

Hubungan prokrastinasi Akademik dengan Aktualisasi Diri Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto

Devi Alviana

Institut Agama Islam Negeri Purwokerto
Alvianadevi78@gmail.com

Warto

Institut Agama Islam Negeri Purwokerto
warto@iainpurwokerto.ac.id

Abstract: This article aims to find out whether there is a relationship of academic procrastination with self-actualization of activist student of Faculty of Da'wah IAIN Purwokerto. The method in this research is quantitative method. This type of research belongs to field research which is correlation by using quantitative approach. Respondents in this study amounted to 28 students who became administrators of intra organizations such as Student Senate, Student Executive Board, Student Association Department and Student Association of Study Programs at Faculty of Da'wah. Sampling technique with random sampling technique. In collecting the data the researchers used questionnaires. While the data analysis method used consisted of data collection, validity and reliability test, item analysis, correlation test, hypothesis test and conclusion. Result of research from method which have been done obtained by coefficient coefficient equal to 0,176 which show very weak correlation. Then test the hypothesis with $n = 28$, 5% significance in obtaining r table of 0.374 and shows the value of r arithmetic $< r$ table so that it can be concluded that there is no significant relationship between academic procrastination and self-actualization student activist da'wah faculty.

Keywords: Academic Procrastination, Self-actualization, Student Activists.

Abstrak: Artikel ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan prokrastinasi akademik dengan aktualisasi diri mahasiswa aktivis Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto. Metode dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Jenis penelitian ini termasuk ke dalam penelitian lapangan yang bersifat korelasi dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Responden dalam penelitian ini berjumlah 28 mahasiswa yang menjadi pengurus organisasi intra seperti Senat Mahasiswa, Dewan

Eksekutif Mahasiswa, Himpunan Mahasiswa Jurusan dan Himpunan Mahasiswa Program Studi yang ada di Fakultas Dakwah. Teknik pengambilan sampel dengan teknik random sampling. Dalam melakukan pengumpulan data peneliti menggunakan kuesioner. Hasil penelitian dari metode yang telah dilakukan diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,176 yang menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Kemudian uji hipotesis dengan $n = 28$, signifikansi 5 % di peroleh r tabel sebesar 0,374 dan menunjukkan nilai r hitung $< r$ tabel sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dan aktualisasi diri mahasiswa aktivis fakultas dakwah.

Kata kunci: Prokrastinasi akademik, Aktualisasi Diri, Mahasiswa Aktivistis.

Pendahuluan

Mahasiswa merupakan salah satu civitas akademik yang memiliki peran dalam kemajuan bangsa terutama dalam kemajuan di bidang ilmu pengetahuan dan teknologi. Hal tersebut menuntut mahasiswa untuk mampu menjalankan peran sebagaimana mestinya yaitu sebagai *agen of change* yang mampu membawa bangsa menuju perubahan yang lebih baik sehingga untuk mencapainya mahasiswa harus melewati proses yang ada dalam sistem perkuliahan. Dalam proses perkuliahan mahasiswa mempunyai aktivitas yang beragam, baik aktivitas yang menjadi tujuan utama perkuliahan yaitu aktivitas akademik dan penyelesaian tugas tugas maupun aktivitas non akademis. Dalam pelaksanaannya mahasiswa dituntut untuk menjalankan kedua aktivitas tersebut secara seimbang dan beriringan tanpa ada yang terbengkalai satupun. Sehingga mahasiswa mampu meningkatkan prestasi dibidang akademik serta mengembangkan potensi lain diluar akademik sehingga mampu menjadi bekal di masa mendatang.

Namun pada kenyataannya dalam proses perjalanan studi dibangku perkuliahan terjadi permasalahan yang mampu menghambat penyelesaian akademiknya terutama bagi mahasiswa yang berusaha untuk tetap berprestasi di bidang akademik dan berperan aktif di kegiatan non akademik yaitu organisasi. Salah satu faktor yang menghambat adalah perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa itu sendiri.

