

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Lokasi Penelitian

##### 1. Sejarah Singkat Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Lahirnya pendidikan Psikologi di Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang melewati proses yang cukup panjang. Pada awalnya, Psikologi merupakan salah satu program studi dari Jurusan Tarbiyah. Kala itu, sekitar tahun 1997/1998 UIN Maliki Malang masih berstatus sebagai Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN). Pembukaan program studi tersebut berdasarkan Surat Keputusan Dirjen Binbaga Islam no. E/107/98 tentang Penyelenggaraan Jurusan Tarbiyah di STAIN Malang dan Program Studi Psikologi bersama sembilan program studi yang lainnya.

Pada tahun 1999, Program Studi Psikologi UIN Maliki Malang melakukan kerja sama dengan Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada (UGM). Kerja sama tersebut dilakukan untuk memaksimalkan profesionalitas dan kualitas proses pembelajaran pendidikan Psikologi di UIN Maliki Malang. Kerja sama kedua kampus itu berjalan selama kurun waktu 5 tahun yang meliputi program pencangkakan dosen Pembina Mata Kuliah dan penyelenggaraan Laboratorium.

Pada tahun 2002, MoU (*Memorandum of Understanding*) antara Pemerintah Republik Indonesia (Departemen Agama) dengan Pemerintah Republik Islam Sudan (Departemen Pendidikan Tinggi dan Riset) menetapkan status STAIN berubah menjadi Universitas Islam Indonesia Sudan (UIIS). Bersamaan dengan

hal itu, Jurusan Psikologi juga berubah statusnya menjadi Fakultas Psikologi. Status Fakultas Psikologi menjadi semakin jelas dengan ditandatanganinya Surat Keputusan Bersama Menteri Pendidikan Nasional dengan Menteri Agama RI no 1/O/SKB/2004 dan no NB/B.V/I/Hk.001/058/04 tentang perubahan bentuk UIIS menjadi UIN (Universitas Islam Negeri) pada tanggal 23 Januari.

Tepat pada tanggal 11 Juli 2005, keluar Surat Keputusan Direktur Jenderal Kelembagaan Agama Islam Nomor : DJ.II/233/2005 tentang Perpanjangan Izin Penyelenggaraan Program Studi Psikologi Program Sarjana (S1) di UIN Malang. Keluarnya surat keputusan tersebut menjadi tolak semangat bagi dosen-dosen Psikologi untuk terus meningkatkan kualitas pembelajaran. Para dosen Psikologi terus berusaha memperbaiki kualitas dan kuantitas pendidikan Psikologi di UIN. Usaha mereka pun tak sia-sia, pada tahun 2007 Fakultas Psikologi terakreditasi dengan memperoleh predikat Batai dengan nilai 344.

Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang kini secara umum berada dalam naungan Departemen Agama dan secara akademik berada di bawah pengawasan Departemen Pendidikan Nasional. Lembaga ini memiliki tujuan untuk mencetak sarjana muslim yang memiliki dasar keilmuan psikologi berdasarkan integrasi ilmu psikologi konvensional dan ilmu psikologi yang bersumber pada khazanah ilmu keislaman (Sumber; Pedoman Pendidikan Fakultas Psikologi, 2009: 3)

## 2. Visi dan Misi Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

### **VISI**

Menjadi Fakultas Psikologi terkemuka dalam penyelenggaraan pendidikan, pengajaran, penelitian dan pengabdian pada masyarakat untuk menghasilkan lulusan di bidang psikologi yang memiliki kekokohan aqidah, kedalaman spiritual, keluhuran akhlak, keluasan ilmu dan kematangan profesional serta menjadi pusat pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni yang bercirikan Islam serta menjadi penggerak kemajuan masyarakat (Pedoman Pendidikan Fakultas Psikologi, 2009: 3).

### **MISI**

- a. Menciptakan sivitas akademika yang memiliki kemantapan aqidah, kedalaman spiritual dan keluhuran akhlaq.
- b. Memberikan pelayanan yang profesional terhadap pengkaji ilmu pengetahuan psikologi.
- c. Mengembangkan ilmu psikologi yang bercirikan Islam melalui pengkajian dan penelitian ilmiah.
- d. Mengantarkan mahasiswa psikologi yang menjunjung tinggi etika moral (Pedoman Pendidikan Fakultas Psikologi, 2009: 3).

## 3. Tujuan Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang menetapkan tujuan pendidikannya untuk :

- a. Menghasilkan sarjana psikologi yang memiliki wawasan dan sikap yang agamis.
- b. Menghasilkan sarjana psikologi yang memiliki kemampuan akademik dan atau profesional dalam menjalankan tugas.
- c. Menghasilkan sarjana psikologi yang mampu merespon perkembangan dan kebutuhan masyarakat serta dapat melakukan inovasi-inovasi baru dalam bidang psikologi yang berlandaskan nilai-nilai Islam.
- d. Menghasilkan sarjana psikologi yang mampu memberikan tauladan dalam kehidupan atas dasar nilai-nilai Islam dan budaya luhur bangsa (Pedoman Pendidikan Fakultas Psikologi, 2009: 3).

#### **B. Deskripsi Subjek Penelitian**

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Psikologi angkatan 2009 yang mengampu kuliah di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Berdasarkan informasi yang didapat dari bagian akademik Fakultas Psikologi, jumlah seluruh mahasiswa yang masih aktif kuliah pada tahun ajaran 2011/2012 sebanyak 164 mahasiswa. Populasi penelitian terdiri dari 56 mahasiswa laki-laki dan 108 mahasiswa perempuan (Dokumentasi BAK Psikologi).

Subjek pada penelitian ini merupakan sampel yang diambil dari 30% populasi penelitian. Sehingga, subjek penelitian terdiri dari 50 mahasiswa yang diambil secara acak. Ketentuan tersebut berdasarkan pendapat Arikunto

(2006: 136), yang mengatakan apabila jumlah subjek penelitian lebih dari 100 dapat diambil antara 10% - 15% atau 20% - 25% atau lebih.

Berikut adalah pemaparan subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin :

**Tabel 4.1 Persentase Subjek Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin**

No.	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1.	Laki-laki	23	46%
2.	Perempuan	27	54%
	Total	50	100%

Tabel 4.1 memberikan informasi tentang jumlah dan persentase subjek berdasarkan jenis kelaminnya. Pada tabel tersebut dapat diketahui bahwa persentase jumlah subjek perempuan lebih banyak dibandingkan subjek laki-laki. Kedua subjek tersebut mempunyai selisih 8 %. Subjek laki-laki terdiri dari 46% dari jumlah sampel, dan subjek perempuan terdiri dari 54%.

Peneliti juga menghitung jumlah subjek penelitian berdasarkan rentang umurnya. Melalui aplikasi SPSS 16.0 didapatkan hasil umur subjek penelitian paling banyak adalah subjek yang berumur 22 tahun, kemudian umur 21 tahun, 23 dan 24, serta umur 26 tahun. Persentase subjek penelitian berdasarkan umurnya dapat dilihat pada tabel 4.2.

**Tabel 4.2 Persentase Subjek Penelitian berdasarkan Usia**

			Z2					Total
			21	22	23	24	26	
Z1	Laki-laki	Count	5	11	3	3	1	23
		% within Z1	21.7%	47.8%	13.0%	13.0%	4.3%	100.0%
	Perempuan	Count	11	16	0	0	0	27
		% within Z1	40.7%	59.3%	.0%	.0%	.0%	100.0%
Total		Count	16	27	3	3	1	50
		% within Z1	32.0%	54.0%	6.0%	6.0%	2.0%	100.0%

Melalui tabel 4.2 dapat diketahui persentase umur subjek penelitian secara terperinci. Berdasarkan tabel tersebut dapat mengetahui bahwa subjek laki yang berumur 21 tahun terdiri dari 21,7% yang berarti terdiri dari 5 orang. Subjek laki-laki yang berumur 22 tahun terdiri dari 47,8% (11 orang). Subjek laki-laki yang berumur 23 dan 24 tahun masing-masing terdiri dari 13% (3 orang). kemudian subjek laki-laki yang berumur 26 tahun terdiri dari 4,3% (1 orang). Dengan begitu, subjek laki-laki yang terbanyak adalah berumur 22 tahun.

Usia subjek perempuan juga dapat dilihat pada tabel 4.2. Subjek perempuan yang berumur 21 tahun terdiri dari 11 orang (40,7%). Subjek perempuan yang berumur 22 tahun terdiri dari 16 orang (59,3%). Subjek perempuan yang berumur di atas 22 tahun adalah nihil. Dengan begitu subjek perempuan yang paling banyak mengisi kuesioner penelitian ini adalah yang berusia 22 tahun.

### **C. Analisis Hasil Penelitian**

#### **1. Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Faktor-Faktor Prokrastinasi**

Sebuah instrumen pengukuran yang baik adalah kuesioner yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Validitas menunjukkan kinerja kuesioner dalam mengukur apa yang diukur, sedangkan reliabilitas menunjukkan bahwa kuesioner tersebut konsisten apabila digunakan untuk mengukur gejala yang sama. Sama halnya dengan kuesioner penelitian ini yang mengukur variabel yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Kuesioner faktor-faktor prokrastinasi akademik akan di uji validitas dan reliabilitasnya agar bisa dinilai keabsahannya. Adapun hasil analisisnya dapat dilihat pada penjelasan selanjutnya.

a. Validitas dan Reliabilitas Takut Gagal ( $X_1$ )

Aitem-aitem variabel takut gagal telah diuji validitas dan realibilitasnya melalui aplikasi SPSS 16.0. Pada hasil analisis uji coba terdapat tiga (3) aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 1, 65 dan 73. Artinya, nilai  $r$  hitungnya lebih kecil dibandingkan  $r$  tabel. Sedangkan  $r$  hitung yang lebih besar daripada  $r$  tabel dinyatakan valid dan terdiri dari delapan (8) aitem. Tiga aitem yang dinyatakan gugur tidak dipakai lagi oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya. Hal itu dikarenakan peneliti beranggapan bahwa variabel yang gugur berarti tidak bisa digunakan untuk mengukur variabel yang diukur.

