

# Development of Academic Procrastination Scale in University Students in Samarinda City

Jihan Nabila<sup>1\*</sup>, Mustika Larasati<sup>2</sup>, Indah Sulistyawati<sup>3</sup>, Yesi Nurliyana<sup>4</sup>, Hadriyani<sup>5</sup>, Syiva Nazhira Kirana<sup>6</sup>, Sandi Tri Abdullah<sup>7</sup>, and Dewi Kamaratih<sup>8</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8</sup> Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

Corresponding Author: Email: [2111102433076@umkt.ac.id](mailto:2111102433076@umkt.ac.id).

## Abstract

This study aims to develop an academic procrastination scale instrument that can be used to detect the occurrence of academic procrastination in students in Samarinda City. Academic procrastination is the behavior of delaying academic activities. The sampling technique used in this study was simple random sampling with data collection using a Likert scale distributed using Google form with a total of 270 student respondents collected. Based on the results of the aspect test consisting of delays in starting and completing tasks, motivation to complete work, poor time management, and cognitive or personal initiative from several aspects, the score is 0.87 and the Cronbach alpha reliability test results get a score of 0.911. So, this academic procrastination scale in students can be concluded to be valid and reliable. The scale instrument can be utilized by students or various parties who collect data, especially regarding academic procrastination. Keywords: academic procrastination, academic assignment, students

**Keywords:** academic procrastination, academic assignment, students

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan instrumen skala prokrastinasi akademik yang dapat digunakan untuk mendeteksi terjadinya prokrastinasi akademik pada mahasiswa di kota Samarinda. Prokrastinasi akademik merupakan perilaku penundaan kegiatan-kegiatan akademik. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling* dengan pengumpulan data menggunakan skala *likert* yang disebarakan menggunakan *google form* dengan total sebanyak 270 responden mahasiswa yang terkumpul. Berdasarkan hasil uji aspek yang terdiri dari penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, motivasi untuk menyelesaikan pekerjaan, manajemen waktu yang buruk, dan kognitif atau insiatif pribadi dari beberapa aspek tersebut mendapatkan skor sebanyak 0,87 dan hasil uji reliabilitas alpha cronbach mendapatkan skor sebanyak 0.911. Maka, skala prokrastinasi akademik pada mahasiswa ini dapat disimpulkan valid dan reliabel. Dari instrumen skala tersebut dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa atau berbagai pihak yang melakukan pengumpulan data terutama mengenai prokrastinasi akademik.

**Kata Kunci:** prokrastinasi akademik, tugas akademik, mahasiswa

## 1. Pendahuluan

Prokrastinasi merupakan perilaku menunda suatu kegiatan atau pekerjaan hingga waktu berikutnya, serta menggantinya dengan kegiatan lain walaupun tingkat kepentingannya lebih rendah. Waktu penundaan dapat berlangsung singkat, namun juga dapat berlarut larut hingga hitungan hari. Kegiatan pengganti yang dilakukan oleh orang yang melakukan prokrastinasi biasanya merupakan kegiatan-kegiatan yang lebih menyenangkan. Individu yang melakukan prokrastinasi selalu saja memiliki berbagai alasan pembenaran untuk kegiatannya.

Pada tingkat Perguruan Tinggi prokrastinasi akademik ini sangat merugikan karena dapat mengganggu bahkan menurunkan prestasi akademik mahasiswa. Bentuk-bentuk prokrastinasi akademik dapat berupa mengabaikan tugas yang diberikan dosen, meremehkan atau menganggap tugas tersebut terlalu mudah untuk dikerjakan, menggunakan waktu yang lama menjelajah internet yang tidak ada kaitan dengan tugas akademik atau kuliah, dan mengganti aktivitas tugas utama dengan aktivitas atau lain yang sebenarnya kurang begitu penting. Mahasiswa sebagai bagian dari institusi pendidikan dituntut untuk mampu mengembangkan berbagai potensi diri secara optimal, mereka selalu dihadapkan pada tugas-tugas, baik yang bersifat akademik maupun non akademik. (Rosario, et al., 2009) mengemukakan bahwa ketidakmampuan mengelola dan memanfaatkan waktu merupakan salah satu ciri dari prokrastinasi akademik. Beberapa ahli memaknai penunda-nundaan secara negatif dan penuh pesimisme dengan menganggapnya sebagai suatu gangguan yang menetap dan tidak dapat dihilangkan, melainkan hanya diturunkan sampai batas "normal." Di sisi lain, beberapa ahli memiliki optimisme lebih tinggi dengan menganggap penunda-nundaan sebagai suatu penyimpangan yang dapat diatasi dengan mudah melalui perubahan perilaku, pemikiran (kognitif), dan motivasi (Prawitasari, 2012)