Individu dengan prokrastinasi tinggi memiliki tingkat stres dan depresi tinggi dengan kondisi kesehatan yang buruk. Prokrastinasi berdampak pada kegagalan pemenuhan kewajiban, perasaan tidak berharga dan ketidak-

nyamanan psikologis. Penelitian tentang prokrastinasi sebagian besar dilakukan pada Perguruan Tinggi dengan subjek mahasiswa. Penelitian Ellis dan Knaus (Sepehrian & Loft, 2011) memperlihatkan bahwa lebih dari 95% mahasiswa Amerika menunda penyelesaian tugas rumah dengan sengaja dan lebih dari 70% mahasiswa menunda berulang kali. Rothblom, Solomon dan Mukarami (1986, dalam Premadyasari, 2012) melaporkan 40,6 % dari 379 subjek melakukan prokrastinasi. (Reza, 2014)

Penelitian prokrastinasi di Indonesia juga dilakukan di kalangan mahasiswa. Penelitian Surijah dan Tjundjing (2007) pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya menunjukkan prosentase 30,9 % dari 316 mahasiswa melakukan penundaan tugas akademik. Anggawijaya (2013) dalam penelitian pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya melaporkan bahwa 64 subjek (38,6%) dari 166 mahasiswa cenderung tinggi melakukan prokrastinasi akademik. Penelitian Triana melaporkan sekitar 42,3% dari 111 mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman Samarinda melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi. Pemaparan- pemaparan data-data tersebut memperlihatkan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku yang harus diperhatikan, mengingat jumlah mahasiswa yang melakukan cukup banyak. (Jaya, 2016)

Perilaku prokrastinasi dapat merugikan pelakunya (prokrastinator) dalam mengaktualisasikan dirinya. Menurut Goldstein, salah satu pengembang teori organismik menyatakan bahwa aktualisasi diri adalah motivasi utama (dorongan utama individu) yang berarti bahwa manusia terus menerus berusaha merealisasikan potensi-potensi yang ada pada dirinya, dalam setiap kesempatan yang terbuka bagi dirinya. Berdasarkan pada tujuan utama inilah yang nantinya mampu memberikan arah dan kesatuan pada kehidupan seseorang. (Hall, 1993).

Perilaku prokrastinasi juga dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto baik mahasiswa yang aktif di organisasi maupun mahasiswa yang kurang aktif di bidang organisasi. Sebut saja aktivis, mahasiswa yang selain aktif sebagai mahasiswa untuk belajar di bangku perkuliahan, dia juga aktif sebagai aktivis organisasi. Mahasiswa aktivis merupakan cerminan ideal seorang mahasiswa. Selain beraktivitas akademik, dia juga memiliki aktivitas-aktivitas non akademik yang ada di kampus. Namun demikian, dengan banyaknya kegiatan tersebut menjadikan mahasiswa aktivis mengutamakan kegiatan non akademik dibanding dengan kegiatan akademik. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti

apakah ada hubungan antara prokrastinasi akademik dengan aktualisasi diri mahasiswa aktivis.

Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastinare*, dari kata *pro* yang artinya maju, ke depan, bergerak maju, dan *crastinus* yang berarti besok atau menjadi hari esok. Jadi dari asal katanya prokrastinasi adalah menunda hingga hari esok atau lebih suka melakukan pekerjaannya besok. Orang yang melakukan prokrastinasi dapat disebut sebagai procrastinator. (Sia, 2006) Kata prokrastinasi sebenarnya sudah ada sejak lama sebelum revolusi *industri* yang ditulis Walker dalam khotbahnya. Dikatakan bahwa prokrastinasi sebagai salah satu dosa kejahatan manusia, dengan menunda-nunda pekerjaan manusia akan kehilangan kesempatan dan menyia-nyiaikan karunia Tuhan. Analisis sejarah pertama prokrastinasi ditulis oleh Milgram yang berpendapat bahwa masyarakat maju secara teknis memerlukan banyak komitmen dan tenggang waktu yang menimbulkan penundaan. Ferrari, Johnson, dan Mc Cown (dalam Shofia) berpendapat bahwa penundaan telah ada sepanjang sejarah namun hanya diperoleh konotasi yang negatif dengan munculnya revolusi industri sekitar tahun 1750 (Jaya, 2016).

