

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan istilah bagi pelajar yang sedang menempuh pendidikan di tingkat perguruan tinggi.¹ Mahasiswa memiliki aktivitas yang berkaitan dengan akademik maupun non akademik.² Menurut Solomon dan Rothblum terdapat enam tugas akademik yang harus dikerjakan oleh mahasiswa, yaitu tugas membuat laporan/paper, tugas belajar dalam menghadapi ujian, tugas membaca berita terkini, tugas administratif, tugas kehadiran, dan tugas akademik secara umum.³ Pada tingkatan Strata I di perguruan tinggi diharuskan bagi mahasiswa menyelesaikan tugas akhirnya guna mendapatkan gelar sarjana (S1) yaitu skripsi.⁴

Skripsi ialah kumpulan karya ilmiah dalam suatu bidang studi yang ditulis mahasiswa program sarjana(S1). Karya ilmiah ini ialah salah satu persyaratan guna menuntaskan program studi mahasiswa yang ditulis berdasarkan sumber pada hasil riset lapangan ataupun hasil studi kepustakaan. Skripsi wajib berkenaan dengan disiplin keilmuan yang ditekuni dalam program studinya.⁵

¹ Abdullah, Sri Mulyati, dan Dyah Ayu Noor Wulandari, "Prokastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi", *Humaniora*, Vol. 5, No. 1, (2014).

² Vivi Putri Lestari, Damajanti Kusuma Dewi, "Hubungan Efikasi Diri dan Kontrol Diri dengan Prokastinasi Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan", *Character*, 05, 03, (2018).

³ Sutanto, Nadia, Nela Regar Ursia, dan Ide Bagus Siaputra, "Prokastinasi Akademik dan Self-control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Univeritas Surabaya", *Makara Seri Social Humaniora*, Vol. 17, No. 1, (2013), hlm. 1.

⁴ Vivi Putri Lestari, Damajanti Kusuma Dewi, "Hubungan Efikasi Diri. . .", *Character*, 05, 03, (2018).

⁵ Tim Penyusunan Karya Tulis Ilmiah STAIN Kediri, *Pedoman Karya Tulis Ilmiah* (Kediri: STAIN Press, 2013), hlm. 59.

Begitu panjang serta rumitnya proses pengerjaan skripsi pastinya memerlukan pengeluaran, tenaga, waktu serta atensi yang tidak sedikit. Pada umumnya mahasiswa diberikan waktu guna menuntaskan skripsi dalam jangka waktu satu semester alias kurang lebih 6 bulan. Namun pada realitasnya, banyak mahasiswa yang membutuhkan waktu lebih dari 6 bulan guna mengerjakan skripsi.⁶ Apabila mahasiswa tidak mempunyai ketertiban terhadap dirinya terlebih lagi tidak dapat mengendalikan waktunya dengan baik hingga tugas tersebut tidak akan tuntas dengan tepat waktu sehingga menyebabkan penundaan dalam kelulusannya. Mayoritas mahasiswa lebih mempunyai kecenderungan untuk mendahulukan kesenangan semacam menonton Youtube, menghabiskan waktu memandangi Instagram, dan sebagainya sehingga mengakibatkan timbulnya kasus prokastinasi akademik pada mahasiswa. Ketidaksiplinan tersebut menyebabkan mahasiswa sangat kerap melaksanakan prokastinasi akademik.⁷

Jika mahasiswa tidak memiliki kedisiplinan terhadap dirinya, maka mereka tidak akan selesai dengan tepat waktu sehingga mengakibatkan penundaan dalam kelulusannya. Hal tersebut bisa dilihat dari ketidaksiapan mahasiswa dalam mengerjakan tugas beban mata kuliah yang ditempuhnya dan tugas akhir yaitu skripsi. Banyaknya tuntutan itu membuat mahasiswa sering menunda-nunda dalam menyelesaikan skripsi. Penundaan tugas tersebut dikenal

⁶Aliya Noor Aini et.al, “ Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi Mahasiswa Universitas Muria Kudus”, Psikologi Pitutur,2 (Juni,2011),65.