Setelah di uji kevalidannya, kuesioner uji coba ini juga diukur realibilitasnya. Setelah melalui proses analisis SPSS, hasil dari koefisien alpha pada kuesioner takut gagal sebesar 0,631. Hasil koefisien tersebut lebih besar dari standar koefisien alpha, yaitu 0,600. Artinya, kuesioner takut gagal adalah reliabel dan siap dipakai untuk penelitian yang selanjutnya.

Hasil analisis uji coba angket takut gagal dapat dilihat pada tabel 4.3a di bawah ini :

**Tabel 4.3a Uji Coba Validitas dan Realibilitas  
Kuesioner Takut Gagal (X<sub>1</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Takut Gagal (X <sub>1</sub> )	X1.1	0,110	0,501	Gugur	0,631
	X1.9	0,802	0,000	Valid	
	X1.17	0,555	0,000	Valid	
	X1.25	0,606	0,000	Valid	
	X1.33	0,491	0,001	Valid	
	X1.41	0,606	0,000	Valid	
	X1.49	0,510	0,001	Valid	
	X1.57	0,685	0,000	Valid	
	X1.65	0,039	0,810	Gugur	
	X1.73	0,035	0,830	Gugur	
	X1.81	0,475	0,002	Valid	

Kedelapan aitem variabel takut gagal yang dianggap valid kemudian dipakai lagi untuk mengukur faktor takut gagal pada subjek yang sebenarnya. Setelah diperoleh datanya, maka kuesioner takut gagal kembali diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari hasil analisis melalui SPSS 16.0, didapatkan bahwa seluruh aitem dinyatakan valid dan reliabel. Adapun hasil analisis kuesioner takut gagal sesudah uji coba bisa dilihat pada Tabel 4.3b :

**Tabel 4.3b Validitas dan Realibilitas Kuesioner Takut Gagal (X<sub>1</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Takut Gagal (X <sub>1</sub> )	TG 1	0,649	0,000	Valid	0,683
	TG 2	0,716	0,000	Valid	
	TG 3	0,595	0,000	Valid	
	TG 4	0,417	0,003	Valid	
	TG 5	0,505	0,000	Valid	
	TG 6	0,735	0,000	Valid	
	TG 7	0,447	0,001	Valid	
	TG 8	0,356	0,001	Valid	



Berdasarkan tabel 4.3b, dapat dilihat bahwa seluruh aitem takut gagal memiliki  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabelnya dengan signifikansi 5% (0,05). Sedangkan untuk reliabilitasnya, kuesioner takut gagal memiliki koefisien 0,683. Dengan demikian, kuesioner takut gagal dapat dinyatakan sebagai alat pengukuran yang valid dan reliabel.

b. Validitas dan Reliabilitas Cemas

Aitem-aitem variabel cemas telah diuji validitas dan reliabilitasnya melalui aplikasi SPSS 16.0. Pada hasil analisis uji coba terdapat tiga (3) aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 2, 18 dan 50. Artinya, nilai  $r$  hitungnya lebih kecil dibandingkan  $r$  tabel. Sedangkan  $r$  hitung yang lebih besar daripada  $r$  tabel dinyatakan valid dan terdiri dari delapan (8) aitem. Tiga aitem yang dinyatakan gugur tidak dipakai lagi oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya. Hal itu dikarenakan peneliti beranggapan bahwa variabel yang gugur berarti tidak bisa digunakan untuk mengukur variabel yang diukur.

Setelah di uji kevalidannya, kuesioner uji coba ini juga diukur reliabilitasnya. Setelah melalui proses analisis SPSS, hasil dari koefisien alpha pada kuesioner cemas sebesar 0,697. Hasil koefisien tersebut lebih besar dari standar koefisien alpha, yaitu 0,60. Artinya, kuesioner cemas adalah reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian yang selanjutnya.

Hasil analisis uji coba angket cemas dapat dilihat pada tabel 4.4.a sebagai berikut :

**Tabel 4.4a Uji Coba Validitas dan Realibilitas  
Kuesioner Cemas (X<sub>2</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Cemas (X <sub>2</sub> )	X2.2	0,133	0,413	Gugur	0,697
	X2.10	0,695	0,000	Valid	
	X2.18	0,269	0,093	Gugur	
	X2.26	0,788	0,000	Valid	
	X2.34	0,702	0,000	Valid	
	X2.42	0,536	0,000	Valid	
	X2.50	0,287	0,073	Gugur	
	X2.58	0,558	0,000	Valid	
	X2.66	0,551	0,000	Valid	
	X2.74	0,317	0,047	Valid	
	X2.82	0,558	0,000	Valid	

Kedelapan aitem variabel cemas yang dianggap valid kemudian digunakan kembali untuk mengukur faktor cemas pada subjek yang sebenarnya. Setelah data terkumpul, maka kuesioner cemas kembali diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari hasil analisis melalui SPSS 16.0, didapatkan bahwa seluruh aitem dinyatakan valid dan reliabel. Adapun hasil analisis kuesioner cemas sesudah uji coba dapat dilihat pada tabel 4.4b sebagai berikut :

**Tabel 4.4b Validitas dan Realibilitas Kuesioner Cemas (X<sub>2</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Cemas (X <sub>2</sub> )	C1	0,690	0,000	Valid	0,893
	C2	0,814	0,000	Valid	
	C3	0,829	0,000	Valid	
	C4	0,838	0,000	Valid	
	C5	0,671	0,000	Valid	
	C6	0,818	0,000	Valid	
	C7	0,772	0,000	Valid	
	C8	0,643	0,000	Valid	

Berdasarkan tabel 4.4b, dapat dilihat bahwa seluruh aitem cemas memiliki  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabelnya dengan signifikansi 1% (0,01). Sedangkan untuk reliabilitasnya, kuesioner cemas memiliki koefisien alpha 0,893. Dengan demikian, kuesioner cemas dapat dinyatakan sebagai alat pengukuran yang valid dan reliabel.

c. Validitas dan Reliabilitas Tidak Percaya Diri

Aitem-aitem variabel tidak percaya diri telah diuji validitas dan reliabilitasnya melalui aplikasi SPSS 16.0. Pada hasil analisis uji coba terdapat dua (2) aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 19 dan 85. Artinya, nilai  $r$  hitungnya lebih kecil dibandingkan  $r$  tabel. Sedangkan  $r$  hitung yang lebih besar daripada  $r$  tabel dinyatakan valid dan terdiri dari delapan (9) aitem. Dua aitem yang dinyatakan gugur tidak digunakan kembali oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya. Hal itu dikarenakan peneliti beranggapan bahwa variabel yang gugur berarti tidak bisa digunakan untuk mengukur variabel yang diukur.

Setelah di uji kevalidannya, kuesioner uji coba ini juga diukur reliabilitasnya. Setelah melalui proses analisis SPSS, hasil dari koefisien alpha pada kuesioner tidak percaya diri sebesar 0,723. Hasil koefisien tersebut lebih besar dari standar koefisien alpha, yaitu 0,60. Artinya, kuesioner tidak percaya diri adalah reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian yang selanjutnya.

Hasil analisis uji coba angket tidak percaya diri dapat dilihat pada tabel 4.5a sebagai berikut :

**Tabel 4.5a Uji Coba Validitas dan Realibilitas  
Kuesioner Tidak Percaya Diri (X<sub>3</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Tidak Percaya Diri (X <sub>3</sub> )	X3.3	0,556	0,000	Valid	0,723
	X3.11	0,676	0,000	Valid	
	X3.19	0,272	0,089	Gugur	
	X3.27	0,469	0,002	Valid	
	X3.35	0,171	0,291	Gugur	
	X3.43	0,502	0,001	Valid	
	X3.51	0,736	0,000	Valid	
	X3.59	0,709	0,000	Valid	
	X3.67	0,419	0,007	Valid	
	X3.75	0,482	0,002	Valid	
	X3.83	0,812	0,000	Valid	

Kesembilan aitem variabel tidak percaya diri yang dianggap valid kemudian digunakan kembali untuk mengukur faktor tidak percaya diri pada subjek yang akan diteliti. Setelah data terkumpul, maka kuesioner tidak percaya diri kembali diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari hasil analisis melalui SPSS 16.0, didapatkan seluruh aitem dinyatakan valid dan reliabel. Adapun hasil analisis kuesioner tidak percaya diri sesudah uji coba dapat dilihat pada tabel 4.5b sebagai berikut :

**Tabel 4.5b Validitas dan Realibilitas Kuesioner Tidak Percaya Diri (X<sub>3</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Tidak Percaya Diri (X <sub>3</sub> )	PD1	0,892	0,000	Valid	0,849
	PD 2	0,630	0,000	Valid	
	PD 3	0,367	0,009	Valid	
	PD 4	0,641	0,000	Valid	
	PD 5	0,308	0,029	Valid	
	PD 6	0,899	0,000	Valid	
	PD 7	0,881	0,000	Valid	
	PD 8	0,897	0,000	Valid	
	PD 9	0,389	0,005	Valid	

Berdasarkan tabel 4.5b, dapat dilihat bahwa seluruh aitem tidak percaya diri memiliki  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabelnya dengan signifikansi 5% (0,05). Sedangkan untuk reliabilitasnya, kuesioner tidak percaya diri memiliki koefisiensi alpha 0,893. Dengan demikian, kuesioner tidak percaya diri dapat dinyatakan sebagai instrumen pengukuran yang valid dan reliabel.

d. Validitas dan Reliabilitas Perfeksionis

Aitem-aitem variabel perfeksionis telah diuji validitas dan realibilitasnya melalui aplikasi SPSS 16.0. Pada hasil analisis uji coba terdapat dua (2) aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 20 dan 36. Artinya, nilai  $r$  hitungnya lebih kecil dibandingkan  $r$  tabel. Sedangkan  $r$  hitung yang lebih besar daripada  $r$  tabel dinyatakan valid dan terdiri dari sembilan (9) aitem. Dua aitem yang dinyatakan gugur tidak digunakan kembali oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya. Hal itu dikarenakan peneliti beranggapan bahwa variabel yang gugur berarti tidak bisa digunakan untuk mengukur variabel yang diukur.