Beberapa peneliti berusaha mengajukan definisi yang lebih kompleks tentang perilaku prokrastinasi ini. Steel mengatakan bahwa prokrastinasi adalah *“to voluntararity delay an intended course of action despite expecting to be worse-off for the delay”*, artinya prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk (Sia, 2006).

Menurut Solomon dan Rothblum prokrastinasi adalah penundaan mulai mengerjakan atau penyelesaian tugas yang disengaja, dari definisi tersebut dapat dilihat bahwa perilaku prokrastinasi adalah perilaku yang disengaja maksudnya faktor- faktor yang menunda penyelesaian tugas berasal dari putusan dirinya sendiri (Sia, 2006).

Menurut Silver, seorang procrastinator 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 tugas. Penundaan tersebut seringkali menyebabkan dia gagal menyelesaikan tugas tepat waktu. Lain halnya dengan Watson yang menyatakan bahwa prokrastinasi berkaitan dengan takut gagal, tidak suka pada tugas yang diberikan, menentang dan melawan

kontrol, mempunyai sifat ketergantungan dan kesulitan dalam membuat keputusan (Hartosujono, 2012).

Ghufron (dalam Siti Annisa) menyebutkan bahwa seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan dan gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan dikatakan sebagai seseorang yang melakukan prokrastinasi sehingga prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam penggunaan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas (Annisa Rizki, 2009).

Noran (dalam Sofia) mendefinisikan prokrastinasi sebagai perilaku menghindar dalam pengerjaan tugas dan tanggung jawab yang seharusnya diselesaikan oleh individu. Solomon dan Rothblum menjelaskan prokrastinasi merupakan perilaku yang disengaja menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas. Mc Cown dan Johnson menganggap prokrastinasi sebagai penyakit kronis atau disfungsi ketika perilaku tersebut mengganggu fungsi sehari-hari. Hal ini menimbulkan ketidaknyamanan diri baik psikis maupun fisik bagi individu (Jaya, 2016).

Dewitte dan Shouwenburg (dalam Shofia) menyatakan bahwa prokrastinasi adalah perilaku menunda yang memiliki potensi konsekuensi membahayakan bagi pelakunya. Knaus dalam Shofia mengatakan bahwa tidak semua prokrastinasi menimbulkan dampak negatif. Ellis dalam Shofia menyatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda apa yang seharusnya penting untuk dilakukan. Chu dan Choi (dalam Shofia) menemukan bahwa pelaku prokrastinasi ada yang dengan sengaja menunda untuk memperoleh informasi lebih lengkap dalam pengerjaan tugas (Jaya, 2016).

Aktualisasi Diri

Aktualisasi diri adalah adanya kecenderungan individu untuk mengembangkan bakat dan kapasitas sendiri (Chaplin & Kartono, 1989). Aktualisasi diri dapat dipandang sebagai kebutuhan tertinggi dari suatu hierarki kebutuhan, namun juga dapat dipandang sebagai kebutuhan final, tujuan ideal dari kehidupan manusia (Alwisol, 2004).

Aktualisasi diri menurut Maslow dalam (Soetanto, 2016) mencakup pemenuhan diri, sadar akan semua potensi diri yang dipunya dan menjadi

sekreatif mungkin. Menurut Siswandi bahwa kebutuhan aktualisasi diri pada dasarnya memberikan perhatian pada manusia, khususnya terhadap nilai-nilai martabat secara penuh. Hal tersebut dapat tercapai melalui penggunaan segenap potensi, bakat dan kemampuan yang dimiliki melalui dengan bekerja sebaik-baiknya, sehingga tercapai suatu keadaan eksistensi yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan diri. Menurut Maslow aktualisasi diri merupakan potensi atau kemampuan diri seseorang mampu untuk mencapainya (Soetanto, 2016).