⁷ A'yunina, Hilma, dan Abdurrohman, “Hubungan Stress Akademik dan Motivasi Belajar dengan Prokastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang”, Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) 2, hlm. 890.

dengan prokrastinasi. Prokrastinasi yang terjadi pada area akademik disebut sebagai prokrastinasi akademik.

Istilah prokrastinasi diambil dari bahasa Inggris yaitu *procrastination* yang merupakan perilaku menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan meskipun individu mengetahui bahwa penundaan tersebut dapat menghasilkan dampak negatif.⁸ Tice, Dianne dan Baumeister mengatakan bahwa prokrastinasi dapat menyebabkan stres dan memberi pengaruh pada disfungsi psikologis individu. Individu yang melakukan prokrastinasi akan menghadapi *deadline* dan hal ini dapat menjadi tekanan bagi mereka sehingga menimbulkan stress.⁹ Secara umum faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua yaitu faktor *internal* dan faktor *eksternal*. Faktor *internal* itu sendiri meliputi kondisi fisik individu dan kondisi psikologis individu, sedangkan faktor *eksternal* adalah lingkungan dan gaya pengasuhan orang tua. Prokrastinasi dapat diatasi dengan memotivasi diri sendiri dengan menentukan tujuan.¹⁰

Terlepas dari kemungkinan bahwa lingkungan akademik dapat berkontribusi secara signifikan terhadap situasi ini, sebagian besar upaya penelitian untuk mengklarifikasi mekanisme yang terlibat dalam penundaan telah difokuskan pada variabel individu yang terkait kepribadian, motivasi, pengaruh, dan lain-lain.¹¹

⁸ Maya Khairani dkk, *Teras Literasi* (Aceh : Syiah Kaula University Press, 2019), 35-36

⁹ Tice, Dianne dkk, *Longitudinal Study of Procrastination, Performance, Stress, and Health: The Cost and Benefit of Dawdling. Psychological Science. APS Volume 8, Issues 6, (1997)*

¹⁰ *Ibid*,

¹¹ Svartdal Forde dkk, *How Study Environments Foster Academic Procrastination: Overview and Recommendations* (Department of Psychology : UiT The Arctic University of Norway, 2020), 5

Prokrastinasi atau menunda-nunda dapat dikaitkan dengan kecemasan dan ketakutan terhadap kegagalan. Menunda-nunda dianggap sebagai hambatan mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademis karena dapat menurunkan kualitas pembelajaran, menambah tingkat stres, dan berdampak negatif dalam kehidupan mahasiswa. Dampak yang sering terjadi akibat prokrastinasi akademik seringkali tidak menjadi perhatian khusus bagi sebagian mahasiswa. Kondisi tersebut ditunjukkan dari beberapa hasil penelitian yang menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa masih cenderung tinggi.¹²

Diantara tanda-tanda prokrastinasi salah satunya ialah mahasiswa yang mengerjakan skripsi tidak tepat waktu. Biasanya permasalahan yang timbul berkaitan dengan penulisan skripsi yang seringkali dialami oleh para mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Mahasiswa yang tidak mempunyai kesiapan menghadapi, mengalami masalah-masalah yang berkaitan dengan skripsi seperti pengerjaan membutuhkan waktu lama, mahasiswa menganggap skripsi merupakan beban hidup, takut ketika hasil skripsinya diujikan didepan para dosen, sulit membagi waktu dengan aktivitas lain. Selain itu mahasiswa kesulitan membagi waktu untuk bertemu dosen dan bekerja sehingga menyebabkan berhenti dalam penyelesaian skripsi. Menurut Burka dan Yuen memperkirakan prokrastinasi pada mahasiswa mencapai 75% dengan 50% dari siswa melaporkan bahwa mereka prokrastinasi konsisten dan menganggapnya sebagai masalah.

¹² Muyana Siti, *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling* (Madiun : Universitas PGRI Madiun, 2018), 46

Menurut Ferrari mengatakan bahwa terdapat beberapa ciri-ciri prokrastinasi akademik yaitu ciri pertama penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan. Ciri kedua keterlambatan mengerjakan tugas. Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama dari pada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Ciri ketiga kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Ciri keempat melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan.¹³ Hal ini menunjukkan bahwa skripsi memang telah menjadi salah satu faktor yang menyebabkan tekanan dalam kehidupan mahasiswa tingkat akhir, yang juga dapat menyebabkan munculnya prokrastinasi akademik.

