

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN
PROKASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA AKHIR
ANGKATAN 2015 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI



oleh

Moh Shodiqul Masduq

NIM 15410040

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2020**

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN
PROKASTINASI PADA MAHASISWA AKHIR ANGKATAN
2015 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI



oleh

Moh Shodiqul Masduq

NIM 15410040

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2020**

**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN PROKRASTINASI PADA
MAHASISWA AKHIR ANGKATAN 2015 UIN MALANG**



SKRIPSI

Oleh:

**Moh Shadiqul Masduq
NIM. 15410040**

Telah disetujui oleh:
Dosen Pembimbing

**Drs. H. Wahya, MA
NIP. 19660518 199103 1 004**

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



**Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2 001**

HALAMAN PENGESAHAN

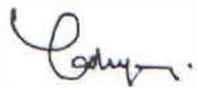
**HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN PROKRASINASI PADA
MAHASISWA AKHIR ANGKATAN 2015 UIN MALANG**

SKRIPSI

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Drs. H. Yahya, MA
NIP. 19660518 199103 1 004

Penguii Utama



Dr. Iin Tri Wahana, M.Si,
Psikolog
NIP. 197207181 99903 2 001

Ketua Penguji



Dr. Zamroni, M. Pd
NIP. 19871006 20160801 1 039

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
pada Tanggal

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M. Si
NIP. 19691029 199403 2 001

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Moh Shodiqul Masduq

NIM 15410040

Fakultas : Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN PROKRASTINASI PADA MAHASISWA AKHIR ANGAKATAN 2015 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG” adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Univesitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benanya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 2020



Moh Shodiqul Masduq

NIM. 15410040

MOTTO

“Tumbuh dewasa menjadi generasi
beradab dan amanah dalam memimpin dunia”.

PERSEMBAHAN

Puji syukur keharat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya. Sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik tanpa hambatan apapun. Karya sederhana ini saya persembahkan kepada :

1. Ibu saya Hermien Indri Astuti yang telah melahirkan, membesarkan, memotivasi, mendoakan serta memberikan kasih sayang yang teramat besar dan tidak mungkin bisa membalas jasa beliau
2. Ayah saya Sholikuddin yang selalu mendo'akan, memotivasi, membesarkan saya dengan penuh pengorbanan tanpa beliau saya bukanlah siapa-siapa.
3. Seluruh civitas akademika Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan lingkungan yang baik bagi penanaman karakter saya kedepannya.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirobbilalamin Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW dan semoga kita dapat mendapatkan syafa'at beliau pada hari akhir nanti.

Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti ingin menyampaikan banyak terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag selaku rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si selaku dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Drs. M. Yahya, MA sebagai dosen pembimbing yang telah sepenuh hati meluangkan waktu dan membantu dalam proses pengerjaan skripsi.
4. Seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang atas segala ilmu yang diberikan.

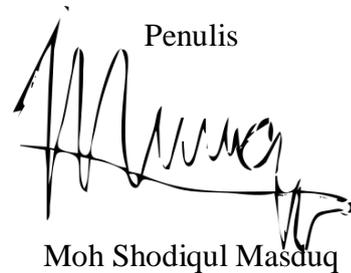
Akhir kata penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang sudah terlibat dan membantu dalam penelitian ini. Sekiranya adanya

kekurangan dan kelebihan skripsi ini semoga dapat bermanfaat dan memberikan sumbangan keilmuan khususnya dalam keilmuan psikologi.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Malang, 2020

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Moh Shodiqul Masduq', written in a cursive style.

Moh Shodiqul Masduq

NIM. 15410040

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat	7
BAB II.....	9
KAJIAN TEORI.....	9
A. Dewasa Awal	9
B. Kematangan Emosi	12
1) Definisi Kematangan Emosi.....	12
2) Perspektif Psikologi	14
3) Aspek Kematangan Emosi	17
4) Karakteristik Kematangan Emosi	22
5) Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kematangan Emosi	23
6) Pengukuran Variabel.....	25
C. Prokrastinasi Akademik.....	29

1. Definisi Prokrastinasi.....	29
2. Perspektif Psikologi	31
3. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik	33
4. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik	37
5. Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik.....	39
6. Dampak Prokrastinasi Akademik.....	41
7. Pengukuran Variabel.....	43
D. Hubungan Kematangan Emosi dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Skripsi.....	45
E. Hipotesis Penelitian.....	47
BAB III.....	48
METODOLOGI PENELITIAN	48
A. Rancangan Penelitian	48
B. Identifikasi Variabel.....	48
C. Definisi Operasional.....	49
2. Prokrastinasi Akademik.....	50
D. Populasi dan Sampel Subjek Penelitian	51
E. Teknik Pengumpulan Data	52
F. Reliabilitas dan Validitas.....	56
1. Validitas	56
2. Reliabilitas	57
G. Analisis data.....	57
1. Analisis statistik deskriptif.....	58
2. Uji Normalitas	59
H. Uji hipotesis	60
BAB IV	62
PEMBAHASAN.....	62
A. Latar Belakang Subjek.....	62
1. Gambaran Lokasi.....	62
2. Waktu dan Tempat	63
3. Jumlah Subjek Penelitian	63

4. Jumlah Subjek yang Dianalisis	64
5. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data	64
B. Hasil Pengukuran X	65
1. Uji Validitas	65
2. Uji Reliabilitas	67
3. Kategorisasi Data.....	67
C. Hasil Pengukuran Y	69
1. Uji Validitas	69
2. Uji Realiabilitas	70
3. Kategorisasi.....	71
D. Uji Normalitas	72
E. Uji hipotesis	74
F. Pembahasan Diskusi hasil	75
1. Tingkat Kematangan Emosi Pada Mahasiswa Akhir Angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.....	75
2. Tingkat Prokrastinasi Mahasiswa Akhir Angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang	77
3. Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa Akhir	80
BAB V.....	84
KESIMPULAN	84
A. Kesimpulan	84
B. Saran.....	85
DAFTAR PUSTAKA	86

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Distribusi Aitem Skala Kematangan Emosi (sebelum sebar)	50
Tabel 3.2	Distribusi Aitem Skala Prokrastinasi Akademik (sebelum uji coba)	51
Tabel 3.3	Norma Kategorisasi	55
Tabel 3.4	Interpretasi korelasi antar variable	56
Tabel 4.1	Skor Empirik Kematangan Emosi.....	61
Tabel 4.2	Hasil Scanning Uji Validitas Aitem pada Skala Kematangan Emosi.....	62
Tabel 4.3	Uji Reliabilitas Skala.....	63
Tabel 4.4	Norma Kategorisasi	63
Tabel 4.6	Skor Empirik Prokrastinasi	65
Tabel 4.7	Hasil Scanning Uji Validitas pada Skala Prokrastinasi	65
Tabel 4.8	Realibilitas Skala Prokrastinasi.....	66
Tabel 4.9	Norma Kategorisasi.....	66
Tabel 4.10	Kategorisasi Data	67
Tabel 4.11	Hasil Uji Normalitas.....	68
Tabel 4.12	Hasil Uji Regresi Linier Sederhana.....	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Kategorisasi Tingkat Kematangan Emosi	64
Gambar 4.2 Total Responden.....	67

ABSTRAK

Masduq, Moh Shodiqul. 2020. Hubungan Kematangan Emosi dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Akhir Angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: Drs. M. Yahya, MA

Kematangan emosi didefinisikan sebagai sebuah perilaku kedewasaan diwujudkan dengan mampu untuk mengontrol atau mengendalikan emosinya secara matang. Prokrastinasi adalah penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas yang penting atau utama. Terdapat 5 aspek pembentuk kematangan emosi, yaitu aspek perluasan diri, berhubungan hangat dengan orang lain, rasa aman emosional, perspektif yang realistis, keterampilan dan pengetahuan yang dimiliki, dan pengetahuan atas pemahaman diri, sedangkan prokrastinasi memiliki 4 aspek pembentuk, yaitu *perceived time*, *intention-action*, *emotional distress*, dan *perceived ability*.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat tingkat kematangan emosi, prokrastinasi dan hubungan antara kematangan emosi dengan prokrastinasi pada mahasiswa akhir. Responden dalam penelitian ini melibatkan 107 dari total 714 populasi. Subjek dalam penelitian ini tergolong dewasa awal berumur 22-24 tahun yang berstatus mahasiswa akhir angkatan 2015 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, metode penelitian kuantitatif berupa regresi linier sederhana.

Hasil penelitian menunjukkan : 1) Tingkat kematangan emosi mahasiswa akhir di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berkategori tinggi, sedang dan rendah berjumlah 49 (46%), 19 (18%), dan 39 (36%), sedangkan tingkat prokrastinasi berkategori tinggi, sedang dan rendah berjumlah 54 (50%), 41 (38%), dan 12 (11%). 2) Hubungan Kematangan emosi dengan prokrastinasi pada mahasiswa akhir Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang diperoleh hasil nilai signifikansi $0,00 < p < 0,05$ dan standart koefisiensi $-0,711$ yang mana menandakan korelasi yang kuat.

Kata Kunci: Regresi linier Sederhana, Kematangan Emosi, Prokrastinasi

ABSTRACT

Masduq, Moh Shodiqul. 2020. The Relations between Emotional Maturity and Procrastination in final Students of class of 2015. Thesis. Faculty of Psychology, the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim of Malang.
Supervisor: Drs. M. Yahya, MA

Emotional maturity is defined as a maturity behavior which is manifested by controlling the emotions deeply. Procrastination is a delay that is carried out deliberately and repeatedly by doing other activities in carrying out the main tasks. There are 5 aspects of emotional maturity, namely aspects of self-expansion, warm relationships with others, emotional security, realistic perspective, skills and knowledge, and knowledge of self-understanding, procrastination has four shaping aspects, namely perceived time, intention-action, emotional distress, and perceived ability.

The research aims at understanding the level of emotional maturity, procrastination and the relationship between emotional maturity and procrastination in final students. Respondents of the research involved 107 of a total of 714 populations. Subjects of the research were classified as early adults aged 22-24 years who were final students of class 2015 at the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim of Malang. The quantitative research method was in the form of simple linear regression.

The research results showed: 1) The level of emotional maturity of the final students at State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim of Malang was categorized as high, medium and low categories amounted to 49 (46%), 19 (18%), and 39 (36%), the level of emotional intelligence was categorized as high, medium and low categories amounted to 54 (50%), 41 (38%), and 12 (11%). 2) The relationship between emotional maturity and procrastination in final student 2015 generation of Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang showed a significance value of $0.00 < p < 0.05$ and a standard coefficient of -0.711 , which indicated a strong correlation.

Keywords: Simple linear regression, Emotional Maturity, Procrastination

ملخص البحث

المصدوق، محمد صادق 2020. العلاقة بين النضج العاطفي والمماثلة في طلاب السنة النهائية لفصل السنة 2015 لجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج. البحث الجامعي كلية علم النفس ، الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج
المشرف: يحيى، الماجستير

كان النضج العاطفي سلوكا ناضجا الذي يتجلى من خلال القدرة لان يتحكم في العواطف ناضجة. وأن المماثلة هي تأخير الذي يقوم متعمدا ومتكررا من خلال القيام بأنشطة أخرى غير مطلوبة في القيام بمهام مهمة أو رئيسية. هناك 5 جوانب التي تشكل النضج العاطفي، وهي جوانب التوسع الذاتي، والعلاقات الدافئة مع الآخرين، والأمن العاطفي، المنظور الواقعي والمهارات والمعرفة، والمعرفة لمفهوم الذات، وأن المماثلة 4 جوانب، وهي الوقت المدرك، والنية الفعل ، والضيق العاطفي، والقدرة المتصورة. يهدف هذا البحث لان يعرف مستوى النضج العاطفي والمماثلة والعلاقة بين النضج العاطفي والمماثلة في الطلاب النهائيين. المستطلعين هم 107 من إجمالي 714 مجموعين. الموضوعات في هذا البحث هي البالغين الأوائل الذين يتراوحون أعمارهم بين 22 و 24 سنوات والذين كانوا طلابًا نهائيًا لفصل 2015 في جامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج، أسلوب البحث الكمي هو الانحدار الخطي البسيط

دلت النتائج البحث أن: 1) مستوى النضج العاطفي للطلاب النهائيين في جامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج هو مرتفع ومتوسط ومنخفض، حيث بلغ 49 (46٪) و 19 (18٪) و 39 (36٪) ، ومستوى الذكاء العاطفي هو مرتفع ومتوسط ومنخفض. بلغ 54 (50٪) و 41 (38٪) و 12 (11٪). 2) العلاقة بين المماثلة والذكاء العاطفي للمراهقين بقيمة أهمية $p < 0,05$ ومعامل معياري -711 التي دلت على وجود علاقة كبيرة الكلمات الرئيسية: الانحدار الخطي البسيط ، النضج العاطفي ، المماثلة

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fenomena tentang lambatnya mengerjakan tugas akhir atau skripsi masih ditemukan di kalangan mahasiswa, meski sudah banyak penelitian yang mengangkat tentang permasalahan lambatnya mahasiswa mengerjakan skripsi. Namun, peneliti akan mencoba untuk memberi pemaparan lebih lanjut dan mendetailkan dari perspektif psikologis. Fenomena ini peneliti temukan di kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Berdasarkan data dari BAAK (Bagian Administrasi Akademik Kemahasiswaan) pusat Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang pada bulan September 2020 yaitu sebanyak 714 mahasiswa yang belum bisa menyelesaikan tugas akhirnya atau skripsi. Data ini juga diperkuat melalui pengamatan dan wawancara oleh peneliti, ditemukan bahwa setiap mahasiswa memiliki rasa semangat yang berbeda-beda untuk menyelesaikan skripsinya. Terdapat jenis mahasiswa yang ingin segera menyelesaikan dengan intensitas waktu yang cepat serta terdapat pula mahasiswa sering menunda untuk mengerjakan atau menyelesaikan skripsi. Penundaan ini tidak hanya sebuah skripsi saja bahkan pekerjaan - pekerjaan atau tanggung jawab lainnya yang tergolong lebih diutamakan dalam kehidupan juga tertunda sehingga tidak dapat memanfaatkan waktu dengan maksimal.

Peneliti melakukan wawancara terhadap sembilan mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2015 untuk

memberikan penguatan terhadap data awal. Menurut hasil wawancara, menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami permasalahan yang berbeda-beda. Hal tersebut di jelaskan oleh salah satu narasumber mahasiswa.

“Kadang tuh banyak waktu senggang mas, tapi kayak malas aja mau ngerjain soalnya yaa itu kadang kurang pandangan tentang isinya, atau kadang dosennya sibuk banget dihubungi” (MF, Februari 2019)

Berdasarkan wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku menunda tersebut faktanya mengakibatkan mahasiswa lulus dengan waktu yang lama, mahasiswa dituntut untuk dapat memenuhi tugas-tugasnya salah satunya yaitu tugas akhir. Namun, dalam kenyataannya menurut Azar dalam Saman 2017 mahasiswa seringkali menghadapi tugas-tugasnya dengan muncul rasa enggan atau malas untuk mengerjakannya, rasa enggan tersebut berasal dari kondisi psikologis yang dialaminya dan mendorongnya untuk menghindari tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan, Gejala dari perilaku ini dapat disebut sebagai prokrastinasi. Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan pekerjaan secara keseluruhan, tetapi melakukan aktivitas lain yang tidak berguna. (Saman, 2017, hal. 57)

Prokrastinasi secara umum dapat dialami oleh hampir semua orang. Hal tersebut tergantung konsep atau tujuan dari perilaku tersebut. Prokrastinasi juga dapat dikatakan sebagai penghindaran tugas, yang diakibatkan perasaan tidak senang terhadap tugas serta ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas apalagi jika dihubungkan dengan akademik siswa maupun mahasiswa. Hal tersebut dapat diartikan sebagai prokrastinasi akademik. Menurut Tuckman dalam Wiyono, 2018 prokrastinasi akademik merupakan suatu kondisi dimana

individu meninggalkan, menunda atau menghindari untuk menyelesaikan aktivitas atau tugas akademik yang harusnya diselesaikan. (Wiyono, 2018, hal. 1) Perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa tentunya disertai beberapa alasan. Perilaku penundaan sebenarnya tidak perlu terjadi, dalam penelitian Saman para subjek berpersepsi bahwa prokrastinasi adalah perilaku yang dilakukan untuk menghindari sesuatu, dan bukan tingkahlaku yang terjadi dikarenakan tidak tersedianya waktu (Saman, 2017, hal. 57). Salah satu yang menjadi sebuah acuan peneliti adalah mahasiswa akhir. Mahasiswa akhir yang memiliki tanggungan dalam menyelesaikan masa studinya dengan syarat harus lulus dalam ujian yang membutuhkan waktu dalam pengerjaan tugas akhir.

Menurut Hurlock mahasiswa akhir termasuk masa dewasa awal, dimana tahapan ini dimulai pada umur 18 sampai sekitar umur 40 tahun. Pada masa ini perkembangan dan pembentukan sikap diharapkan dapat terpenuhi secara maksimal juga dapat mencapai tingkat kematangan dalam mengelola emosinya (Hurlock, 2012, hal. 246). Namun, berdasarkan temuan lapangan yang diperoleh terlihat bahwa Kematangan emosi yang dimiliki oleh beberapa mahasiswa belum maksimal, bahkan cenderung membuat emosi mereka berubah-ubah.

“gimana yaa mas, kadang itu capek atau setres karena banyak hal. Entah itu karena judul belum di acc, laporannya di revisi terus sampai jadinya malas sendiri mau ngerjain. Yaa akhirnya mending main sama teman-teman” (AR, Februari 2019)

Berbagai perilaku yang mencerminkan adanya ketidakmatangan emosi diantaranya perilaku mudah frustrasi, tidak sabar untuk fokus mengerjakan skripsi dan cenderung mencari kesenangan yang lain daripada menuntaskan kewajiban utamanya di akademik. Fakta pada hasil temuan tersebut akan membuat mahasiswa kesulitan atau menghambat mengerjakan skripsi secara maksimal dan tidak dapat memenuhi target ketepatan kelulusannya. Menurut Chaplin kematangan emosi adalah suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional yang pantas bagi anak-anak (Chaplin, 2009, hal. 78)

Mahasiswa berupaya menyelesaikan tugas perkembangan tersebut sambil menempuh studi akademis. Sementara itu, tugas dan tanggung jawab akademis yang dihadapi tidaklah ringan. Sebagian mahasiswa dapat menyelesaikan tugas perkembangan dan memenuhi tuntutan akademisnya dengan baik. Namun, sebagian mahasiswa lainnya justru memilih menunda penyelesaian tugas akademiknya. Mereka tetap menunda penyelesaian tugas akademik meskipun mereka sadar bahwa waktu yang dimiliki terbatas. (Corry Timmerman, 2015, hal. 2).