Setelah di uji kevalidannya, kuesioner uji coba ini juga diukur realibilitasnya. Setelah melalui proses analisis SPSS, hasil dari koefisien alpha pada kuesioner perfeksionis sebesar 0,671. Hasil koefisien tersebut lebih besar dari standar koefisien alpha, yaitu 0,600. Artinya. kuesioner perfeksionis adalah reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian yang selanjutnya.

Hasil analisis uji coba angket perfeksionis dapat dilihat pada tabel 4.6a sebagai berikut :

**Tabel 4.6a Uji Coba Validitas dan Realibilitas  
Kuesioner Perfeksionis (X<sub>4</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Perfeksionis (X <sub>4</sub> )	X4.4	0,445	0,004	Valid	0,671
	X4.12	0,602	0,000	Valid	
	X4.20	0,087	0,592	Gugur	
	X4.28	0,483	0,002	Valid	
	X4.36	0,155	0,338	Gugur	
	X4.44	0,594	0,000	Valid	
	X4.52	0,605	0,000	Valid	
	X4.60	0,611	0,000	Valid	
	X4.68	0,622	0,000	Valid	
	X4.76	0,610	0,000	Valid	
	X4.84	0,574	0,000	Valid	

Kesembilan aitem variabel perfeksionis yang dianggap valid kemudian digunakan kembali untuk mengukur faktor perfeksionis pada subjek yang akan diteliti. Setelah data terkumpul, maka kuesioner perfeksionis kembali diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari hasil analisis melalui SPSS 16.0, didapatkan bahwa seluruh aitem dinyatakan valid dan reliabel. Adapun hasil analisis kuesioner perfeksionis sesudah uji dapat dilihat pada tabel 4.6b sebagai berikut:

**Tabel 4.6b Validitas dan Realibilitas Kuesioner Perfeksionis (X<sub>4</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Perfeksionis (X <sub>4</sub> )	PF 1	0,464	0,001	Valid	0,760
	PF 2	0,576	0,000	Valid	
	PF 3	0,453	0,001	Valid	
	PF 4	0,566	0,000	Valid	
	PF 5	0,578	0,000	Valid	
	PF 6	0,766	0,000	Valid	
	PF 7	0,709	0,000	Valid	
	PF 8	0,647	0,000	Valid	
	PF 9	0,464	0,001	Valid	

Berdasarkan tabel 4.6b di atas, dapat dilihat bahwa seluruh aitem perfeksionis memiliki r hitung lebih besar daripada r tabelnya dengan signifikansi

1% (0,01). Sedangkan untuk reliabilitasnya, kuesioner perfeksionis memiliki koefisiensi alpha 0,760. Dengan demikian, kuesioner perfeksionis dapat dinyatakan sebagai instrumen pengukuran yang valid dan reliabel.

e. Validitas dan Reliabilitas Persepsi

Aitem-aitem variabel persepsi telah diuji validitas dan realibilitasnya melalui aplikasi SPSS 16.0. Pada hasil analisis uji coba terdapat dua (2) aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 13 dan 89. Artinya, nilai r hitungnya lebih kecil dibandingkan r tabel. Sedangkan r hitung yang lebih besar daripada r tabel dinyatakan valid dan terdiri dari delapan (10) aitem. Dua aitem yang dinyatakan gugur tidak digunakan kembali oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya. Hal itu dikarenakan peneliti beranggapan bahwa variabel yang gugur berarti tidak bisa digunakan untuk mengukur variabel yang diukur.

Setelah di uji kevalidannya, kuesioner uji coba ini juga diukur realibilitasnya. Setelah melalui proses analisis SPSS, hasil dari koefisien alpha pada kuesioner persepsi sebesar 0,604. Hasil koefisien tersebut lebih besar dari standar koefisien alpha, yaitu 0,600. Artinya, kuesioner persepsi adalah reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian yang selanjutnya.

Hasil analisis uji coba angket persepsi dapat dilihat pada tabel 4.7a sebagai berikut :

**Tabel 4.7a Uji Coba Validitas dan Realibilitas  
Kuesioner Persepsi (X<sub>5</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Persepsi (X <sub>5</sub> )	X5.5	0,647	0,000	Valid	0,604
	X5.13	0,094	0,562	Gugur	
	X5.21	0,582	0,000	Valid	
	X5.29	0,572	0,000	Valid	
	X5.37	0,761	0,000	Valid	
	X5.45	0,630	0,000	Valid	
	X5.53	0,833	0,000	Valid	
	X5.61	0,603	0,000	Valid	
	X5.69	0,516	0,001	Valid	
	X5.77	0,462	0,003	Valid	
	X5.85	0,427	0,006	Valid	
	X5.89	0,009	0,956	Gugur	

Kesepuluh aitem variabel persepsi yang dianggap valid kemudian digunakan kembali untuk mengukur faktor persepsi pada subjek yang akan diteliti. Setelah data terkumpul, maka kuesioner persepsi kembali diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari hasil analisis melalui SPSS 16.0, didapatkan bahwa seluruh aitem dinyatakan valid dan reliabel. Adapun hasil analisis kuesioner persepsi dapat dilihat pada tabel 4.7b berikut ini :

**Tabel 4.7b Validitas dan Realibilitas Kuesioner Persepsi (X<sub>5</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Persepsi (X <sub>5</sub> )	PS 1	0,650	0,000	Valid	0,699
	PS 2	0,564	0,000	Valid	
	PS 3	0,469	0,001	Valid	
	PS 4	0,716	0,000	Valid	
	PS 5	0,560	0,000	Valid	
	PS 6	0,855	0,000	Valid	
	PS 7	0,742	0,000	Valid	
	PS 8	0,496	0,000	Valid	
	PS 9	0,291	0,004	Valid	
	PS 10	0,449	0,001	Valid	



Berdasarkan tabel 4.7b, dapat dilihat bahwa seluruh aitem persepsi memiliki  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabel dengan signifikansi 5% (0,05). Sedangkan untuk reliabilitasnya, kuesioner persepsi memiliki koefisiensi alpha 0,699. Dengan demikian, kuesioner persepsi dapat dinyatakan sebagai instrumen pengukuran yang valid dan reliabel.

f. Validitas dan Reliabilitas Manajemen Waktu

Seluruh aitem kuesioner manajemen waktu telah diuji validitas dan realibilitasnya melalui aplikasi SPSS 16.0. Pada hasil analisis uji coba terdapat dua (2) aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 22 dan 38. Artinya, nilai  $r$  hitungnya lebih kecil dibandingkan  $r$  tabel. Sedangkan  $r$  hitung yang lebih besar daripada  $r$  tabel dinyatakan valid dan terdiri dari sembilan (9) aitem. Dua aitem yang dinyatakan gugur tidak digunakan kembali oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya. Hal itu dikarenakan peneliti bertanggung bahwa variabel yang gugur berarti tidak bisa digunakan untuk mengukur variabel yang diukur.

Setelah di uji kevalidannya, kuesioner uji coba ini juga diukur realibilitasnya. Setelah melalui proses analisis SPSS, hasil dari koefisien alpha pada kuesioner manajemen waktu sebesar 0,628. Hasil koefisien tersebut lebih besar dari standar koefisien alpha, yaitu 0,60. Artinya. kuesioner manajemen waktu adalah reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian yang selanjutnya.

Hasil analisis uji coba angket manajemen waktu dapat dilihat pada tabel 4.8a sebagai berikut :

**Tabel 4.8a Uji Coba Validitas dan Realibilitas  
Kuesioner Manajemen Waktu (X<sub>6</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Manajemen Waktu (X <sub>6</sub> )	X6.6	0,414	0,008	Valid	0,628
	X6.14	0,709	0,000	Valid	
	X6.22	0,017	0,915	Gugur	
	X6.30	0,559	0,000	Valid	
	X6.38	0,014	0,931	Gugur	
	X6.46	0,501	0,001	Valid	
	X6.54	0,638	0,000	Valid	
	X6.62	0,630	0,000	Valid	
	X6.70	0,679	0,000	Valid	
	X6.78	0,550	0,000	Valid	
	X6.86	0,478	0,002	Valid	

Kesembilan aitem variabel manajemen waktu yang dianggap valid kemudian digunakan kembali untuk mengukur faktor manajemen waktu pada subjek yang akan diteliti. Setelah data terkumpul, maka kuesioner manajemen waktu kembali diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari hasil analisis melalui SPSS 16.0, dapat dilihat bahwa seluruh aitem dinyatakan valid dan reliabel. Adapun hasil analisis kuesioner manajemen waktu dapat dilihat pada tabel 4.8b berikut ini:

**Tabel 4.8b Validitas dan Realibilitas Kuesioner Manajemen Waktu (X<sub>6</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Manajemen Waktu (X <sub>6</sub> )	MW 1	0,524	0,000	Valid	0,802
	MW 2	0,657	0,000	Valid	
	MW 3	0,610	0,000	Valid	
	MW 4	0,606	0,000	Valid	
	MW 5	0,778	0,000	Valid	
	MW 6	0,695	0,000	Valid	
	MW 7	0,707	0,000	Valid	
	MW 8	0,648	0,000	Valid	
	MW 9	0,366	0,000	Valid	

Berdasarkan tabel 4.8b, dapat dilihat bahwa seluruh aitem manajemen waktu memiliki r hitung lebih besar daripada r tabel dengan signifikansi 5% (0,05).