Data awal yang didapatkan oleh peneliti setelah melakukan wawancara kepada 5 subjek atau mahasiswa, yang dimana subjek tersebut dipilih peneliti karena mereka adalah mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2018 yang sedang mengerjakan skripsi dan teman dekat, diantaranya berjenis kelamin perempuan dan laki-laki. Berikut ini adalah hasil berdasarkan yang diperoleh dari wawancara dilapangan:

¹³ Wulan Noor Ayu, *Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi* (Yogyakarta : Universitas Mercu Buana, 2014), 58-59

Tabel 2.1
Hasil Wawancara

Jenis Kelamin	Jumlah	Hasil
Laki-laki	3	Hasilnya adalah ke tiga mahasiswa laki-laki tersebut melakukan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. Dimana lebih suka menunda dalam arti melakukannya karena jadwal konsultasi bimbingan yang tidak menentu, dalam mengerjakan skripsi mengalami kesulitan mencari referensi dan terbatasnya waktu pada saat bimbingan berlangsung.
Perempuan	2	Hasilnya dari 2 mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan satu diantaranya melakukan penundaan dalam mengerjakan skripsi atau prokrastinasi akademik. Mereka mengatakan hal tersebut didasari oleh ketidaksesuaian antara rencana dan tindakan dalam mengerjakan skripsi yang ditandai dengan adanya pekerjaan lain sehingga mereka tertunda dan lambat. Terkadang mereka lebih memilih melakukan aktivitas lain yang lebih disenangi dari pada memulai mengerjakan tugas akhir yaitu skripsi.

Mereka yang mengalami kondisi seperti diatas akan terganggu dalam melakukan berbagai aktivitas yang mengarah pada pengerjaan tugas akhir yaitu skripsi mengakibatkan ketidakmampuan untuk menyelesaikan skripsi dalam waktu tertentu, hingga melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Dalam hal

ini, mahasiswa yang memiliki kemampuan untuk tetap menyelesaikan skripsi dikatakan memiliki kepribadian *hardiness*. Sehingga bisa dikatakan memiliki kemungkinan yang kecil dalam melakukan prokrastinasi.

Konsep *hardiness* pertama kali dikemukakan oleh Kobasa. Awalnya *hardiness* digunakan untuk menguji hubungan antara stres dan kesehatan. Konsep ini kemudian dikembangkan dengan merujuk pada karakteristik kepribadian individu yang mempunyai daya tahan terhadap stres. Kobasa menjelaskan bahwa individu yang mengalami stres tinggi tetapi tetap sehat, memiliki karakteristik kepribadian berbeda dengan individu sakit. Dengan kata lain, individu yang memiliki *hardiness* tinggi tetap dapat mengatasi dan memiliki ketangguhan untuk menghadapi permasalahan yang menyebabkan stres. Merujuk pada penjelasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa *hardiness* dapat dimaknai sebagai karakteristik kepribadian yang melibatkan kemampuan untuk mengendalikan kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan dan memberikan makna positif terhadap kejadian tersebut, sehingga tidak menimbulkan stres pada individu yang bersangkutan. Individu dengan *hardiness* yang tinggi akan memiliki kepercayaan bahwa semua masalah yang dihadapi, termasuk segala masalah dan beban yang ada adalah sesuatu yang tidak mungkin dihindari, sehingga mereka dapat melakukan hal yang dianggap tepat untuk menyelesaikan masalah.¹⁴

Dalam mencapai karakteristik kepribadian *hardiness* dibutuhkan tiga aspek atau komponen, yaitu *commitment*, *control*, dan *challenge*. Aspek