Tiwari dalam Wiyono, 2018 menyatakan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan untuk menahan tekanan sehingga individu yang emosinya matang dapat bertahan terhadap situasi frustrasi (Wiyono, 2018, hal. 2). Misalnya, ketika mendapatkan tugas yang tidak disukai atau sukar diselesaikan. Seperti halnya pendapat Hollingsworth dan Morgan (1987) bahwa kematangan

emosi merupakan perubahan respon emosi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan pada tingkat toleransi terhadap frustrasi, penurunan dalam tingkat dan derajat emosi yang tidak diharapkan, perbedaan dalam perilaku impulsif, perbedaan sikap dalam memperhatikan diri sendiri, serta perbedaan dalam menampakkan perilaku emosi secara terbuka. (dalam Corry Timmerman, 2015, hal. 7)

Berdasarkan hasil observasi awal peneliti berasumsi bahwa adanya korelasi antara kematangan emosi dengan prokrastinasi, melalui wawancara kepada sembilan mahasiswa angkatan 2015 secara acak dari seluruh fakultas di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, banyaknya pemicu prokrastinasi yang peneliti temukan dari subjek diantaranya sibuk bekerja, dosen pembimbing yang sulit ditemui, merasa stress atas banyaknya revisi, sibuk dengan kegiatan organisasi, rasa takut dan malu bertanya saat berdiskusi dengan dosen.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Habibah (2017) terhadap mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2006 sampai 2012 Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan sejumlah 80 subjek terdapat hasil yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara kematangan emosi dengan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi, perihal tersebut berarti kematangan emosi tidak berhubungan dengan prokrastinasi dalam menyusun skripsi. Dipaparkan juga hasil mengenai tingkat prokrastinasi dari subjek dalam penyusunan skripsi yaitu tergolong sedang, selanjutnya tingkat kematangan emosi subjek tergolong tinggi. (Habibah, 2017, hal. 65).

Hasil penelitian lain membuktikan bahwa terdapat adanya keterhubungan kedua variabel. Penelitian ini dihimpun oleh (Wiyono, 2018, hal. 5) menunjukkan terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi angkatan 2017, pemaparan hasilnya dijelaskan bahwa semakin tinggi tingkat kematangan emosi maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dijalankan oleh mahasiswa. Sebaliknya, dengan tingkat kematangan emosi yang semakin rendah, maka tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa akan semakin tinggi (Wiyono, 2018, hal. 2). Berdasarkan adanya ketidaksesuaian antara teori yang ada dengan fakta dilapangan membuat peneliti untuk melakukan penelitian ilmiah dengan pokok permasalahan yaitu inisiatif yang berbeda-beda untuk menyelesaikan skripsi, ada kategori mahasiswa yang ingin segera menyelesaikan dengan intensitas waktu yang cepat serta terdapat pula mahasiswa yang sering menunda untuk mengerjakan atau menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan argumentasi di atas dan hasil wawancara pra-penelitian, membuat peneliti bertanya-tanya apakah kematangan emosi ada kaitannya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang menempuh tugas akhir atau skripsi maka peneliti mencoba mengangkat sebuah judul **“Hubungan Kematangan Emosi dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Akhir Angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, peneliti merumuskan berbagai masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kematangan emosi di kalangan mahasiswa penulis skripsi angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat prokrastinasi pada mahasiswa penulis skripsi angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Bagaimana hubungan antara kematangan emosi dengan prokrastinasi pada mahasiswa penulis skripsi angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat kematangan emosi di kalangan mahasiswa penulis skripsi angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi pada mahasiswa penulis skripsi angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan prokrastinasi pada mahasiswa penulis skripsi angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat ikut memperkaya wawasan dan teori-teori dari literatur yang sudah ada. Dapat memberi masukan bagi pengembangan ilmu psikologi serta memberikan sumbangan informasi bagi para mahasiswa akhir, serta dapat diteliti lebih jauh dengan variabel tambahan oleh peneliti-peneliti dimasa yang akan datang.

2. Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada para mahasiswa akhir bahwa kematangan emosi dan prokrastinasi perlu dimiliki dan dikembangkan oleh mahasiswa akhir untuk menyelesaikan tugas akhir.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Dewasa Awal

Mahasiswa sebagai dewasa awal seperti yang dikemukakan oleh Hurlock (2012) mengungkapkan bahwa masa dewasa awal dimulai dari usia 18 tahun sampai sekitar 40 tahun. Pada masa dewasa awal banyak sekali permasalahan yang harus dihadapi, terkhusus dalam hal ini adalah menghadapi masa penulisan skripsi yang dalam proses pengerjaannya dituntut ketekunan, keingintahuan yang besar, kritis, tanggung jawab, pantang menyerah dan lain lain (Hurlock, 2012, hal. 246-247) Menurut Hurlock (2012), terdapat 10 karakteristik masa dewasa awal, yaitu:

a. Masa pengaturan

Masa dewasa awal merupakan masa pengaturan, individu pada masa dewasa awal akan mengatur pola kehidupan yang diyakini mampu memenuhi kebutuhannya, membentuk bidang pekerjaan, dan menerima tanggungjawab sebagai orang dewasa.

b. Usia reproduksi

Masa dewasa awal disebut sebagai usia reproduksi, dalam hal ini individu memiliki kondisi fisiologis khususnya seksual yang matang untuk membuahi dan dibuahi karena di usia dewasa awal merupakan hal yang ideal untuk mempercepat memiliki anak, pada fase ini individu juga dapat mempunyai keluarga besar pada awal masa dewasa atau bahkan pada tahun-tahun terakhir masa remaja.

c. Masa bermasalah

Individu yang berada pada masa dewasa awal akan mengalami banyak permasalahan baru yang harus dialami. Permasalahan baru ini berbeda dari permasalahan yang sudah dialami sebelumnya. Namun beberapa dari permasalahan tersebut merupakan kelanjutan atau pengembangan yang dialami pada masa remaja akhir.

d. Masa ketegangan emosi

Masa dewasa awal merupakan masa di mana individu mengalami ketegangan emosi. Ketegangan emosi yang dialami pada masa dewasa awal berkaitan dengan permasalahan jabatan/pekerjaan, perkawinan, keuangan, dan sebagainya.

e. Masa ketersaingan social

Pada masa dewasa awal individu akan memiliki semangat untuk bersaing dan hasrat kuat untuk maju dalam karir sehingga memunculkan adanya ketersaingan pada masa dewasa awal.

f. Masa komitmen

Pada masa dewasa awal individu mengalami perubahan tanggungjawab dari seorang pelajar yang sepenuhnya bergantung pada orangtua menjadi individu dewasa yang mandiri, maka mereka menentukan pola hidup baru dan memiliki sebuah komitmen-komitmen.

g. Masa perubahan nilai

Banyak nilai di masa anak-anak dan remaja berubah karena pengalaman dan hubungan sosial yang lebih luas dengan orang-orang yang berbeda usia.

Ada beberapa alasan yang menyebabkan perubahan nilai pada masa dewasa awal, diantaranya yang sangat umum adalah: pertama, jika dewasa awal ingin diterima oleh anggota kelompok orang dewasa, maka mereka harus menerima nilai-nilai kelompok orang dewasa. Kedua, orang-orang muda itu segera menyadari bahwa kebanyakan kelompok sosial berpedoman pada nilai-nilai konvensional dalam hal keyakinan-keyakinan dan perilaku.

h. Masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru

Masa dewasa awal merupakan masa yang paling banyak menghadapi perubahan. Perubahan yang paling umum terjadi pada masa dewasa awal adalah perubahan yang berkaitan dengan penyesuaian diri terhadap gaya hidup. Menyesuaikan diri dengan gaya hidup yang baru memang sulit, terlebih bagi kaum muda masa kini karena persiapan yang mereka terima waktu masih anak-anak dan remaja tidak cocok dengan gaya hidup baru masa kini.

i. Masa Kreatif

Para dewasa awal banyak yang membanggakan diri jika bersikap dan bergaya tidak seperti pada umumnya, berbeda penampilan atau sikap tidak membuat anggapan diri sebagai suatu tanda kekurangan, tidak seperti anak-anak atau remaja yang selalu ingin sama dengan teman sebayanya. Bentuk kreatifitas yang akan terlihat sesudah ia tampilakan layaknya sebagai seorang dewasa yang dipengaruhi oleh minat dan kemampuan individual, hal ini merupakan kesempatan untuk mewujudkan keinginan dan kegiatan-kegiatan yang memberikan kepuasan sebesar-besarnya. (Hurlock, 2012, hal. 247-252)

B. Kematangan Emosi

1) Definisi Kematangan Emosi

Chaplin mengartikan kematangan (maturity) sebagai perkembangan proses mencapai usia kemasakan serta proses perkembangan, yang dianggap berasal dari keturunan atau merupakan tingkah laku khusus spesies (jenis, rumpun) (Chaplin, 2009, hal. 35). Menurut William James dalam Risdiandari, 2014, emosi adalah kecenderungan untuk memiliki perasaan yang khas bila berhadapan dengan objek tertentu dalam lingkungannya (Risdiandari, 2014, hal. 12).

Chaplin (2009) mendefinisikan kematangan emosi sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional, karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional yang pantas bagi anak – anak (Chaplin, 2009, hal. 13). Istilah kematangan atau kedewasaan seringkali membawa implikasi adanya kontrol emosional, bagi sebagian besar orang dewasa mengalami pula emosi yang sama dengan anak - anak, namun mereka mampu menekan atau mengontrolnya lebih baik, khususnya ditengah - tengah situasi sosial. Sejalan dengan bertambahnya kematangan emosi seseorang maka akan berkurang emosi negatif. Bentuk - bentuk emosi positif seperti rasa sayang, suka, dan cinta akan berkembang jadi lebih baik, perkembangan bentuk emosi yang positif tersebut memungkinkan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dengan menerima dan membagikan kasih sayang untuk diri sendiri maupun orang lain. (Risdiandari, 2014, hal. 20)

Kematangan emosi menurut Katkovsky, W & Garlow dalam Nurpratiwi, 2010 adalah suatu proses dimana kepribadian secara berkesinambungan mencapai kematangan emosi yang sehat, baik secara intrafisik maupun interpersonal. Kematangan emosi dicapai dengan kriteria yaitu berkembang kearah kemandirian (*toward independent*), mampu menerima kenyataan (*ability to accept reality*), mampu beradaptasi (*adaptability*), mampu merespon dengan tepat (*readiness to respond*), kapasitas untuk seimbang (*capacity to balance*), mampu berempati (*empathic understanding*), mampu menguasai masalah (*controlling anger*) (Nurpratiwi, 2010, hal. 9).

Sebagai suatu proses yang berkesinambungan kematangan emosi sulit ditentukan batas akhirnya. Hal ini disebabkan oleh karakteristik manusia yang tidak pernah puas sehingga proses pencapaian kematangan emosi yang lebih besar dan lebih besar lagi dapat dikatakan tidak pernah terhenti. Adapun yang dimaksud dengan mencapai kematangan emosi secara intrafisik adalah mencapai kematangan emosi sedemikian rupa sehingga perangkat emosi yang bersifat kebutuhan atau fisik, seperti jantung, pembuluh darah dan lain - lainnya mencapai kesehatan. Sementara yang dimaksud dengan mencapai kematangan emosi secara interpersonal adalah mencapai kematangan emosi dengan jalan membina keharmonisan hubungan pribadi yakni antara individu dengan orang lain semakin baik. (Nurpratiwi, 2010, hal. 26)

Hurlock (1980) mengemukakan bahwa petunjuk kematangan emosi pada diri individu adalah kemampuan individu untuk menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi

tanpa berfikir sebelumnya seperti anak - anak atau seperti orang yang belum matang, sehingga akan menimbulkan reaksi emosional yang stabil dan tidak berubah - ubah dari satu emosi ke emosi yang lain atau suasana hati ke suasana hati yang lain. Individu dikatakan telah mencapai kematangan emosi apabila mampu mengontrol dan mengendalikan emosinya sesuai dengan taraf perkembangan emosinya. (Nurpratiwi, 2010, hal. 27)

Marcham menyatakan bahwa emosi yang sudah matang akan selalu belajar menerima kritik, mampu menanggukhan respon - responnya dan memiliki saluran sosial bagi energi emosinya, misalnya bermain, melaksanakan hobinya, dan sebagainya. (Nurulitasari, 2018, hal. 122)

Dari definisi - definisi yang telah disebutkan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi adalah kondisi dimana individu mampu untuk mengontrol atau mengendalikan emosinya sehingga mampu untuk menguasai emosinya dengan baik dan dikatakan sebagai pribadi yang dewasa.

2) Perspektif Psikologi

a. Kematangan emosi dengan psikologi perkembangan

Kematangan emosi termasuk dalam koridor psikologi perkembangan. Dasar ini diambil dari karakteristik yang diutarakan oleh Hurlock. Mahasiswa sebagai dewasa awal seperti yang dikemukakan oleh Hurlock (2012) mengungkapkan bahwa masa dewasa awal dimulai dari usia 18 tahun sampai kira-kira 40 tahun. Pada masa dewasa awal, perkembangan dan pembentukan sikap dapat terjadi secara maksimum dan diharapkan

dalam periode ini individu dapat mencapai tingkat kematangan emosi (Hurlock, 2012, hal. 253).

Dinamika perubahan psikologis yang tidak terkontrol akan memungkinkan seseorang terlibat kenakalan yang lebih beresiko. Kematangan emosi sebagai bagian dari psikologi positif yang berkembang dengan baik. Hal tersebut akan menurunkan potensi seseorang terlibat kenakalan. Kemampuan mengatur emosi yang rendah dan perilaku menjalin interaksi dengan orang lain menyebabkan gangguan perilaku, memilih tindakan agresif sebagai strategi keluar dari masalah (*coping*) (Muawanah & Praktiko, 2012, hal. 490)

b. Kematangan emosi dan kontrol diri

Chaplin mendefinisikan kematangan emosi sebagai kondisi atau keadaan dalam mencapai tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosional seseorang. Orang yang mempunyai emosi matang tidak akan menampilkan pola-pola emosional yang hanya pantas dilakukan oleh anak-anak. Orang yang mempunyai emosi matang juga mampu melakukan kontrol terhadap emosinya dalam menghadapi situasi (Chaplin, 2009, hal. 23)

Keterkaitan antara kematangan emosi dengan kontrol diri yaitu dilihat dari faktor - faktor di dalam kontrol diri yang mempengaruhi secara garis besar berupa faktor internal dan eksternal, berdasarkan banyaknya tokoh yang menjelaskan faktor internal dari kontrol diri terdapat beberapa diantaranya yaitu Buck dan Mischel dkk. (Suprihatin, 2010) Kematangan

emosi memiliki keterkaitan dibagian faktor eksternal dari kontrol diri hal ini diutarakan oleh Syamsul L.N Yusuf yaitu faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri seseorang adalah kondisi sosio - emosional lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya. Apabila lingkungan tersebut cukup kondusif, dalam arti kondisinya diwarnai dengan hubungan yang harmonis, saling mempercayai, saling menghargai, dan penuh tanggung jawab, maka remaja cenderung memiliki kontrol diri yang baik. Hal ini membuat remaja mencapai kematangan emosi oleh pengaruh dari faktor-faktor pendukung tersebut. (Suprihatin, 2010, hal. 16)

c. Kematangan emosi dengan kesadaran diri

Menurut Tanya Tandon Kesadaran diri adalah salah satu fondasi dari kematangan emosi. Hal ini dijabarkan dalam karakteristik kematangan emosi oleh Tanya Tandon, ketika individu memiliki sadar diri, itu berarti dirinya mampu mengidentifikasi keadaan emosional, melihat pikiran dan tindakan diri dari semua sudut, dan menilai diri sendiri berdasarkan standar yang sama dengan menilai orang lain. Individu yang sadar diri cenderung lebih baik dalam menerima kritik, yang merupakan salah satu sifat pendukung kematangan emosional. Hal ini dikarenakan individu cenderung lebih kritis terhadap diri mereka sendiri, menjadi lebih tanggap terhadap tindakan dan emosi mereka sendiri. (Tandon, 2017, hal. 6)

3) Aspek Kematangan Emosi

Kematangan emosi terjadi pada setiap fase - fase perkembangan individu, seperti pada tahapan dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai kira - kira umur 40 tahun. Saat perubahan - perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif (Hurlock 1980 dalam Tarigan, 2017). Lebih lanjut Hurlock menekankan untuk mencapai kematangan emosi harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi - situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional. Adapun caranya dengan membicarakan berbagai masalah pribadi dengan orang lain. Hurlock juga mengungkapkan pada masa dewasa awal sebagai masa ketegangan emosional dimana seseorang bingung dan mengalami keresahan emosional. (Tarigan, 2017).

Pada masa dewasa awal, perkembangan dan pembentukan sikap dapat terjadi secara maksimum dan diharapkan dalam periode ini individu dapat mencapai tingkat kematangan. Menurut Allport (dalam Aulia Nurpratiwi, 2010, hal. 35) ada enam dimensi kematangan pada aspek dewasa awal. Enam aspek ini mencakup :

a. Perluasan diri

Perluasan diri diartikan sebagai kemampuan merencanakan masa depannya dengan memperluas pemahaman melalui pemikiran kritis kepada sebuah pengetahuan, dalam hal ini peneliti mengambil kata memperluas pemahaman sebagai indikator pertama.

Perluasan diri juga diartikan kemampuan untuk berpartisipasi dan menyukai aktifitas diluar dirinya atau menjalankan sebuah interaksi bersama lingkungan serta kemampuan mengidentifikasi diri dan ketertarikan terhadap orang lain serta begitupun sebaliknya orang lain juga dapat menerima atau tertarik terhadap dirinya dan keterlibatan individu juga berkembang dengan kelompok teman sebaya dalam bagian dari kegiatan lingkungannya.