Menurut Rogers dalam Christian Soetanto aktualisasi diri merupakan proses menjadi diri sendiri dan mengembangkan sifat-sifat dan potensi-potensi psikologis yang unik. Aktualisasi diri akan dibantu maupun dihalangi oleh pengalaman dan belajar khususnya pada masa kanak-kanak. Aktualisasi akan berubah sejalan dengan perkembangan hidup seseorang ketika mencapai usia tertentu seseorang akan mengalami pergeseran aktualisasi diri dari fisiologis ke psikologis. Aktualisasi diri adalah segala sesuatu yang mendorong seseorang untuk menjadi terbaik yang bisa dilakukan (Soetanto, 2016).

Rogers dalam Christian Soetanto menyatakan bahwa tiap orang memiliki kecenderungan akan kebutuhan aktualisasi diri untuk mengembangkan seluruh potensinya. Rogers berpendapat bahwa pada hakikatnya manusia mempunyai potensi untuk tumbuh dan berkembang ke arah yang lebih baik. Dengan demikian, maka manusia yang mempunyai perilaku menyimpang pada dasarnya bukan disebabkan oleh itikad yang negatif, tetapi karena tidak adanya kesempatan bagi orang tersebut mengembangkan potensinya (Soetanto, 2016).

Dari uraian di atas aktualisasi diri dapat diartikan sebagai perwujudan individu untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya untuk mencapai prestasi sesuai dengan kemauan dan kemampuan yang dimiliki.

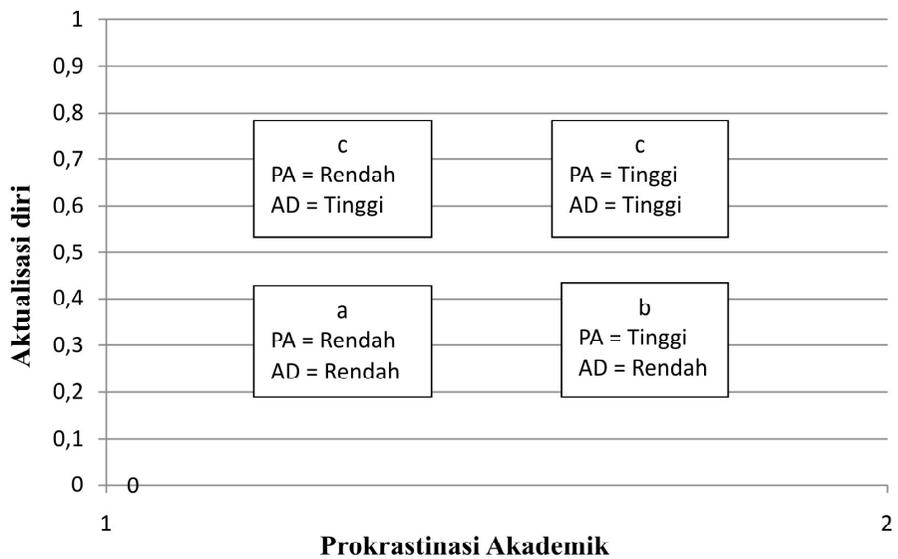
Faktor-faktor yang Mempengaruhi Aktualisasi Diri

Anari menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi aktualisasi diri adalah: a) Kreativitas, Sikap yang diharapkan ada pada orang yang mempunyai aktualisasi diri. Kreativitas merupakan suatu sikap. Sikap ini asli, inventif dan inovatif meski tidak harus menghasilkan sesuatu (Goble, 1987). Individu yang mampu mengaktualisasikan diri memiliki kemampuan memandang sesuatu dari sudut yang unik (Kurnia & Shinta, 2015). Menurut Maslow kreativitas dapat menghasilkan karya baru maupun