¹⁴ Mulawarman, *Mind Skills Konsep dan Aplikasinya dalam Praktik Konseling* (Jakarta : Kencana, 2020), 52-53

pertama, yaitu *commitment* adalah kemampuan untuk mempercayai kebenaran dan nilai yang dimiliki oleh individu. Kedua, *control* yang merupakan kecenderungan untuk mempercayai dan berperilaku sesuai dengan keadaan yang terjadi. Aspek ketiga, yaitu *challenge* berdasarkan keyakinan bahwa perubahan adalah suatu hal yang normatif dalam kehidupan setiap individu.¹⁵ Jadi, bisa dikatakan bahwa *hardiness* itu berhubungan dengan beberapa dimensi ketahanan, ketabahan individu yang lebih luas dalam menghadapi stres kerja. *Hardiness* seseorang terutama terlihat pada komitmen, pengendalian dan persepsinya terhadap masalah-masalah sebagai tantangan. Selain itu seseorang dengan *hardiness*-nya itu juga akan mampu beradaptasi secara sehat dengan lingkungan yang memberikan tekanan-tekanan timbulnya stress.¹⁶

Biasanya, ketahanan telah dianggap sebagai tindakan bertahan meskipun dalam keadaan stres dan cenderung menekankan anak muda. Dalam posisi ini diasumsikan bahwa ada berbagai faktor, terutama dukungan sosial dan tahan banting yang merupakan jalan menuju ketahanan.¹⁷ Ada bukti yang jelas bahwa sifat tahan banting mempengaruhi bagaimana individu menilai pengalaman hidup mereka. *Hardiness* memberikan dampak positif dalam kehidupan seseorang, orang yang memiliki *hardiness* tinggi akan memiliki hubungan sosial yang lebih baik dimana hubungan tersebut mereka butuhkan untuk mendukung mereka ketika dihadapkan pada situasi yang membutuhkan *coping* dalam

¹⁵ Rahmah Hastuti, *Psikologi Remaja* (Yogyakarta : ANDI (Anggota IKAPI), 2021), 65

¹⁶ Sopan Adrianto, *Peneroka Kepemimpinan Sekolah* (Jakarta : PT Elex Media Komputindo, 2019), 126

¹⁷ Maddi R Salvatore, *Hardiness Considered Across Cultures* (University of California : irvine, 2006), 413

stress.¹⁸ Kepribadian *hardiness* dibutuhkan dalam dunia pendidikan, dalam kaitannya dengan kehidupan mahasiswa, stress seringkali muncul di saat mahasiswa mengerjakan tugas-tugas mereka. *Hardiness* dibutuhkan oleh mahasiswa untuk bertahan dalam kondisi stres terhadap tugas.

Disisi lain stres memiliki kaitan dengan prokrastinasi akademik karena seperti yang disebutkan stres adalah salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik. Dari pernyataan tersebut tampak bahwa *hardiness* dan prokrastinasi saling terhubung satu sama lain. *Hardiness* yang terdapat pada diri individu maka dapat diasumsikan akan mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu semakin tinggi *hardiness* individu maka semakin rendah tingkat perilaku prokrastinasi akademik karena dengan karakteristik *hardiness* yang dimiliki oleh individu akan mampu untuk menghadapi faktor-faktor yang menjadi penyebab prokrastinasi akademik dalam pengerjaan skripsi.¹⁹

Penelitian yang membahas tentang hubungan *hardiness* dan prokrastinasi akademik pernah dilakukan oleh Menurut Richad Alexander, dalam skripsi penelitiannya yang berjudul “*Hubungan antara Hardiness dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir*”, hasil analisis data menunjukkan adanya korelasi signifikan antara variabel *hardiness* dengan prokrastinasi akademik, yaitu sebesar $r = -0,417$ ($p = 0,00$), sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Kesimpulanya, terdapat hubungan negatif antara kedua

¹⁸ Kardum dkk, *The Structure of hardiness its measurement invariance across gender and Relationship with personality traits and mental health outcomes*, Psikologijske teme, (2012) 487

¹⁹ *Ibid*,

variabel, yang berarti semakin tinggi *hardiness* dalam diri seseorang maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

Dalam menghadapi berbagai kesulitan yang diakibatkan oleh pengerjaan skripsi, mahasiswa membutuhkan peran resiliensi. Resiliensi adalah kapasitas individu untuk menghadapi dan mengatasi serta merespon secara positif kondisi-kondisi tidak menyenangkan yang tidak dapat dihindari, dan memanfaatkannya untuk memperkuat diri sehingga mampu beradaptasi terhadap perubahan, tuntutan, dan kekecewaan yang muncul di kehidupan.²⁰ Individu dengan resiliensi yang baik adalah individu yang optimis, yang percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik.²¹ Oleh karena itu, mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi membutuhkan peran optimisme agar dalam proses penyelesaian skripsi mahasiswa tingkat akhir memiliki sikap menerima masukan-masukan pembimbing, tidak mudah putus asa dan berusaha mencari jalan keluar saat menemui hambatan.

