait kepribadian, tidak hanya perilaku menunda tetapi melibatkan struktur mental yang saling terkait.

Menurut Eerde (2003) *procrastination can be typified as avoidance behavior and can be seen as the avoidance of the execution of an intended action*. Artinya, prokrastinasi dapat dicirikan

sebagai perilaku penghindaran dan dapat dilihat sebagai menghindari penuntasan tindakan yang diinginkan. Eerde juga menambahkan bahwa prokrastinasi adalah ketidakmampuan untuk mengontrol diri dari gangguan yang dianggap lebih menyenangkan.

Salah satu buku yang mengupas tentang prokrastinasi adalah buku hasil karangan Knauss yang berjudul "*End Procrastination Now*". Ia mendefinisikan prokrastinasi "*is an automatic problem habit of putting off an important and timely activity until another time, It's a process that has probable consequences*". Artinya, prokrastinasi adalah suatu kebiasaan dalam menunda suatu hal atau kegiatan yang penting dan berjangka waktu sampai waktu yang telah ditentukan telah habis. Perilaku ini adalah suatu proses yang memiliki konsekuensi (2010: xvi).

Lay (dalam Kartadinata & Tjundjing, 2008) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah "menunda tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu tujuan hingga beberapa waktu ke depan karena hal tersebut dirasakan berat, tidak menyenangkan, atau kurang menarik".

Solomon dan Rothblum (1984, dalam Ferrari, dkk, 1995) 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. Noran (dalam Akinsola, dkk, 2007) menyatakan bahwa prokrastinasi sebagai bentuk penghindaran dalam mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan oleh individu.

Berdasarkan uraian di atas, bisa disimpulkan bahwa prokrastinasi merupakan tindakan penundaan yang dilakukan secara sengaja terhadap tugas-tugas dengan melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan sehingga tugas menjadi terhambat, tidak selesai tepat waktu, dan sering terlambat.

II.2. B Aspek-aspek Prokrastinasi

Ferrari, dkk (1995) mengemukakan bahwa prokrastinasi dapat termanifestasikan dalam beberapa indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-cirinya. Indikator tersebut dikelompokkan menjadi empat aspek, yaitu:

a. Penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan sangat berguna bagi dirinya, namun cenderung menunda untuk memulai mengerjakannya ataupun menunda menyelesaikannya hingga tuntas jika ia sudah mulai mengerjakannya sebelumnya.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan tugas. Mahasiswa prokrastinator menghabiskan waktu yang sangat banyak untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak di butuhkan dalam penyelesaian tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Akhirnya mengakibatkan mahasiswa tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan membuat individu yang mengerjakan tugasnya cenderung tidak dapat cepat sehingga tugas selesai dengan waktu yang begitu lama.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Mahasiswa prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Mahasiswa prokrastinator cenderung sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik yang telah ditentukan oleh orang lain seperti dosen maupun rencana-rencana yang telah ia

tentukan sendiri. Seseorang biasanya merencanakan waktu untuk mengerjakan sesuatu, akan tetapi pada waktunya tiba mereka tidak melakukan tugas yang telah direncanakannya sendiri. Akibatnya, tugas menjadi terlambat dikerjakan bahkan gagal mengerjakan tugas secara memadai.

- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Mahasiswa prokrastinator cenderung menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dirasa lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (novel, *webtoon*, buku cerita dan lainnya), bermain *game*, menonton, jalan, mendengarkan musik dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas.

Jadi dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi dapat dilihat dari sikap seseorang yang menunda-nunda untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas, keterlambatan waktu dalam pengerjaan tugas, cepat tidaknya tugas terselesaikan dan lebih memilih melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas.

II.2. C Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi

Burka & Yuen (dalam Wicaksana 2014), terbentuknya tingkah laku prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor-faktor antara lain: konsep diri, tanggung jawab, keyakinan diri dan kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, kesulitan dalam mengambil keputusan, pemberontakan terhadap kontrol dari figur otoritas, kurangnya tuntutan dari tugas, standar yang terlalu tinggi mengenai kemampuan individu.