menggabungkan beberapa penemuan sesuatu yang berbeda (Jaenudin, 2015). Kreativitas ini datang dari fakta para pengaktualisasi diri terbuka pada pengalaman dan lebih spontan dalam perasaannya (Olson & Hergenbahn, 2013). B) Berfungsi secara otonom terhadap lingkungannya. Menurut Maslow orang yang mengaktualisasikan diri mampu melepaskan diri dari kebergantungan yang berlebihan terhadap lingkungan sosial dan fisik. Pemuasan motif- motif pertumbuhan datang daridalam diri sendiri melalui pemanfaatan penuh bakat dan potensinya (Goble, 1987). c) Transendensi, menurut Anari individu lebih tinggi, unggul, agung melampaui superlatif (tidak tergantung dengan orang lain). individu yang beraktualisasi diri akan berusaha menjadi yang terbaik. Seseorang yang mengaktualisasikan dirinya berarti mampu menjadi dirinya sendiri dan tidak terpengaruh oleh perkataan orang lain (Putri, 2007). d) Demokratis, menurut Anari (dalam Putri) orang yang mempunyai aktualisasi diri selalu menjalin komunikasi dengan berbagai pihak. Meski individu menyadari bahwa ada perbedaan-perbedaan dengan orang lain tetapi individu dapat menerima semua orang tanpa memperhatikan tingkat pendidikan dan kelas sosial (Putri, 2007). Maslow (dalam Jaenudin) seseorang yang mempunyai aktualisasi diri memiliki karakter demokrasi yang baik. Individu mampu belajar dari siapa saja yang bisa mengajar tanpa memandang adanya perbedaan (Jaenudin, 2015). e) Hubungan sosial, menurut Anari individu akan lebih menghargai keberadaan oranglain dalam lingkungannya. Seseorang yang mengaktualisasikan diri berarti mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang yang berada di sekitarnya. Individu merasa senang dan nyaman dalam melakukan interaksi dengan banyak orang. Seseorang yang mempunyai aktualisasi diri mempunyai hati yang tulus untuk membantu orang lain (Olson & Hergenbahn, 2013).

Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Aktualisasi Diri

Dari teori yang telah dijelaskan prokrastinasi merupakan perilaku negatif dimana perilaku tersebut menunda tugas yang seharusnya dilakukan sedangkan aktualisasi diri adalah kebutuhan tertinggi yang berusaha dicapai seseorang dalam proses hidupnya. Dari teori tersebut peneliti berusaha membuat matrik hubungan prokrastinasi akademik terhadap aktualisasi diri, matriks digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1: Hubungan prokrastinasi akademik dan aktualisasi diri

Berdasar gambar 1, hubungan prokrastinasi akademik dengan aktualisasi diri terbagi dalam empat kategori: *a*) prokrastinasi akademik rendah dan aktualisasi diri rendah. *b*) prokrastinasi akademik tinggi dan aktualisasi diri rendah. *c*) prokrastinasi akademik rendah dan aktualisasi diri tinggi. *d*) prokrastinasi akademik tinggi dan aktualisasi diri tinggi. dari pemodelan hubungan pada gambar 1, hubungan yang paling ideal ditunjukkan pada poin *c*, dimana prokrastinasi rendah dan aktualisasi diri tinggi. seseorang yang memiliki kebiasaan prokrastinasi rendah, secara teori akan memiliki aktualisasi yang tinggi. karena jika mampu menekan prokrastinasi, maka bisa punya lebih banyak waktu untuk melakukan aktivitas positif. Pada poin *b*, bisa dikatakan “ideal” secara teori karena jika prokrastinasi tinggi maka tidak ada waktu untuk aktualisasi diri. Sedangkan poin *a* dan *c* bisa dikatakan fenomena “aneh” jika hubungan tersebut terjadi. Namun keanehan tersebut dapat saja terjadi karena perilaku orang sangat bervariasi dan sangat tergantung lingkungan sekitar.

Metode Penelitian

Desain Penelitian diperlukan dalam setiap tahapan mulai dari tahap awal hingga tahap pelaporan penelitian dengan adanya kesimpulan dan rekomendasi. Sebagaimana yang diungkapkan Muh. Nazir (dalam Heliani)

bahwa “Desain penelitian merupakan proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian” (Heliani, 2012).