Sedangkan untuk reliabilitasnya, kuesioner manajemen waktu memiliki koefisien alpha 0,802. Dengan demikian, kuesioner manajemen waktu dapat dinyatakan sebagai instrumen pengukuran yang valid dan reliabel.

g. Validitas dan Reliabilitas Kelelahan

Aitem-aitem kuesioner kelelahan telah diuji validitas dan reliabilitasnya melalui aplikasi SPSS 16.0. Pada hasil analisis uji coba terdapat satu (1) aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 63 saja. Artinya, nilai  $r$  hitungnya lebih kecil dibandingkan  $r$  tabel. Sedangkan  $r$  hitung yang lebih besar daripada  $r$  tabel dinyatakan valid dan terdiri dari 11 aitem. Aitem yang dinyatakan gugur tidak digunakan kembali oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya. Hal itu dikarenakan peneliti beranggapan bahwa variabel yang gugur berarti tidak bisa digunakan untuk mengukur variabel yang diukur.

Setelah di uji kevalidannya, kuesioner uji coba ini juga diukur reliabilitasnya. Setelah melalui proses analisis SPSS, hasil dari koefisien alpha pada kuesioner kelelahan sebesar 0,620. Hasil koefisien tersebut lebih besar dari standar koefisien alpha, yaitu 0,60. Artinya, kuesioner kelelahan adalah reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian yang selanjutnya.

Hasil analisis uji coba angket kelelahan dapat dilihat pada tabel 4.9a sebagai berikut :

**Tabel 4.9a Uji Coba Validitas dan Realibilitas Kuesioner Kelelahan (X<sub>7</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Kelelahan (X <sub>7</sub> )	X7.7	0,570	0,000	Valid	0,620
	X7.15	0,599	0,000	Valid	
	X7.23	0,501	0,001	Valid	
	X7.31	0,428	0,006	Valid	
	X7.39	0,411	0,008	Valid	
	X7.47	0,578	0,000	Valid	
	X7.55	0,394	0,012	Valid	
	X7.63	0,309	0,052	Gugur	
	X7.71	0,740	0,000	Valid	
	X7.79	0,544	0,000	Valid	
	X7.87	0,584	0,000	Valid	
	X7.90	0,407	0,009	Valid	

Seluruh aitem variabel kelelahan yang dianggap valid kemudian digunakan kembali untuk mengukur faktor kelelahan pada subjek yang akan diteliti. Setelah data terkumpul, maka kuesioner kelelahan kembali diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari hasil analisis melalui SPSS 16.0, dapat dilihat bahwa seluruh aitem dinyatakan valid dan reliabel. Adapun hasil analisis kuesioner kelelahan dapat dilihat pada tabel 4.9b berikut ini :

**Tabel 4.9b Validitas dan Realibilitas Kuesioner Kelelahan (X<sub>7</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Kelelahan (X <sub>7</sub> )	L1	0,547	0,000	Valid	0,646
	L2	0,705	0,000	Valid	
	L3	0,493	0,000	Valid	
	L4	0,376	0,000	Valid	
	L5	0,509	0,000	Valid	
	L6	0,624	0,000	Valid	
	L7	0,470	0,001	Valid	
	L8	0,726	0,000	Valid	
	L9	0,483	0,000	Valid	
	L10	0,567	0,000	Valid	
	L11	0,392	0,000	Valid	

Berdasarkan tabel 4.9b, dapat dilihat bahwa seluruh aitem kelelahan memiliki  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabel dengan signifikansi 5% (0,05). Sedangkan untuk reliabilitasnya, kuesioner kelelahan memiliki koefisiensi alpha 0,646. Dengan demikian, kuesioner kelelahan dapat dinyatakan sebagai instrumen pengukuran yang valid dan reliabel.

#### h. Validitas dan Reliabilitas Lingkungan

Semua aitem kuesioner lingkungan telah diuji validitas dan realibilitasnya melalui aplikasi SPSS 16.0. Pada hasil analisis uji coba terdapat satu (1) aitem yang dinyatakan gugur, yaitu aitem 72 saja. Artinya, nilai  $r$  hitungnya lebih kecil dibandingkan  $r$  tabel. Sedangkan  $r$  hitung yang lebih besar daripada  $r$  tabel dinyatakan valid dan terdiri dari 10 aitem. Aitem yang dinyatakan gugur tidak digunakan kembali oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya. Hal itu dikarenakan peneliti beranggapan bahwa variabel yang gugur berarti tidak bisa digunakan untuk mengukur variabel yang diukur.

Setelah di uji kevalidannya, kuesioner uji coba ini juga diukur realibilitasnya. Setelah melalui proses analisis SPSS, hasil dari koefisien alpha pada kuesioner lingkungan sebesar 0,758. Hasil koefisien tersebut lebih besar dari standar koefisien alpha, yaitu 0,60. Artinya, kuesioner lingkungan adalah reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian yang selanjutnya.

Hasil analisis uji coba angket lingkungan dapat dilihat pada tabel 4.10a sebagai berikut :

**Tabel 4.10a Uji Coba Validitas dan Realibilitas Kuesioner Lingkungan (X<sub>8</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Lingkungan (X <sub>8</sub> )	X8.8	0,698	0,000	Valid	0,758
	X8.16	0,640	0,000	Valid	
	X8.24	0,687	0,000	Valid	
	X8.32	0,394	0,012	Valid	
	X8.40	0,403	0,010	Valid	
	X8.48	0,698	0,000	Valid	
	X8.56	0,640	0,000	Valid	
	X8.64	0,687	0,000	Valid	
	X8.72	0,097	0,552	Gugur	
	X8.80	0,426	0,006	Valid	
	X8.88	0,403	0,010	Valid	

Seluruh aitem variabel lingkungan yang dianggap valid kemudian digunakan kembali untuk mengukur faktor lingkungan pada subjek yang akan diteliti. Setelah data terkumpul, maka kuesioner lingkungan kembali diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari hasil analisis melalui SPSS 16.0, dapat dilihat bahwa seluruh aitem dinyatakan valid dan reliabel. Adapun hasil analisis kuesioner lingkungan dapat dilihat pada tabel 4.10b berikut ini :

**Tabel 4.10b Validitas dan Realibilitas Kuesioner Lingkungan (X<sub>8</sub>)**

Variabel	Nomor Aitem	Validitas		Keterangan	Koefisien alpha
		Korelasi (r)	Probabilitas (p)		
Lingkungan (X <sub>8</sub> )	LG 1	0,736	0,000	Valid	0,802
	LG 2	0,686	0,000	Valid	
	LG 3	0,695	0,000	Valid	
	LG 4	0,386	0,000	Valid	
	LG 5	0,405	0,004	Valid	
	LG 6	0,736	0,000	Valid	
	LG 7	0,686	0,000	Valid	
	LG 8	0,695	0,000	Valid	
	LG 9	0,485	0,000	Valid	
	LG 10	0,405	0,004	Valid	

Berdasarkan tabel 4.9b, dapat dilihat bahwa seluruh aitem lingkungan memiliki  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabel dengan signifikansi 5% (0,05). Sedangkan untuk reliabilitasnya, kuesioner lingkungan memiliki koefisiensi alpha 0,802. Dengan demikian, kuesioner lingkungan dapat dinyatakan sebagai instrumen pengukuran yang valid dan reliabel.

## 2. Analisis Faktor

Analisis faktor merupakan salah satu teknik analisis statistika *multivariate* yang menitikberatkan pada data yang mempunyai hubungan sangat erat antara tiap-tiap variabelnya. Penelitian ini menggunakan analisis faktor karena bertujuan untuk mengetahui variabel mana saja yang masuk ke dalam faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Karena variabel-variabel yang digunakan peneliti diambil dari teori dan penelitian terdahulu, maka teknik analisis faktor yang dipakai adalah teknik analisis faktor konfirmatori (CFA).

Pada dasarnya, tujuan analisis faktor konfirmatori adalah untuk mengidentifikasi adanya hubungan antar variabel dengan menguji korelasi. Analisis faktor konfirmatori ini digunakan untuk menguji sebuah konsep secara teoritis. Begitu juga dengan penelitian ini, peneliti ingin menguji beberapa konsep teori yang sudah ada untuk bisa diaplikasikan pada subjek penelitian. Peneliti ingin menguji variabel-variabel dari faktor prokrastinasi akademik. Variabel-variabel yang diuji terdiri dari delapan faktor, yaitu takut gagal, cemas, tidak percaya diri, perfeksionis, persepsi, manajemen waktu, kelelahan, dan lingkungan.