Burka & Yuen (dalam Wicaksana, 2014), menjelaskan bahwa prokrastinasi terjadi karena tugas-tugas yang menumpuk terlalu banyak dan harus segera dikerjakan.

Pelaksanaan tugas yang satu dapat menyebabkan tugas lain tertunda. Burka & Yuen (dalam Wicaksana, 2014), Kondisi lingkungan yang tingkat pengawasannya rendah atau kurang akan menyebabkan timbulnya kecenderungan prokrastinasi, dibandingkan dengan lingkungan yang penuh pengawasan. Sejalan dengan Burka dan Yuen, Dossett (dalam Gufon dan Risnawita 2010) mengemukakan bahwa kondisi yang lenient atau rendah dalam pengawasan akan mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi karena tidak adanya pengawasan akan mendorong seseorang untuk berperilaku tidak tepat waktu.

Menurut Ferrari, dkk (1995), menyebutkan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh keyakinan yang tidak rasional dan perfeksionisme. Menurut Burka dan Yuen (dalam Husetya, 2010) menuturkan terbentuknya perilaku prokrastinasi oleh faktor-faktor antara lain : kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, dan kesulitan dalam mengambil keputusan-keputusan.

Faktor – faktor lain dikemukakan oleh Ferrari, dkk (1995), faktor – faktor penyebab prokrastinasi dikategorikan sebagai berikut:

- a. Faktor internal yaitu faktor – faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi. Faktor ini dapat dikelompokkan menjadi dua macam, yaitu kondisi fisik dan psikologis individu;
- b. Faktor eksternal adalah faktor – faktor di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor eksternal terdiri dari: gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan.

Noran (dalam Akinsola, dkk., 2007) mengungkapkan beberapa penyebab terjadinya penundaan. Dia mengidentifikasi beberapa faktor penyebab terjadinya prokrastinasi, yaitu:

- a. Manajemen waktu, seseorang yang melakukan prokrastinasi menunjukkan bahwa dia tidak mampu mengelola waktu dengan bijak;
- b. Ketidakmampuan untuk berkonsentrasi. Perbedaan ini mungkin disebabkan oleh distorsi pada lingkungan, seperti kebisingan, meja belajar yang berantakan atau mengerjakan tugas di tempat tidur;
- c. Faktor ketiga untuk menunda – nunda adalah ketakutan dan kecemasan terkait dengan kegagalan;
- d. Kurang yakin terhadap kemampuan yang dimiliki merupakan alasan lain untuk menunda – nunda.

Menurut Steel (dalam Gunawinata, dkk., 2008) faktor – faktor yang mempengaruhi prokrastinasi dibagi menjadi empat faktor yaitu:

- a. Fenomena prokrastinasi, orang – orang yang melakukan prokrastinasi sebenarnya tidak bermaksud untuk menunda. Awalnya ia mempunyai niat untuk memulai menyelesaikan tugas, akan tetapi dengan berbagai macam alasan akhirnya ia pun menundanya;
- b. Karakteristik tugas, karakteristik tugas yang diberikan oleh dosen mungkin juga memiliki pengaruh terhadap perilaku prokrastinasi;
- c. Perbedaan individual, sumber utama terjadinya prokrastinasi adalah perilaku neuroticism;
- d. Demografi, lingkungan sekitar juga mempengaruhi prokrastinasi.

II.3 HASIL PENELITIAN TERDAHULU

Trifiriani dan Agung (2017) melakukan penelitian tentang “Academic *Hardiness* dan Prokrastinasi pada Mahasiswa” terhadap 301 orang mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau dan didapat hasil terdapat hubungan negatif antara *Academic Hardiness* dengan Prokrastinasi, yang berarti bahwa semakin tinggi *Hardiness* maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasi, demikian sebaliknya.