Metode penelitian ini adalah penelitian kuantitatif (Sugiyono, 2015). analisis yang digunakan adalah analisis korelasi. Dalam menguji hipotesis yang telah ditetapkan, metode yang digunakan adalah metode verifikatif (Kuntjojo, 2009). Menurut Arikunto pada dasarnya metode verifikatif adalah “menguji kebenaran dari suatu hipotesis yang dilaksanakan melalui pengumpulan data di lapangan”. Metode verifikatif adalah metode yang digunakan untuk menguji hipotesis dengan menggunakan perhitungan-perhitungan statistik (Heliani, 2012). Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto dengan subyek penelitian mahasiswa aktivis Fakultas Dakwah yang berjumlah 140 mahasiswa. Dengan menggunakan random sampling, didapatkan 28 mahasiswa aktivis sebagai sampel dalam penelitian ini. Indikator variabel yang digunakan untuk menyusun kuisioner seperti pada tabel 1.

Tabel 1: indikator variabel

No	Variabel	Definisi Operasional	Indikator
1.	Prokrastinasi Akademik	Perilaku menunda penyelesaian tugas akademik berasal dari putusan dirinya sendiri	Item- item pernyataan prokrastinasi akademik yang disusun berdasarkan aspek prokrastinasi akademik, yaitu: 1. <i>Perceived time</i> , (gagal menepati deadline) 2. <i>Intention-action</i> (Celah antara keinginan dan tindakan) 3. <i>Emotional distress</i> ,(adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi 4. <i>Perceived ability</i> , (keyakinan terhadap kemampuan diri Sejumlah 30 pernyataan menggunakan skala likert dengan penilaian untuk pernyataan tidak pernah (5), jarang (4), kadang- kadang (3), sering (2), sangat sering (1)

2.	Aktualisasi Diri	Kebutuhan manusia untuk menjadi orang yang sesuai dengan keinginan dan potensi yang dimiliki atau hasrat dari individu untuk menyempurnakan dirinya melalui pengungkapan segenap potensi	Item- item pernyataan aktualisasi diri yang disusun berdasarkan ciri aktualisasi diri dan cara seseorang mencapai aktualisasi diri, seperti: Persepsi yang tepat terhadap realita, fokus pada target pencapaian, mempunyai spontanitas, dapat menerima diri sendiri dan orang lain, adanya kemauan untuk berubah, mcm iliki sikap tanggung jawab, memiliki motivasi hidup, pengalaman jujur dan langsung, siap untuk bersikap beda, mclibatkan diri, menilai kemajuan diri, sejumlah 30 pernyataan menggunakan skala likert dengan penilaian untuk pernyataan sangat setuju (5), setuju (4), ragu -ragu (3), tidak setuju (2), sangat tidak setuju (1)
----	------------------	--	--

Sebelum kuisisioner disebar ke sampel penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian. Ada beberapa item yang tidak valid sehingga peneliti tidak menggunakan item tersebut dan menggunakan item yang dinyatakan valid. Sedangkan uji reliabilitas instrumen menggunakan rumus Alfa Cronbach menghasilkan nilai seperti pada tabel 4.

Tabel 4: Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach Alpha	Keterangan
Prokrastinasi Akademik	0,585**	sedang
Aktualisasi Diri	0,632**	tinggi

Berdasarkan tabel 4 yang merupakan hasil dari uji reliabilitas pada setiap indikator. Dapat diambil kesimpulan bahwa pada masing- masing indikator dinyatakan reliabel. Kuisisioner yang telah diperbaiki kemudian disebar kepada responden yang selanjutnya dilakukan pengolahan sehingga menghasilkan persentase jawaban prokrastinasi akademik seperti tabel 5.

