

Hubungan Antara *Adversity Quotient* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Jurusan Psikologi UNP

Lara Dessya Arahnur, Rinaldi
Universitas Negeri Padang
e-mail: laradessya.ar@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi. Subjek penelitian ini adalah sebanyak 72 orang subjek yang di ambil dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *product moment correlation coefficient* oleh Pearson dengan menggunakan bantuan program *Statistic Packages for Social Science (SPSS) versi 16.0 for windows*. Pada hasil penelitian diperoleh $r = -0,525$ dan $p = 0.000$ ($p < 0.01$) hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di jurusan psikologi UNP.

Kata Kunci: *Adversity quotient*, prokrastinasi akademik, mahasiswa skripsi.

Abstract

The purpose of this study is to see if there is a relationship between *adversity quotient* according to academic procrastination in student. The subjects of this study were 72 subjects who were taken by *purposive sampling* technique. The data analysis using *product moment correlation coefficient* by Pearson with help of *statistic packages for social science 16.0 for windows*. The result of this research found $r = -0,525$ dan $p = 0.000$ ($p < 0.01$) that there is a relationship between *adversity quotient* has a negative relationship to academic procrastination in student department psychology UNP.

Keyword: *Adversity quotient*, *academic procrastination*, *student*.

PENDAHULUAN

Saat ini masih banyak ditemukan mahasiswa yang menyelesaikan studi lebih dari empat tahun. Mahasiswa diberikan jangka waktu sampai 14 semester atau 7 tahun untuk menyelesaikan studinya, jika tidak mahasiswa tersebut akan di *drop out* (Universitas Negeri Padang, 2015). Salah satu syarat yang harus dilakukan mahasiswa untuk menyelesaikan studi di perguruan tinggi yaitu harus menyusun dan menyelesaikan tugas akhir yaitu skripsi (*Buku Panduan Penyusunan Skripsi Mahasiswa Universitas Negeri Padang*). Marliani (2010) menjelaskan bahwa penelitian dalam bidang ilmu psikologi tergolong lebih sulit jika dibandingkan dengan penelitian dalam bidang fisik sehingga hal ini yang dapat menyebabkan mahasiswa jurusan psikologi berpotensi menyelesaikan skripsi lebih dari empat tahun.

Berdasarkan data yang didapatkan dari Bagian Akademik Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang terdapat 11 dari angkatan 2012, 14 dari angkatan 2013, 34 dari angkatan 2014, dan 160 dari angkatan 2015 yang belum menyelesaikan studinya dikarenakan belum menyelesaikan tugas skripsi. Peneliti melakukan wawancara awal yang terhadap 15 orang mahasiswa jurusan psikologi yang sedang mengerjakan skripsi, didapatkan 12 orang mengatakan memiliki target selama pengerjaan skripsi, namun hanya 4 orang yang mampu mencapai target tersebut. Selebihnya mengatakan bahwa mengalami berbagai macam kesulitan yang akhirnya menyebabkan tidak mampu mencapai target dan keterlambatan dalam menyelesaikan skripsi. Kesulitan yang dialami mahasiswa dalam mengerjakan skripsi

yaitu kesulitan dalam mencari fenomena dan judul, judul yang diajukan tidak diterima, kendala menemui dosen yang berada di kampus pusat (di Padang) dan di kampus cabang, terbatasnya sumber buku yang ada di perpustakaan kampus cabang.

Utami, Hardjono & Karyanta (2014) mengatakan pengerjaan skripsi sering kali dianggap beban oleh sebagian mahasiswa, sehingga menimbulkan respon yang berbeda-beda. Apabila mahasiswa memberikan respon negatif terhadap pengerjaan skripsi, maka akan berakibat buruk terhadap dirinya. Andarani dan Fatma (2013) mengatakan bahwa perasaan negatif yang dirasakan dalam pengerjaan skripsi akan menimbulkan kekhawatiran, stress, rendah diri dan kehilangan motivasi sehingga mahasiswa akan melakukan penundaan atau bahkan tidak mengerjakan skripsinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Tatan (2011) didapatkan hasil bahwa terdapat 3 faktor dominan yang menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi terhadap penyelesaian skripsi, yaitu 83,8% mahasiswa memiliki keterbatasan dalam pemahaman tentang pengerjaan skripsi, 82,6% mahasiswa memiliki keterbatasan dalam pemahaman tentang metode penelitian, dan yang terakhir 76,3% mahasiswa memiliki keterbatasan tentang mata kuliah seminar pra skripsi. Fauziah (2015) menjelaskan perilaku menunda pekerjaan dalam psikologi dikenal dengan istilah prokrastinasi. Sedangkan penundaan yang dilakukan terhadap tugas formal atau tugas akademik dikenal dengan sebutan prokrastinasi akademik.