Sejalan dengan penelitian diatas, Zahra (2019) melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan antara *Hardiness* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta” diperoleh hasil bahwa ada hubungan negatif antara *Hardiness* dengan proskatinasi akademik pada mahasiswa Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Masih sejalan dengan penelitian sebelumnya, Pertiwi (2019) melakukan penelitian pada mahasiswa tentang “Hubungan Antara *Hardiness* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Pengurus Inti Organisasi Mahasiswa Tingkat Universitas di Universitas Ahmad Dahlan” ditemukan hasil 60% partisipan memiliki *Hardiness* yang tinggi dan 40% berada dalam tingkat sedang. Hasil lainnya di dapatkan bahwa sebanyak 10% mahasiswa melakukan prokrastinasi pada kategori tinggi, 88% melakukan prokrastinasi pada kategori sedang dan 2% pada kategori rendah. Hasil Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Hardiness* dengan prokrastinasi akademik, artinya ialah semakin tinggi *Hardiness* maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasi.

Penelitian yang diadakan oleh Nasab dan Aria (2015) di Iran dengan judul penelitian “*The Predictive Role of Religious Beliefs and Psychological Hardiness in Academic Procrastination of High Scholl Student (Dalgan)*” menemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara

prokrastinasi dengan kepribadian *Hardiness*.. Penelitian yang dilakukan oleh Vinothkumar, dkk (2016) dengan judul “*Moderating Roles of Hardiness and Self-Efficacy in the Relationship between Flow and Academic Procrastination on Academic Performance: A Structural Equation Model Approach*” didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara *hardiness* dengan prokratinasi. Penelitian yang dilakukan oleh Abdullohi, dkk (2020) di Iran dengan judul “*Academic Hardiness as a Moderator between Evaluative Concerns Perfectionism and Academic Procrastination in Students*”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa siswa yang memiliki *Hardiness* tinggi cenderung tidak menunda tugas.

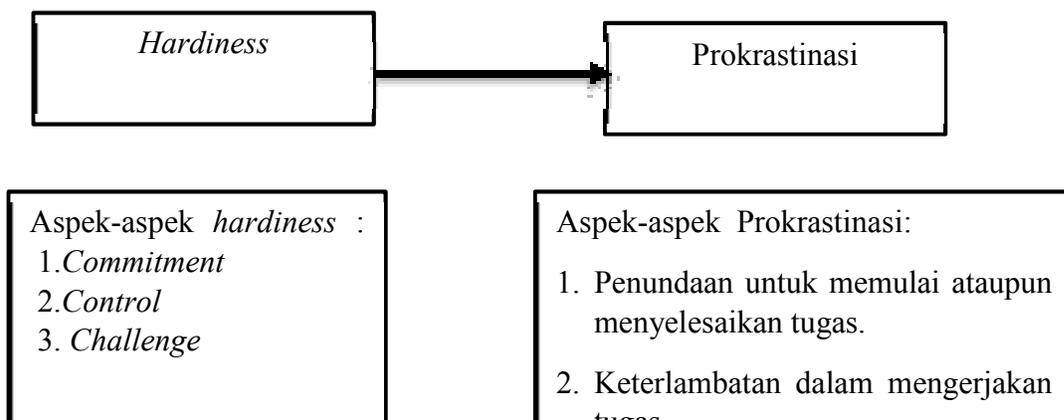
II.4 KERANGKA KONSEPTUAL

Ferrari, dkk (1995) menjelaskan bahwa terdapat empat aspek prokrastinasi, antara lain: (1) Penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas, (2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas, (3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, (4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Ferrari, dkk (1995) mengklasifikasikan penyebab prokrastinasi menjadi dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri seseorang yang berpengaruh pada prokrastinasi berupa, gaya pengasuhan dari orang tua dan lingkungan yang kondusif. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri seseorang yang berpengaruh pada prokrastinasi berupa, keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu seperti fatigue (kelelahan), serta kondisi psikologis berupa trait kepribadian individu, motivasi instrinsik yang dimiliki, rendahnya kontrol diri, religiusitas dan *hardiness* (Nasab & Aria, 2015; Trifiriani & Agung, 2017; Abror, 2019). Dalam penelitian ini, peneliti akan fokus pada faktor internal, yaitu kepribadian *Hardiness*.