Sedangkan Menurut Kaplan dkk, Resiliensi adalah kapasitas untuk mempertahankan kemampuan, untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stresor kehidupan.²² Menurut Grotberg Resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi, serta kapasitas manusia untuk menghadapi dan memecahkan masalah.²³ Menurut Reivich dan Shatte, resiliensi menggambarkan kemampuan individu untuk merespon *adversity* atau

²⁰Dewi, *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Resiliensi Siswa*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Bimbingan Dan Konseling Vol. 2 N0. 1 Oktober (2014)

²¹Poetry, *Resiliensi Pada Mahasiswa Baru Penyandang Cerebral Palsy (CP)*. Skripsi Universitas Brawijaya (2010)

²² VanBrenda, *Resilience Theory: A Literature Review*. Pretoria: South African Military Health Service, Military Psychological Institute, Social Work Research and Development, (2001), 22

²³ Grotberg, "Countering Depression With the Five building block of Resilience." *Reaching Today's Youth* 4, (1999), 22

trauma yang dihadapi dengan cara-cara sehat dan produktif.²⁴ Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan sebuah proses dinamis yang melibatkan peran berbagai faktor individual maupun sosial atau lingkungan, yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan yang signifikan.

Sedangkan hubungan resiliensi dengan prokrastinasi akademik itu sendiri pernah dilakukan pada penelitian oleh Nailul Rahmi yang berjudul “Hubungan antara resiliensi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi”. Pada fase akhir studi mahasiswa akan melewati tahap penyusunan skripsi. Ketika mengerjakan skripsi, mahasiswa mengalami tantangan dan hambatan dalam proses penyusunan skripsi. Bagi mahasiswa yang mampu beradaptasi dengan baik terhadap masalah yang dihadapi, mahasiswa akan menghasilkan performa positif dalam hidupnya, sebaliknya bagi individu yang kurang mampu beradaptasi maka akan tetap berada dalam kondisi yang tidak menyenangkan. Resiliensi sangat dibutuhkan dalam kehidupan seseorang, mereka yang memiliki resiliensi dapat mengatasi berbagai permasalahan dalam kehidupan dengan cara mereka. Hasil ini berarti semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.²⁵

²⁴ Shatte, *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books, (2002), 22

²⁵ Nailul Rahmi, *Hubungan Antara Resiliensi dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi*, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, (2017), 60

Dalam penelitian ini peneliti akan melakukan penelitian terhadap mahasiswa, dan lebih spesifik lagi, penelitian kepada mahasiswa tingkat akhir di IAIN Kediri. Mahasiswa tingkat akhir merupakan mahasiswa yang sudah melewati masa perkuliahan lebih dari enam semester, dan diperbolehkan untuk memulai mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Tugas akhir atau skripsi itu sendiri merupakan sebuah kewajiban bagi mahasiswa tingkat akhir untuk diselesaikan, dan kewajiban tersebut seringkali menjadi beban tersendiri bagi mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa tingkat akhir dipilih karena memiliki kesesuaian dengan tujuan penelitian, yakni untuk melihat hubungan antara *hardiness* dan resiliensi dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi.

Peneliti memilih mahasiswa tingkat akhir sebagai subjek penelitian karena mahasiswa tingkat akhir dianggap memiliki *stressor* yang lebih besar apalagi juga bekerja dibandingkan dengan tingkatan mahasiswa lainnya, oleh karenanya adanya tugas akhir yang harus diselesaikan. Peneliti tidak memungkiri bahwa mahasiswa yang masih berada pada angkatan awal sampai menengah, juga mendapatkan beban tugas yang tidak sedikit. Namun disini, peneliti lebih berfokus pada mahasiswa tingkat akhir yang juga sedang menyelesaikan tugas akhir atau skripsi, oleh karena permasalahan adanya tugas akhir atau skripsi yang menjadi salah satu sumber *stressor* bagi kebanyakan mahasiswa, juga munculnya pemikiran dan tanggung jawab yang lebih besar pada mahasiswa tingkat akhir, yang seharusnya memikirkan kehidupan di masa yang akan datang.