Sebagian orang memandang menunda tugas sebagai suatu perilaku negatif. Orang yang menunda tugas dianggap tidak peduli dengan kualitas tugas dan memiliki kemampuan kognitif yang lebih rendah dibanding kelompoknya. Pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Ferrari & Tice, 2000) prokrastinasi atau menunda-nunda dapat dikaitkan dengan kecemasan dan ketakutan terhadap kegagalan. Menunda-nunda dianggap sebagai hambatan mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademis karena dapat menurunkan kualitas dan kuantitas pembelajaran, menambah tingkat stress, dan berdampak negatif dalam kehidupan mahasiswa.

Dampak yang terjadi akibat prokrastinasi akademik seringkali tidak menjadi perhatian khusus bagi sebagian mahasiswa. Kondisi tersebut ditunjukkan dari beberapa hasil penelitian yang menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa masih cenderung tinggi. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Dharma, 2020) rata-rata kategori indikator prokrastinasi akademik pada mahasiswa masuk ke dalam kategori tinggi yang memiliki rata-rata persentase 46.68% atau rata-rata frekuensi 14 mahasiswa. Penundaan yang tidak disertai dengan peran adaptif mahasiswa dapat menyebabkan mahasiswa kurang berprestasi (Schraw, Wadkins, & Olafson, 2007).

Berdasarkan berbagai permasalahan yang telah dipaparkan, apabila prokrastinasi ini tidak segera diatasi, dikhawatirkan para mahasiswa akan berdampak pada masa depan mahasiswa dan citra perguruan tinggi tempat mereka belajar. Adapun tujuan utama dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih jauh mengenai skala Prokrastinasi Akademik yang telah dibuat.

## 2. Tinjauan Pustaka

### 2.1 Konsep dan Konstruk Prokrastinasi Akademik

Penelitian ini berdasarkan dari 3 teori ahli, yaitu menurut Ferrari, Johnson, & McCown. (1995), prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, seperti tugas kuliah, tugas sekolah, atau tugas kursus. Ia menambahkan bahwa dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang dan sia-sia. Menurut (Sokolowska, 2009) menyebutkan bahwa salah satu bentuk penghindaran yang dilakukan dengan penundaan pengerjaan tugas. Menurut (McCloskey, 2011) prokrastinasi akademik adalah hal yang mengacu pada kecenderungan seseorang untuk menunda kegiatan atau perilaku yang berhubungan dengan lingkungan akademik.

Adapun aspek-aspek yang dikembangkan dari beberapa pendapat ahli diatas, yaitu aspek penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, aspek motivasi untuk menyelesaikan pekerjaan, aspek manajemen waktu yang buruk, dan aspek kognitif atau inisiatif pribadi.

Adapun alat ukur yang dikembangkan pada penelitian ini berfokus pada mahasiswa di Kota Samarinda yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi di Kota Samarinda yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 19-23 tahun.

### 2.2 Pengembangan Alat Ukur Prokrastinasi Akademik Mahasiswa

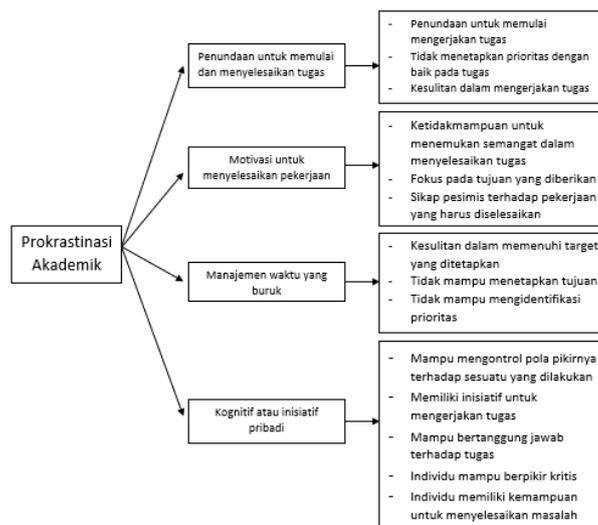
Penelitian mengenai prokrastinasi akademik sudah banyak dilakukan di kanca pendidikan. Adapun mahasiswa yang menerapkan prokrastinasi akademik dapat mempengaruhi prestasi dan proses belajar pada mahasiswa tersebut. Penyusunan alat ukur prokrastinasi akademik mahasiswa berlandaskan pada teori yang telah dipaparkan diatas dengan menggunakan aspek prokrastinasi akademik mahasiswa, yaitu aspek penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, aspek motivasi untuk menyelesaikan pekerjaan, aspek manajemen waktu yang buruk, dan aspek kognitif atau inisiatif pribadi yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa dalam proses belajar. Kebutuhan tersebut digambarkan dengan aitem-aitem pernyataan yang menggambarkan indikator-indikator dari aspek prokrastinasi akademik. Kemudian, aitem tersebut dinilai oleh para ahli, yaitu *expert judgement* dan diuji validitas serta uji reliabilitas.