Menurut Ferarri, Johnson, & McCown (1995) istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin, yaitu *procrastinare*. *Pro* yang berarti maju, ke depan, lebih menyukai, dan *crastinus* yang berarti besok atau menjadi hari esok. Berdasarkan asal katanya prokrastinasi dapat diartikan lebih suka melakukan pekerjaan besok. Orang yang melakukan prokrastinasi disebut sebagai *procrastinator*.

Ferarri, Johnson, & McCown (1995) menjelaskan bahwa dalam prokrastinasi akademik memiliki empat aspek, yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Ferarri, Johnson, & McCown (1995) juga memaparkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu, faktor internal yang terdiri dari kondisi fisik individu dan kondisi psikologis individu. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari kondisi lingkungan serta gaya pengasuhan orang tua.

Ellis dan Knaus (dalam Ferrari, Johnson & McCown 1995) dalam penelitiannya menemukan bahwa lebih dari 70% dari mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Solomon dan Rothblum (1984) merincikan hasil penelitiannya yaitu 46% dari subyek hampir selalu melakukan penundaan pada tugas menulis makalah, 27,6% menunda belajar untuk ujian, dan 30,1% menunda membaca tugas mingguan. Pada tingkat yang lebih rendah subyek menunda-nunda tugas administrasi 10,6%, tugas kehadiran 23,0%, dan kegiatan sekolah secara umum 10,2%.

Stoltz (2000) menyatakan bahwa hambatan yang dihadapi pada dasarnya dapat diatasi apabila seseorang memiliki keyakinan bahwa masalah yang muncul dapat diselesaikan. Stoltz (2000) menjelaskan pengertian dari *Adversity quotient* adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam menghadapi kesulitan dan mampu bertahan untuk mengatasi kesulitan tersebut. Stoltz (2000) mengatakan sukses atau tidaknya seseorang dalam menghadapi kesulitan dapat ditentukan dari seberapa besar *adversity quotient* yang dimilikinya.

Stoltz (2000) membedakan 3 golongan individu dalam menghadapi kesulitan. Golongan pertama adalah *climbers*, yaitu individu yang mampu menyelesaikan tantangan dan menyelesaikan tanggung jawabnya dengan baik, dan berjuang mendapatkan yang terbaik dalam hidupnya tanpa peduli sebesar apapun kesulitan atau tantangan yang akan dihadapi. Golongan kedua adalah individu yang cepat merasa puas atau disebut dengan *campers*. Individu yang tergolong pada kategori ini merasa cukup puas dengan mencapai tahapan tertentu atas apa yang diraih dan tidak berusaha untuk mengembangkannya dengan maksimal. Golongan ketiga ialah individu yang mudah menyerah atau yang memiliki *adversity quotient* yang rendah disebut sebagai *quitters*. Mahasiswa yang tidak menyelesaikan tugas skripsi dengan tepat waktu dapat digambarkan sebagai *quitters*. Hal ini dikarenakan

mahasiswa tidak dapat menghadapi permasalahan yang muncul pada saat proses penyelesaian skripsi. Ketidakmampuan merespon kesulitan dalam pengerjaan skripsi akan berujung pada penundaan waktu penyelesaian tugas akhir dan semakin lamanya penyelesaian masa studi sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Penelitian yang dilakukan oleh Apriliani, Wasidi, & Sholihah (2018) menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik yaitu semakin tinggi *adversity quotient* yang dimiliki siswa maka semakin rendah prokrastinasinya. Penelitian ini juga menjelaskan *adversity quotient* merupakan faktor yang diperlukan siswa dalam memahami dan menghadapi permasalahan selama pembelajaran sehingga terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik.