Pada tahap pertama, peneliti menguji apakah analisis faktor tepat digunakan untuk penelitian ini. Pengujian tersebut menggunakan uji *Keiser-Meiyer-Olkin* (KMO) dan *Barlett's Test Of Sphericity* untuk melihat signifikansi (sig) kesalahannya. Sebuah penelitian yang layak menggunakan analisis faktor harus mempunyai nilai KMO  $>0,50$  dan nilai sig tidak lebih dari dari 0,05. Setelah dinyatakan layak dan penelitian ini cocok memakai analisis faktor, maka langkah selanjutnya adalah menguji indepedensi variabel dalam matrik korelasi. Pada tahap ini, semua data yang masuk dengan bantuan komputer akan dapat diidentifikasi. Besarnya korelasi antar variabel dapat dilihat melalui tabel *anti-image matrices*. Variabel yang dapat dianalisis lebih lanjut harus mempunyai nilai lebih besar dari 0,5. Apabila kurang dari 0,5 maka akan dikeluarkan dan tidak diikutkan pada analisis selanjutnya.

Hasil uji *Keiser-Meiyer-Olkin* (KMO) dan *Barlett's Test Of Sphericity* pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.11 berikut ini :

**Tabel 4.11 KMO and Barlett's test**

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		.526
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	61.251
	df	28
	Sig.	.000

Dari tabel 4.11 di atas, didapatkan bahwa nilai *Keiser-Meiyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy* sebesar 0,526 dengan nilai sig atau peluang (p) = 0.000. Artinya, nilai KMO-MSA pada analisis faktor yang dilakukan menunjukkan bahwa sub-variabel pembentuk faktor prokrastinasi akademik pada



mahasiswa angkatan 2009 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang dinyatakan layak dan dapat dianalisis lebih lanjut.

Kemudian perhatikan tabel 4.12 berikut ini, dimana dapat dilihat nilai *Anti Image Matrices*, khususnya nilai yang terdapat tanda “a” pada *Anti Image Correlations*. Apabila nilai matriks *Anti Image Correlations* lebih kecil dari 0,5, maka variabel tersebut harus dikeluarkan dari analisis faktor.

**Tabel 4.12 Anti Image Correlations**

		X1	x2	x3	x4	x5	x6	x7	x8
Anti-image Covariance	X1	.689	-.267	-.104	-.063	-.015	-.164	-.055	.018
	x2	-.267	.502	.020	-.241	-.065	.253	.058	-.068
	x3	-.104	.020	.751	.172	-.075	.220	.130	-.050
	x4	-.063	-.241	.172	.648	.121	-.115	.026	.038
	x5	-.015	-.065	-.075	.121	.922	.025	-.043	.097
	x6	-.164	.253	.220	-.115	.025	.626	.007	-.182
	x7	-.055	.058	.130	.026	-.043	.007	.873	-.239
	x8	.018	-.068	-.050	.038	.097	-.182	-.239	.838
	Anti-image Correlation	X1	.536 <sup>a</sup>	-.455	-.145	-.094	-.019	-.250	-.071
x2		-.455	.481 <sup>a</sup>	.033	-.422	-.096	.450	.088	-.105
x3		-.145	.033	.577 <sup>a</sup>	.247	-.090	.320	.160	-.063
x4		-.094	-.422	.247	.581 <sup>a</sup>	.156	-.180	.034	.051
x5		-.019	-.096	-.090	.156	.650 <sup>a</sup>	.033	-.048	.110
x6		-.250	.450	.320	-.180	.033	.465 <sup>a</sup>	.009	-.251
x7		-.071	.088	.160	.034	-.048	.009	.569 <sup>a</sup>	-.280
x8		.024	-.105	-.063	.051	.110	-.251	-.280	.527 <sup>a</sup>

a. Measures of Sampling Adequacy(MSA)

Berdasarkan tabel 4.12, dapat dilihat bahwa variabel X2 (Cemas) dan X6 (Manajemen waktu) mempunyai nilai korelasi di bawah 0,5. Oleh Karena itu, kedua variabel tersebut dieliminasi dari sub-variabel pembentuk faktor-faktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2009 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang. Sedangkan variabel yang layak dianalisis lebih lanjut adalah variabel X1 (Takut Gagal), X3 (Perfeksionis), X4 (Tidak Percaya diri), X5 (Persepsi), X7 (Kelelahan) dan X8 (Lingkungan).

Analisis selanjutnya adalah menentukan jumlah faktor yang diperlukan untuk mewakili data. Pada langkah ini akan diketahui sejumlah faktor yang dapat

diterima atau layak mewakili seperangkat variabel yang dianalisis dengan melihat dari besarnya nilai *eigen value* serta presentase varian total. Tahapan ini menggunakan teknik PCA (*Principal Component Analysis*) guna memudahkan peneliti untuk memilih faktor inti yang dapat mewakili sekelompok variabel. Faktor inti yang dipakai adalah yang mempunyai nilai eigen value minimal sama dengan 1,00 (satu). Hasil analisis dari tahapan ini dapat dilihat pada Tabel 4.13 berikut ini :

**Tabel 4.13 Hasil Rotasi Faktor**

Component	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	1.585	26.415	26.415	1.585	26.415	26.415	1.318	21.970	21.970
2	1.282	21.372	47.787	1.282	21.372	47.787	1.313	21.890	43.859
3	1.069	17.816	65.603	1.069	17.816	65.603	1.305	21.743	65.603
4	.883	14.717	80.319						
5	.657	10.952	91.272						
6	.524	8.728	100.000						

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Tabel 4.13 di atas memberikan informasi bahwa jumlah faktor inti yang memiliki nilai *eigen value* lebih besar dari 1,00 sebanyak tiga (3) komponen. Sedangkan total varians dari ketiga komponen tersebut sebesar 65,603%. Agar bisa diketahui variabel-variabel mana saja yang masuk ke dalam 3 faktor inti tersebut bis dilihat pada Tabel 4.14 Component Matrix.

**Tabel 4.14 Rotated Component Matrix**

Fak-tor	Component		
	1	2	3
X1	.197	.073	.876
x3	.733	-.171	-.095
x4	-.455	-.086	.723
x5	.724	-.002	.062
x7	-.045	.818	-.016
x8	-.091	.776	.028

Extraction Method: Principal Component Analysis.  
Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 5 iterations.

Tabel di 4.14 merupakan inti dari analisa faktor, yaitu menentukan ketiga faktor utama yang telah teridentifikasi melalui beberapa tahapan sebelumnya. Cara membaca tabel 4.14 cukup mudah, dalam tabel terdapat 3 komponen yang merupakan faktor-faktor utama pembentuk prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2009 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang. Untuk menentukan variabelnya, dipilih nilai koefisien yang tertinggi pada setiap kolom komponen. Setelah mendapatkan nilai koefisien tertinggi, kemudian dicocokkan pada kolom sebelah kiri, yaitu kolom faktor. Setelah dicocokkan, maka dapat dilihat bahwa pada komponen 1 terdapat variabel X3 (tidak percaya diri) yang mempunyai nilai tertinggi, yaitu sebesar 0,733. Pada komponen 2 terdapat variabel X7 (Kelelahan) yang bernilai 0,818. Sedangkan pada komponen 3 terdapat variabel X1 (Takut gagal) yang mempunyai nilai 0,876.

Dari pemaparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tiga variabel tersebut memiliki persentase tinggi sebagai indikator faktor pembentuk prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2009 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang. Sedangkan variabel yang lain (X4, X5 dan X8) juga ikut serta sebagai faktor pembentuk prokrastinasi akademik dengan persentase lebih kecil.

Agar lebih mudah dibaca dan dipahami, maka peneliti akan mengelompokkan seluruh variabel sesuai dengan kelompok faktornya.

**Tabel 4.15 Hasil Rotasi Faktor**

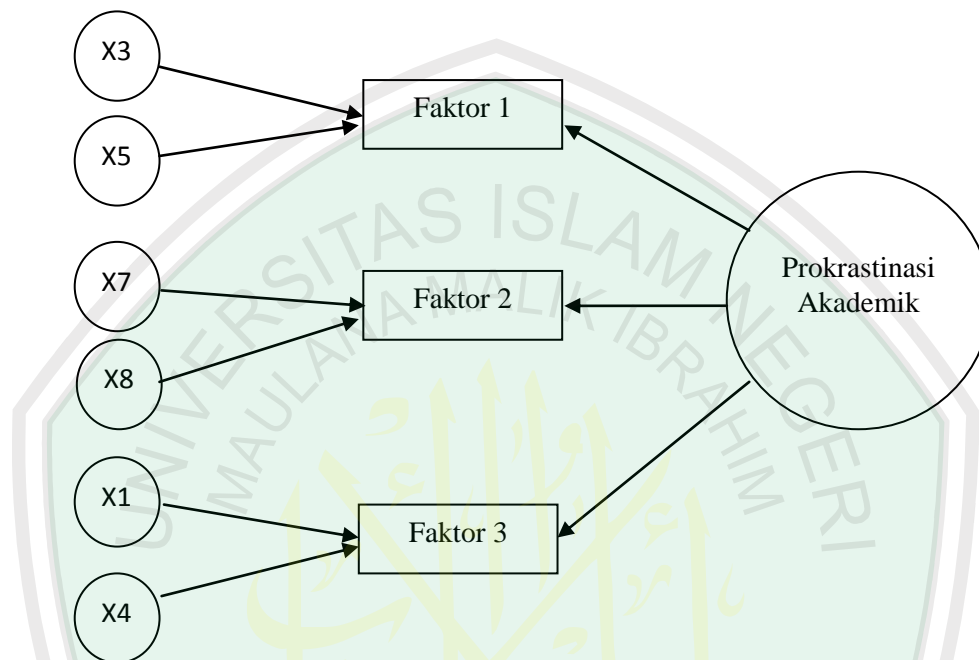
No.	Variabel	Nilai	Faktor	<i>Eigen Value</i>	% <i>Variance</i>
1.	Tidak Percaya Diri (X3)	0,733	1	1,585	26,415
2.	Persepsi (X5)	0,724			
3.	Kelelahan (X7)	0,818	2	1,282	21,372
4.	Lingkungan (X8)	0,776			
5.	Takut Gagal (X1)	0,876	3	1,069	17,816
6.	Perfeksionis (X4)	0,723			

Total varians dari 3 faktor adalah 65,603%, sehingga memenuhi persyaratan varian yaitu sebesar 0,6. Pengertian total varian sebesar 65,603% adalah ketiga faktor tersebut merupakan faktor utama yang menyebabkan mahasiswa Psikologi angkatan 2009 melakukan prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya (34,397%) merupakan faktor lain di luar tiga faktor yang disebutkan di atas yang menjadi penyebab terjadinya prokrastinasi akademik. Untuk faktor-faktor lain selain tiga faktor di atas bisa diteliti lagi oleh peneliti selanjutnya. Karena pada penelitian ini hanya menganalisis faktor-faktor yang terdapat pada teori saja.