## 3. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian pengembangan alat ukur psikologi menggunakan teknik simple random sampling sehingga responden merupakan mahasiswa yang ada di Kota Samarinda angkatan 2021-2023 dari beberapa perguruan tinggi di Samarinda. Adapun keseluruhan dari sample yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 270 responden mahasiswa.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini bertujuan untuk mengumpulkan data. Data akan diperoleh melalui media goggle form yang berisi pernyataan-pernyataan yang akan diisi oleh responden, yaitu mahasiswa di Kota Samarinda.

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pemvalidasian terhadap instrumen psikologi. Terdapat dua tahapan yang akan dilakukan, yaitu 1. validitas terhadap isi instrumen dengan menggunakan telaah dari expert judgement dalam bidang psikologi dan pendidikan dengan menggunakan Content Validity Item (CVI) dari Aiken, 2. Dengan menggunakan uji aitemen yang bertujuan untuk mengetahui kesukaran aitem, daya beda soal, reliabilitas tes, dan kesalahan pengukuran.



**Figure 1. Kerangka Prokrastinasi Akademik**

Selanjutnya, tahapan ini memiliki beberapa prosedur, yaitu 1. pengembangan kontrak *blue-print* sehingga menemukan definisi normatif dan membuat definisi operasional, membuat aitem-aitem, dan disusun menjadi *blue-print*. 2. Penilaian *expert judgment*, pada tahap ini kisi-kisi yang sudah dibuat dalam bentuk kartu akan dinilai oleh praktisi dalam bidang psikologi dan pendidikan. 3. Uji validitas dan reliabilitas, pada tahap ini uji validitas yang dilakukan menggunakan *Content Validity Item (CVI)* dan uji reliabilitas menggunakan aiteman.

#### 4. Hasil dan Diksi

Penelitian mengenai prokrastinasi akademik dimulai dengan mencari beberapa pengertian para ahli dan aspek-aspeknya lalu aspek-aspek tersebut sebagai referensi untuk membuat aspek-aspek yang baru. Selanjutnya, diturunkan menjadi beberapa indikator yang dapat di gambarkan sebagai berikut: Dalam *blue-print* dibawah terdapat nomor aitem *favorabel* dan *unfavorabel* yang sebelumnya telah diberikan kepada beberapa *expert judgement* untuk mendapatkan penilaian sebelum aspek dan indikator tersebut dibuat beberapa pertanyaan untuk diberikan kepada responden. Adapun *blue-print* setelah dilakukan pemvalidasian oleh *expert judgement* sebagai berikut:

PSISULA : Prosiding Berkala Psikologi

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa terhadap untuk memulai mengerjakan tugas tidak tepat waktu</li> <li>• Tidak menetapkan tugas sebagai prioritas utama yang dilakukan secara baik</li> <li>• Mahasiswa mengalami kesulitan yang berlebih dalam mengerjakan suatu tugas yang diberikan.</li> </ul>	1,2,3		3
		4,5,6		3
		7,8,9,10		4
Motivasi untuk menyelesaikan pekerjaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ketidaknyamanan hal yang berlebih membuat mahasiswa dalam menentukan semangat untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan.</li> <li>• Fokus dalam hal tugas yang diberikan oleh mahasiswa</li> <li>• Sikap pesimis yang membuat pekerjaan yang harusnya diselesaikan terhadap mahasiswa</li> </ul>	11,12	13	3
		14,15	16,17	4
		18,19	20	3
Manajemen waktu yang buruk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kesulitan terhadap mahasiswa membuat tidak terpenuhi target yang diberikan dan ditetapkan sesuai dengan waktu</li> <li>• Tidak mampu memberikan target dan tujuan yang diberikan oleh mahasiswa</li> <li>• Tidak mampu mengidentifikasi manajemen waktu</li> </ul>	21,23	22,24	4
		25,27	26	3
		28,29		2
Kognitif atau inisiatif pribadi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Individu mampu memberikan kontrol terhadap pola pikiran untuk sesuatu yang diberikan</li> <li>• Memiliki antisipasi inisiatif untuk mengerjakan suatu tugas yang diberikan</li> <li>• Mampu bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan</li> <li>• Individu diharapkan mampu memberikan pola berpikir secara kritis terhadap sesuatu tugas yang diberikan</li> <li>• Individu diharapkan mampu memecahkan masalah untuk menyelesaikan secara baik dan benar</li> </ul>	31,33	30,32	4
		35	34	2
		37,38,39,41	36,40	6
			42,43	2
		44,45	46	3
	Total	31	15	46