Berdasarkan uraian fenomena yang dijelaskan diatas, maka peneliti ingin mengetahui bagaimana hubungan *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang digolongkan dalam penelitian korelasional. Azwar (2012) menjelaskan bahwa penelitian korelasional digunakan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel dengan variabel lain berdasarkan koefisien korelasi. Dengan demikian, data yang diperoleh akan jelas tentang hubungan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Azwar (2012) mendefinisikan populasi sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian dan harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik bersama yang membedakan dari kelompok subjek yang lain. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa di Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang.

Azwar (2012) mendefinisikan sampel adalah sebagian dari populasi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Arikunto (2014) menjelaskan *purposive sampling* adalah cara pengambilan sampel berdasarkan tujuan tertentu tetapi ada syarat-syarat yang harus dipenuhi. Kriteria yang dapat dijadikan sampel dalam penelitian ini: Mahasiswa/l yang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester (> 9 semester) di Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk skala *likert*. Dalam penelitian ini menggunakan skala prokrastinasi dan skala *adversity quotient*. Untuk menguji normalitas sebaran data dalam penelitian ini akan menggunakan metode statistik parametrik tes, yaitu *One Sample Kolmogorov Smirnov* yang dianalisis dengan menggunakan program SPSS 16.0 for Windows. Hasil uji normalitas sebaran variabel prokrastinasi akademik diperoleh nilai $K-SZ = 0,734$ dengan $p = 0,654$ ($p > 0.05$). Sedangkan pada variabel *adversity quotient* diperoleh nilai $K-SZ = 0,513$ dengan $p = 0,955$ ($p > 0.05$). Hasil uji normalitas dari kedua variabel dalam penelitian ini menunjukkan normal.

Model statistik yang akan digunakan untuk melihat linieritas pada variabel adalah *F-linearity*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linearitas adalah jika $p < 0,05$ sebaran dikatakan linear, atau jika $p > 0,05$ maka sebaran dianggap tidak linear. Nilai linearitas pada prokrastinasi akademik dan *adversity quotient* adalah sebesar $F = 21.639$ yang memiliki $p < 0.05$ ($p = .000$), dengan demikian berarti asumsi linier dalam penelitian ini telah terpenuhi.

Uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*. Winarsunu (2009) mengatakan teknik analisis data untuk mencari hubungan antara dua variabel disebut teknik korelasi. Dalam penelitian ini untuk melihat bagaimana hubungan antara variabel *adversity quotient* dengan variabel prokrastinasi akademik akan menggunakan teknik analisis data korelasi *Product Moment Correlation Coefisien* oleh Pearson dan dibantu dengan menggunakan program *Statistic Packages for Social Science* (SPSS) versi 16.0 for windows. Berdasarkan hasil analisis korelasi didapatkan nilai korelasi sebesar -0.525 dengan signifikansi $P = 0.000$ ($P < 0.01$) yang menandakan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan *mean* empirik pada variabel prokrastinasi akademik adalah sebesar 82.40 sementara *mean* hipotetik variabel prokrastinasi akademik adalah sebesar 82,5. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum skor *mean* empirik subjek penelitian lebih kecil daripada *mean* hipotetik penelitian. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik pada subjek penelitian lebih rendah daripada tingkat prokrastinasi akademik pada populasi umumnya. Sedangkan mean empirik pada variabel *adversity quotient* adalah sebesar 73.26 dan untuk mean hipotetik variable *adversity quotient* adalah sebesar 70. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum skor *mean* empirik subjek penelitian lebih besar daripada *mean* hipotetik penelitian. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa *adversity quotient* pada subjek penelitian lebih tinggi daripada tingkat *adversity quotient* pada populasi umumnya.