Dari penjelasan perluasan diri peneliti mengambil 3 indikator. Indikator pertama yaitu memperluas pemahaman, indikator kedua kemampuan mengidentifikasi diri dan indikator yang ketiga berkembang dengan pergaulan.

b. Berhubungan hangat dengan orang lain

Berhubungan hangat dengan orang lain yaitu *intimacy*, intimasi dalam hal ini ingin menyenangkan hati orang lain. Intimasi diartikan sebagai memahami, menerima, dan empati terhadap orang lain. Terdapat dua macam kehangatan dalam berhubungan dengan orang lain. pertama adalah kapasitas untuk keintiman / keakraban dan kapasitas untuk perasaan terharu / empati. Individu yang sehat secara psikologis akan mampu memperlihatkan rasa cintanya pada orang tua, anak, teman atau lingkungannya. Tidak hanya itu saja, individu yang sehat secara psikologis juga mampu memahami rasa sakit, rasa takut, penderitaan dan kegagalan yang merupakan hal wajar yang dialami oleh manusia. Sedangkan perasaan haru dapat membentuk seseorang menjadi pribadi yang matang,

sabar terhadap tingkah laku orang lain dan menerima kelemahan yang ada pada orang lain. Setelah melihat penjelasan diatas, peneliti mengambil indikator sebagai berikut : memiliki empati, simpati dan pemahaman terhadap orang lain.

c. Rasa aman emosional

Menghindari hal yang berlebihan terhadap masalah yang menyinggung dorongan diri dalam berperilaku berlebihan misalnya menerima dorongan seks, memuaskan diri/orang lain sebaik mungkin, tidak menghalangi hasrat tapi juga tidak membiarkan bebas dan mentoleransi frustrasi sehingga perasaan menjadi seimbang. Diri yang matang adalah diri yang bisa menerima segala segi yang ada pada dirinya, tak terkecuali kelemahan-kelemahan yang ada dalam dirinya. Diri yang matang mempunyai kecerdasan emosional yang membuat individu dapat mengontrol emosi dan tidak memendam maupun melampiaskan secara berlebihan. Diri yang matang dan sehat akan terbebas dari perasaan tidak aman dan ketakutan. Sehingga ia dapat menanggulangi kecemasan yang muncul tanpa terduga. Ada empat ciri-ciri rasa aman emosi, yaitu : (1) penerimaan diri adalah kemampuan untuk mengakui diri kita seutuhnya, tidak hanya kelebihan saja namun juga kekurangan atau ketidaksempurnaan kita, (2) penerimaan emosi yang matang, individu yang dapat mengontrol emosinya dengan stabil, (3) toleransi terhadap frustrasi yaitu kapasitas untuk tetap menjalankan aktivitas meskipun dalam keadaan stress, memiliki keyakinan bahwa setiap masalah dapat

diselesaikan, (4) percaya diri, individu yang sadar atau memahami pengendalian emosinya sendiri tidak merasa takut salah dalam pekerjaan sebelum mencobanya dan mengungkapkan kebenaran di pikirannya dengan baik dan berani.

d. Perspektif yang realistik

Perspektif yang realistik digambarkan sebagai diri yang matang dan sehat dapat memandang dunia secara objektif, mereka tidak mudah memberikan kepercayaan terhadap sesuatu apakah suatu situasi itu baik atau jahat. Individu ini menerima realita apa adanya tanpa harus mengubah realita agar sesuai dengan keinginan, khayalan dan ketakutan mereka sendiri. Selain itu, mencari cara-cara realistis untuk mencapai tujuannya / mempertimbangkan sesuatu sebelum bertindak. Hal ini diartikan sebagai tetap berhubungan dengan realita / dunia nyata dengan memperhatikan berbagai hal khususnya lingkungan sekitar untuk melihat tujuan dan kebutuhan individu.

e. Keterampilan dan pengetahuan yang dimiliki

Seseorang yang memiliki kematangan akan membuktikan keberhasilan dalam pekerjaan, perkembangan keterampilan-keterampilan dan bakat-bakat dalam bidangnya sesuai pengetahuan dan tingkat kemampuannya. Individu yang memiliki kemampuan atau terampil akan menunjukkan kemampuan individu dengan diri yang matang memiliki tanggung jawab serta kelangsungan hidup yang positif dalam setiap

pekerjaannya, dan menunjukkan tanggung jawab melalui kinerja pada pekerjaannya.

f. Pengetahuan atas pemahaman diri

Pribadi yang matang memiliki pengetahuan akan resolusi - resolusi hidup ke depannya. Hal ini didorong oleh tujuan - tujuan dan rencana - rencana yang telah disusun dalam jangka panjang, mempunyai suatu tujuan, mengerjakan suatu tugas sampai selesai dan sebagai semangat dalam kehidupannya. Dorongan inilah yang membuat kehidupan seseorang menjadi terarah. Individu yang memiliki pribadi matang juga memiliki pemahaman diri yang tinggi. Individu yang memiliki pemahaman diri yang tinggi akan bersikap bijaksana terhadap orang lain. Semakin dekat hubungan antara keduanya, maka individu akan semakin matang. Menurut Allport, pengetahuan akan diri mencakup tiga kapasitas yaitu: mengetahui apa yang dapat dilakukan, tidak dapat dilakukan, dan yang harus dilakukan. (Nurpratiwi, 2010, hal. 35)

Aspek kematangan emosi pada manusia menurut Overstreet (dalam Habibah, 2017: 21) sebagai berikut :

a. Sikap untuk belajar

Bersikap terbuka untuk menambah pengetahuan dari pengalaman hidupnya. Artinya, individu yang matang secara emosi, mampu mengambil pelajaran dari pengalaman hidup diri sendiri dan pengalaman orang sekitar untuk kemudian digunakan dalam menjalani hidupnya.

b. Memiliki rasa tanggung jawab

Berani menanggung resiko setelah mengambil suatu keputusan atau melakukan suatu tindakan. Individu yang matang, tahu bahwa setiap orang bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri. Hal ini berarti, individu yang matang tetap dapat meminta saran atau meniru tingkah laku yang baik dari lingkungannya.

c. Memiliki kemampuan untuk berkomunikasi yang efektif

Artinya, adanya kemampuan untuk mengatakan apa yang hendak dikemukakan dan mampu mengatakannya dengan percaya diri, tepat, dan peka akan situasi.

d. Memiliki kemampuan untuk menjalin hubungan sosial

Individu yang matang mampu melihat kebutuhan individu lain dan memberikan potensi dirinya untuk dibagikan kepada individu lain yang membutuhkan. Individu yang matang mampu menunjukkan ekspresi cintanya dan mampu menerima cinta dari individu lain. (Habibah, 2017, hal. 24)

4. Karakteristik Kematangan Emosi

Hurlock 1980 (dalam Sari, 2014 hal. 23) mengemukakan terdapat tiga karakteristik Kematangan Emosi, sebagai berikut :

1. Kontrol Emosi

Individu tidak akan meledakkan emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan

emosinya dengan cara – cara yang lebih dapat diterima oleh orang lain. Individu akan mampu mengontrol emosi dan ekspresi emosi yang disetujui secara sosial, dengan kata lain individu yang mengontrol emosinya harus menunjukkan perilaku yang dapat diterima secara sosial. Individu yang matang emosinya senantiasa berusaha untuk mengendalikan atau mengontrol emosinya untuk menjadi lebih baik dan tidak akan memberikan dampak buruk bagi orang lain.

2. Pemahaman Diri

Individu memiliki reaksi emosional yang stabil, tidak berubah - ubah dari satu emosi atau suasana hati, ke suasana hati yang lain, seperti pada periode sebelumnya. Individu yang memiliki kematangan emosi mampu memahami diri sendiri, memahami emosi yang dirasakan, serta mengetahui apa penyebab emosi yang sedang dihadapi individu tersebut.

3. Penggunaan Fungsi Krisis Mental

Individu mampu menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi secara emosional, kemudian memutuskan bagaimana bereaksi terhadap situasi tersebut. (Sari, 2014, hal. 23)

5. Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Kematangan Emosi

Hurlock (1980) (dalam Risdiandari, 2014, hal. 31) mengemukakan faktor - faktor yang mempengaruhi kematangan emosi adalah sebagai berikut :

1. Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin memiliki pengaruh yang berkaitan dengan adanya perbedaan hormonal antara laki - laki dan perempuan, peran jenis maupun tuntutan sosial yang berpengaruh terhadap adanya perbedaan karakteristik emosi diantara keduanya. Laki - laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada dewasa awal tidak melampiaskan secara berlebihan emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara - cara yang lebih dapat diterima.

2. Usia

Perkembangan kematangan emosi yang dimiliki seseorang sejalan dengan penambahan usia, hal ini dikarenakan kematangan emosi dipengaruhi oleh tingkat pertumbuhan dan kematangan fisik-fisiologis seseorang. Aspek fisik-fisiologis sudah dengan sendirinya ditentukan oleh faktor usia.

3. Pola asuh orang tua

Keluarga merupakan lembaga utama dan pertama dalam kehidupan anak khususnya mahasiswa, tempat belajar dan menyatakan dirinya sebagai makhluk sosial, karena keluarga merupakan kelompok sosial yang pertama dalam berinteraksi. Dari pengalaman berinteraksi dalam keluarga ini akan menentukan pula pola perilaku kedepannya.

4. Lingkungan

Seseorang tidak hanya mempertimbangkan diri sendiri tapi mulai memberikan perhatiannya pada orang lain atau lingkungan sekitar. Pencarian

yang serius tentang jati diri serta komunitas sosial. Individu dikatakan dewasa jika mampu menghargai perbedaan lingkungan dan tidak mencoba membentuk orang lain seperti dirinya. Ini bukan berarti orang yang matang itu berhati lemah, karena jika kelemahan - kelemahan yang ada dalam diri seseorang itu sudah sedemikian menngganggu tujuan secara keseluruhan, maka tidak segan untuk menghentikannya. Ukuran yang paling tepat dan adil dalam hubungan dengan lingkungan sekitar bahwa individu harus menghormati lingkungan tersebut (Risdiandari, 2014, hal. 33).

6. Pengukuran Variabel

Kematangan emosi akan diungkap dengan menggunakan skala kematangan emosi Allport dalam Duane Schultz, 2005 ada enam aspek kematangan pada dewasa awal. Enam aspek ini mencakup :

a. Perluasan diri

Perluasan diri diartikan sebagai kemampuan merencanakan masa depannya dengan memperluas pemahaman melalui pemikiran kritis kepada sebuah pengetahuan, dalam hal ini peneliti mengambil kata memperluas pemahaman sebagai indikator pertama.

Perluasan diri juga diartikan kemampuan untuk berpartisipasi dan menyukai aktifitas diluar dirinya atau menjalankan sebuah interaksi bersama lingkungan agar dapat meningkatkan kemampuan mengidentifikasikan diri dan keterlibatan individu juga berkembang dengan kelompok teman sebaya dalam bagian dari kegiatan lingkungannya.

Dari penjelasan perluasan diri peneliti mengambil 3 indikator. Indikator pertama yaitu memperluas pemahaman contoh memiliki rasa ingin tahu atas sebuah pengetahuan secara luas dan mendalam, indikator kedua kemampuan mengidentifikasi diri dan indikator yang ketiga berkembang dengan pergaulan contohnya yaitu beradaptasi atau membawa diri ditempat yang baru.

b. Berhubungan hangat dengan orang lain

Berhubungan hangat dengan orang lain yaitu *intimacy*, intimasi dalam hal ini ingin menyenangkan hati orang lain. Intimasi diartikan sebagai memahami, menerima, dan empati terhadap orang lain. Terdapat dua macam dalam berhubungan hangat dengan orang lain. Pertama adalah kapasitas untuk keintiman / keakraban dan kapasitas untuk perasaan simpati dan empati. Individu yang matang secara psikologis akan mampu memperlihatkan rasa cintanya pada orang tua, anak, teman atau lingkungannya. Individu yang matang juga sabar terhadap tingkah laku orang lain dan menerima kelemahan yang ada pada orang lain. Setelah melihat penjelasan diatas, peneliti mengambil beberapa indikator diantaranya yaitu memiliki empati, simpati dan pemahaman terhadap orang lain.

c. Rasa aman emosional

Menghindari hal yang berlebihan terhadap masalah yang menyinggung dorongan diri dalam berperilaku berlebihan misalnya menerima dorongan seks, memuaskan diri/orang lain sebaik mungkin, tidak menghalangi hasrat tapi juga tidak membiarkan bebas dan mentoleransi frustrasi sehingga perasaan menjadi seimbang. Diri yang matang adalah diri yang bisa menerima segala segi yang

ada pada dirinya, tak terkecuali kelemahan-kelemahan yang ada dalam dirinya. Diri yang matang mempunyai kecerdasan emosional yang membuat individu dapat mengontrol emosi dan tidak memendam maupun melampiaskan secara berlebihan. Diri yang matang dan sehat akan terbebas dari perasaan tidak aman dan ketakutan. Sehingga ia dapat menanggulangi kecemasan yang muncul tanpa terduga. Ada empat ciri-ciri rasa aman emosi, yaitu : (1) penerimaan diri adalah kemampuan untuk mengakui diri kita seutuhnya, tidak hanya kelebihan saja namun juga kekurangan atau ketidaksempurnaan, (2) penerimaan emosi yang matang, individu yang dapat mengontrol emosinya dengan stabil. Contohnya individu yang matang secara psikologis mampu berdamai dengan rasa sakit, rasa takut, penderitaan dan kegagalan sebagai hal wajar yang dialami oleh manusia, (3) toleransi terhadap frustrasi yaitu kapasitas untuk tetap menjalankan aktifitas meskipun dalam keadaan stress, memiliki keyakinan bahwa setiap masalah dapat diselesaikan, (4) percaya diri, individu yang tidak merasa takut salah atau cemas secara berlebih dalam pekerjaan sebelum mencobanya dan mengungkapkan kebenaran di pikirannya dengan baik dan berani.

d. Perspektif yang realistik

Perspektif yang realistik digambarkan sebagai diri yang matang dan sehat dapat memandang dunia secara objektif, mereka tidak mudah memberikan kepercayaan terhadap sesuatu apakah suatu situasi itu baik atau jahat. Individu ini menerima realita apa adanya tanpa harus mengubah realita agar sesuai dengan keinginan, khayalan dan ketakutan mereka sendiri. Selain itu, mencari cara-cara realistis untuk mencapai tujuannya / mempertimbangkan sesuatu

sebelum bertindak. Hal ini diartikan sebagai tetap berhubungan dengan realita / dunia nyata dengan memperhatikan berbagai hal khususnya lingkungan sekitar untuk melihat tujuan dan kebutuhan individu.

e. Keterampilan dan pengetahuan yang dimiliki

Seseorang yang memiliki kematangan akan membuktikan keberhasilan dalam pekerjaan, perkembangan keterampilan-keterampilan dan bakat-bakat dalam bidangnya sesuai pengetahuan dan tingkat kemampuannya. Individu yang memiliki kemampuan atau terampil akan menunjukkan kemampuan individu dengan diri yang matang memiliki tanggung jawab serta kelangsungan hidup yang positif dalam setiap pekerjaannya, dan menunjukkan tanggung jawab melalui kinerja pada pekerjaannya.

f. Pengetahuan atas pemahaman diri

Pribadi yang matang memiliki pengetahuan akan resolusi - resolusi hidup ke depannya. Hal ini didorong oleh tujuan - tujuan dan rencana - rencana yang telah disusun dalam jangka panjang, mempunyai suatu tujuan, mengerjakan suatu tugas sampai selesai dan sebagai semangat dalam kehidupannya. Dorongan inilah yang membuat kehidupan seseorang menjadi terarah. Individu yang memiliki pribadi matang juga memiliki pemahaman diri yang tinggi. Individu yang memiliki pemahaman diri yang tinggi akan bersikap bijaksana terhadap orang lain. Semakin dekat hubungan antara keduanya, maka individu akan semakin matang. Menurut Allport, pengetahuan akan diri mencakup tiga kapasitas yaitu: mengetahui apa yang dapat dilakukan, tidak dapat dilakukan, dan yang harus dilakukan. (Schultz, 2005, hal. 46)

C. Prokrastinasi Akademik

1. Definisi Prokrastinasi

Menurut Burka & Yuen (dalam Jatikusumo, 2018) Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran *crastinus* yang berarti keputusan hari esok, atau jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya (Jatikusumo, 2018, hal. 10). Prokrastinasi juga tidak selalu diartikan sama dalam bahasa dan budaya manusia, Bangsa Mesir kuno mempunyai 2 kata kerja yang mempunyai arti sebagai prokrastinasi, yang pertama menunjukkan suatu kebiasaan yang berguna untuk menghindari kerja yang tidak penting dan usaha yang impulsive, sedangkan yang kedua menunjukkan kebiasaan yang berbahaya akibat kemalasan dalam menyelesaikan tugas yang penting untuk nafkah hidup, seperti mengerjakan ladang ketika waktu menanam sudah tiba. (Verdiawati, 2012, hal. 11)

Keterangan diatas menyimpulkan pada abad lalu, prokrastinasi bermakna positif bila penundaan sebagai upaya konstruktif untuk menghindari keputusan impulsive dan tanpa pemikiran yang matang, dan bermakna negatif bila dilakukan karena malas atau tanpa tujuan yang pasti. Berdasarkan uraian tersebut, prokrastinasi dapat dirumuskan sebagai suatu penundaan dalam memulai atau menyelesaikan suatu tugas secara sengaja dan berulang dengan melakukan aktivitas lain sehingga mengakibatkan terhambatnya penyelesaian tugas atau aktivitas.

Kamus The Webster New Collegiate mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu pengunduran secara sengaja dan biasanya disertai dengan perasaan tidak suka untuk mengerjakan sesuatu yang harus dikerjakan. Prokrastinasi di kalangan ilmuwan, pertama kali digunakan oleh Brown dan Hoizman untuk menunjukkan kecenderungan untuk menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Seseorang yang mempunyai kecenderungan menunda atau tidak segera memulai kerja disebut prokrastinator. (Ghufron, 2010, hal. 14). Menurut Tuckman (1990) mengatakan prokrastinasi akademik merupakan suatu kondisi dimana individu meninggalkan, menunda atau menghindari untuk menyelesaikan aktivitas atau tugas akademik yang harusnya diselesaikan. (Wiyono, 2018, hal. 1)

Menurut Ferrari (dalam Ghufron, 2010, hal. 17) pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, yaitu : (1) prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu bahwa setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan suatu tugas disebut sebagai prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan yang dilakukan. (2) prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu, yang mengarah kepada trait, penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, biasanya disertai oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional. (3) prokrastinasi sebagai suatu trait kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan saja, akan tetapi prokrastinasi merupakan suatu trait yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun

struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung. (Ghufron, 2010, hal. 19)

Berdasarkan pengertian dari pemaparan diatas, peneliti menyimpulkan pengertian prokrastinasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas yang penting. Seseorang yang memiliki kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batasan waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu bisa dikatakan sebagai prokrastinator.