Figure 2. Blue-Print Setelah Validasi Expert Judgement

<b>Butir Aitem</b>	
1. Saya sering menunda memulai mengerjakan tugas. (F)	
( ) Sesuai ( ) Kurang Sesuai ( ) Tidak Sesuai ( ) Kurang Tidak Sesuai	
Silahkan berikan tanda (√) pada kotak dengan nilai 1-4, sejauh mana butir aitem sesuai dengan aspek dan indikator berperilaku yang telah ditampilkan.	<b>Aspek Keperilakuan:</b> Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas.
1      2      3      4 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>Indikator Kepribadian:</b> Penundaan untuk memulai mengerjakan tugas.
<b>Beri tanda centang (√) pada kotak di bawah.</b>	
Jika butir aitem <b>Sesuai</b> dengan indikator (dinilai 3-4), maka silahkan beri tanggapan " <b>Tidak</b> ".	
Jika butir aitem <b>Tidak Sesuai</b> dengan indikator (dinilai 1-2), maka silahkan beri tanggapan " <b>Ya</b> ".	
Ya <input type="checkbox"/> Tidak <input type="checkbox"/>	
Jika Anda menjawab " <b>Ya</b> " maka berilah saran perbaikan:	

Figure 3. Kartu Butir Aitem

Pada penelitian ini, untuk menentukan butir aitem yang sesuai dengan aspek dan indikator terkait maka peneliti menggunakan kartu butir aitem yang kemudian diberikan kepada beberapa rater untuk mendapatkan penilaian sejauh mana butir aitem tersebut sesuai dengan aspek dan indikator. Adapun kartu butir aitem sebagai berikut:

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda suatu kegiatan atau pekerjaan hingga waktu berikutnya, serta menggantinya dengan kegiatan lain walaupun tingkat kepentingannya lebih rendah. Waktu penundaan dapat berlangsung singkat, namun juga dapat berlarut-larut hingga hitungan hari. Kegiatan pengganti yang dilakukan oleh orang yang melakukan prokrastinasi biasanya merupakan kegiatan-kegiatan yang lebih menyenangkan. Individu yang melakukan prokrastinasi selalu saja memiliki alasan pembenaran untuk kegiatannya. Adapun bentuk-bentuk prokrastinasi akademik dapat berupa mengabaikan tugas yang diberikan dosen, meremehkan atau menganggap tugas tersebut terlalu mudah untuk dikerjakan, menggunakan waktu yang lama menjelajah internet yang tidak ada kaitan dengan tugas akademik atau kuliah, mengganti aktivitas tugas utama dengan aktivitas atau kegiatan lain yang sebenarnya kurang begitu penting, dan sebagainya.

Gambaran tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa di Kota Samarinda diperoleh dari hasil respon atau jawaban subjek penelitian terhadap skala yang diberikan menunjukkan hasil bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa di Kota Samarinda dengan rata-rata skor berada pada kategori sedang dengan presentasi masing-masing tingkatan sebagai berikut: 196 responden (73%) berada pada kategori sedang, 33 responden (12%) berada pada kategori rendah, 24 responden (9%) berada pada kategori tinggi, 11 responden (4%) berada pada kategori sangat tinggi, dan 6 responden (2%)

berada pada kategori sangat rendah. Dari hasil temuan peneliti, mahasiswa di kota Samarinda masih memiliki kepedulian terhadap tanggung jawab sebagai mahasiswa. Hal ini dibuktikan dengan presentasi kecenderungan untuk menunda-nunda tugas masih tergolong sedang.