Berdasarkan nilai peraspek dari prokrastinasi akademik dapat diketahui bahwa pada aspek pertama yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas memiliki nilai mean empirik lebih tinggi daripada mean hipotetiknya yaitu $22.82 > 22.5$. Aspek kedua, keterlambatan dalam mengerjakan tugas memiliki mean empirik lebih tinggi daripada mean hipotetiknya yaitu $19.75 > 17.5$. Hal ini menunjukkan pada bahwa aspek pertama dan kedua subjek penelitian memiliki skor yang lebih tinggi daripada populasi pada umumnya. Sedangkan untuk aspek ketiga, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual memiliki mean empirik lebih rendah daripada mean hipotetik yaitu $17.35 < 20$. Pada aspek keempat, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan juga memiliki mean empiriknya lebih rendah daripada mean hipotetiknya yaitu $22.49 < 22.5$. Hal ini berarti bahwa pada aspek ketiga dan keempat dalam subjek pada penelitian ini memiliki skor yang lebih rendah daripada populasi pada umumnya.

Tabel 1. Pengelompokan subjek berdasarkan kategori aspek prokrastinasi akademik

Aspek	Skor	Kategori	F	(%)
Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	$29,25 \leq X$	Sangat Tinggi	5	6,94%
	$24,75 \leq X < 29,25$	Tinggi	23	31,94%
	$20,25 \leq X < 24,75$	Sedang	20	27,78%
	$15,75 \leq X < 20,25$	Rendah	21	29,17%
	$X < 15,75$	Sangat Rendah	3	4,17%
Total			72	100%
Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	$26 \leq X$	Sangat Tinggi	4	5,57%
	$22 \leq X < 26$	Tinggi	21	29,17%
	$18 \leq X < 22$	Sedang	28	38,89%
	$14 \leq X < 18$	Rendah	16	22,22%
	$X < 14$	Sangat Rendah	3	4,17%
Total			72	100%
Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	$22,75 \leq X$	Sangat Tinggi	7	9,72%
	$19,25 \leq X < 22,75$	Tinggi	18	25%
	$15,75 \leq X < 19,25$	Sedang	25	34,72%
	$12,25 \leq X < 15,75$	Rendah	13	18,06%
	$X < 12,25$	Sangat Rendah	9	12,5%
Total			72	100%
Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	$29,25 \leq X$	Sangat Tinggi	1	1,39%
	$24,75 \leq X < 29,25$	Tinggi	21	29,17%
	$20,25 \leq X < 24,75$	Sedang	29	40,28%
	$15,75 \leq X < 20,25$	Rendah	16	22,22%
	$X < 15,75$	Sangat Rendah	5	6,94%
Total			72	100%

Berdasarkan dari tabel diatas dapat dilihat bahwa aspek kedua, ketiga, dan keempat berada pada kategori sedang, dengan penjabaran yaitu aspek keterlambatan dalam

mengerjakan tugas terdapat 28 subjek dengan presentase (38.89%), aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual sebanyak 25 subjek dengan presentase (34.72%), dan aspek melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan 29 subjek dengan presentase (40.28%).

Sedangkan untuk aspek pertama berada pada kategori tinggi dengan subjek sebanyak 23 orang dengan presentase sebesar (31.94%).

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang dari semua aspek nya cenderung berada pada kateori sedang.

Tabel 2. Pengelompokan subjek berdasarkan kategori aspek *adversity quotient*

Aspek	Skor	Kategori	F	(%)
<i>Control</i>	$13 \leq X$	Sangat Tinggi	16	22,22%
	$11,5 \leq X < 13$	Tinggi	15	20,83%
	$8,5 \leq X < 11,5$	Sedang	33	45,83%
	$7 \leq X < 8,5$	Rendah	8	11,12%
	$X < 7$	Sangat Rendah	-	%
	Total		72	100%
<i>Origin and Ownership</i>	$26 \leq X$	Sangat Tinggi	2	2,77%
	$22 \leq X < 26$	Tinggi	21	29,17%
	$16 \leq X < 22$	Sedang	45	62,5%
	$14 \leq X < 16$	Rendah	3	4,17%
	$X < 14$	Sangat Rendah	1	1,39%
	Total		72	100%
<i>Reach</i>	$39 \leq X$	Sangat Tinggi	8	11,11%
	$33 \leq X < 39$	Tinggi	29	40,28%
	$27 \leq X < 33$	Sedang	31	43,05%
	$21 \leq X < 27$	Rendah	4	5,56%
	$X < 21$	Sangat Rendah	-	-
	Total		72	100%
<i>Endurance</i>	$13 \leq X$	Sangat Tinggi	5	6,94%
	$11,5 \leq X < 13$	Tinggi	8	11,11%
	$8,5 \leq X < 11,5$	Sedang	39	54,17%
	$7 \leq X < 8,5$	Rendah	16	22,22%
	$X < 7$	Sangat Rendah	4	5,56%
	Total		72	100%