2. Perspektif Psikologi

Ada beberapa aliran teori psikologi yang menjadi dasar perkembangan prokrastinasi akademik diantaranya:

a. Psikodinamik dan Psikoanalitik

Menurut Freud berkaitan konsep tentang penghindaran dalam tugas mengatakan bahwa seseorang yang dihadapkan tugas yang mengancam ego pada alam bawah sadar akan menimbulkan ketakutan dan kecemasan. Perilaku penundaan atau prokrastinasi merupakan akibat dari penghindaran tugas dan sebagai mekanisme pertahanan diri. Bahwa seseorang secara tidak sadar melakukan penundaan, untuk menghindari penilaian yang dirasakan akan mengancam, keberadaan ego atau harga dirinya. Akibatnya tugas yang cenderung dihindari atau yang tidak

diselesaikan adalah jenis tugas yang mengancam ego seseorang, misalnya tugas-tugas di sekolah, seperti tercermin dalam perilaku prokrastinasi akademik, sehingga bukan semata karena ego yang membuat seseorang melakukan prokrastinasi akademik. (Ghufron, 2010, hal. 160)

b. Behavioristik

Menurut Bijou aliran behavioristik ini beranggapan bahwa perilaku prokrastinasi akademik muncul akibat proses pembelajaran karena mendapat reward dari perilaku penundaannya, atau ketika ia tidak pernah mendapatkan punishment atas perilakunya. (Ghufron, 2010, hal. 161)

c. Kognitif dan *Behavioral – Cognitive*

Menurut Ellis & Knaus menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan yang irasional yang dimiliki oleh pelaku prokrastinasi, salah satu faktor dari prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irasional yang dimiliki seseorang dan pada masalah ini titik beratnya berada pada *Behavioral-Kognitif* (Wati, 2012, hal. 22). Burka & Yuen menyatakan, keyakinan irasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan yang mempersepsikan tugas akademik, seseorang menunda tugas sebagai suatu yang berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of the task and fear of failure*), oleh karena itu individu merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugasnya secara maksimal, sehingga menunda - nunda dalam menyelesaikan tugas tersebut (Wati, 2012, hal. 23).

Penjelasan diatas dapat dikatakan prokrastinasi dilakukan karena seseorang yang melakukan penundaan akan merasa bahwa bila mengalami kegagalan atau hasilnya tidak memuaskan itu bukan karena rendahnya kemampuan, akan tetapi adanya kesalahan persepsi yaitu tidak menyenangkan dalam mengerjakan tugas yang dihadapi, sehingga mencari kesenangan dengan aktivitas lain akhirnya menunda-nunda tugasnya.

3. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik

Ferrari, dkk dan Stell (dalam Sia, 2007, hal. 357) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi memiliki aspek yang dapat diukur dan diamati, ciri - ciri tersebut berupa :

- a. *Perceived time*, seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati deadline, mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi individu menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika individu sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.
- b. *Intention-action*, celah antara keinginan dan tindakan. Bertolak belakang antara keinginan dengan tindakannya ditampakkan pada kegagalan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir meski mahasiswa tersebut memiliki keinginan untuk mengerjakannya. Hal ini terkait pula dengan

kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. Individu yang telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ditentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara maksimal.

- c. *Emotional distress*, adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Mahasiswa yang nyaman karena waktu yang tersedia masih banyak hingga lalai dan cemas saat waktunya mendekati deadline karena belum menyelesaikan skripsi.
- d. *Perceived ability*, keyakinan terhadap kemampuan diri. Keragu - raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan individu melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan individu menyalahkan dirinya sebagai yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka individu cenderung menjauhi tugas akhir atau skripsi karena takut akan pengalaman kegagalan. (Sia, 2007, hal. 357)

Burka & Yuen (dalam Verdiawati, 2012 hal. 14) menjelaskan ciri-ciri seorang pelaku prokrastinasi antara lain:

- 1) Prokrastinator lebih suka untuk menunda pekerjaan atau tugas- tugasnya.
- 2) Berpendapat lebih baik mengerjakan nanti dari pada sekarang, dan menunda pekerjaan adalah bukan suatu masalah.
- 3) Terus mengulang perilaku prokrastinasi
- 4) Pelaku prokrastinasi akan kesulitan dalam mengambil keputusan. (Verdiawati, 2012, hal. 14).

Menurut Schouwenburg (dalam Corry Timmerman, 2015 hal. 14) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam beberapa indikator tertentu yang dapat di ukur dan diamati. Aspek tersebut dikelompokkan menjadi empat, yaitu :

a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi cenderung menunda - nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda - nunda untuk menyelesaikannya sampai tuntas.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Mahasiswa prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal - hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Tindakan tersebut yang terkadang mengakibatkan mahasiswa tidak berhasil menyelesaikan

tugasnya secara memadai. Kelambanan berarti mahasiswa yang mengerjakan tugas cenderung tidak dapat cepat dalam mengerjakan tugasnya sehingga tugas selesai dengan waktu yang lama.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual

Mahasiswa prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Mahasiswa prokrastinator cenderung sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana - rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang biasanya merencanakan waktu untuk mengerjakan sesuatu, akan tetapi pada waktunya tiba mereka tidak juga melakukan tugas yang telah direncanakan sendiri. Akibatnya, tugas menjadi terlambat dikerjakan bahkan mereka dapat gagal mengerjakan tugas secara memadai.

d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan

Mahasiswa prokrastinator cenderung dengan sengaja tidak segera menyelesaikan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang tidak ada keterkaitannya dengan tugas dan dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti bermain game, nonton film atau video, nongkrong, jalan - jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya (Corry Timmerman, 2015, hal. 15)

4. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari (Husetiya, 2010, hal. 6), membagi prokrastinasi menjadi dua jenis prokrastinasi berdasarkan manfaat dan tujuan melakukannya yaitu:

a. Functional Procrastination

Merupakan penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi lengkap dan akurat.

b. Dysfunctional Procrastination

Penundaan yang tidak bertujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah. Dysfunctional procrastination ini dibagi lagi menjadi dua hal berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan:

c. Decisional procrastination

Menurut Janis & Mann (dalam Ghufon, 2010, hal. 10) bentuk prokrastinasi yang merupakan suatu penghambat kognitif dalam menunda untuk mulai melakukan suatu pekerjaan dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stress. Menurut Ferrari (Ghufon, 2010, hal. 18), prokrastinasi dilakukan sebagai suatu bentuk coping yang ditawarkan untuk menyesuaikan diri dalam pembuatan keputusan pada situasi yang dipersepsikan penuh stress. Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam identifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu, sehingga akhirnya seseorang menunda untuk memutuskan sesuatu. Decisional procrastination berhubungan dengan kelupaan atau

kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang.

d. Behavioral atau avoidance procrastination

Menurut Ferrari, penundaan dilakukan dengan suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan, yang akan mendatangkan nilai negatif dalam dirinya atau mengancam self esteem nya sehingga seseorang menunda untuk melakukan sesuatu yang nyata yang berhubungan dengan tugasnya. (Ghufron, 2010, hal. 19)

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan tujuan dan manfaat penundaan, jenis tersebut meliputi prokrastinasi dysfunctional dan fungsional. Prokrastinasi dysfunctional yaitu menampakkan penundaan yang tidak bertujuan dan merugikan. Sedangkan prokrastinasi yang fungsional yaitu penundaan dengan disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan. Penelitian ini lebih ditekankan secara sistematis pada jenis dysfunctional procrastination, yaitu perilaku penundaan yang dilakukan pada tugas yang penting, tidak bertujuan, dan bisa menimbulkan akibat negatif.

5. Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari (dalam Ghufron, 2010, hal. 28) menyatakan, prokrastinasi mengganggu dalam dua hal:

a. Faktor internal

Faktor - faktor yang mempengaruhi individu untuk melakukan prokrastinasi, meliputi:

- 1) Kondisi kodrati, Terdiri dari jenis kelamin anak, umur, dan urutan kelahiran. Anak sulung cenderung lebih diperhatikan, dilindungi, dibantu, apalagi orang tua belum berpengalaman. Anak bungsu cenderung dimanja, apalagi bila selisih usianya cukup jauh dari kakaknya.
- 2) Kondisi fisik dan kondisi kesehatan, mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik, seseorang yang kurang sehat atau mengalami kelelahan cenderung tidak dapat berkonsentrasi dengan maksimal sehingga hal ini dapat mengakibatkan penundaan tugas. Menurut Ferrari (dalam Ghufron, 2010, hal. 28), tingkat intelegensi tidak mempengaruhi prokrastinasi walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan atas suatu hal.
- 3) Kondisi psikologis, trait kepribadian yang dimiliki individu turut mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi, misalnya hubungan kemampuan sosial dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial, Millgram (dalam Ghufron, 2010, hal. 28). Sikap perfeksionis yang dimiliki seseorang biasanya mempengaruhi perilaku prokrastinasi lebih

tinggi. Besarnya motivasi seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik, Briordy (Ghufron, 2010, hal. 29).

b. Faktor eksternal

Faktor-faktor di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Faktor-faktor tersebut terdiri dari :

1) Gaya pengasuhan orang tua

Hasil penelitian Ferrari & Ollivete (dalam Ghufron, 2010, hal 165) menemukan bahwa gaya pengasuhan ayah yang otoriter menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi, sedangkan gaya pengasuhan otoritatif tidak menyebabkan prokrastinasi. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan '*avoidance procrastination*' menyebabkan anak perempuannya juga memiliki kecenderungan untuk melakukan '*avoidance procrastination*' pula. Berbeda dengan pengasuhan otoriter, orang tua yang mendidik anaknya dengan demokratis akan menyebabkan timbulnya sikap asertif, karena anak merasa diberi kebebasan dalam mengekspresikan diri sehingga memunculkan rasa percaya diri.

2) Kondisi lingkungan

Prokrastinasi akademik lebih banyak terjadi pada lingkungan yang rendah pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan.

Seseorang cenderung akan rajin mengerjakan tugas apabila ada yang mengawasi dirinya. Sebaliknya ketika tidak ada yang mengawasi, mereka merasa lebih bebas mau mengerjakan tugas sekarang atau nanti.

Selain itu, faktor teman bergaul dan masyarakat dapat pula mempengaruhi prokrastinasi akademik. Aktivitas di luar kampus memang baik untuk membantu menambah wawasan bagi mahasiswa. Namun, tidak semua aktivitas berdampak baik bagi mahasiswa. Jika seseorang terlalu banyak melakukan aktivitas di luar rumah dan di luar kampus, sementara ia kurang mampu membagi waktu belajar, dengan sendirinya aktivitas tersebut akan mengganggu kegiatan belajarnya. (Ghufron, 2010, hal. 165).

6. Dampak Prokrastinasi Akademik

Menurut Burka & Yuen (dalam Verdiawati, 2012, hal. 23) prokrastinasi mengganggu dalam dua hal:

- a. Prokrastinasi menciptakan masalah eksternal, seperti menunda mengerjakan tugas membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik dan mendapat peringatan dari guru.
- b. Prokrastinasi menimbulkan masalah internal, seperti merasa bersalah atau menyesal. (Verdiawati, 2012, hal. 23)

Mancini (Rahmawati, 2011, hal. 24) membagi dampak dari prokrastinasi menjadi dampak internal dan eksternal.

1. Dampak Internal

Beberapa penyebab prokrastinasi muncul dari dalam diri prokrastinator. Saat prokrastinator tendensi tertentu akan suatu hal, tendensi tersebut tertanam dalam diri prokrastinator. Contohnya, prokrastinator memiliki perasaan takut gagal, dan prokrastinator melakukan prokrastinasi besar-besaran akan suatu hal, maka prokrastinator akan selalu melakukan penundaan dalam tugas dimana prokrastinator merasa gagal. Siswa yang berfikir semua mata pelajaran sulit, siswa tersebut akan berfikir takut gagal atau berbuat kesalahan dan menunda belajar atau mengerjakan tugas-tugasnya.

2. Dampak Eksternal

Jika seseorang tidak melakukan prokrastinasi lingkungan dapat membuat orang tersebut melakukannya. Tugas yang kurang menyenangkan atau berlebihan, juga tugas yang kurang jelas, dapat membuat siapa saja ingin menunda. Menurut Milgran (dalam Mela Rahmawati, 2011, hal. 25) berpendapat bahwa seseorang yang mengalami kelelahan akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak mengalami fatigue, trait kepribadian individu mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan sosial yang tercermin dalam self-regulation dan kecemasan dalam berhubungan sosial. Jadi selain karena faktor dalam diri siswa yang merasa tugas-tugas yang

diberikan sangatlah sulit, faktor dari luar juga dapat berpengaruh yakni hubungan sosial. (Rahmawati, 2011, hal. 25)

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa dampak prokrastinasi dibagi menjadi dua yaitu dampak internal dan eksternal. Dampak internal seperti merasa bersalah atau menyesal, sedangkan dampak eksternal seperti menunda mengerjakan skripsi dengan intensitas waktu lama akan merugikan mahasiswa dalam hal memperlambat kelulusan dan mendapat peringatan dari universitas jika mencapai batas waktu yang ditentukan oleh universitas.

7. Pengukuran Variabel

Aspek-aspek yang peneliti gunakan dalam pengukuran prokrastinasi akademik diambil dari milik Ferrari dkk serta Stell :

- a. *Perceived time* (waktu yang dirasa / sadar akan waktu), seseorang yang kecenderungan prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati batas waktu mereka, berpikir pendek atau hanya berorientasi pada tindakannya sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan namun dirinya lebih memilih melakukan aktifitas yang lain yang cenderung tidak penting. Jika individu sudah memulai pekerjaan, dirinya cenderung menunda-nunda untuk mengerjakan atau menyelesaikannya. Hal ini mengakibatkan individu gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

- b. *Intention-action* (niat-tindakan), celah antara keinginan dan tindakan. Bertolak belakang antara keinginan dengan tindakan ditampakkan pada kegagalan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir meski mahasiswa tersebut memiliki keinginan untuk mengerjakannya. Hal ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. Contohnya individu yang telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ditentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara maksimal.
- c. *Emotional distress* (tekanan emosional), adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda - nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada individu yang menjalankan, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Mahasiswa yang nyaman karena waktu yang tersedia masih banyak akhirnya lalai dan cemas saat waktunya mendekati deadline karena belum menyelesaikan skripsi.
- d. *Perceived ability* (kemampuan yang dirasakan), keyakinan terhadap kemampuan diri. Keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan individu melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan individu menyalahkan dirinya sebagai

pribadi yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka individu cenderung menjauhi tugas akhir atau skripsi karena takut akan pengalaman kegagalan. (Sia, 2007, hal. 357)

D. Hubungan Kematangan Emosi dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Skripsi

Berdasarkan sumber kajian yang diulas dalam kematangan emosi dan prokrastinasi akademik dalam ruang lingkup mahasiswa sebagai dewasa awal yang sedang mengerjakan skripsi, dalam fase ini mahasiswa dihadapkan pada berbagai masalah, ketika mahasiswa mengorbankan skripsinya dengan berperilaku menunda untuk mengerjakan skripsi dan berspekulasi bahwa permasalahannya lebih diutamakan untuk diselesaikan terlebih dahulu. Permasalahan-permasalahan mahasiswa yang dialami seperti fokus untuk bekerja, kesibukan di luar kampus, berorganisasi dan kegiatan lain. Ulasan fenomena ini juga dialami oleh sebagian mahasiswa, hal ini juga terdapat dalam lingkungan kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Perilaku menunda skripsi atau dapat dikatakan prokrastinasi akademik dapat memberikan rasa keidaknyamanan. Para prokrastinator sebenarnya menyadari bahwa harus menyelesaikan skripsi dan mengetahui adanya perencanaan efektif, tetapi perilaku prorastinasi menjadikan skripsi tertunda dan membuang waktu yang tersedia dengan berbagai alasan. Terdapat beberapa mahasiswa malas mengerjakan skripsi atau menyelesaikan suatu kewajiban yang diutamakan saat tertekan atau stress sesudah melakukan bimbingan skripsi dengan dosen akibatnya terdapat pada kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Masalah ini

dapat dihindarkan jika individu menjalankan aspek pada kematangan emosi oleh Allport (dalam Nurpratiwi, 2010) yaitu perluasan diri yang berarti individu secara bertahap memperluas pemahaman mereka yang meliputi berbagai segi atau unsur lingkungan pada awalnya keterlibatan individu terbatas dalam keluarga, tapi dengan berjalannya waktu maka keterlibatannya berkembang dengan kelompok teman sebaya dalam kegiatan sosial dan sebagainya, dalam hal ini individu juga dapat menerapkan aspek kematangan emosi yang diutarakan oleh Overstreet (dalam Habibah, 2017, hal. 21) memiliki kemampuan untuk menjalin hubungan sosial dan melatih berkomunikasi. Harapan pada aspek ini yaitu mahasiswa dapat memahami kondisi dosen pada saat konsultasi sehingga tidak mempengaruhi kondisi perasaannya. Sebaliknya, apabila mahasiswa tidak mampu memahami dan merasa tertekan, mahasiswa cenderung akan melakukan prokrastinasi dan menimbulkan frustrasi. (Habibah, 2017, hal. 29)

Ketika mahasiswa mengalami stress dapat meningkatkan kelelahan (fatigue) hingga mengakibatkan ketidakmampuan. Kondisi lelah mengakibatkan turun produktifitas belajar atau pekerjaan lain Friedberg, 1996 (dalam Habibah, 2017, hal 29). Melalui penjelasan diatas, kondisi ini terkait erat dengan kematangan emosi yang dimiliki oleh mahasiswa. Young (dalam Walgito, 2003) menyatakan bahwakondisi kepribadian seseorang yang memiliki ketahanan mental, ketika menghadapi masalah dapat beradaptasi sehingga tidak mempengaruhi emosinya. Berbeda dengan individu yang bermental lemah akan mudah putus asa hal ini mempengaruhi kematangan emosinya. Berarti mahasiswa yang memiliki kematagn emosi yang tinggi tidak akan mudah terganggu oleh stimulus-stimulus

yang bersifat emosional sesaat baik dari internal maupun eksternal. (Habibah, 2017, hal. 30). Pernyataan diatas merupakan gambaran dasar sebagai acuan mengenai Hubungan Kematangan Emosi dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa Penulis Skripsi Angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

E. Hipotesis Penelitian

Menurut Suryabrata “hipotesis penelitian adalah jawaban atau dugaan sementara pada penelitian yang status kebenarannya masih harus diuji kembali secara empiris. Hipotesis merupakan rangkuman dari kesimpulan teoritis yang dianggap mungkin atau tidaknya kebenaran”. (Suryabrata, 2015, hal. 21).

H_0 : Merupakan hipotesis yang menyatakan tidak ada hubungan atau nihil antara variabel X dan variabel Y, sehingga H_0 dalam penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara Kematangan Emosi dengan Prokrastinasi pada mahasiswa akhir angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

H_a : Biasa disebut dengan Hipotesis Alternatif yang menyatakan adanya hubungan antara variabel X dan variabel Y, sehingga H_a dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara Kematangan Emosi dengan Prokrastinasi pada mahasiswa akhir angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif menekankan pada analisis dalam data-data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan diolah dengan metode analisis statistika. Semua variabel yang terlibat harus diidentifikasi dengan jelas dan terukur. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara dua variabel (Azwar, 2012, hal. 5).

Penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Hipotesis dari penelitian ini yaitu adanya hubungan kematangan emosi dengan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa.