Beberapa penelitian menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik menimbulkan banyak dampak negatif pada kehidupan seseorang baik secara psikologis maupun non psikologis. Hal ini menjadi sebuah daya tarik tersendiri bagi peneliti untuk mengetahui lebih jauh mengenai prokrastinasi dan hal-hal yang mempengaruhinya. Penelitian-penelitian sebelumnya telah mengaitkan prokrastinasi dengan berbagai variabel, dan beberapa diantaranya dapat memprediksi perilaku prokrastinasi tersebut. Dari beberapa variabel yang telah digunakan untuk memprediksi perilaku prokrastinasi, kesemuanya memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Penelitian mengenai prokrastinasi telah dikaitkan dengan beberapa variabel yang memiliki kemiripan dengan variabel *hardiness*, antara lain penelitian mengenai *Adversity Quotient* yang menyatakan bahwa *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik memiliki korelasi negatif yang artinya semakin tinggi *adversity quotient* seseorang, maka prokrastinasi akademik semakin rendah, begitu juga sebaliknya.²⁶

Prokrastinasi akademik juga dikaitkan dengan variabel resiliensi diri yang menyebutkan bahwa resiliensi diri memiliki korelasi yang negatif dengan prokrastinasi akademik, yang artinya semakin tinggi resiliensi diri maka perilaku prokrastinasi akan semakin rendah. Seperti kita ketahui bersama, variabel *hardiness* yang diajukan oleh peneliti memiliki kemiripan dengan variabel *adversity quotient* (AQ) dan resiliensi diri, yang dapat memunculkan keraguan

²⁶ Mutia Dewi, *Hubungan Antara Adversity Quotient dan Prokrastinasi Dalam Mengerjakan Tugas Akhir Pada Mahasiswa Program Studi X Universitas Islam Indonesia* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2018)

dan akan dipertanyakan kelayakannya sebagai variabel yang mendampingi prokrastinasi akademik.²⁷

Seseorang yang mengalami stres, yang kemudian dapat bertahan dan keluar dari kondisi tersebut dalam keadaan baik, terjadi karena adanya kepribadian *hardiness* dalam diri mereka begitupun dengan resiliensi. Di sisi lain stres memiliki kaitan dengan prokrastinasi akademik, karena seperti disebutkan di atas, stres adalah salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku prokrastinasi. Dari pernyataan tersebut, tampak bahwa *hardiness*, resiliensi dan prokrastinasi saling terhubung satu sama lain. Namun peneliti perlu melihat lebih dalam untuk mengetahui apakah *hardiness* dan resiliensi benar-benar memiliki hubungan dengan perilaku prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, berdasarkan hipotesis awal bahwa tingkat *hardiness* yang tinggi dapat mengurangi perilaku prokrastinasi begitu juga dengan resiliensi. Maka munculah sebuah pertanyaan penelitian dan bermaksud menguji. Apakah ada “**Hubungan Hardiness dan Resiliensi dengan Prokrastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Akhir Psikologi Islam IAIN Kediri.**”

B. Rumusan Masalah

Berangkat dari latar belakang diatas maka peneliti dapat merumuskan masalahnya yaitu :

1. Bagaimana hubungan *Hardiness* dengan Prokrastinasi Akademik dalam penyelesaian Skripsi Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri?

²⁷ Khusniatun, *Hubungan antara Resiliensi dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*, (2014)