Berdasarkan dari tabel diatas dapat dilihat bahwa dari keseluruhan aspek mayoritas berada pada kategori sedang, dengan penjabaran yaitu pada aspek *control* terdapat 33 subjek dengan presentase (45.38%), aspek *origin and ownership* sebanyak 45 subjek dengan presentase (62.5%), subjek *reach* sebanyak 31 subjek (43.05%), dan aspek *endurance* sebanyak 39 subjek dengan presentase (54.17%). Hal ini menunjukkan bahwa berdasarkan aspek-aspek *adversity quotient* keseluruhan subjek cenderung berada pada kateori sedang.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang dengan memakai teknik *purposive sampling*. Berdasarkan hasil analisis korelasi tentang hubungan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik menunjukan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang. Dimana korelasi hubungan antara kedua variabel berada pada kategori mendekati sempurna, maka hipotesis

alternatif pada penelitian ini yang berbunyi terdapat hubungan *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang dapat diterima.

Penelitian ini membuktikan bahwa mayoritas subjek penelitian yaitu mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang mengalami *adversity quotient* berada pada kategori sedang, yang berarti daya juang yang dimiliki mahasiswa untuk menyelesaikan skripsinya terhitung cukup baik. Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa masih ingin berusaha dan berjuang untuk menyelesaikan skripsi meskipun tidak selalu selesai tepat waktu. Hal ini juga menunjukkan bahwa tingkat *adversity quotient* mahasiswa dapat menentukan bagaimana mahasiswa tersebut mengatasi permasalahan yang dihadapi dalam proses penyelesaian skripsi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zuraida (2018), yang juga menemukan adanya korelasi negatif antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik. Korelasi ini berarti bahwa semakin tinggi *adversity quotient*, maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi tersebut. Sebaliknya, jika semakin rendah *adversity quotient*, maka akan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa sangat mempengaruhi perilaku prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsinya. Jika mahasiswa tersebut memiliki *adversity quotient* yang rendah maka mahasiswa cenderung melakukan prokrastinasi terhadap pengerjaan skripsinya.

Adversity quotient memiliki peranan penentu pada perilaku prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang. *Adversity quotient* berada pada kategori sedang sejalan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang berada pada kategori sedang. Hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang cukup mampu menghadapi kesulitan dan hambatan yang ditemukan dalam proses menyelesaikan skripsi karena mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan negeri padang memiliki daya juang yang berada pada kategori sedang. Meskipun terkadang mahasiswa melakukan prokrastinasi, tetapi mahasiswa masih tetap menyelesaikan tugas akhir atau skripsinya.

Banyaknya permasalahan yang dialami mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsi menimbulkan berbagai respon dari mahasiswa. Untuk bisa keluar dari permasalahan yang dialami, mahasiswa membutuhkan daya juang yang tinggi. Harani (2019) dalam penelitiannya mengatakan bahwa *adversity quotient* memiliki peranan penting untuk mengatasi kesulitan dan tantangan dalam proses penyelesaian skripsi. Menurut Stoltz (2000) untuk mencapai suatu kesuksesan maka individu harus memiliki daya juang yang tinggi. Karena dengan memiliki daya juang yang tinggi maka mahasiswa akan lebih rajin, tekun, ulet, dan gigih dalam menyelesaikan skripsinya sehingga mahasiswa akan terhindar dari perilaku prokrastinasi.