Selain itu, tidak dapat dipungkiri beberapa data menunjukkan bahwa mahasiswa di Kota Samarinda sebagian juga mengalami masalah sehingga ada responden yang terjebak dalam perilaku prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, untuk mengetahui lebih rinci mengenai perilaku prokrastinasi akademik di kota Samarinda akan dibahas dalam beberapa aspek berikut:

Aspek penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas ditinjau berdasarkan kecenderungan responden dalam hal tersebut. Menurut hasil penelitian yang diperoleh sebagian besar responden cenderung menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas dengan alasan berbagai pertimbangan prioritas lain dari responden. Meskipun demikian, responden menyadari bahwa tugas akademik penting dan akan langsung memulai untuk mengerjakan tugas tersebut. 2. Aspek motivasi untuk menyelesaikan pekerjaan termasuk dari kecenderungan responden juga karena penundaan pekerjaan harus dilihat sebagai motivasi untuk tidak menyelesaikan pekerjaan. Ini menggabungkan pandangan individu tentang pentingnya tugas, manfaat dan keterkaitan instrinsik bawaan orang atau responden tersebut. 3. Aspek manajemen waktu yang buruk. Prokrastinasi akademik ditinjau dari aspek manajemen waktu yang buruk antara rencana mengerjakan tugas dan kinerja aktual. Di dalam aspek ini responden cenderung kurang mampu dalam mengatur waktu, sehingga responden tersebut terdapat kesenjangan yang jauh antara rencana dan perilaku yang dihasilkan. 4. Aspek kognitif atau inisiatif pribadi di dalam aspek ini responden kurang memiliki inisiatif pribadi maka tidak akan memiliki dorongan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu, pesimis, dan akhirnya memutuskan menunda tugas tersebut. Berdasarkan hasil uji beberapa aspek diatas mendapatkan skor sebanyak 0,87 dan hasil uji reliabilitas *alpha cronbach* mendapatkan skor sebanyak 0.911. Maka, skala prokrastinasi akademik pada mahasiswa ini dapat disimpulkan valid dan reliabel.

Pada penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda tugas dengan menggantinya dengan kegiatan yang kurang penting namun lebih menyenangkan, sering kali dengan alasan pembenaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa di kota Samarinda berada pada kategori sedang dengan persentase 73%. Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa aspek, yaitu penundaan memulai dan menyelesaikan tugas karena prioritas lain, kurangnya motivasi, manajemen waktu yang buruk, dan kurangnya inisiatif pribadi. Adapun aspek-aspek yang telah diuji dinyatakan valid dan reliabel.

## 5. Ucapan Terima Kasih, Pendanaan & Kebijakan Etik

Kami ucapkan terima kasih kepada Prof. Drs. Kumaidi, M.A., Ph.D dan ibu Rahayu Farida, S.Psi., M.Psi. sebagai dosen pengampu dalam mata kuliah Konstruksi Alat Tes. Ibu Dewi Kamaratih, M.Psi., Psikolog sebagai dosen pembimbing selama pengerjaan pengembangan skala prokrastinasi akademik yang sudah membantu membimbing dari awal pengerjaan sampai akhir dengan memberikan saran dan masukan-masukan positif. *Expert Judgement* yang telah membantu dalam pemvalidasian. Rekan-rekan tim yang terlibat dalam penelitian ini, serta Lukman Ansari Nasruddin yang sudah memberikan masukan, bantuan, bimbingan selama pengerjaan pengembangan skala prokrastinasi akademik ini.

## Daftar Pustaka

- Dharma, A. M. (2020). Prokrastinasi Akademik Di Kalangan Mahasiswa Program Studi Dharma Acarya. *Jurnal Pendidikan, Sains, Sosial dan Agama*, 64-78.
- Ferrari, J. R., & Tice, D. M. (2000). Procrastination as a Self-Handicap for Men and Women:. *Journal of Research in Personality*, 73-83.
- McCloskey, J. D. (2011). *Finally, My Thesis on Academic Procrastination (Thesis)*. Texas: University of Texas.
- Prawitasari, J. E. (2012). *Psikologi Terapan: Melintas Batas Disiplin Ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Rosario, P., Costa, M., Nunez, J. c., Gonzales-Pienda, J., Solano, P., & Valle, A. (2009). Academic Procrastination: Associations with Personal, School, and Family Variables. *The Spanish Journal of Psychology*, 118-127.
- Schraw, G., Wadkins, T., & Olafson, L. (2007). Doing the Things We Do: A Grounded Theory of Academic Procrastination. *Journal of Educational Psychology*, 12-25.
- Sokolowska, J. (2009). *Behavioral, Cognitive, Affective, and Motivational Dimensions of Academic Procrastination Among Community College Students: A Q Methodology Approach*. New York: Dissertations.