**Tabel 5: Presentase Jawaban Responden dari Item
Pernyataan Skala Prokrastinasi Akademik**

No	No Item Pernyataan	Prosentase Jawaban Responden				
		TP (%)	J (%)	KK (%)	S (%)	SS (%)
1	A2	7,14	32,14	32,14	25	3,57
2	A6	10,71	35,71	42,86	10,71	0
3	A8	14,28	60,71	25	0	0
4	A9	25	42,86	28,57	3,57	0
5	A10	14,28	35,71	42,86	7,14	0
6	A11	10,71	21,42	46,43	10,71	0
7	A14	21,43	28,57	39,28	3,57	7,14
8	A15	3,57	25	32,14	25	12,5
9	A16	57,14	25	17,86	0	0
10	A17	46,42	35,71	7,14	7,14	0
11	A18	14,28	35,71	39,28	10,71	0
12	A19	0	25	60,71	14,28	0
13	A21	7,14	17,86	32,14	28,57	0
14	A22	10,71	21,43	14,28	39,28	10,71
15	A24	10,71	42,86	35,71	10,71	0
16	A25	17,86	50	28,57	3,57	0
17	A26	7,14	25	50	10,71	0
18	A28	7,14	21,43	57,14	14,28	0
19	A29	21,42	28,57	32,14	14,28	3,57
20	A30	14,28	42,86	32,14	10,71	0
	Jumlah	1050	1599	1428	1036	239

Sumber: Perhitungan dari jawaban responden yang terdapat dalam lampiran

Ket: STS = Sangat Tidak Setuju, TS = Tidak Setuju, RR= Ragu-ragu,
S= Setuju, SS= Sangat Setuju

Dari kuesioner yang telah disebarakan kepada responden presentase terbanyak pada jawaban ragu- ragu (aktualisasi dalam taraf sedang). Hal tersebut dikarenakan mahasiswa masih dalam proses aktualisasi diri, untuk mencapai aktualisasi diri yang tinggi tentunya dibutuhkan proses yang matang karena aktualisasi diri merupakan tingkat kebutuhan tertinggi seseorang.

Untuk melihat hubungan dua variabel dapat dilakukan uji korelasi.

Tabel 6
Tabel Kekuatan Korelasi(Arikunto, 1992)

Koefisien korelasi	Kekuatan korelasi
0.000-0.200	Sangat Lemah (tidak berkorelasi)
0.200-0.400	Lemah
0.400-0.600	Sedang
0.600-0.	Kuat
0.800-1.000	Sangat kuat

Correlations

		Prokrastinasi akademik	Aktualisasi diri
Prokrastinasi akademik	Pearson Correlation	1	,176
	Sig. (2-tailed)		,370
	N	28	28
Aktualisasi diri	Pearson Correlation	,176	1
	Sig. (2-tailed)	,370	
	N	28	28

Selain dengan perhitungan secara manual, penulis juga mencoba melakukan perhitungan aplikasi SPSS 20.0 dan diperoleh hasil yang sama. Berdasarkan output di atas diketahui bahwa N atau jumlah data penelitian adalah 28, dari tabel di atas diketahui Correlation Coefficient (koefisien korelasi sebesar 0,176) maka nilai ini menandakan adanya kekuatan hubungan yang lemah antara prokrastinasi akademik dengan aktualisasi diri.

Dari hasil perhitungan korelasi diatas, dapat kita uji signifikansinya sebagai berikut:

- 1) $H_0: r = 0$
 $H_a: r \neq 0$
- 2) Derajat keyakinan = 5 % dan $n = 28$
- 3) $r_{hitung} = 0,176$ dan $r_{tabel} = 0,374$, berarti $r_{hitung} < r_{tabel}$.
- 4) Keputusan: karena $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima
- 5) Kesimpulan: variabel X dan variabel Y tidak terdapat korelasi yang signifikan.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dan aktualisasi diri mahasiswa aktivis. Dengan demikian, hipotesis awal penulis ditolak.

Perhitungan statistika dengan bantuan SPSS penulis memperoleh hasil adanya korelasi sangat lemah (tidak berkorelasi) antara aktualisasi diri dan prokrastinasi akademik. Aktualisasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk mencapai potensi yang dimilikinya. Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda pekerjaan yang seharusnya dilakukan dibidang akademik, ketika seseorang seharusnya mengerjakan tugas kemudian ia menundanya tentu akan menimbulkan dampak negatif seperti tugas tidak terselesaikan atau terselesaikan dengan hasil yang kurang maksimal. Aktualisasi diri seseorang tentunya tidak hanya dari satu bidang namun dapat diraih dalam berbagai bidang salah satunya adalah bidang akademik atau intelektual. Selain itu alasan prokrastinasi akademik dan aktualisasi diri memiliki hubungan yang lemah adalah aktualisasi diri terbentuk sejak seseorang lahir dan mengalami proses perkembangan sedangkan prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang dilakukan pada waktu tertentu.