Dari hasil nilai koefisien determinasi yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *adversity quotient* memberikan sumbangan efektif sebesar 27,6% terhadap prokrastinasi akademik. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat konsistensi variabel prokrastinasi akademik sebesar 27,6% dapat diprediksi oleh variabel *adversity quotient*, sedangkan untuk sisanya sebesar 72,4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini. Ferarri, Johnson & McCown (1995) mengatakan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi prokrastinasi, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

Analisis pengkategorian subjek pada *adversity quotient* dalam penelitian ini terbagi atas 4 aspek, aspek *control*, *origin dan ownership*, *reach*, dan yang terakhir *endurance*. Apabila dilihat dari aspek *control* dalam *adversity quotient*, individu tidak dapat mengatasi kesulitan ini dikarenakan ketidakmampuan mahasiswa dalam mengendalikan diri dan perasaannya terhadap kesulitan dan hambatan yang muncul dalam penyelesaian skripsi. Dalam penelitian ini, diperoleh skor pada aspek *control* yaitu mayoritas skor subjek berada pada kategori sedang. Hal ini menggambarkan subjek dalam penelitian ini memiliki kontrol diri yang cukup baik, sehingga masih bisa mengatasi kesulitan dan hambatan dalam proses

pengerjaan skripsi. Dalam penelitiannya Ursia, Siaputra & Sutanto (2013) mengatakan bahwa mahasiswa membutuhkan *self-control* atau control diri yang baik agar berhenti melakukan penundaan.

Jika dikaitkan dengan aspek origin apabila mahasiswa memiliki rasa bersalah yang berlebihan, dapat mengakibatkan timbulnya perasaan terpuruk dan memandang negatif terhadap dirinya, yang akan memberikan dampak yang buruk seperti tugas yang tidak terselesaikan dengan baik. Seperti yang dijelaskan Rahmatia & Halim (2015) prokrastinasi akan berakibat negatif pada pelakunya. Biasanya mahasiswa yang melakukan penundaan akan mendapatkan nilai yang rendah, dan menarik diri dari lingkungan akademiknya. Dalam penelitian Solomon dan Rothblum (1984) juga ditemukan individu yang memiliki tingkat prokrastinasi tinggi menganggap prokrastinasi sebagai masalah dan melaporkan bahwa prokrastinasi akademik memberikan efek depresi, harga diri rendah, dan kognisi irasional terhadap dirinya. Hal inilah yang akan berdampak buruk sehingga mahasiswa tidak mau mengerjakan skripsi dan tidak lulus tepat waktu.

Pada aspek ketiga *reach*, mayoritas skor subjek juga berada dikategori sedang. Hal ini menggambarkan bahwa subjek cukup menyadari akibat dari permasalahan yang dihadapi dalam proses penyelesaian skripsi walaupun subjek melakukan penundaan. Pada aspek keempat yaitu *endurance*, menggambarkan bahwa walaupun subjek melakukan hal-hal yang menyenangkan, tetapi subjek masih tetap mencoba mengerjakan dan menyelesaikan skripsinya.

Analisis pengkategorian subjek pada variabel prokrastinasi akademik pada penelitian ini, yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Pada aspek pertama yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas adalah aspek yang paling tinggi dimiliki oleh mahasiswa skripsi di jurusan psikologi UNP. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung melakukan penundaan untuk memulai menyelesaikan tugas. Mahasiswa sulit untuk memulai mengerjakan tugas skripsi. Pada aspek kedua keterlambatan dalam mengerjakan tugas, mayoritas skor subjek berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa subjek terkadang membutuhkan waktu yang lama untuk mengerjakan tugas.

Pada aspek ketiga yaitu kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, mayoritas skor subjek berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan diwaktu-waktu tertentu rencana yang telah dibuat untuk menyelesaikan skripsi tidak terpenuhi dengan semestinya. Hal ini yang mengakibatkan tugas tidak selesai tepat waktu. Untuk aspek terakhir yaitu melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, mayoritas skor subjek berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa ada kalanya subjek melakukan penundaan terhadap tugas dengan cara melakukan hal-hal yang lebih menyenangkan atau dengan mengerjakan tugas sambil melakukan hal yang disukai.

Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi UNP cenderung memiliki tingkat *adversity quotient* yang sedang sejalan dengan tingkat prokrastinasi yang sedang. Dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki kemampuan untuk menghadapi masalah cukup baik. Subjek tidak menjadikan kesulitan yang dilalui sebagai hambatan dan alasan untuk tidak mengerjakan skripsinya bisa terhindar dari perilaku menunda.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hipotesis mengenai hubungan *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester di jurusan psikologi universitas negeri padang maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut: Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat *adversity quotient* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan universitas negeгри padang cenderung berada pada kategori sedang. Berdasaarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang cenderung berada pada kategori sedang. Terdapat hubungan yang

signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang. *Adversity quotient* berkorelasi negatif terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di jurusan psikologi universitas negeri padang. Koefisien korelasi yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa tersebut. Sebaliknya, jika semakin rendah *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini, peneliti memiliki beberapa saran yang akan menjadi bahan pertimbangan bagi beberapa pihak yang terkait. Beberapa saran yang dikemukakan oleh peneliti berdasarkan gambaran hasil penelitian ini, yaitu: Bagi peneliti selanjutnya, yang ingin melakukan penelitian dengan topik yang sama mengenai hubungan *adversity quotient* dengan prokrastinasi agar lebih memperkaya referensi dan sumber agar dapat mengkaji lebih dalam tentang topik yang berkaitan. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan teknik pengumpulan data dan analisis data yang berbeda agar dapat memperkaya pengetahuan tentang topik ini. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan variabel lain yang berkaitan dengan *adversity quotient* dan prokrastinasi akademik agar memperkaya hasil penelitian dan mendapatkan pengetahuan yang lebih beragam. Bagi mahasiswa/i akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di jurusan psikologi UNP agar bisa lebih menyadari betapa pentingnya memiliki daya juang yang tinggi untuk mampu menghadapi berbagai permasalahan yang ditemukan dalam proses pengerjaan skripsi. Mahasiswa/i juga disarankan untuk dapat meningkatkan *adversity quotient* yang dimiliki, seperti dengan cara membuat catatan target progres harian dalam mengerjakan skripsi, dan membuat review jurnal minimal satu jurnal perhari yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan. Hal ini bertujuan untuk terhindarnya dari perilaku prokrastinasi yang ditimbulkan dari daya juang yang rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliani, U., Wasidi., & Sholihah, A. (2018). Hubungan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik siswa kelas x sma negeri 5 kota bengkulu. *Consilia*, 1(3), 12-23. ISSN: 2620-5343
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung. *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132. ISSN: 2502-2903
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance*. New York: Plenum Press.
- Harani, S. & Ningsih, Y. T. (2019). Kontribusi *Adversity Quotient* Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Bidikmisi Tingkat Akhir FT UNP. *Jurnal Riset Psikologi*, 2019(1), 1-12. Doi: <http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v.2019i1.6952>
- Marliani, R. (2010). Pengukuran dalam penelitian psikologi. *Psymphatic*. 3(1), 107-120. doi: 10.15575/psy.v3i1.2180
- Solomon, L.J., & Rothblum, E.D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503- 509. doi: 10.1037/0022-0167.31.4.503
- Stoltz, P.G. (2000). *Adversity quotient: Mengubah hambatan menjadi peluang*. Terjemahan Hermaya. Jakarta: PT Grasindo.
- Tatan, Z. M. (2011). Analisis prokrastinasi tugas akhir/skripsi. *Jurnal Formatif*, 2(1), 82-89. ISSN: 2088-351X
- Universitas Negeri Padang. (2017). *Panduan penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan*. Padang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi akademik dan *self control* pada mahasiswa skripsi fakultas psikologi universitas surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora*, 17(1), 1-18. doi: 10.7454/mssh.v17i1.1798
- Utami, I. B., Hardjono., & Karyanta, N. A. (2014). Hubungan antara optimisme dengan *adversity quotient* pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran UNS yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 2(5), 154-167. ISSN: 2442-8051
- Winarsunu, T. (2009). *Statistik dalam Penelitian Psikologi Pendidikan*. Malang: UMM Press.