B. Identifikasi Variabel

Variabel merujuk pada karakteristik atau atribut seorang individu maupun organisasi yang dapat diukur atau diamati (Creswell, 2013, hal. 76). Secara teoritis variabel diartikan sebagai atribut seseorang, atau objek yang mempunyai “variasi” antara satu dengan yang lainnya. (Creswell, 2013, hal. 76) Identifikasi variabel

penelitian dilakukan untuk memperjelas masalah yang akan diteliti. Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua jenis yaitu :

1. Variabel bebas : Kematangan emosi

Variabel bebas (*independent variable*), adalah variabel yang menyebabkan, mempengaruhi, atau berdampak pada, perubahan timbulnya variabel terikat (*dependent variable*).

2. Variabel terikat : Prokrastinasi akademik

Variabel terikat (*dependent variable*) adalah variabel yang bergantung pada variabel terikat (*independent variable*).

C. Definisi Operasional

Berdasarkan tinjauan teoritis berupa dimensi, aspek, dan faktor peneliti akan memilih beberapa aspek untuk pengembangan skala dan blueprint, beberapa aspek ini diambil Allport dari variabel kematangan emosi dan prokrastinasi akademik mengambil dari aspek yang digagas oleh Ferrari dan Stell.

1. Kematangan Emosi

Kematangan emosi adalah suatu kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosi pada diri mahasiswa. Individu yang telah mencapai kematangan emosi ditandai oleh adanya kemampuan dalam mengontrol emosi, berfikir realistik, memahami diri sendiri dan menampakkan emosi disaat dan tempat yang tepat. Kematangan emosi akan diungkap dengan menggunakan skala kematangan emosi Allport, aspek-aspek kematangan emosi yang digunakan untuk keperluan skala sebagai berikut:

1. Aspek perluasan diri : Memperluas pemahaman
2. Aspek berhubungan hangat dengan orang lain : Memiliki empati, simpati dan pemahaman terhadap orang lain.
3. Aspek rasa aman emosional : Penerimaan diri, penerimaan emosi yang matang, tidak mudah frustrasi, percaya diri
4. Aspek perspektif yang realistik : Berpikir secara objektif, membuat keputusan beserta mempertimbangkan dampaknya.
5. Aspek keterampilan serta pengetahuan yang dimiliki : Kemampuan beradaptasi, mandiri / dapat menyelesaikan tugas tanpa bantuan orang lain, mampu menyelesaikan masalah.
6. Aspek pengetahuan atau pemahaman diri : Memiliki resolusi kedepannya, mengetahui prioritas atau kewajibannya.

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah suatu tindakan kecenderungan mahasiswa untuk menunda-nunda tugasnya yang dilakukan dengan sengaja atas dasar keinginan sendiri yang akhirnya dapat menyebabkan kecemasan pada mahasiswa karena tidak dapat menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang ditentukan. Aspek-aspek yang peneliti gunakan dalam pengukuran prokrastinasi akademik diambil dari milik Ferrari dkk serta Stell, aspek-aspek prokrastinasi akademik disimpulkan peneliti secara umum sebagai berikut :

1. Aspek *perceived time* : Gagal menepati deadline, kerap menunda-nunda tugas.
2. Aspek *intention - action* : Kesenjangan waktu antara rencana sendiri dengan kinerja aktual, kesulitan mengerjakan sesuai dengan batas waktu.

3. Aspek *emosional distress* : Perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi, merasa tenang karena waktu masih banyak.
4. Aspek *perceived ability* : Tidak yakin terhadap kemampuan dirinya, takut gagal sebelum mencoba.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Subjek penelitian adalah sumber utama data penelitian, yakni yang mempunyai data mengenai variabel yang diteliti pada dirinya, subjek penelitian akan dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2012, hal. 77). Populasi merupakan lingkungan generalisasi yang terdiri atas subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari, dan barulah ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2007, hal. 117). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 714 subjek. Karakteristik subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki dan perempuan angkatan 2015 berusia 20 - 25 tahun berkuliah di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang serta sedang mengerjakan skripsi. Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti (Arikunto, 2010, hal. 112). Pengambilan sampel untuk penelitian menurut Suharsimi Arikunto, jika subjeknya kurang dari 100 orang sebaiknya diambil semuanya, jika subjeknya besar atau lebih dari 100 orang dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih.

Berdasarkan pernyataan dari Arikunto maka peneliti akan mengambil sampel dikisaran 10% karena subjek dipastikan melebihi 100 orang. Maka, sampel dalam penelitian berjumlah 107 dari total 714 populasi. Subjek penelitian dipilih dengan

menggunakan teknik *non random sampling*, yaitu pertama menggunakan *voluntary sampling* dengan menyebarkan tautan/link pengisian skala *online* menggunakan *website* Google form sehingga mahasiswa dapat mengakses secara sukarela. Kedua, menggunakan *purposive sampling* dengan memberikan skala kepada mahasiswa angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi atau memenuhi kriteria.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Skala

Untuk memperkuat data dari pra penelitian berupa wawancara, peneliti juga menggunakan metode pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan skala. Skala adalah alat ukur psikologi yang dapat mengungkap atribut tertentu (Azwar, 2012, hal. 5). Skala dibuat menggunakan modifikasi penskalaan model Likert yang terdiri dari 4 respon jawaban. Modifikasi yang dimaksud adalah peniadaan alternatif jawaban tengah untuk menghindari subjek memberikan jawaban netral atau tidak bisa menentukan pilihan dan adanya *central tendency effect*, terutama bagi respon ragu-ragu dalam menentukan jawaban (Sevilla dalam Nurpratiwi, 2010, hal. 42). Di bawah ini akan diuraikan penyusunan aitem, pemberian skor, serta distribusi aitem sebelum uji coba.

a. Skala Kematangan Emosi

Skala kematangan emosi dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek kematangan emosi menurut Allport (dalam Aulia Nurpratiwi, 2010,

hal. 34) ada enam dimensi kematangan pada aspek dewasa awal. Enam aspek ini yaitu perluasan diri, rasa aman emosional, perspektif yang realistik, keterampilan dan pengetahuan yang dimiliki, pengetahuan atau pemahaman diri

Skala kematangan emosi ini terdiri dari 4 respon jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Kategori penilaian untuk masing-masing aitem *favorable* adalah nilai 4 untuk Sangat Sesuai (SS), nilai 3 untuk Sesuai (S), nilai 2 untuk Tidak Sesuai (TS), dan nilai 1 untuk Sangat Tidak Sesuai (STS). Sebaliknya, kategori nilai untuk aitem *unfavorable*, yaitu nilai 1 untuk Sangat Sesuai (SS), nilai 2 untuk Sesuai (S), nilai 3 untuk Tidak Sesuai (TS), dan nilai 4 untuk Sangat Tidak Sesuai (STS). Berikut ini diuraikan penyusunan aitem skala kematangan emosi dan distribusi aitem sebelum uji coba.

Tabel 3.1 Distribusi Aitem Skala Kematangan Emosi (setelah sebar)

No.	Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Perluasan diri	- Memperluas pemahaman	5	3	8
2.	Berhubungan hangat dengan orang lain	- Memiliki empati dan simpati terhadap orang lain	1	2	3
3.	Rasa aman emosional	- Penerimaan diri - Penerimaan emosi yang matang - Tidak mudah frustrasi - Percaya diri	3	5	8
4.	Perspektif yang realistis	- Berpikir secara objektif atau realistis - Membuat keputusan beserta mempertimbangkan dampaknya	2	2	4
5.	Keterampilan serta pengetahuan yang dimiliki	- Membuktikan keberhasilan dan kinerja dalam pekerjaan - Bertanggung jawab - Mengetahui keterampilan, bakat sesuai dengan tingkat kemampuan	4	2	6
6.	Pengetahuan atau pemahaman diri	- Memiliki resolusi kedepannya - Mengetahui prioritas atau kewajibannya - Mengesampingkan yang tidak penting	3	3	6
Jumlah					35

b. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala prokrastinasi akademik dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari, Johnson, dan McCown (dalam Timmerman, 2015, hal. 15) mengatakan bahwa prokrastinasi

akademik dapat termanifestasikan dalam beberapa indikator tertentu yang dapat di ukur dan diamati ciri-cirinya. Indikator tersebut dikelompokkan menjadi empat aspek, yakni penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Skala yang digunakan untuk mengukur prokrastinasi akademik adalah modifikasi penskalaan model Likert. Skala prokrastinasi akademik ini terdiri dari 4 respon jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Kategori penilaian untuk masing-masing aitem *favorable* adalah nilai 4 untuk Sangat Sesuai (SS), nilai 3 untuk Sesuai (S), nilai 2 untuk Tidak Sesuai (TS), dan nilai 1 untuk Sangat Tidak Sesuai (STS). Sebaliknya, kategori nilai untuk aitem *unfavorable*, yaitu nilai 1 untuk Sangat Sesuai (SS), nilai 2 untuk Sesuai (S), nilai 3 untuk Tidak Sesuai (TS), dan nilai 4 untuk Sangat Tidak Sesuai (STS). Berikut ini diuraikan penyusunan aitem skala prokrastinasi akademik dan distribusi aitem sebelum uji coba.

Tabel 3.2 Distribusi Aitem Skala Prokrastinasi Akademik (setelah sebar)

No.	Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Perceived Time</i>	- Gagal menepati deadline - Menunda - nunda tugas pekerjaan	5	4	9
2.	<i>Intention-Action</i>	- Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual - Kesulitan melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu	4	2	6
3.	<i>Emotional Distress</i>	- Perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi - Merasa tenang karena waktu masih banyak	3	2	5
4.	<i>Perceived Ability</i>	- Tidak yakin terhadap kemampuan dirinya - Takut gagal	3	2	5
		Jumlah			

2. Reliabilitas dan Validitas

Hal yang paling penting dalam penggunaan skala penelitian adalah validitas dan reliabilitas yang dimiliki dari alat ukur tersebut. Hal tersebut dikarenakan adanya validitas dan reliabilitas yang sesuai dengan standar yang telah ditetapkan menunjukkan bahwa alat ukur penelitian dapat dipertanggung jawabkan. (Azwar, 2012)

a. Validitas

Untuk mengetahui apakah skala mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurnya diperlukan suatu proses pengujian validitas atau validasi (Azwar, 2012). Pengambilan keputusan didasarkan pada kriteria koefisien korelasi ≥ 0.3 , apabila instrumen memenuhi kriteria ini maka instrumen memiliki validitas yang baik. Alat ukur yang baik adalah alat ukur yang memiliki tingkat korelasi ≥ 0.3 . semakin tinggi

validitas alat ukur maka semakin dapat mengenai sasaran atau menunjukkan data yang seharusnya (Azwar, 2012).

b. Reliabilitas

Setelah melakukan uji validitasnya, maka langkah selanjutnya adalah menguji reliabel dari alat ukur yang digunakan. Reliabilitas mengacu kepada kepercayaan atau konsistensi hasil dari alat ukur (Azwar, 2012). Ada beberapa teknik uji reliabilitas yang biasa digunakan dalam pengembangan skala psikologi, dalam penelitian ini teknik uji reliabilitas yang digunakan adalah dengan mencari koefisien (α) menggunakan rumus alpha cronbach. (Azwar, 2012). Nilai alpha yang berada antara 0.70-0.90 dapat dikategorikan reliabilitas tinggi. Jika nilai alpha berada antara 0.50-0.70 maka dapat dikategorikan reliabilitas moderat. Adapun nilai alpha <0.50 maka reliabilitas rendah. Apabila nilai alpha rendah, kemungkinan satu atau beberapa aitem tidak valid. (Azwar, 2012)

F. Analisis data

Analisis data merupakan suatu tahap yang dilakukan untuk menterjemahkan hasil data yang diperoleh untuk mempermudah pembaca dalam memahami. Tahap ini dilakukan setelah peneliti menyelesaikan proses pengumpulan data. Analisa data dapat dilakukan dengan melalui beberapa tahap, yang dimulai dari tahapan persiapan, input data, memilih jenis analisa data dan interpretasi data (Suryabrata, 2015). Teknik analisis ini menggunakan program SPSS 17.0 for windows dan Microsoft exel 2007.

1. Analisis statistik deskriptif

Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2007). Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dalam hal ini penelitian deskriptif digunakan untuk menjelaskan masalah-masalah yang berhubungan dengan kematangan emosi dan prokrastinasi.

Analisis deskriptif dilakukan untuk mengetahui nilai mean dan standar deviasi pada masing-masing variabel. Analisis deskriptif dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik dengan rumus sebagai berikut :

$$\mu = \frac{1}{2} (imax + imin) \sum k$$

Keterangan :

μ = rata-rata hipotetik

$imax$ = skor maksimal aitem

$imin$ = skor minimal aitem

$\sum k$ = jumlah aitem

Selanjutnya, untuk mencari standart deviasi hipotetik dapat dilakukan dengan menggunakan rumus :

$$\sigma = \frac{1}{6} (Xmax - Xmin)$$

Keterangan :

σ = deviasi standar hipotetik

X_{max} = skor responden

X_{min} = skor minimal responden

Dari hasil yang diperoleh, kemudian dilakukan pengelompokan menjadi tiga rentang kategorisasi yaitu kategori rendah, sedang dan tinggi dengan menggunakan norma kategorisasi. Adapun norma kategorisasi adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3 Norma Kategorisasi

Kategorisasi	Norma
Tinggi	$X > (M+1SD)$
Sedang	$(M-1SD) \leq X \leq (M+1SD)$
Rendah	$X < (M-1SD)$

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pada setiap variabel yang diteliti memiliki distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji kolmogorovs-mirnov karena jumlah responden dalam penelitian ini lebih dari 50. Jika signikasi $p > 0.05$, maka data terdistribusi normal dan jika signifikasi $p < 0.05$ maka distribusi tidak normal.

G. Uji hipotesis

Uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat atau tidak hubungan yang signifikan antara variabel bebas (kematangan emosi) terhadap variabel terikat (prokrastinasi) secara parsial. (Sugiyono, 2007)

1. Analisa Regresi Linier Sederhana

Penarikan kesimpulan yang berakhir pada penerimaan atau penolakan hipotesis diawali dengan pengujian hipotesis yang kemudian hasil akhirnya berupa pernyataan bahwa hipotesis diterima atau ditolak (Sugiyono, 2007). Regresi linier sederhana bertujuan untuk mengetahui seberapa besar derajat keeratan hubungan antara variabel Kematangan Emosi dan Prokrastinasi. Syarat taraf signifikansi yaitu $p < 0,05$, yang mana menunjukkan signifikansi hubungan antar variabel. Adapun, nilai keeratan hubungan dari uji analisa regresi linier sederhana dilakukan dengan cara menggunakan aplikasi SPSS. Selanjutnya, kekuatan hubungan interpretasi antara dua variabel dalam nilai koefisien standart pada uji regresi linier dapat diketahui sebagai berikut :

Tabel 3.4 Interpretasi korelasi antar variabel

Rentang	Tidak ada korelasi antara dua variabel
0- 0,25	Korelasi sangat lemah
0,25-0,50	Korelasi cukup
0,50-0,75	Korelasi kuat
0,75-0,99	Korelasi sangat kuat
1	Korelasi sempurna

Alat ini nantinya akan digunakan pada pengujian variabel bebas yaitu kematangan emosi dan prokrastinasi sebagai variabel terikat.

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Latar Belakang Subjek

1. Gambaran Lokasi

Peneliti akan menjelaskan profil singkat gambaran lokasi sebagai tempat penelitian. Peneliti melakukan observasi di tempat UIN Maliki Malang atau Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Pada tahun 2020 kampus ini memiliki 8 fakultas dan 39 program studi, kampus ini memiliki tujuan penanaman karakter *Ulul Albab* pada mahasiswanya, hal ini diwujudkan pada lulusan ulama' yang berintelektual.

Program aktivitas diperkuliahan terdapat banyaknya mata kuliah Islam, terdapat juga pemberian program kegiatan - kegiatan tambahan yang wajib dilakukan oleh mahasiswa diantaranya program asrama satu tahun bagi mahasiswa baru yang disebut sebagai *ma'had* didalamnya terdapat program pembangunan karakter melalui kegiatan spiritual dan pendalaman bahasa Inggris dan Arab. Visi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yaitu menjadi universitas Islam unggul, terpercaya, berdaya saing, dan bereputasi internasional. Misi dari kampus ini adalah :

1. Menyelenggarakan tridarma perguruan tinggi yang unggul yang meliputi pendidikan, penelitian, dan pengabdian pada masyarakat.

2. Menyelenggarakan pendidikan tinggi dalam kerangka pengembangan keilmuan, transformasi sosial, dan peningkatan martabat bangsa yang terpercaya.
3. Mengembangkan penelitian dan pengabdian masyarakat yang inovatif untuk menghasilkan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni yang relevan dan berdaya saing.
4. Mentransformasi sistem manajemen mutu di bidang pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat yang memenuhi standar dan reputasi.

2. Waktu dan Tempat

Observasi dilakukan pada bulan Januari 2020 sampai dengan bulan November 2020 yang berlokasi di kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang beralamat Jl. Gajayana No.50, Dinoyo, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65144.

3. Jumlah Subjek Penelitian

Peneliti melakukan observasi secara mendalam di kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan subjek mahasiswa angkatan 2015 dengan kriteria tercatat di BAAK (Bagian Administrasi Akademik) pusat sebagai sebagai peserta didik yang masih aktif dan sedang mengerjakan skripsi. Angkatan 2015 mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang saat february 2020 sejumlah 1106 mahasiswa, selanjutnya pada bulan agustus 2020 jumlah mahasiswa angkatan 2015 menurun dengan total 714 mahasiswa.

4. Jumlah Subjek yang Dianalisis

Sejumlah subjek yang terlibat dalam penelitian ini telah memenuhi syarat untuk dilakukan analisis, total populasi dalam penelitian yaitu 714 mahasiswa dengan sampel sejumlah 107 mahasiswa.

5. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data

Tahapan administrasi penelitian ini adalah:

- a. Peneliti menemui petugas BAK fakultas untuk izin dan meminta surat keterangan sebagai mahasiswa yang sedang melakukan penelitian skripsi, kemudian surat keterangan tersebut akan diserahkan kepada KABAG BAK pusat Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang untuk disetujui guna meminta data mahasiswa aktif angkatan 2015 dengan tujuan menyelesaikan tugas skripsi.
- b. Setelah mendapatkan data dari BAK pusat, Peneliti menyebarkan kuisisioner atau angket kepada mahasiswa angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang melalui tautan / link diseluruh grup angkatan serta meminta tolong kepada beberapa mahasiswa untuk menjadi koordinator. Masing-masing koordinator mendistribusikan kuisisioner kepada anggota grup angkatan yang sesuai dengan kriteria.
- c. Responden mengisi kuisisioner yang telah dibagikan melalui tautan / link dan secara otomatis data tersampaikan di google form ketika sudah selesai.