Gambar 4.1 di bawah ini, memberikan informasi tentang pengelompokan variabel. Dapat dilihat bahwa variabel X3 dan X5 masuk ke dalam kelompok faktor 1, variabel X7 dan X8 masuk ke dalam kelompok faktor 2, sedangkan variabel X1 dan X4 masuk ke dalam faktor ke 3. Setelah ke-enam faktor sudah direduksi menjadi tiga faktor, maka langkah selanjutnya adalah memberi nama faktor-faktor tersebut. Pemberian nama faktor bisa dilihat dari indikator-indikatornya. Faktor pertama, meliputi indikator tidak percaya diri (X3) dan

Persepsi (X5). Faktor kedua, meliputi kelelahan (X7) dan lingkungan (X8). Sedangkan faktor ketiga meliputi takut gagal (X1) dan perfeksionis (X4).

**Gambar 4.1 Skema Rotasi Faktor**



Sumber : Output Analisis Faktor

Berikut adalah penjelasan dari tiap-tiap indikator dengan kelompok faktornya yang berdasarkan teori guna mencari nama yang tepat.

a. Faktor Pertama

Faktor pertama terdiri dari variabel tidak percaya diri dan persepsi. Tidak percaya diri adalah suatu keyakinan yang memandang dirinya sendiri tidak mempunyai kemampuan yang dimiliki oleh orang lain. Serta, mahasiswa yang tidak percaya diri mempunyai pola pikir yang tidak realistis. Mereka juga memandang kehidupan dengan pesimis, artinya mereka selalu merasa putus asa sebelum mencoba.

Indikator kedua dari faktor utama adalah persepsi. Persepsi pada penelitian ini adalah cara pandang seseorang mengenai prokrastinasi. Setiap mahasiswa, mempunyai cara pandang yang berbeda-beda, hal itu bisa dikarenakan oleh beberapa hal, seperti perhatiannya, *mindset*, sistem nilai, kebutuhan dan tipe kepribadian masing-masing individu.

Berdasarkan penjelasan di atas, menyatakan bahwa indikator pertama dan kedua hampir memiliki ciri-ciri yang sama, yaitu pada ciri pola pikir (*mindset*). Kedua indikator tersebut sama-sama disebabkan oleh cara pandang dan keyakinan dari pelaku yang menyebabkan prokrastinasi. Oleh karena itu, faktor pertama diberi nama faktor kognitif.

b. Faktor Kedua

Faktor kedua, meliputi indikator kelelahan dan lingkungan. Tidak sedikit mahasiswa mengalami kelelahan karena jadwal kegiatannya yang padat, khususnya mahasiswa tingkat akhir. Selain itu, kelelahan bisa terjadi akibat tuntutan mental dan fisik pekerjaan, perencanaan dan penjadwalan kegiatan, waktu kerja, kondisi lingkungan, serta faktor dari individu itu sendiri. Karena merasa kelelahan, banyak mahasiswa yang menunda tugasnya dan tidak belajar untuk materi besok. Hal itu jika dilakukan terus menerus akan berefek tidak baik. Kondisi yang membuat tubuh menjadi lemas itu sebenarnya bisa dihindari dengan mengatur manajemen waktu dan diri sendiri menjadi lebih kondusif lagi.

Indikator kedua adalah lingkungan. Lingkungan merupakan segala sesuatu yang ada disekitar manusia yang mempengaruhi perkembangan hidupnya, baik secara langsung maupun tidak langsung. Lingkungan terdiri dari bermacam-

macam seperti lingkungan keluarga, masyarakat dan akademik. Tanpa disadari, lingkungan yang ada di sekitar manusia ternyata juga ikut andil pada perilaku prokrastinasi.

Kedua indikator tersebut memiliki hubungan satu sama lain dalam mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi. Karena kedua indikator ini sama-sama disebabkan oleh bentuk perilaku baik dari diri sendiri dan orang lain. maka peneliti memberi nama faktor kedua dengan nama faktor behavior.

c. Faktor Ketiga

Faktor ketiga adalah faktor yang terdiri dari indikator takut gagal dengan perfeksionis. Takut gagal adalah salah satu bentuk emosi yang mendorong seseorang untuk menjauhi kegagalan dan sedapat mungkin terhindar dari kegagalan itu. Orang yang mengalami takut tersebut berusaha keras untuk menghindari kegagalan. Mereka selalu merasa dirinya terkenggang akan ketakutan, mereka menganggap bahwa kegagalan akan membawa dampak negatif terhadap hidupnya.

Indikator kedua adalah perfeksionis. Pada bentuknya sebagai penyakit, perfeksionis dapat menyebabkan seseorang memiliki perhatian berlebih terhadap detail suatu hal dan bersifat obsesif-kompulsif, sensitif terhadap kritik, cemas berkepanjangan, keras kepala, berpikir sempit dan suka menunda. Mahasiswa perfeksionis biasanya memiliki standar yang terlalu tinggi untuk kinerja dan disertai dengan kecenderungan untuk terlalu kritis dalam mengevaluasi diri dari perilaku seseorang.

Jika takut gagal dengan perfeksionis dihubungkan, maka bisa disimpulkan bahwa indikator takut gagal dengan perfeksionis sama-sama ingin menghindari kesalahan dan ketidakberhasilan yang disebabkan oleh emosi pelaku. Kedua indikator tersebut sama-sama memiliki perasaan yang tidak nyaman ketika dihadapkan pada kegagalan. Oleh karena itu, peneliti memberi nama faktor ketiga dengan faktor afektif.

#### **D. Pembahasan**

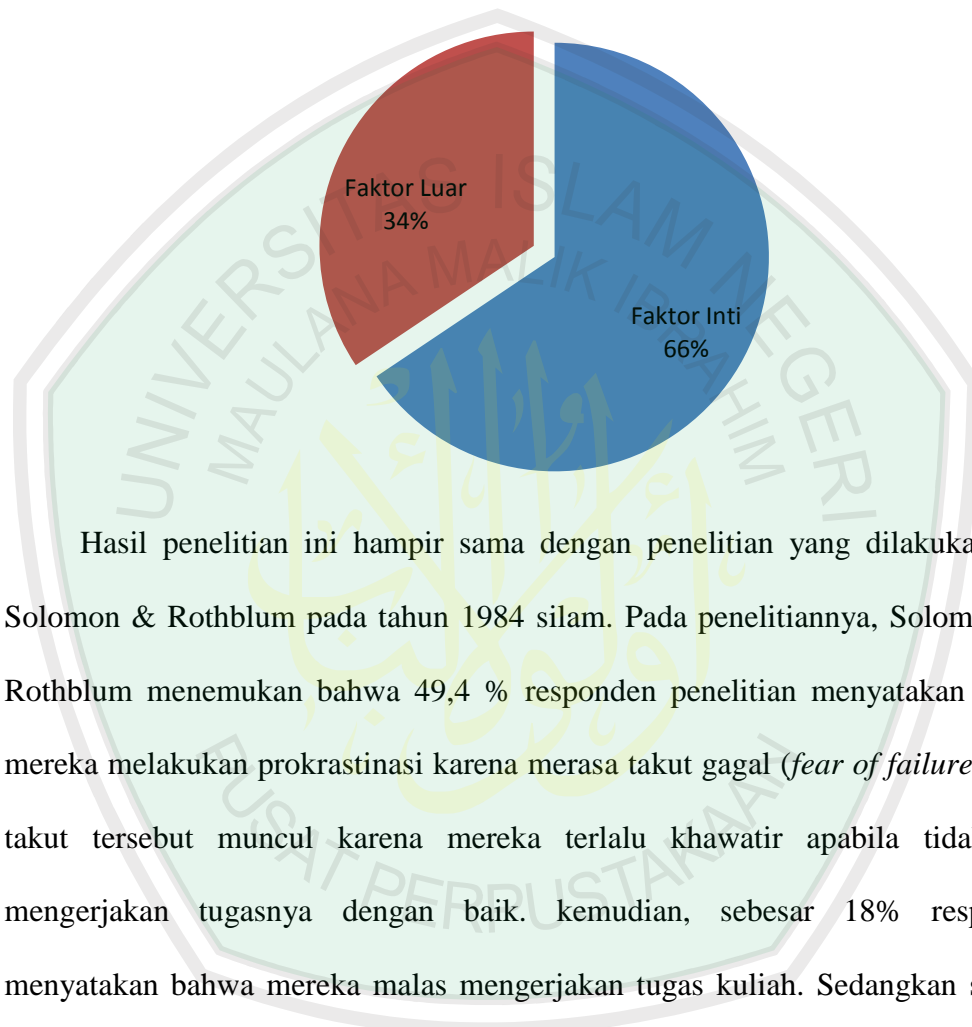
Hasil analisis faktor menyatakan bahwa penyebab prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi angkatan 2009 di UIN Maliki Malang adalah faktor kognitif, behavior dan afektif. Di antara ketiga faktor tersebut, faktor kognitif mendapatkan peringkat satu yang menjadi sebab utama terjadinya prokrastinasi akademik. Hal itu dikarenakan faktor kognitif mempunyai persentase sebesar 26,415%, sedangkan faktor behavior mempunyai persentase sebesar 21,372% dan faktor afektif sebesar 17,816% (lihat Tabel 4.15).