Kobasa (dalam Kreitner & Kinicky, 2005) mengidentifikasi sekumpulan ciri kepribadian yang menetralkan stress yang berkaitan dengan pekerjaan. Kumpulan ciri ini dikatakan sebagai keteguhan hati (*Hardiness*), melibatkan kemampuan untuk secara sudut pandang atau secara keprilaku mengubah bentuk stressor yang negatif menjadi tantangan yang positif. Individu dengan kepribadian *Hardiness* senang bekerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, senang membuat sesuatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna dan membuat individu tersebut sangat antusias dalam menyongsong masa depan, karena perubahan-perubahan dalam kehidupan dianggap sebagai tantangan dan sangat berguna untuk perkembangan hidupnya.

Kobasa, dkk (1982) menjelaskan bahwa *Hardiness* meliputi 3 aspek yaitu : (1) *Commitment*, yaitu kecenderungan individu melibatkan diri kedalam apapun yang dilakukan., (2) *Control*, yaitu kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat mengontrol perilakunya, dan (3) *Challenge*, yaitu kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai sesuatu yang wajar dan dapat mengantisipasi perubahan serta memandangnya sebagai sebuah tantangan.





II.6 HIPOTESIS

Adapun hipotesis dari penelitian ini ialah :

Ha : Ada hubungan antara *Hardiness* dengan prokrastinasi pada mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen

Ho : Tidak ada hubungan antara *Hardiness* dengan prokrastinasi pada mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen

BAB III

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif Korelasional yang digunakan untuk menganalisa hubungan antara dua variabel. Penelitian kuantitatif menurut Margono (2000) adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin kita ketahui. Pembahasan pada bagian metode penelitian ini akan diuraikan mengenai identifikasi variabel penelitian, defenisi operasional, subjek yang meliputi populasi, metode pengumpulan data, validitas, reliabilitas dan dan analisis data.

III.1. IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2010). Variabel juga dapat didefenisikan sebagai konsep mengenai atribut atau sifat yang terdapat pada subjek penelitian yang dapat bervariasi secara kuantitatif atau secara kualitatif (Azwar, 2011).

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel 1 : *Hardiness*
2. Variabel 2 : Prokrastinasi

III.2. DEFENISI OPERASIONAL VARIABEL PENELITIAN

III.2.1 *Hardiness*

Hardiness adalah suatu karakteristik kepribadian maupun kecenderungan mahasiswa untuk melibatkan diri terhadap tugas atau kegiatan yang akademik serta semua kegiatan yang menunjang perkuliahannya dan kemudian meyakini bahwa tugas-tugas, praktikum dan kegiatan lainnya memiliki makna dan memiliki tujuan selama perkuliahan, kemampuan mahasiswa untuk melakukan kontrol terhadap dirinya sendiri, menganggap bahwa setiap tugas ataupun semua kegiatan akademik yang dialami adalah sesuatu yang wajar.

Mahasiswa yang memiliki *hardiness* mampu mengantisipasi kemungkinan-kemungkinan yang terjadi selama perkuliahan dan menganggap semua tugas ataupun kegiatan akademik sebagai tantangan yang menyenangkan dan berguna untuk pengembangan diri.

Dalam penelitian ini *hardiness* akan diukur dengan aspek-aspek *hardiness* menurut Kobasa, dkk (1982), yaitu terdiri dari aspek *commitment, control dan challenge*.

III.2.2 Prokrastinasi

Prokrastinasi adalah perilaku yang dimunculkan mahasiswa berupa menunda untuk memulai mengerjakan tugasnya ataupun menunda melakukan kegiatan lain yang menunjang akademiknya, penundaan untuk menuntaskan/ menyelesaikan tugas yang sudah dimulai sebelumnya sehingga menyebabkan keterlambatan dalam penyelesaiannya tugas, adanya ketidaksesuaian waktu yang direncanakan untuk mengerjakan tugas, menuntaskan tugas ataupun mempelajari *softskill* yang sesuai dengan tuntutan dunia kuliah dan kerja. Kecenderungan untuk memilih melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan

daripada mengerjakan tugas, sehingga waktu yang seharusnya untuk mengerjakan tugas/belajar tersita oleh kegiatan lain seperti bermain *handphone*, sosial media, jalan-jalan, bermain game, dan lain sebagainya.

Dalam penelitian ini prokrastinasi akan diukur dengan aspek-aspek prokrastinasi menurut Ferrari, Joseph R., Johnson, J. & McCown, W. (1995) yaitu terdiri dari aspek penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

III.3 SUBJEK PENELITIAN

Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif di Universitas HKBP Nommensen Medan.