B. Hasil Pengukuran Kematangan Emosi

1. Variabel Kematangan Emosi

a. Uji Validitas

Data deskripsi ini ditampilkan dengan tujuan mengetahui karakteristik yang terdapat dalam data pokok dari penelitian yang dilaksanakan. Deskripsi data digunakan untuk mengetahui data yang dipaparkan agar mudah diinterpretasikan dengan baik. Pengukuran statistik deskriptif yang telah diukur pada skala sebelumnya berupa means (rata-rata), standard deviation (standar deviasi), nilai minimal serta maksimal.

Tabel 4.1 Skor Empirik Kematangan Emosi

Skor Empirik				
N	Min.	Max.	Mean	SD
107	69	111	9,10	84,63

Berdasarkan data pada tabel tersebut telah diketahui bahwa skala kematangan emosi memiliki skor empirik item tertinggi sebesar 111 dan skor item terendah sebesar 69 dengan mean sebesar 9,10 dan standar deviasi sebesar 84,63.

Menurut Azwar (2015) Validitas bisa dilihat dari aitem correlation dan nilainya tidak boleh dibawah 0,25. Jika nilainya dibawah nominal tersebut maka dinyatakan gugur. Setelah dilakukan uji response process pada aitem kemudian

dilakukan uji scanning pada hasil skala yang telah di dapatkan dari subyek penelitian.

Adapun beberapa aitem yang gugur dari skala kematangan emosi.

Tabel 4.2 Hasil Scanning Uji Validitas Aitem pada Skala Kematangan Emosi

Aspek	Nomer aitem yang valid	Nomer aitem yang gugur	Jumlah aitem yang gugur
Perluasan Diri	1,2,3,4,6,7,8	5	1
Berhubungan Hangat dengan orang lain	9,10,11	11	1
Rasa aman emosional	14,16,17,18,19	12,13,15	3
Perspektif yang realistik	20,21,22	23	1
Keterampilan serta pengetahuan yang dimiliki	24,25,26,27,29	28	1
Pengetahuan atau pemahaman diri	30,31,32,33,34,35	0	0

Bagian dari tabel diatas menjelaskan variabel kematangan emosi yang berjumlah 6 aspek. Keseluruhan aitem kematangan emosi berjumlah 35 aitem, maka dari itu tabel diatas juga menjelaskan bahwa terdapat beberapa aitem gugur dengan total 7 aitem terdiri dari aspek perluasan diri yang gugur 1 aitem, aspek berhubungan hangat dengan orang lain juga gugur 1 aitem, aspek rasa aman emosional gugur 3 aitem, aspek perspektif yang realistik gugur 1 aitem, aspek keterampilan serta pengetahuan yang dimiliki gugur 1 aitem, dan aspek pengetahuan atau pemahaman diri tidak terdapat aitem yang gugur. Jumlah keseluruhan aitem kematangan emosi yang valid yaitu 28 aitem.

b. Uji Reliabilitas

Pada pengujian realibilitas pada skala kematangan emosi menggunakan progam SPSS. Berdasarkan ketentuannya, realibilitas diharapkan mencapai nilai $>0,6$ dikarenakan pada kategorisasi tersebut realibilitas dianggap cukup baik pada interpretasi hasil pengukuran. Dalam penelitian, peneliti memasukkan semua item dalam uji realibilatis termasuk item-item yang gugur. Hal tersebut dikarenakan peneliti sudah membuat item berdasarkan teori yang ada. Namun, dengan catatan ada beberapa item yang tidak valid. Adapun tabel realibilitas pada skala kematangan emosi sebagai berikut:

Tabel 4.3 Uji Reliabilitas Skala

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.883	28

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa nilai Cronbac'h Alpha pada skala kematangan emosi bernilai 0, 883 hal ini apat membuktikan bahwa skala kematangan emosi nilai Cronbac'h Alpha lebih dari 0,6.

c. Kategorisasi Data

Hasil yang digunakan dalam kategorisasi data digunakan untuk mengetahui tingkat kematangan emosi, peneliti mengkategorisasi jawaban skala tersebut dari tiap subjek/responden.

Tabel 4.4 Norma Kategorisasi

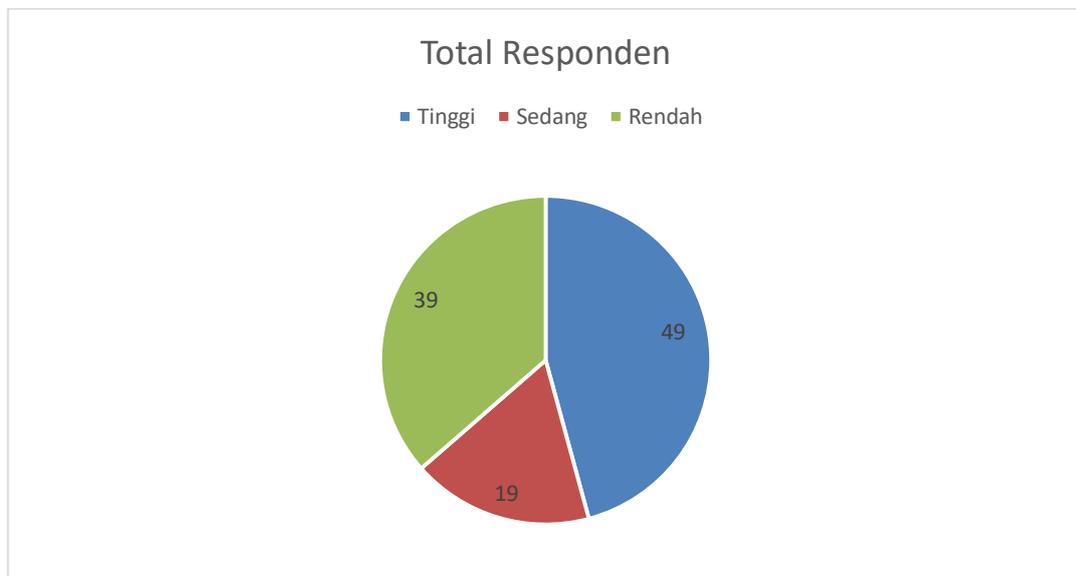
Kategorisasi	Norma
Tinggi	$X > (M+1SD)$
Sedang	$(M-1SD) > X > (M+1SD)$
Rendah	$X < (M-1SD)$

Kategorisasi data yang didapatkan pada skala kematangan emosi adalah sebagai berikut:

Tabel 4.5 Kategorisasi Data Kematangan Emosi

Kategori	Tinggi	Sedang	Rendah	Total Responden
Jumlah Subjek	49	19	39	107
Presentase	46%	18%	36%	

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa total responden sejumlah 107, 49 responden memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi dengan presentase 46% dari keseluruhan responden. Adapaun responden yang memiliki tingkat kematangan emosi sedang berjumlah 19 responden dengan presentase 19%, dan 39 responden memiliki tingkat kematangan emosi yang rendah dengan presentase 36%. Peneliti menyajikan diagram kategorisasi tingkat kematangan emosi pada mahasiswa akhir angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dibawah ini :



Gambar 4.1 Diagram Kategorisasi Tingkat Kematangan Emosi

C. Hasil Pengukuran Prokrastinasi

1. Variabel Prokrastinasi

a. Uji Validitas

Tabel 4.6 Skor Empirik Prokrastinasi

Skor Empirik				
N	Min.	Max.	Mean	SD
107	28	71	51,21	9,04

Tabel diatas dapat diketahui bahwa skala prokrastinasi memiliki skor empirik aitem terendah 28 dan skor aitem tertinggi sebesar 71 dan mean sebesar 51,21 serta standard deviasi sebesar 9,04.

Tabel 4.7 Hasil Scanning Uji Validitas pada Skala Prokrastinasi

Aspek	Nomer aitem yang valid	Nomer aitem yang gugur	Jumlah aitem yang gugur
Perceived Time	1,2,3,4,5,6,7,8,,9	0	0
Intention-Action	11,12,13,14,15	10	1
Emotional Distress	16,17,18,19,20	0	0
Perceived Ability	21,22,23,24	25	1

Pada skala prokrastinasi, terdapat 4 aspek dalam pengujian validitas. Pada aspek perceived time jumlah total aitem yang valid 9 yaitu nomor 1 sampai 9 dan tidak ada aitem yang gugur. Kemudian, pada aspek intention-action total ada 5 aitem valid yaitu nomor 11,12,13,14,15 sedangkan aitem gugur hanya 1 yaitu nomor 10. Bagian aspek emotional distress sejumlah 5 aitem yang valid yaitu nomor 16 sampai 20 serta tidak terdapat aitem gugur. Terakhir di aspek Perceived ability terdapat 4 aitem valid sedangkan bagian aitem gugur 1 aitem yaitu nomor 25. Jumlah keseluruhan aitem valid pada skala prokrastinasi berjumlah 23 aitem.

b. Uji Realibilitas

Tabel 4.8 Realibilitas Skala Prokrastinasi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.887	23

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa nilai Cronbac'h Alpha pada skala prokrastinasi bernilai 0,887 hal ini dapat membuktikan bahwa skala prokrastinasi nilai Cronbac'h Alpha lebih dari 0,6 sehingga data dianggap sebagai reliabel. Dalam penelitian ini, peneliti memasukkan semua item dalam uji realibilitas termasuk item-item yang gugur. Hal tersebut dikarenakan peneliti sudah membuat item berdasarkan teori yang ada. Namun, dengan catatan ada beberapa item yang tidak valid.

3. Kategorisasi

Tabel 4.9 Norma Kategorisasi

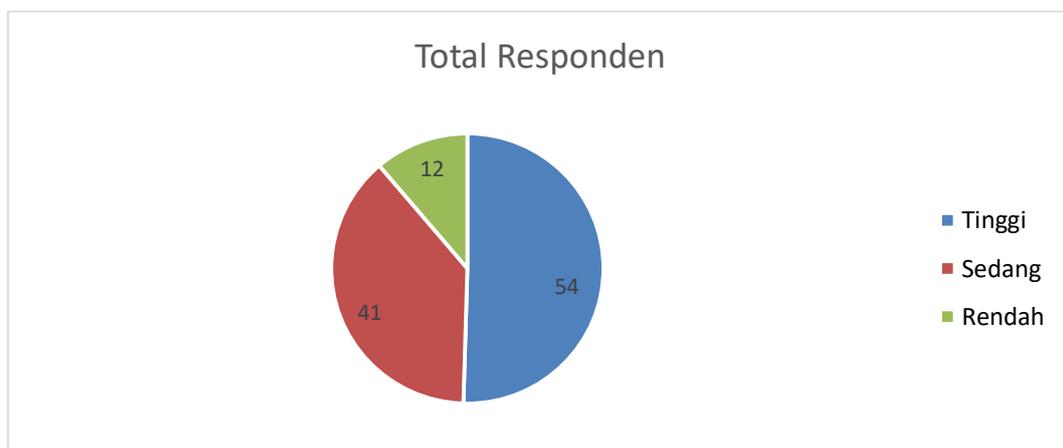
Kategorisasi	Norma
Tinggi	$X > (M+1SD)$
Sedang	$(M-1SD) > X > (M+1SD)$
Rendah	$X < (M-1SD)$

Kategorisasi data yang didapatkan pada skala prokrastinasi adalah sebagai berikut:

Tabel 4.10 Kategorisasi Data

Kategori	Tinggi	Sedang	Rendah	Total Responden
Jumlah Subjek	54	41	12	107
Presentase	50%	38%	11%	

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa 54 responden memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi dengan presentase 50% dari keseluruhan responden. Responden yang memiliki tingkat kematangan emosi sedang berjumlah 41 responden dengan presentase 39%, dan 12 responden memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah dengan presentase 11%. Data tersebut membuktikan bahwa dari 107 responden, tingkat presentase cenderung tinggi. Dibawah ini diagram presentasinya :



Gambar 4.2 Total Responden

D. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Normalitas data merupakan syarat pokok yang harus dipenuhi dalam analisis parametrik. Normalitas suatu data sangat penting karena dengan data yang terdistribusi normal, maka data tersebut dianggap dapat mewakili suatu populasi (Sugiyono, 2007). Apabila data yang terdistribusi tidak normal maka tidak dapat dilakukan uji parametrik, sehingga

harus melakukan uji non-parametri (Sugiyono, 2007, hal. 97). Dasar pengambilan keputusan uji normalitas ialah dengan berdasarkan probabilitas (Asymtotic Significance), dengan penjelasan sebagai berikut:

1. Apabila probabilitasnya $> 0,05$, maka distribusi dari model regresi dinyatakan normal.
2. Apabila probabilitasnya $< 0,05$, maka distribusi dari model regresi dinyatakan tidak normal.

Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik One Kolmogorov Smirnov Test (ks-z) dengan menggunakan bantuan program aplikasi IBM SPSS for Windows 26.

Hasil uji normalitas sebaran dengan teknik One Kolmogorov Smirnov Test (ks-z) ini dapat dikatakan normal jika nilai signifikansi (Asymp. Sig 2-tailed) $p > 0,05$. Dari hasil penghitungan normalitas pada variabel kematangan emosi menunjukkan nilai signifikansi sebesar .067 ($p > 0,05$). Hasil uji normalitas pada variabel prokrastinasi diperoleh nilai signifikansi sebesar .559 ($p > 0,05$). Berdasarkan keterangan tabel di atas, dapat diketahui bahwa variabel kematangan emosi dan prokrastinasi memiliki sebaran yang normal.

E. Uji hipotesis

1. Uji Regresi Linier Sederhana

Hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji regresi linier sederhana dengan tujuan mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan prokrastinasi pada mahasiswa akhir angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Syarat diterimanya hipotesis pada penelitian ini jika taraf signifikansi $p < 0,05$.

Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Model	Standardized Coefficients	Sig.
Kematangan Emosional	-.711	.000
a. Dependent Variable: Prokrastinasi		

Dari tabel hasil dapat disimpulkan bahwa taraf signifikansi hubungan antara kematangan emosi dan prokrastinasi menunjukkan nilai signifikansi 0,00, yang mana berarti $p < 0,05$. Koefisien standart juga menunjukkan angka $-.711$ yang berarti ada hubungan yang kuat pada variabel kematangan emosi dan prokrastinasi, karena skor menunjukkan angka negatif maka semakin tinggi variabel kematangan emosi dan semakin rendah variabel prokrastinasi. Maka dari itu, dapat dikatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan dan kuat antara kematangan emosi dan prokrastinasi pada mahasiswa akhir angkatan 2015. Dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini H_1 diterima sedangkan H_0 ditolak.

F. Pembahasan Diskusi hasil

1. Tingkat Kematangan Emosi Pada Mahasiswa Akhir Angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, diketahui bahwa tingkat kematangan emosi mahasiswa angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan kategori tinggi Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa 49 responden memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi dengan presentase 46%. Responden yang memiliki tingkat kematangan emosi sedang berjumlah 19 responden dengan presentase 18%, dan 39 responden memiliki tingkat kematangan emosi yang rendah dengan presentase 36%. Data tersebut membuktikan bahwa dari 107 responden, tingkat presentase tinggi cenderung mendominasi.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa akhir angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang memiliki tingkat kematangan emosi dengan kategori sedang yakni sebesar 18% yakni 19 mahasiswa, bisa dikatakan cukup mampu mengatur dan mengontrol dirinya. Mampu mengelola emosinya sehingga tidak timbul perilaku yang berlebihan.

Dalam hal ini Allport mengatakan bahwa tingkah laku dewasa yang masak adalah seperangkat sifat (trait) yang terorganisir dan seimbang, yang mengawali dan membimbing tingkah laku sesuai dengan prinsip otonomi fungsional (Ghufron, 2010). Dengan demikian dapat

disimpulkan seseorang yang memiliki tingkat kematangan emosi sedang cukup mampu mengorganisir tiap perilaku yang ingin dimunculkan.

Mahasiswa yang berada dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 49 orang dengan prosentase 46% dari 107 responden, akan cenderung menunjukkan pribadi yang memiliki perluasan diri, berhubungan hangat dengan orang lain, rasa aman emosional, perspektif yang realistik, dan keterampilan serta pengetahuan yang dimiliki, serta pengetahuan dan pemahaman diri.

Dalam penelitian ini, meski terdapat mahasiswa yang memiliki kematangan emosi dengan kategori rendah dengan presentase 36% namun presentase mahasiswa yang memiliki presentase tinggi juga lumayan baik yaitu pada presentase 46%. Hal ini membuktikan bahwa mahasiswa akhir yang berada dalam rentang usia 22-24 tahun sudah memiliki kematangan emosi secara psikologis namun tidak sepenuhnya mahasiswa akhir memiliki kematangan emosi yang tinggi hal ini dibuktikan oleh data kategorisasi yang menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi memiliki kematangan emosi yang cenderung rendah dengan data 36%. Kematangan emosi dipengaruhi oleh beberapa aspek menurut Allport yaitu perluasan diri, berhubungan hangat dengan orang lain, rasa aman emosional, perspektif yang realistik, keterampilan dan pengetahuan yang dimiliki, pengetahuan atas pemahaman diri (Nurpratiwi, 2010, hal. 35). Berbagai faktor inilah yang menyebabkan kematangan emosi antara mahasiswa yang satu dengan

yang lainnya berbeda-beda. Berdasarkan paparan diatas, maka dapat disimpulkan bahwasanya kematangan emosi bisa berubah sesuai dengan kondisi yang ada pada aspek-aspeknya.

2. Tingkat Prokrastinasi Mahasiswa Akhir Angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Menurut Silver (Ghufron, 2010), seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi. Akan tetapi, mereka hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugasnya tepat waktu. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa tingkat prokrastinasi mahasiswa akhir angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dari jumlah total responden 107 mahasiswa menempati presentase dengan kategori tinggi sebesar 50% dengan sejumlah 54 mahasiswa yang melakukan prokrastinasi dengan kategori tinggi. Kemudian dalam kategori sedang 38% yaitu 41 mahasiswa, dan rendah 11% yaitu 12 mahasiswa dengan jumlah total responden 107 mahasiswa.

Menurut Ferrari, penundaan dilakukan dengan suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan, prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan yang akan mendatangkan nilai negatif dalam

dirinya karena memebuat diri menjadi was-was terhadap tugas-tugasnya dalam konteks mahasiswa akhir khususnya skripsi terbengkalai sehingga seseorang menunda untuk melakukan sesuatu yang utama dan berhubungan dengan tugasnya (Ghufron, 2010, hal. 19).

Dalam dunia kampus, sebagian mahasiswa akhir tidak hanya memiliki kegiatan di akademik saja akan tetapi ada kegiatan-kegiatan lain seperti mengerjakan skripsi sambil bekerja, ada pula mahasiswa akhir yang masih memiliki kegiatan aktif di organisasi baik intra maupun ekstra. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa prokrastinasi dilakukan mahasiswa akhir dengan sengaja dan dikarenakan adanya kegiatan lain yang sebenarnya prioritas lebih rendah. Faktor utama yang mempengaruhi para mahasiswa akhir angkatan 2015 melakukan prokrastinasi akademik karena pengelolaan waktu dalam mengatur jadwal kegiatan dan penentuan prioritas yang kurang bijaksana sehingga pada akhirnya dampak yang dirasakan adalah rasa bersalah dan penyesalan dalam dirinya (Habibah, 2017).