Apabila persentase ketiga faktor tersebut digabung, maka akan menghasilkan persentase sebesar 65,603%. Total varian sebesar 65,603% menerangkan bahwa ketiga faktor tersebut merupakan faktor utama yang menyebabkan mahasiswa Psikologi angkatan 2009 melakukan prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya sebesar 34,397% menerangkan bahwa masih ada faktor-faktor lain yang masih belum terlihat yang menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi. Berikut adalah pola grafik berdasarkan besarnya



persentase dari faktor-faktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi UIN Malang angkatan 2009.

Gambar 4.2 Persentase Faktor Prokrastinasi Akademik



Hasil penelitian ini hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Solomon & Rothblum pada tahun 1984 silam. Pada penelitiannya, Solomon dan Rothblum menemukan bahwa 49,4 % responden penelitian menyatakan bahwa mereka melakukan prokrastinasi karena merasa takut gagal (*fear of failure*). Rasa takut tersebut muncul karena mereka terlalu khawatir apabila tidak bisa mengerjakan tugasnya dengan baik. kemudian, sebesar 18% responden menyatakan bahwa mereka malas mengerjakan tugas kuliah. Sedangkan sisanya diketahui bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa juga disebabkan oleh pengambilan resiko (*risk-taking*), kurangnya pernyataan yang tegas (*lack of assertion*), pemberontakan terhadap kontrol diri (*rebellion against control*), dan kesulitan dalam membuat keputusan (*difficulty making decisions*).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Popola (dalam Akinsola, dkk., 2007: 364) juga sependapat dengan hasil penelitian Solomon dan Rothblum, ia

menganggap bahwa prokrastinasi sebagai sifat yang berhubungan dengan kognitif, perilaku dan komponen emosional. Begitu juga Ferrari, dalam karyanya ia menyatakan bahwa perilaku prokrastinasi pada zaman sekarang lebih terkait dengan faktor emosional, perilaku dan kognitif (dalam Freeman, dkk., 2011: 376). Literatur-literatur yang berkembang sekarang pun menunjukkan bahwa penundaan bukan hanya masalah dari manajemen waktu. Penundaan merupakan proses yang kompleks yang melibatkan afektif, kognitif, dan komponen perilaku (Fee & Tangney, dalam Chu & Choi, 2005: 245).

Ellis dan Knaus sendiri menganggap prokrastinasi sebagai bentuk penghindaran dari suatu kegiatan, memang sengaja untuk terlambat dan mempunyai alasan untuk membenarkan perilaku tersebut serta menghindari kesalahan (dalam Akinsola, dkk., 2007: 364). Salah satu bentuk umum dari terjadinya prokrastinasi akademik adalah siswa yang menunggu sampai detik terakhir untuk menyerahkan tugasnya atau belajar hanya ketika menghadapi ujian saja (Millgram, dkk., dalam Akinsola, dkk., 2007: 364).

Prokrastinator akademik biasanya membuat empat distorsi kognitif yang mempertahankan mereka untuk menghindari tugas. Hal tersebut adalah banyaknya waktu yang tersisa untuk melakukan tugas, meremehkan waktu dalam penyelesaian tugas, motivasi yang tinggi terhadap pencapaian masa depan, memiliki keyakinan akan perlunya kongruensi emosional untuk berhasil dalam mengerjakan tugas, dan keyakinan bahwa bekerja harus berada dalam kondisi hati yang baik (Noran, dalam Akinsola, dkk., 2007: 365).

Berbeda individu, berbeda pula cara dan alasan mereka melakukan prokrastinasi. Seperti yang telah diuraikan di atas, ada orang melakukan prokrastinasi karena merasa takut gagal, ada juga beberapa orang yang memang berniat melakukan untuk penundaan karena semakin waktu tenggang mereka habis semakin merasa tertantang dan ide brilian bisa muncul begitu saja. Apapun alasan dan cara mereka melakukan prokrastinasi, tentunya penundaan akan merugikan mereka sendiri.

Beberapa dampak yang diakibatkan oleh prokrastinasi akademik diutarakan oleh Burka & Yuen (2008: 8). Dalam bukunya, Burka dan Yuen menyatakan bahwa terdapat dua cara prokrastinasi membuat hidup seseorang bermasalah. Prokrastinator mungkin menderita karena *internal consequences*, perasaan mereka menjadi terluka, menyesal dan juga putus asa. Bisa saja seseorang yang melakukan prokrastinasi terlihat hidupnya baik-baik saja, ia terlihat sukses dan sibuk dengan kegiatannya. Namun, di dalam hatinya ia merasa sedih, frustrasi dan marah terhadap diri mereka sendiri karena prokrastinasi menghambat semua pekerjaan yang mereka anggap mampu untuk diselesaikan.

Tidak hanya itu, prokrastinasi juga memberikan dampak eksternal (*external consequences*) bagi seseorang. Terkadang dampak eksternal datang dengan tiba-tiba, bahkan tanpa terpikir akan konsekuensinya. Banyak orang yang melakukan prokrastinasi merasakan kemunduran besar dalam pekerjaan, kampus, hubungan mereka atau di rumahnya dan kehilangan banyak sekali hal-hal yang penting untuk mereka. Maka dari itu, hindarilah perilaku prokrastinasi akademik.

Gunawinata dkk (2008: 257) juga meneliti tentang prokrastinasi dan hasil penelitiannya menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan suatu masalah serius yang membawa konsekuensi bagi pelakunya. Konsekuensi dari perilaku prokrastinasi itu sendiri membawa dampak pro dan kontra terhadap kondisi psikologis dan fisiologis sang pelaku. Beberapa peneliti prokrastinasi telah menemukan dampak yang akan terjadi ketika seseorang melakukan penundaan. Dampak yang didapat bisa bersifat positif dan/atau negatif. Simpulan yang diperoleh dari beberapa referensi menyatakan bahwa konsekuensi negatif dibedakan menjadi dua, yaitu internal dan eksternal. Secara internal, prokrastinasi dapat menyebabkan seseorang merasakan frustrasi, marah, dan rasa bersalah. Sedangkan secara eksternal, prokrastinasi dapat menyebabkan keterlambatan dalam bidang akademik, hilangnya kesempatan untuk berprestasi serta hilangnya waktu dengan sia-sia. Selain itu, Suriyah dan Sia (dalam Jurnal Gunawinata, dkk., 2008: 257) mengatakan bahwa prokrastinator cenderung memiliki prestasi akademik yang rendah, terlambat menyelesaikan penelitian dan terlambat lulus kuliah.

Pada sisi lain, prokrastinasi juga membawa keuntungan bagi pelakunya. Hampir dalam semua kasus, perilaku penundaan melindungi kita dari perasaan yang tidak menyenangkan. Prokratinasi sering menyelamatkan kita dari rasa takut akan kegagalan (*fear of failure*). Kita lebih memilih untuk meninggalkan hal-hal yang membuat takut. Dengan begitu kita bisa merasa aman pada awalnya. Namun, efek tersebut tidak berlangsung lama. Menurut Tice dan Baumeister, 1997 (dalam penelitian Fibrianti, 2009: 20) prokrastinasi memang memiliki keuntungan dalam

mengurangi stress akibat tuntutan tugas, akan tetapi seiring berjalannya waktu dan mendekatnya batas penyelesaian tugas ternyata tingkat stress pada prokrastinator meningkat. Tuntutan untuk segera menyelesaikan tugas menyebabkan rasa takut dan cemas semakin kuat.

Dampak dari perilaku prokrastinasi akademik terhadap mahasiswa Psikologi bisa dilihat secara nyata. Idealnya, mahasiswa angkatan 2009 Fakultas Psikologi sudah lulus kuliah dan di Yudisium pada bulan Mei 2013 lalu. Namun, kenyataannya mahasiswa yang lulus tepat waktu hanya terdiri dari 35 orang saja. Sisanya, 129 mahasiswa Psikologi angkatan 2009 dinyatakan belum lulus. Penyebab mahasiswa terlambat lulus kuliah adalah masih banyaknya mata kuliah yang belum diambil, sedangkan mahasiswa yang lain masih disibukkan dengan pengerjaan skripsinya.

Fenomena prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi UIN Maliki Malang juga diteliti oleh Ayu Wulandari pada tahun 2010. Dalam penelitiannya, Wulandari mengetahui jumlah mahasiswa Psikologi yang melakukan prokrastinasi akademik dari hasil persentase mahasiswa yang lulus tepat waktu dan yang terlambat lulusnya. Pada saat itu, terdapat 162 mahasiswa Psikologi dari angkatan 2003 sampai angkatan 2006 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang belum diwisuda pada tahun ajaran 2009/2010. Dari hasil tersebut bisa kita ketahui bahwasanya mahasiswa Psikologi banyak yang melakukan prokrastinasi. Seharusnya jika disesuaikan dengan kalender akademik, mahasiswa angkatan 2003 bisa lulus tepat waktu pada tahun

ajaran 2007/2008, angkatan 2004 lulus pada tahun ajaran 2008/2009, 2005 lulus pada tahun ajaran 2009/2010, 2006 lulus pada tahun ajaran 2010/2011.