III.4. POPULASI DAN SAMPEL

III.4.1 Populasi

Bungin (2005), mengatakan bahwa populasi merupakan keseluruhan dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup, dan sebagainya. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau sampel yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. (Sugiyono, 2017). Dari populasi ini maka diambil contoh atau sampel yang diharapkan dapat mewakili populasi.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas HKBP Nommensen Medan, data yang digunakan adalah jumlah mahasiswa aktif pada semester ganjil di tahun 2020. Adapun jumlah populasi penelitian sebanyak 9466 orang, yang merupakan mahasiswa program sarjana, dengan rincian jumlah sebagai berikut:

Tabel 3 | Rincian Jumlah Populasi

No	Fakultas	Jumlah Mahasiswa
1.	Ekonomi	2330 orang
2.	Fisipol	565 orang
3.	Hukum	1534 orang
4.	Pertanian	739 orang
5.	FKIP	1767 orang
6.	Psikologi	410 orang
7.	Kedokteran	469 orang
8.	Peternakan	191 orang
9.	Teknik	1040 orang
10.	Bahasa dan Seni	421 orang

III.4.2

dari
yang

Sampel

Sampel adalah bagian jumlah dan karakteristik dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2017).

Teknik pengambilan sampel ini merupakan jenis *non-probability sampling* yaitu, *accidental sampling*, teknik pengambilan sampel ini mengambil sampel yang kebetulan di temui saat pengambilan data penelitian. Dalam menentukan sampel pada penelitian ini,

jumlahnya harus representatif agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan. Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini di tentukan berdasarkan rumus Slovin (Savilla dkk, 2007), berikut adalah rumus slovin yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n : Jumlah sampel

N: Jumlah populasi

e : *Margin of eror*

Berdasarkan data yang telah di peroleh maka sampel penelitian adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{9466}{1 + 9466(0,05)^2}$$

$$n = \frac{9466}{1+9466 (0,0025)}$$

$$n = \frac{9466}{1+23.66}$$

$$n = \frac{9466}{24.66}$$

$$n = 383.8605$$

Berdasarkan hasil pengumpulan data diatas dapat diketahui jumlah sampel sebesar 383.8605. Maka jumlah responden dibulatkan menjadi 384 orang. Oleh karena itu,

responden yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah 384 mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan.

III.5. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Teknik pengumpulan data utama adalah dengan menggunakan skala psikologi sebagai alat ukur untuk mengungkapkan aspek-aspek psikologis. Skala psikologi adalah suatu prosedur pengambilan data yang mengungkapkan konstruk atau konsep psikologi yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar, 2008). Skala yang dilakukan dalam penelitian ini adalah skala Likert, yaitu skala yang berisi pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statement*), (Arikunto, 2002).

Untuk menguji skala psikologi ini, peneliti melakukan uji coba kepada mahasiswa Universitas Methodist Indonesia. Jumlah subjek uji coba sebanyak 62 orang yang terdiri dari berbagai fakultas di Universitas Methodist Indonesia. Alasan peneliti melakukan uji coba kepada subjek try out adalah karena latar belakang kampus yang sama-sama berdasarkan nilai-nilai kristiani, juga kedua kampus baik tempat melakukan uji coba maupun kampus tempat penelitian merupakan kampus swasta yang cenderung homogen dan sama-sama swasta.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan maka di dapat hasil Alpha Cronbach pada variabel Prokrastinasi sebesar dan Hardiness sebesar 0.922.