Berdasarkan angket terbuka yang juga diberikan pada responden melalui google form, rata-rata mahasiswa yang melakukan prokrastinasi karena mereka malas untuk mengerjakan revisi yang diberikan dosen. Disamping itu, bahkan ada beberapa subjek yang menganggap skripsi bukanlah sesuatu yang penting. Tidak hanya itu saja, ada sebagian yang mengaku bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh jeda waktu pemberian revisi skripsi dengan pengumpulannya masih terlalu lama dan berakibat

pada tergiurnya mahasiswa dengan aktivitas lain yang tidak ada hubungannya dengan tugas.

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi seseorang melakukan prokrastinasi, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari dalam dirinya, sedangkan faktor eksternal berasal dari luar dirinya seperti gaya pengasuhan orang tua dan lingkungan (Ghufron, 2010). Terkait dengan lingkungan sebagian mahasiswa yang sangat mementingkan arti persahabatan atau kelompok, akan cenderung melakukan prokrastinasi jika dalam kelompoknya dapat mempengaruhi dirinya untuk melakukan prokrastinasi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi mempunyai ciri-ciri tertentu sehingga tugas-tugas kuliah terbengkalai. Ferrari dkk menyebutkan empat indikator dari prokrastinasi akademik: (1) penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, (2) keterlambatan dalam mengerjakan tugas, (3) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, dan (4) melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan (Husetiya, 2010). Dari keempat indikator ini, tiap mahasiswa mempunyai tingkat prokrastinasi yang berbeda-beda antara yang satu dengan yang lainnya. Tergantung bagaimana kondisi fisiologis dan psikologis mahasiswa itu sendiri.

3. Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa Akhir

Berdasarkan hasil dari data regresi menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara variabel kematangan emosi dengan prokrastinasi pada mahasiswa akhir dengan uraian semakin rendah kematangan emosi maka semakin tinggi prokrastinasi yang dilakukan hal ini dilihat berdasarkan kategori empirik yang menganalisa perindividunya memiliki prokrastinasi yang tinggi dan kematangan emosi yang rendah. Nilai taraf signifikansi dari penelitian ini menunjukkan angka $p = 0,00$ dengan syarat $p < 0,05$ dan juga nilai standart koefisiensi korelasi antara variabel kematangan emosi dan prokrastinasi dengan nilai $-0,711$.

Solomon dan Rothblum menjelaskan dalam hasil penelitiannya bahwa ada beberapa hal yang kemungkinan menjadi penyebab munculnya prokrastinasi akademik yaitu adanya ketakutan untuk gagal (*fear of failure*) contohnya kecemasan ketika mendapatkan evaluasi, kepercayaan diri yang rendah dan terdapat sifat perfeksionis dalam diri. Kemudian alasan kedua yaitu, adanya ketidasesenangan terhadap tugas yang sedang diemban (*averseveenes of the task*) dimana perasaan tidak suka terhadap beberapa atau bahkan semua aktivitas akademik dan rasa malas. (Solomon & Rothblum, 1984, p. 507)

Pada penelitian ini juga menjelaskan bahwa mahasiswa terkadang merasa bahwa kondisi *mood* juga mempengaruhi proses pengerjaan mereka dalam menuntaskan tugas. Hal tersebut juga dijelaskan oleh

Howes dan Herald bahwa terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik yang dilakukan seseorang dalam hal ini adalah mahasiswa. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa yang memiliki kemampuan dalam pengelolaan emosi akan membuatnya mampu memahami dirinya sendiri dan orang lain. Apabila mahasiswa memiliki kemampuan tersebut akan membuat dirinya memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang rendah. Howes dan Herald juga menjelaskan bahwa pengelolaan emosi yang baik akan membuat seseorang dapat aktif dalam mempersiapkan, mengelola, merencanakan semua aktivitas belajarnya sehingga tidak akan terbentuk perilaku prokrastinasi (Howes & Herald, 1999, p. 54)

Penelitian lain juga dilakukan oleh Habibah (2017) yang menjelaskan bahwa terdapat variabel antara yang menghubungkan kematangan emosi dan prokrastinasi yaitu *Self Control* (Habibah, 2017, hal. 6). Hal tersebut sesuai dengan penjelasan Walgito dalam bukunya yang menjelaskan bahwa salah satu aspek kematangan emosi yaitu kontrol emosi (Walgito, 2003). Mahasiswa yang memiliki kontrol emosi yang baik walaupun dalam keadaan marah, tetapi kemarahan itu tidak tampak melalui ekspresi karena dapat mengatur kemarahan dengan memanifestasi kemarahan, sehingga mahasiswa mampu mencegah dampak negatif dari prokrastinasi dengan *Self Control* yang tinggi (Habibah, 2017).

Prokrastinasi mampu dihindari jika seseorang memiliki kematangan emosi yang baik seperti memiliki rasa tanggung jawab. Rasa

tanggung jawab yang dimiliki mampu membuat seseorang menuntut dirinya sendiri untuk menyelesaikan suatu tugas. Beberapa keadaan tersebut mampu menggambarkan hubungan antara kematangan emosi dan prokrastinasi. Penguatan data numerikal juga ditunjang oleh aspek-aspek yang ada didalam kedua variabel. Pertama, terdapat aspek kematangan emosi yaitu pengetahuan atau pemahaman diri dengan indikator memiliki resolusi kedepannya (Nurpratiwi, 2010), mengetahui prioritas atau kewajiban, dan mengesampingkan hal yang tidak penting. Berdasarkan indikator bagian akhir tersebut terdapat fakta yang didapat melalui kuesioner, banyak mahasiswa akhir yang kurang melakukan kontrol terhadap penggunaan sosial media agar mendapatkan progres skripsi yang optimal. Fenomena tersebut selaras dengan salah satu aspek yang ada di dalam prokrastinasi yaitu *perceived time* (waktu yang dirasa / sadar akan waktu) dengan indikator suka menunda-nunda tugas atau pekerjaan (Sia, 2007). Berdasarkan data kuisisioner yang disebar mahasiswa akhir cenderung melakukan aktifitas yang lain ketika masih jauh dari deadline pengumpulan revisi atau skripsi. Pernyataan tersebut terlihat Ketika peneliti meninjau data per individu.

Hasil diatas menunjukkan sebuah menjelaskan bahwa analisa data per individu jika dideskripsikan secara garis besarnya, responden memiliki kematangan emosi yang cenderung rendah dan prokrastinasi mendominasi hingga setengah dari reponden yang ada yaitu sebesar 50%. Hal ini membuktikan bahwa kematangan emosi rendah maka tingkat

prokrastinasi cenderung tinggi. Jadi, dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi yang dimiliki oleh mahasiswa dapat mempengaruhi keputusan untuk melakukan prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir angkatan 2015 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini menunjukkan bahwa variabel kematangan emosi dengan prokrastinasi memiliki keterkaitan satu sama lain.

BAB V

KESIMPULAN

a. Kesimpulan

Berdasarkan paparan yang telah tertulis di bab sebelumnya yaitu pada hasil dan pembahasan penelitian, maka dari itu terdapat beberapa kesimpulan, antara lain yaitu;

1. Kategorisasi Variabel Kematangan Emosional

Tingkat kematangan emosional pada mahasiswa semester akhir yang mengerjakan skripsi menunjukkan kategorisasi yang sebagian besar mereka memiliki tingkat tinggi dengan jumlah 49 responden dari total 107 responden

2. Kategorisasi Variabel Prokastinasi

Dari hasil dan pemaparan penelitian yang diatas, tingkat variable prokastinasi pada mahasiswa akhir yang mengerjakan skripsi menunjukkan dominasi kategorisasi tingkat yang tinggi seperti hanya dengan kematangan emosional, dengan angka 54 dari total 107 responden

3. Hubungan Kematangan Emosional dengan Prokastinasi

Penelitian ini berisi tentang kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosional dan prokastinasi ditandai dengan skor signifikasi yaitu, $p = 0,00$, dan juga menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan atau hubungan yang kuat antara kematangan emosional dengan prokastinasi ditunjukkan dengan skor $-0,711$, yang memiliki makna bahwa semakin tinggi tingkat kematangan emosional, semakin

rendah tingkat prokastinasi pada mahasiswa semester akhir yang mengerjakan skripsi

b. Saran

1. Bagi Bapak Ibu Dosen

Bapak Ibu Dosen diharapkan dapat memiliki andil juga dalam hal untuk memberikan bimbingan tidak hanya sekedar sebagai pemberi dan petunjuk dalam pengerjaan skripsi akan tetapi juga ikut andil dalam pemberian wawasan serta nasehat hidup yang berkaitan dengan hal kematangan emosional

2. Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa dan mahasiswi akhir tidak hanya mengembangkan kemampuan dalam hal secara kognitif saja, akan tetapi pengembangan diri dalam hal yang berkaitan tentang kematangan emosional sangat memiliki andil besar dalam meminimalis tingkat prokastinasi yang mana memberikan efek besar dalam pengerjaan skripsi.

3. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian eksperimen baik itu berupa pelatihan atau action research yang mana dapat memberikan andil tidak hanya pemaparan data, akan tetapi dalam meningkatkan kematangan emosional mahasiswa semester akhir sehingga tingkat prokastinasi mereka menurut dengan harapan agar mereka dapat lebih cepat menyelesaikan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas Dan Validitas*. Jogjakarta: Pustaka Belajar.
- Chaplin, J. P. (2009). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Corry Timmerman, M. B. (2015). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa.
- Creshwell, J. W. (2013). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustka Pelajar.
- Ghufron, M. &. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruz Media.
- Habibah, D. P. (2017). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Prokrastinasi Dalam Penyusunan Skripsi Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Skripsi*, 65.
- Howes, & Herald. (1999). *Emotional Intelligence*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock, E. B. (2012). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Husetiya, Y. (2010). Hubungan asertivitas dengan prokrastinasi akademik. *Jurnal, Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*.
- Ilyas. (2016). Hubungan self regulated learning dan kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik. *Jurnal Analitika Magister Psikologi UMA*, 25-29.
- Jatikusumo, M. R. (2018). Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa.
- Muawanah, L. B., & Praktiko, H. (2012). Kematangan emosi, Konsep Diri dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Vol. 7 Universitas 17 Agustus 1945*, 490 - 500.

- Nurpratiwi, A. (2010). Pengaruh Kematangan Emosi Dan Usia Saat Menikah Terhadap Kepuasan Pernikahan Pada Dewasa Awal. *Skripsi*, 35. Dipetik 11 25, 2019
- Nurulitasari, F. N. (2018). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Kompetensi Interpersonal Siswa Yang Menjadi Pengurus OSIS Di SMA Negeri Wilayah Kab. Boyolali. *Jurnal Empati Volume 7 No 4*.
- Rahmawati, M. (2011). Pengurangan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Bahasa Inggris Melalui Kelompok Belajar pada Siswa Kelas X MA Ali Maksum Yogyakarta.
- Risdiandari. (2014). Perbedaan Kematangan Emosi Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Komunitas MCL (Malang Cat Lovers).
- Saman, A. (2017). Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 55-62.
- Sari, L. D. (2014). Hubungan Siblings Rivalry dan Kematangan Emosi Remaja.
- Sarwono, S. W., & Meinarno, E. A. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Schultz, D. (2005). *Psikologi Pertumbuhan : Model-model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: OFM.
- Sia, T. E. (2007). Mahasiswa Versus Tugas : Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness. *Indonesian Psychological Journal Anima*.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination : Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 507.
- Sugiyono. (2007). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Suprihatin, W. R. (2010). Hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup Konsumtif pada siswa di Sma Wachid Hasyim 2 Taman Sidoarjo. 16.
- Suryabrata, S. (2015). *Metode Penelitian*. Jakarta: Rajawali Press.
- Tandon, T. (2017). A Relationship between Emotional Maturity and Life Satisfaction among Employees. *International Journal of Education and Psychological Research (IJEPR)*, 6.

- Tarigan, P. K. (2017). *Kematangan Emosi Dan Kecemasan Di Kalangan Mahasiswa Penulis Skripsi*.
- Verdiawati, E. (2012). *Hubungan Asertivitas Dengan Prokrastinasi Akiademik Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Kota Mungkid Magelang*.
- Walgito, B. (2003). *Pengantar Psikologi Umum*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Wati, P. Y. (2012). *Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMP Negeri 1 Mungkid*.
- Wiyono, A. (2018). *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2017*. *Jurnal*, 5.

LAMPIRAN

Skala Uji Coba Kematangan Emosi

Nama : _____

Jenis Kelamin : (L/P)

Jurusan : _____

PETUNJUK PENGISIAN

Dibawah ini terdapat terdapat beberapa pernyataan. Anda diminta untuk mengisi dengan cara memberikan tanda centang pada salah satu kolom di sebelah kanan pernyataan. Tidak ada jawaban yang benar maupun salah. Jawablah dengan jujur apa adanya dengan keterangan kolom pengisian sebagai berikut :

STS : Sangat Tidak Sesuai

TS : Tidak Sesuai

S : Sesuai

SS : Sangat Sesuai

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya tidak merasa kesulitan menghadapi perkuliahan dengan sistem online				
2	Perkuliahan online tidak mengganggu aktivitas sehari-hari saya di rumah				
3	Materi perkuliahan yang sulit bukan suatu hambatan yang berarti bagi saya untuk mengikutinya				
4	Ketika saya merasa kesulitan melaksanakan perkuliahan online, saya akan bertanya ke orang lain sampai saya paham jawabannya				
5	Hal buruk yang terjadi kemarin tidak mempengaruhi kondisi saya saat ini				

6	Padatnya aktivitas tidak akan mempengaruhi keinginan saya untuk mencapai prestasi				
7	Saya akan berusaha menyelesaikan masalah terkait perkuliahan online tidak peduli serumit apapun itu				
8	Meskipun tugas perkuliahan online membutuhkan waktu yang lama, saya bisa menyelesaikan tugasnya tepat waktu				
9	Kegiatan perkuliahan mengubah pola tidur saya, sehingga saya tidak bisa melakukan kegiatan-kegiatan tertentu				
10	Saya lelah harus mengikuti kegiatan perkuliahan online				
11	Saya tidak menyukai mata kuliah tertentu karena saya tidak suka pada dosen tersebut				
12	Ketika saya menanyakan ke oranglain tetapi oranglain malas untuk menjawabnya maka saya tidak akan menanyakan lagi				
13	Saya tidak memperhatikan pelajaran di kelas ketika sedang bad mood.				
14	Permasalahan yang saya hadapi dalam perkuliahan online berdampak negatif pada kehidupan sehari-hari				
15	Saya merasa pelajaran yang sulit diluar kemampuan saya				
16	Saya kesulitan ketika diberi deadline hanya seminggu namun tugasnya banyak				
17	Saya menyelesaikan tugas tepat waktu				
18	Saya mampu mengorganisir tugas kuliah dan kegiatan mahad				
19	Saya tidak keberatan jam perkuliahan sering memakan jam pembelajaran PPBA				

20	Saya tidak mengamalkan apa yang orangtua katakan ketika melaksanakan perkuliahan online				
21	Saya tidak terlambat membayar UKT				
22	Saya mampu beradaptasi dengan suasana perkuliahan yang berbeda dengan SMA				
23	Saya nyaman dengan dunia perkuliahan				
24	Saya tidak merasa gugup ketika presentasi di kelas online				
25	Saya tidak peduli dengan berat badan yang berubah semenjak melaksanakan perkuliahan online				
26	Pola tidur saya tidak berbeda seperti sebelum melaksanakan perkuliahan online				
27	Saya tetap tabah meskipun tugas saya belum selesai				
28	Saya sabar ketika oranglain mengajak saya bicara ketika sedang berkonsentrasi mengerjakan tugas online				
29	Meskipun kegiatan mahad dan perkuliahan padat, tetap bisa diselesaikan tanpa harus mengeluh				

Lampiran Skala Uji Coba Prokrastinasi

Nama : _____

Umur :

Jurusan : _____

PETUNJUK PENGISIAN

Dibawah ini terdapat beberapa pernyataan. Anda diminta untuk mengisi dengan cara memberikan tanda centang pada salah satu kolom di sebelah kanan pernyataan. Tidak ada jawaban yang benar maupun salah. Jawablah dengan jujur apa adanya dengan keterangan kolom pengisian sebagai berikut :

STS : Sangat Tidak Sesuai

TS : Tidak Sesuai

S : Sesuai

SS : Sangat Sesuai

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya tidak menepati waktu yang telah disepakati dengan dosen pembimbing untuk berkonsultasi dan mengumpulkan progres skripsi				
2	Saya sering mendapat teguran dari dosen karena terlambat mengumpulkan revisi				
3	Dosen pembimbing dan saya membuat kesepakatan konsultasi, kemudian saya mengumpulkan progres skripsi dan menemui beliau lebih awal dari waktu yang sudah disepakati				
4	Dosen pembimbing dan saya membuat janji / kesepakatan hari konsultasi lalu saya menemuinya tepat pada hari yang sudah ditentukan				
5	Ketika hari pertemuan konsultasi dengan dosen masih lama, saya lebih memilih melakukan hal yang menyenangkan daripada mengerjakan skripsi				

6	Saya melakukan aktivitas yang lain ketika tugas skripsi masih jauh dari deadline				
7	Saya lebih baik memikirkan konsep skripsi secara matang meski melewati deadline daripada mengerjakannya tepat waktu namun hasilnya tidak secara maksimal				
8	Saya memanfaatkan waktu luang untuk mengerjakan skripsi dan revisi selesai tepat pada waktunya				
9	Saya lebih memilih mengerjakan skripsi daripada melakukan hal yang saya gemari meski deadline skripsi masih lama				
10	Saya memiliki planning mengerjakan skripsi secara maksimal meski sering lalai dalam menepati batas waktu pengerjaan yang telah saya tentukan				
11	Akhir-akhir ini saya terlambat mengerjakan skripsi sesuai deadline yang ditentukan dan hasil skripsi tidak maksimal				
12	Saya melakukan perencanaan skripsi sejak jauh-jauh hari dan saya kerjakan sesuai pada waktu yang telah saya tentukan				
13	Saya masih bingung atau kesusahan untuk mengerjakan skripsi meski sudah mendekati hari konsultasi yang sudah direncanakan dengan dosen pembimbing				
14	Menjelang waktu pengumpulan revisi, saya baru bisa fokus mengerjakan skripsi dibanding hari-hari sebelumnya				
15	Saya melakukan pengerjaan skripsi sesuai dengan rencana dan semua instruksi dari dosen pembimbing terpenuhi sesuai batas waktu yang telah disepakati				
16	Saya khawatir skripsi tidak selesai tepat waktu karena saya malas bimbingan				
17	Saya menghindar dari teman sebaya sebab belum lulus karena lebih mengutamakan aktivitas yang disenangi				