2. Bagaimana hubungan Resiliensi dengan Prokrastinasi Akademik dalam penyelesaian Skripsi Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri?
3. Apakah terdapat Hubungan antara *Hardiness* dan Resiliensidengan Prokrastinasi Akademik dalam penyelesaian Skripsi Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan *Hardiness* dengan Prokrastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri.
2. Untuk mengetahui hubungan Resiliensi dengan Prokrastinasi Akademik dalam penyelesaian Skripsi Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *Hardiness* dan Resiliensidengan Prokrastinasi Akademik dalam penyelesaian Skripsi Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini berguna untuk sumbangan kajian ilmiah dibidang psikologi pendidikan terutama pada implementasi dalam lembaga/organisasi pendidikan. Selain itu juga dapat digunakan untuk bahan referensi untuk peneliti selanjutnya, Mahasiswa, Dosen, pengajar dan tenaga ahli yang berkaitan dengan variabel dalam penelitian ini.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini berguna untuk memberikan kontribusi positif khususnya untuk kampus IAIN Kediri, Dosen, Mahasiswa, dan pada

masyarakat umumnya. Serta dapat menjadi pelajaran dan pengalaman bagi peneliti sendiri sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk berbagai pihak diantaranya sebagai berikut:

a. Bagi mahasiswa

Dengan diadakannya penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai masukan mahasiswa Psikologi Islam untuk meningkatkan *hardiness* dan resiliensi agar dapat menyesuaikan dan memiliki pengalaman dalam menjalin hubungan dengan berbagai masalah dilingkungannya yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik. Serta dapat dijadikan pegangan bagi mahasiswa khususnya mahasiswa Psikologi Islam yang ingin melanjutkan penelitian pada kajian yang sama.

b. Bagi perguruan tinggi dan akademik

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan aplikasinya di bidang psikologi.

c. Bagi pembaca

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan dalam bagaimana cara menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap prokrastinasi akademik yang terjadi dalam diri mahasiswa itu sendiri.

E. Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian terdahulu sebagai bahan acuan dan bacaan. Berikut merupakan penelitian terdahulu yang sesuai dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Jurnal penelitian oleh Jessica Nur Azizah, Yohana Wuri Satwika dengan judul “*Hubungan antara Hardiness dengan Stres Akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi Covid-19*”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi selama pandemi covid-19. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi covid-19. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin rendah *hardiness*, maka semakin tinggi stres akademik dan semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres akademik yang dialami mahasiswa. Hal ini disebabkan karena adanya *hardiness* maka mahasiswa dapat mengontrol, mengubah situasi yang menegangkan, memiliki komitmen untuk mewujudkannya dengan baik serta menilai bahwa perubahan merupakan suatu tantangan akademik yang dialami mahasiswa menjadi berkurang. Ketekunan memberikan 38,1% terhadap stres akademik dan 61,9% stres akademik dipengaruhi oleh faktor lain.²⁸

Persamaan dengan penelitian yang saya lakukan adalah pada variabel *hardiness* dan juga penelitian yang lebih difokuskan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sedangkan, perbedaan dengan

²⁸ Jessica Nur Azizah dkk, *Hubungan antara Hardiness dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi selama Pandemi Covid-19*, Universitas Negeri Surabaya, Jurnal Psikologi Vol 8 No 1 (2021)

penelitian yang saya lakukan adalah pada variabel kedua yaitu stress akademik dan juga untuk penentuan sampel yang menggunakan karakteristik tertentu.

2. Jurnal ilmiah oleh Muharrama Trifiriani, Muhammad Agung dengan judul “*Academic Hardiness dan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *academic hardiness* dengan prokrastinasi pada mahasiswa. Pengumpulan data dilakukan dengan skala *academic hardiness* dan skala prokrastinasi, subjek penelitian berjumlah 301 diantaranya mahasiswa dan mahasiswi. Hasil analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara *academic hardiness* dengan prokrastinasi pada mahasiswa. Artinya, semakin tinggi *academic hardiness* maka semakin rendah prokrastinasi, selain itu, hasil penelitian menunjukkan sumbangan efektif *academic hardiness* terhadap prokrastinasi sebesar 3,1%.²⁹

Letak persamaan dengan penelitian saya adalah meneliti dan berfokus pada kepribadian *hardiness* dan prokrastinasi akademik. Sedangkan, perbedaan dengan penelitian yang saya lakukan adalah meneliti mengenai hubungan *hardiness* dan resiliensi dengan prokrastinasi akademik.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Khusniatun dengan judul “*Hubungan antara Resiliensi dan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan resiliensi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa S1

²⁹ Muharrama Trifiriani dkk, *Academic Hardiness dan Prokrastinasi pada Mahasiswa*, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Jurnal Psikologi Vol 13 No 2 (2017)

Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dengan prokrastinasi akademik. Akibatnya, semakin tinggi resiliensi mahasiswa, maka kecenderungan prokrastinasi akademik semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah resiliensi mahasiswa maka kecenderungan prokrastinasi semakin tinggi.³⁰

Letak persamaan dengan penelitian saya adalah variabel penelitian sama yaitu mengenai hubungan resiliensi dan prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa psikologi. Sedangkan, perbedaan dengan penelitian saya yaitu dalam mengambil jumlah sampel untuk penelitian dan juga lokasi penelitian.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Rara Putri Ramadhanti, Dian Veronika Sakti Kaloeti dengan judul "*Hubungan antara Resiliensi Akademik dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir*". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara resiliensi akademik dengan prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara kedua variabel yang artinya semakin tinggi resiliensi akademik maka semakin rendah prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi. Begitupun sebaliknya, semakin rendah resiliensi akademik maka semakin tinggi prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi.³¹

³⁰ Khusniatun, *Hubungan antara Resiliensi dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*, (2014)

³¹ Rara Putri Ramadhanti dkk, *Hubungan antara Resiliensi Akademik dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir*, Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro (2021)

Letak persamaan dengan penelitian saya adalah sama-sama mengenai kepribadian resiliensi dan prokrastinasi akademik yang berfokus pada penyusunan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Sedangkan, perbedaan dengan penelitian saya adalah bentuk variabel yang dimana saya mengenai kepribadian *hardiness* dan resiliensi dengan prokrastinasi akademik.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Fika Anggawati, Pratista Arya Satwika dengan judul “*Karakteristik Hardiness Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi Dimasa Pandemi Covid-19 Berdasarkan Waktu Pengerjaan Skripsi*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan karakteristik *hardiness* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi pada tahun pertama hingga kelima di masa pandemi covid-19. Hasilnya menunjukkan terdapat perbedaan *hardiness* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi ditahun pertama hingga kelima. Karakteristik *hardiness* mahasiswa yang mengerjakan skripsi di tahun pertama dan ketiga termasuk dalam kategori tinggi, sedang tahun ke dua, empat dan lima termasuk dalam kategori rendah.³²

Letak persamaan dengan penelitian yang saya lakukan adalah mengenai kepribadian *hardiness* yang mengerjakan skripsi. Sedangkan, perbedaan dengan penelitian saya adalah berfokus pada hubungan mengenai *hardiness* dan resiliensi dengan prokrastinasi akademik.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional yaitu konsep teoritik dalam suatu penelitian yang harus diterjemahkan dalam bentuk operasionalnya dengan tujuan untuk

³² Fika Anggawati dkk, *Karakteristik Hardiness Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi Dimasa Pandemi Covid-19 Berdasarkan Waku Pengerjaan Skripsi*, Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret (2020)

mempermudah usaha pengukuran dan proses pengumpulan data. Agar tidak timbul pengertian yang kurang jelas berikut adalah penegasan-penegasan istilah yang berhubungan dengan konsep-konsep yang terdapat dalam penelitian ini:

1. Prokrastinasi Akademik

Dalam penelitian ini Prokrastinasi Akademik menjadi variabel terikat (Y). Prokrastinasi Akademik adalah suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Beberapa ciri-ciri prokrastinasi adalah penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

2. *Hardiness*

Dalam penelitian ini *hardiness* menjadi variabel bebas (X_1). *Hardiness* adalah ketahanan dalam menghadapi situasi yang menimbulkan stres sehingga mampu melindungi individu tersebut dari pengaruh negatif yang disebabkan oleh stres. Dalam mencapai karakteristik kepribadian *hardiness* dibutuhkan tiga komponen, yaitu *commitment, control dan challenge*.

3. Resiliensi

Dalam penelitian ini resiliensi menjadi variabel bebas (X_2). Resiliensi adalah kapasitas untuk mempertahankan kemampuan untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi stresor kehidupan. Secara umum, resiliensi ditandai sejumlah karakteristik,

yaitu adanya kemampuan dalam menghadapi kesulitan, ketangguhan dalam menghadapi stres ataupun bangkit dari trauma yang dialami.