Tabel 3 2Distribusi Jawaban

Pilihan Jawaban	Bentuk Pernyataan	
	Favorable	Unfavorable

Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Netral	3	3
Tidak Setuju	2	5
Sangat Tidak Setuju	1	5

III.5.1 Skala Hardiness

Pengukuran *Hardiness* menggunakan skala model Likert yang disusun berdasarkan aspek *Hardiness* menurut Kobasa, dkk (1982). Skala Likert dalam pengukuran kemandirian belajar memiliki 5 kategori pemilihan jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*, yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel 3 Rancangan Blueprint Hardiness

Aspek	Favorabel	Unfavorabel
<i>Commitment</i>	1,2,3,17,18	4,5,6,19,20
<i>Control</i>	7,8,9,21,22	10,11,12,23,24
<i>Challenge</i>	13,14,25,26	15,16,27,28

III.4.2 Skala Prokrastinasi

Pengukuran prokrastinasi menggunakan skala model Likert yang disusun berdasarkan aspek prokrastinasi menurut Ferrari, dkk., (1995). Skala Likert dalam pengukuran kemandirian belajar memiliki 4 kategori pemilihan jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*, yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Distribusi skor jawaban responden pada skala *Hardiness* dan skala prokrastinasi dapat diuraikan sebagai berikut :

Tabel 3 4 Rancangan Blueprint Prokrastinasi

Aspek	Favorabel	Unfavorabel
Penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas	1,2,17,18,19	3,4,20,21,22
Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	5,6,23,24	7,8,25
Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	9,10,26	11,12,27,28
Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	13,14,29	15,16,30

III.6. PELAKSANAAN PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan mulai dari tanggal 9 September 2021 dan berakhir pada 29 September 2021. Dalam penyebaran skala psikologi peneliti menggunakan media *google form*. Adapun cara yang digunakan untuk mengumpulkan respon dari subjek penelitian adalah dengan cara menghubungi subjek secara langsung melalui WhatsApp secara personal, maupun menyebarkannya *link google form* ke dalam grup, dan juga melalui media Instagram, cara lain yang digunakan adalah dengan menjumpai subjek secara langsung di lokasi penelitian dan meminta untuk mengisi link penelitian, yaitu di Universitas HKBP Nommensen. Peneliti menyebarkan skala kepada 384 subjek, sesuai dengan perhitungan jumlah sampel yang telah ditentukan peneliti sebelumnya. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif di Universitas HKBP Nommensen Medan.

III.7. Teknik Analisa Data

Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis dalam rangka penarikan kesimpulan untuk mencapai tujuan penelitian. Data penelitian ini diolah dan dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan *statistic inferensial*. Analisis deskriptif dilakukan dengan mendeskripsikan data yang telah terkumpul tanpa membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum sedangkan analisis inferensial dilakukan dengan menguji hipotesis penelitian dengan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yakni uji normalitas dan uji linearitas dan dilanjutkan dengan uji hipotesis data.

III.5.1 Uji Asumsi

Uji Asumsi merupakan salah satu syarat dalam melakukan uji statistik parametrik. Uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ialah :

- a. Uji Normalitas yaitu untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi berdasarkan prinsip kurva normal. Sejalan dengan itu Sujarweni (2014) mengungkapkan bahwa uji normalitas ini mengetahui distribusi data dalam variable yana akan digunakan dalam penelitian. Uji normalitas untuk data kedua variabel diperoleh dari nilai Kolmogorov-Smirnov Z (K-S Z), apabila nilainya lebih besar dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa distribusi data normal. Untuk melakukan uji ini, peneliti juga menggunakan program *IBM SPSS Stastistic 25*.
- b. Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah data *Hardiness* memiliki hubungan yang linear dengan data prokrastinasi. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan *Test for linearity* dengan bantuan *IBM SPSS Stastistic 25*.. Kedua variabel dikatakan berhubungan linear jika $p > 0,05$.

III.5.2 Uji Hipotesa

Uji hipotesa adalah uji yang digunakan menguji kebenaran suatu pernyataan secara statistik dan menarik kesimpulan apakah menerima atau menolak pernyataan tersebut, penelitian ini menggunakan *Pearson Product Moment*. Korelasi pearson merupakan indeks atau angka yang digunakan untuk mengukur keeratan hubungan antara 2 variabel. Menurut Sujarweni (2014) Uji Korelasi Pearson bertujuan untuk menguji hubungan antara dua variabel yang berdata rasio ataupun data kuantitatif yaitu data yang berisi angka sesungguhnya. Hasil uji normalitas dan uji linearitas signifikan Jika Sig $> 0,05$ maka H_0 diterima dan Jika Sig $< 0,05$ maka H_0 ditolak.