18	Saya yakin akan segera lulus karena lebih rajin bimbingan dan menghabiskan waktu luang untuk revisi				
19	Saya merasa memiliki banyak waktu sehingga seringkali menghabiskan untuk refreshing				
20	Saya mengurangi rasa gelisah terhadap skripsi dengan berusaha mengerjakannya secara bertahap meski waktu konsultasi masih lama				
21	Saya merasa kemampuan diri jauh dibawah teman-teman sebimbingan.				
22	Untuk mempercepat penyusunan skripsi, saya segera menuliskan setiap gagasan yang muncul ke dalam skripsi				
23	Saya merasa cemas dan pesimis ketika mempresentasikan progres skripsi kepada dosen pembimbing, meski semua revisi telah dikerjakan secara menyeluruh				
24	Saya resah ketika dosen meragukan kemampuan diri walaupun saya sudah memahami skripsi saya				
25	Saya berani untuk berkonsultasi dengan dosen meski hanya sedikit menguasai materi namun progres skripsi tetap berjalan dan mendapat revisi yang banyak				

Proses Validitas dan Reliabilitas Aitem Kematangan Emosi

1	2	3	4	6	7	8	9	10	14	16	17	18	19	20	21	22	24	25	26	27	29	30	31	32	33	34	35		
2	2	3	2	4	1	2	2	2	2	3	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	69	Rendah
3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	10	Tinggi
3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3	4	4	3	94	Sedang
3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76	Rendah
3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	79	Rendah
4	3	4	4	3	4	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	81	Rendah
4	4	4	3	3	3	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	10	Tinggi
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82	Sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	83	Sedang
4	4	4	4	3	2	3	3	3	4	1	1	4	4	3	3	3	3	4	3	2	4	1	3	2	2	3	1	81	Tinggi
4	4	4	3	3	2	3	4	3	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	87	Tinggi
3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	1	1	4	4	3	4	87	Tinggi
4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	87	Tinggi
3	4	3	4	2	3	3	4	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	76	Rendah

4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	90	Tinggi	
4	3	2	4	2	4	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	4	2	3	3	3	4	2	2	75	h	
4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	93	Tinggi	
3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	77	h	
3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	2	4	89	Tinggi	
4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	94	Tinggi	
3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	88	Sedang	
3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	2	77	h
4	3	2	3	1	3	2	3	4	3	2	1	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	74	h	
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	83	Sedang
4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	10	9
3	3	4	2	2	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	80	Tinggi	
3	3	3	4	1	2	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	75	h	
4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	1	90	Tinggi
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	84	h
3	3	3	2	1	1	1	2	4	3	1	1	2	3	2	4	4	3	3	1	3	1	3	4	3	2	4	3	70	h	
3	4	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	77	h	

3	4	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	1	2	3	2	2	2	3	2	69	Rendah	
4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89	Sedang	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84	Rendah	
4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	87	Tinggi
4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	90	Rendah	
4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	92	Tinggi
4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	4	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	97	Tinggi	
3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	80	Rendah	
4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	97	Tinggi	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83	Sedang	
4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	95	Tinggi	
3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	94	Tinggi	
4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	3	4	4	86	Tinggi	
4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	87	Sedang
4	3	4	3	2	4	2	3	4	4	3	2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	87	Tinggi	
3	4	3	4	2	2	3	2	3	3	1	1	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	72	Rendah	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82	Tinggi	
4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	91	Tinggi	
3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	77	Sedang	
3	3	2	4	4	3	4	3	3	4	2	2	4	1	4	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	83	Sedang	

3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	77	Tinggi	
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	82	Tinggi	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	10	Tinggi	
4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	86	Sedang	
1	3	3	2	3	1	4	3	3	2	3	4	3	2	2	3	4	3	3	4	1	4	1	3	3	3	1	3	75	Renda	
3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	4	2	3	2	3	3	3	2	78	Tinggi	
2	2	3	3	2	4	1	3	2	4	2	1	4	1	4	3	1	2	3	2	4	1	1	2	3	4	3	4	71	Renda	
3	3	4	2	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	93	Tinggi	
4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	77	Renda
4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	77	Renda	
4	3	3	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	96	Sedang
3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	87	Tinggi
4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	86	Tinggi
3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	2	2	2	1	2	2	3	2	4	4	3	4	3	3	2	3	2	3	79	Tinggi	
4	3	4	4	3	3	3	2	2	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	99	Tinggi
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	80	Renda	
4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	3	81	Sedang
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	77	Renda	
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	81	Tinggi	

3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	80	Renda h
3	3	3	1	3	2	3	3	3	4	2	2	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	2	2	3	3	3	4	84	Tinggi
4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	87	Sedang

Proses Validitas dan Reliabilitas Prokrastinasi

1	2	3	4	5	6	7	8	9	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24			
2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	58	Tinggi
1	2	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	3	1	4	2	1	2	1	1	1	1	1	1	36	Rendah
2	2	1	1	4	4	4	2	2	2	1	2	2	2	2	4	2	2	1	3	2	2	2	51	Tinggi	
3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	60	Tinggi	
2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	54	Tinggi	
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	64	Sedang	
1	1	1	1	3	2	3	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	39	Rendah
2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	48	Sedang
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	48	Tinggi	
3	3	2	2	4	4	4	3	4	3	4	2	4	2	3	4	2	4	2	2	3	1	4	69	Tinggi	
2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	57	Tinggi	
4	4	1	1	4	1	4	1	4	4	1	1	4	1	4	1	4	4	1	1	1	1	1	4	56	Tinggi
2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43	Sedang	
3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	55	Tinggi	
2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	51	Tinggi	
2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	1	1	3	51	Tinggi	
1	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	54	Tinggi	
2	2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	45	Sedang	
1	1	4	1	1	2	1	1	2	1	1	1	4	1	4	3	2	2	1	3	1	1	2	41	Rendah	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	47	Tinggi	

2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	48	Sedang		
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	52	Tinggi	
2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	58	Sedang		
2	2	3	2	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	54	Tinggi	
2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	55	Sedang	
1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	4	4	1	1	2	2	2	2	3	46	Sedang	
1	3	2	2	2	2	2	4	2	4	4	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	62	Tinggi	
2	1	1	2	2	4	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	3	2	1	2	2	43	Sedang	
2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	55	Sedang	
2	2	3	3	4	3	4	4	3	2	3	2	3	2	4	1	3	4	2	4	2	3	4	67	Tinggi
2	2	2	2	4	3	4	2	3	3	2	2	4	1	2	1	2	3	2	2	2	2	1	53	Tinggi
1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	3	4	2	3	1	2	3	1	3	2	3	3	47	Sedang
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	68	Tinggi
2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	4	2	4	2	4	3	63	Sedang
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47	Sedang
4	2	1	1	2	2	2	1	1	4	1	4	4	1	4	4	1	2	3	2	1	1	1	49	Tinggi
3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	57	Tinggi
3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	64	Tinggi
1	3	3	1	2	3	2	1	1	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	1	2	4	4	51	Sedang
2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	47	Sedang	
2	1	2	2	4	4	4	3	3	1	3	2	4	2	2	1	2	4	3	2	1	1	2	55	Tinggi
2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	56	Tinggi
3	3	2	2	3	4	3	1	2	3	2	3	3	1	3	3	1	4	1	4	2	4	3	60	Tinggi

2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	47	Sedang			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	47	Tinggi		
1	2	1	1	2	2	2	2	3	3	2	2	4	2	3	1	2	2	2	1	3	3	3	49	Sedang	
1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	46	Tinggi	
1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	58	Tinggi	
1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	3	36	Rendah	
2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	62	Tinggi	
1	1	1	1	2	1	2	1	4	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	3	3	38	Rendah
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46	Sedang
1	2	1	1	2	2	2	1	4	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	3	37	Rendah	
1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	37	Rendah
1	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	48	Sedang
1	2	1	1	2	2	2	2	3	3	2	2	4	2	3	1	2	2	2	1	3	3	3	49	Tinggi	
1	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	58	Sedang	
3	2	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	71	Tinggi	
2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	57	Sedang	
2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	44	Sedang	
3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	58	Tinggi	
1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	1	2	1	2	1	2	1	2	3	3	53	Tinggi	
3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	58	Sedang	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	47	Sedang	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	Rendah	
1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	44	Sedang	

2	4	3	1	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	70	Tinggi	
1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	4	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	3	49	Sedang	
1	1	4	4	1	1	1	3	4	1	2	1	1	4	2	2	3	1	3	1	4	1	1	1	47	Tinggi	
1	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	2	3	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	46	Sedang	
3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	3	2	2	2	61	Tinggi	
3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	1	3	2	2	2	61	Sedang	
1	1	1	1	3	2	3	2	2	1	2	3	3	1	4	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	46	Sedang
2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	1	3	2	2	1	2	3	3	50	Sedang	
1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	44	Sedang	
3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	68	Tinggi
3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	2	3	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	46	Sedang
2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	56	Tinggi
4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	52	Tinggi
2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	57	Tinggi
2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	49	Tinggi
3	3	2	2	3	2	3	2	1	1	2	2	2	4	2	4	2	2	3	1	2	2	2	3	3	54	Tinggi
1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	44	Tinggi
2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43	Sedang

Hasil Validitas Kematangan Emosi, bagian yang dihitamkan adalah aitem gugur.

Item-Total Statistics

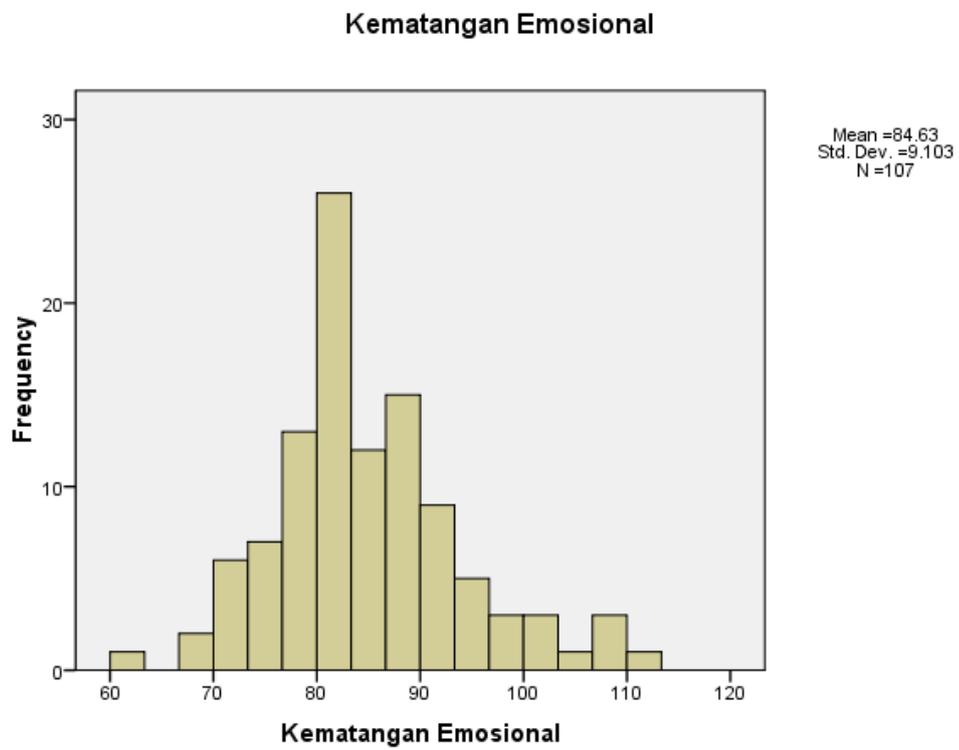
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	99.25	82.379	.441	.836
VAR00002	99.38	84.257	.303	.840
VAR00003	99.44	82.362	.424	.837
VAR00004	99.60	83.582	.293	.840
VAR00005	99.50	85.667	.165	.843
VAR00006	99.70	79.834	.523	.833
VAR00007	99.62	81.390	.368	.838
VAR00008	99.72	81.204	.546	.834
VAR00009	99.72	84.223	.261	.841
VAR00010	99.69	83.045	.333	.839
VAR00011	99.93	83.741	.198	.844
VAR00012	99.69	87.234	-.027	.850
VAR00013	100.80	90.084	-.245	.854
VAR00014	99.39	81.109	.471	.835
VAR00015	100.70	93.419	-.484	.861
VAR00016	99.67	81.317	.438	.836
VAR00017	100.18	81.959	.367	.838
VAR00018	99.55	82.608	.466	.836
VAR00019	99.76	79.091	.566	.831
VAR00020	99.64	83.590	.336	.839
VAR00021	99.65	80.549	.510	.834
VAR00022	99.53	82.195	.533	.835
VAR00023	99.91	83.765	.221	.842
VAR00024	99.70	81.627	.440	.836
VAR00025	99.36	81.253	.484	.835
VAR00026	99.48	83.101	.428	.837
VAR00027	99.45	79.816	.484	.834
VAR00028	99.79	84.397	.196	.843
VAR00029	99.46	81.854	.421	.836

VAR00030	99.61	82.750	.360	.838
VAR00031	99.75	80.643	.470	.835
VAR00032	99.57	84.719	.311	.840
VAR00033	99.70	80.476	.483	.834
VAR00034	99.58	82.321	.374	.838
VAR00035	99.49	80.026	.499	.834

Hasil Validitas Prokrastinasi

Item-Total Statistics

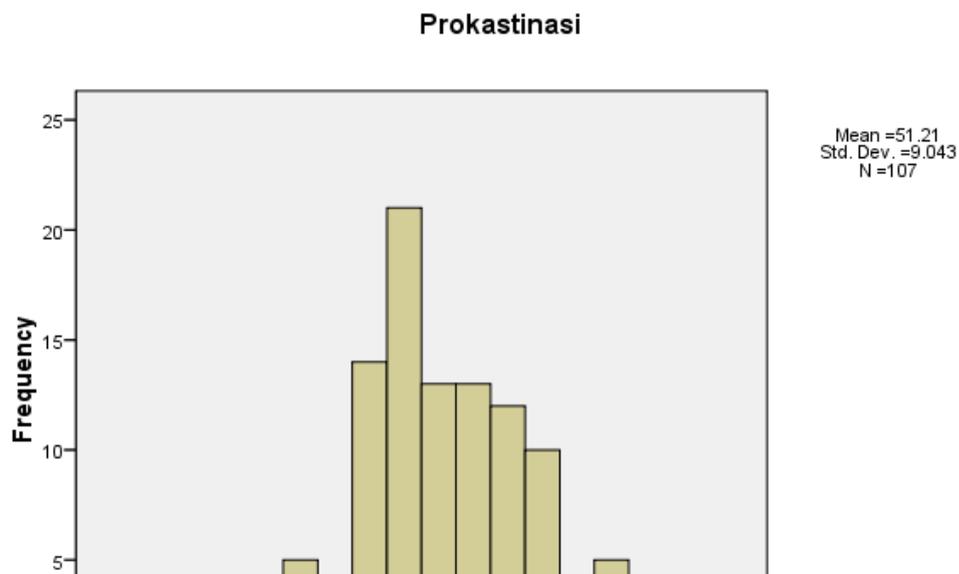
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	54.12	65.862	.464	.839
VAR00002	53.93	65.232	.560	.836
VAR00003	54.02	66.585	.443	.840
VAR00004	54.28	67.732	.429	.841
VAR00005	53.59	65.924	.493	.838
VAR00006	53.63	67.293	.397	.842
VAR00007	53.59	65.924	.493	.838
VAR00008	54.01	65.387	.606	.835
VAR00009	53.76	68.129	.312	.845
VAR00010	53.39	78.675	-.467	.871
VAR00011	53.76	64.261	.629	.833
VAR00012	53.91	64.821	.686	.832
VAR00013	53.83	66.594	.552	.837
VAR00014	53.36	68.611	.251	.847
VAR00015	54.13	67.228	.532	.838
VAR00016	53.61	67.995	.306	.845
VAR00017	53.96	67.753	.351	.843
VAR00018	54.09	67.293	.494	.839
VAR00019	53.56	65.098	.594	.835
VAR00020	54.11	67.685	.483	.840
VAR00021	53.94	66.714	.457	.840
VAR00022	54.05	67.913	.465	.840
VAR00023	53.74	66.950	.420	.841
VAR00024	53.52	66.082	.490	.838
VAR00025	53.90	75.942	-.281	.865



Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	110.995	5.802		19.132	.000
	Kematangan Emosional	-.706	.068	-.711	-10.363	.000
a. Dependent Variable: Prokastinasi						

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Kematangan Emosional	Prokastinasi
N		107	107
Normal Parameters ^a	Mean	84.63	51.21
	Std. Deviation	9.103	9.043
Most Extreme Differences	Absolute	.126	.076
	Positive	.126	.064
	Negative	-.052	-.076
Kolmogorov-Smirnov Z		1.304	.791
Asymp. Sig. (2-tailed)		.067	.559
a. Test distribution is Normal.			



Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.711 ^a	.506	.501	6.388

a. Predictors: (Constant), Kematangan Emosional

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4382.830	1	4382.830	107.392	.000 ^a
	Residual	4285.226	105	40.812		
	Total	8668.056	106			

a. Predictors: (Constant), Kematangan Emosional

b. Dependent Variable: Prokastinasi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	110.995	5.802		19.132	.000
	Kematangan Emosional	-.706	.068	-.711	-10.363	.000

a. Dependent Variable: Prokastinasi

**Data Mahasiswa Aktif Angkatan 2015 Semester Ganjil Tahun Akademik
2020/2021**

DATA MAHASISWA SEMESTER GANJIL TAHUN AKADEMIK 2020/2021 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG		
No	Nama Jurusan	Angk 2015
1	PENDIDIKAN AGAMA ISLAM	37
2	PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL	45
3	PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH	18
4	PENDIDIKAN BAHASA ARAB	9
5	PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI	13
6	MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM	5
7	TADRIS BAHASA INGGRIS	0
8	TADRIS MATEMATIKA	0
9	HUKUM KELUARGA ISLAM (AHWAL SYAKHSHIYYAH)	24
10	HUKUM EKONOMI SYARIAH (MU'AMALAH)	25
11	HUKUM TATA NEGARA	17
12	ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR	0
13	BAHASA DAN SASTRA ARAB	26
14	SASTRA INGGRIS	48
15	PSIKOLOGI	61
16	MANAJEMEN	48
17	AKUNTANSI	20
18	PERBANKAN SYARI'AH	10
19	MATEMATIKA	39
20	BIOLOGI	57
21	KIMIA	48
22	FISIKA	31
23	TEKNIK INFORMATIKA	66
24	TEKNIK ARSITEKTUR	48
25	PERPUSTAKAAN DAN ILMU INFORMASI	0
26	PENDIDIKAN DOKTER	0
27	FARMASI	19
TOTAL		714