Prokrastinasi atau penundaan merupakan fenomena psikologis yang lazim dan kompleks yang telah didefinisikan sebagai penundaan yang dilakukan di awal atau dalam proses penyelesaian tugas (Freeman, dkk., 2011: 375). Perilaku tersebut bisa merusak produktivitas kerja yang berakibat pada kualitas hasil pekerjaan. Terlebih lagi apabila kita mengerjakan tugas dengan terburu-buru karena merasa dikejar oleh waktu. Tenaga dan pikiran kita tidak bisa bekerja secara maksimal karena hal tersebut. Mahasiswa yang sebenarnya memiliki kemampuan di atas rata-rata menjadi tidak terapresiasikan, dengan begitu hasil pekerjaannya pun bernilai standart bahkan bisa menjadi rendah.

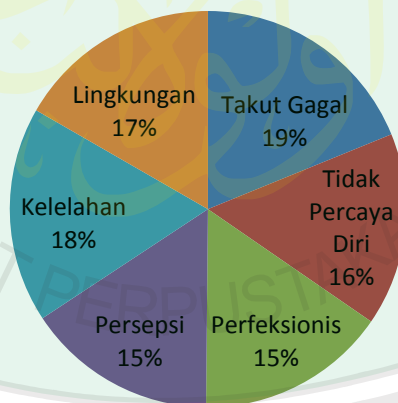
Prokrastinasi pada mahasiswa Psikologi dapat dihindari jika kita mengetahui penyebab utamanya. Dengan mengetahui faktor-faktor prokrastinasi akademik, setidaknya kita bisa mengantisipasi lebih awal dan berusaha untuk tidak melakukannya. Melalui penelitian ini, peneliti menjadi tahu bahwa prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa psikologi angkatan 2009 disebabkan oleh faktor kognitif, afektif dan perilaku. Ketiga faktor tersebut secara umum memiliki andil sebesar 65,603% dalam mempengaruhi prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya merupakan faktor-faktor lain yang masih belum terungkap.

Faktor kognitif, afektif dan perilaku merupakan faktor umum dan masih bisa dispesifikan. Secara spesifik, faktor kognitif terdiri dari indikator persepsi dan tidak percaya diri. Faktor afektif terdiri dari indikator takut gagal dan perfeksionis. Sedangkan faktor perilaku terdiri dari kelelahan dan lingkungan. Dari keenam

indikator tersebut, takut gagal merupakan indikator pertama yang menjadi penyebab prokrastinasi akademik dan tergolong dalam faktor kognitif. Hal itu menandakan bahwa banyak mahasiswa psikologi yang memiliki pemikiran yang irasional sehingga mereka menjadi terlalu sering memikirkan hal-hal yang belum tentu terjadi.

Apabila digrafikkan, maka bisa dilihat secara jelas peringkat dari variabel laten yang menyebabkan mahasiswa Psikologi angkatan 2009 melakukan prokrastinasi. Berikut adalah bentuk grafik dari variabel laten prokrastinasi akademik berdasarkan besar persentasenya.

Gambar 4.3 Grafik Persentase Variabel Laten Prokrastinasi Akademik



Persentase tertinggi adalah variabel laten takut gagal yang memiliki persentase sebesar 19%. Hal ini menandakan bahwa mahasiswa Psikologi angkatan 2009 UIN Maliki Malang banyak yang melakukan penundaan karena merasa takut gagal. Takut gagal dapat ditafsirkan sebagai suatu evaluasi kerangka kerja yang mempengaruhi pandangan seseorang terhadap definisi kegagalan

dalam lingkup prestasi. Hal tersebut berarti bahwa seseorang yang mengalami takut akan kegagalan mengalami penyempitan definisi atau makna-makna dibalik kegagalan yang sudah dialaminya. Sehingga, ia tidak mampu bangkit dari rasa takutnya. Ia selalu merasa dirinya terkengang akan ketakutan, mereka menganggap bahwa kegagalan akan membawa dampak negatif terhadap hidupnya. Kemungkinan yang terjadi justru mereka memilih menghindar sebagai mekanisme pertahanan dirinya agar mereka jauh dari kegagalan. Akibatnya, orang yang takut akan kegagalan tidak akan dapat berkembang dan jauh dari kesuksesan.

Persentase terbesar kedua adalah variabel kelelahan yang berjumlah 18%. Hal ini menyatakan bahwa tidak sedikit mahasiswa yang melakukan prokrastinasi beralasan bahwa mereka sedang lelah. Rasa lelah sangat wajar dirasakan mahasiswa saat mengerjakan tugas yang melibatkan fungsi mental atau fisik yang berkepanjangan. Namun, lelah yang berlebih akan membuat seseorang merasa seperti lemah dan kurang bertenaga dalam mengerjakan pekerjaannya. Hal itu tentu memiliki efek terhadap kinerja kita, baik efek jangka pendek maupun jangka panjang. Efek jangka pendek yang mungkin terjadi adalah berkurangnya kemampuan berkonsentrasi, kemampuan mengingat, kemampuan mengontrol emosi, dan menurunnya kemampuan kinerja kita yang lain. Selain itu, rasa lelah juga dapat meningkatkan tingkat kesalahan dan resiko mengalami kecelakaan. Sedangkan jangka panjangnya, kelelahan dapat mempengaruhi kesehatan kita dan menyebabkan berbagai penyakit seperti diabetes, penyakit jantung, tekanan darah tinggi, gangguan pencernaan, depresi dan kecemasan (Handout VIC, 2008: 4).



Lingkungan mempunyai persentase sebesar 17% yang berarti menjadi penyebab prokrastinasi dengan urutan ketiga. Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar kita yang mempengaruhi perkembangan hidup manusia baik secara langsung maupun tidak langsung. Lingkungan dipandang sebagai tempat beradanya manusia dalam melakukan segala aktivitas kesehariannya. Ada tiga macam lingkungan yang berperan sangat penting dalam perkembangan manusia, yaitu: keluarga, masyarakat dan sekolah.

Variabel laten selanjutnya adalah tidak percaya diri yang mempunyai persentase sebesar 16%. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan terlihat lebih tenang dalam segala situasi, tidak memiliki rasa takut yang berlebihan dan selalu mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan terlebih dahulu. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak percaya diri akan merasa resah dan terus merasa bahwa dirinya memiliki banyak kekurangan, pesimis serta berpikir subjektif. Merasa memiliki kekurangan merupakan naluri manusia yang alami, namun dampaknya dapat terjadi pada pola pikiran, perilaku, kepribadian, kesuksesan maupun kegagalan dalam hidup kita. Perasaan ini dapat terjadi dalam bentuk perasaan yang benar-benar faktual sekaligus didasari oleh adanya kekurangan yang benar-benar nyata baik dari pandangan orang lain atau diri sendiri. Namun, terkadang perasaan ini memang benar ada tetapi tidak didasari oleh kekurangan yang nyata. Yaitu, kekurangan-kekurangan yang dianggap remeh oleh orang lain tapi di mata diri sendiri merupakan kekurangan yang sangat serius.

Variabel laten persepsi memiliki persentase sebesar 15%. Persepsi merupakan suatu kemampuan individu dalam membeda-bedakan,

mengelompokkan, memfokuskan sesuatu yang selanjutnya akan diinterpretasikan oleh otak (Sarwono, 2009: 86). Persepsi berlangsung saat seseorang menerima stimulus dari dunia luar yang ditangkap oleh panca indera dan kemudian masuk ke dalam otak. Di dalam otak terjadi proses berpikir yang pada akhirnya terwujud dalam bentuk pemahaman. Pemahaman inilah yang disebut dengan persepsi.

Salah satu tokoh yang menjelaskan tentang prokrastinasi akademik dari sudut pandang *cognitive-behavioral* adalah Ellis dan Knaus. Mereka berpendapat bahwa prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irrasional yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan irrasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas kuliah, seseorang memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of the task dan fear of failure*) (Burka dan Yuen, 1983; Solomon dan Rothblum, 1984). Oleh karena itu seseorang merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugasnya secara maksimal, sehingga seseorang menunda-nunda dalam menyelesaikan tugasnya.

Variabel laten yang terakhir adalah perfeksionis dengan persentase sebesar 15%. Seseorang yang perfeksionis akan mematok standar tujuannya terlalu tinggi dan mempunyai ambisi yang berlebihan. Pemikiran ini cenderung merujuk pada individu yang mengevaluasi kualitas dirinya terlalu ekstrim. Orang perfeksionis secara tidak langsung menciptakan pemikiran yang tidak realistis dan tekanan (pikiran dan batin) yang sebenarnya mengganggu. Apabila mahasiswa mengalami perfeksionis, dampaknya terlihat pada saat mereka sedang mengerjakan tugas. Ada mahasiswa yang mengumpulkan bahan/data sampai lengkap baru mengerjakan. Ada pula mahasiswa yang selalu merasa kurang puas terhadap hasil

yang telah dikerjakannya. Secara tidak langsung mereka malah mengulur-ngulur waktu sampai jangka waktu pengumpulan tugas berakhir.

Dari pembahasan di atas, dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku negatif yang harus dihindari sejak dini. Setelah mengetahui indikator-indikator dan faktor inti dari prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi angkatan 2009 UIN Maliki Malang diharapkan para mahasiswa dapat menghindari perilaku tersebut. Perubahan pola pikir juga penting diterapkan bagi mahasiswa yang melakukan prokrastinasi. Berawal dari perubahan *mindset* akan berefek pada kondisi emosional dan behavioral seseorang. Perpaduan antara perubahan komponen kognitif, afektif dan behavior yang seimbang akan menjadikan seseorang menjadi lebih berkualitas dan terhindar dari prokrastinasi.