Setelah mengetahui bahwa ada korelasi yang sangat lemah antara prokrastinasi akademik dengan aktualisasi diri kemudian penulis melakukan uji hipotesis untuk menyimpulkan hasil penelitian. Dari hasil uji hipotesis diperoleh r hitung $<$ r tabel sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada hubungan antara prokrastinasi akademik dengan aktualisasi diri seseorang sehingga hipotesis awal peneliti adanya hubungan antara prokrastinasi akademik dan aktualisasi diri ditolak. Hal ini dikarenakan banyak hal yang dapat dilakukan untuk mencapai aktualisasi diri seseorang bukan hanya dari segi akademik, bisa dari segi non akademik dari segi sosial dan budaya, dan masih banyak lagi. Namun ketika seseorang akan mencapai target yang diinginkannya kemudian dia menunda melakukan apa yang seharusnya dilakukan untuk mencapai target tersebut maka aktualisasi dirinya terhambat. Jadi dapat dikatakan bahwa prokrastinasi adalah salah satu hambatan seseorang mencapai aktualisasi diri dan prokrastinasi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan aktualisasi diri.

Kesimpulan

Menurut teori humanistik Abraham Maslow, manusia memiliki naluri positif untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya yang biasa disebut dengan aktualisasi diri. Aktualisasi diri merupakan kebutuhan tertinggi

dalam teori kebutuhan yang dijelaskan Abraham Maslow. Dalam proses mengaktualisasikan diri seseorang memiliki proses yang berbeda. Tentunya dalam proses tersebut akan ada hambatan yang harus dilalui oleh seseorang. Hambatan tersebut salah satunya adalah perilaku menunda-nunda yang dilakukan seseorang. Perilaku menunda-nunda atau sebut saja prokrastinasi.

Dari analisis per item pernyataan dengan jawaban yang telah diberikan reponden kemudian dihitung menggunakan statistika bantuan aplikasi SPSS 20.0 menunjukkan hasil penelitian sebagai berikut:

- a. Adanya perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa aktivis fakultas dakwah dengan taraf yang (sedang) dikarenakan dari 20 item yang valid jawaban terbanyak pada presentase jawaban kadang-kadang. Tingkat aktualisasi diri mahasiswa aktivis fakultas dakwah adalah sedang jawaban terbanyak pada presentase jawaban kadang-kadang.
- b. Diperoleh hasil korelasi sebesar 0,176 yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat lemah antara prokrastinasi akademik dengan aktualisasi diri. Kemudian uji hipotesis dengan $n = 28$, signifikansi 5 % di peroleh r tabel sebesar 0,374 dan menunjukkan nilai r hitung $< r$ tabel sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa “tidak ada hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dan aktualisasi diri mahasiswa aktivis fakultas dakwah”.

Dari hasil penelitian ini, hipotesis awal peneliti adanya hubungan antara prokrastinasi akademik dan aktualisasi diri ditolak. Meskipun tidak ada korelasi yang signifikan antara prokrastinasi akademik dan aktualisasi diri namun perlu disadari bahwa ketika seseorang menunda tugas atau kewajiban yang harusnya dilakukan maka ia menunda aktualisasi dirinya berkembang dengan baik. Islam pun melarang seseorang untuk menunda beramal soleh dan menganjurkan untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya. Untuk penelitian tema prokrastinasi selanjutnya dapat dilakukan antara lain dengan mengaitkan prokrastinasi akademik dengan jenis kelamin, prokrastinasi akademik dengan prestasi non-akademik, dan hubungan prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik.

Daftar Pustaka

- Alwisol, M. (2004). *Psikologi kepribadian*. Malang: Universitas Muhammyadiyah Malang.
- Annisa Rizki, S. (2009). *Hubungan Prokrastinasi Akademis dan Kecurangan Akademis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara*. Universitas Sumatera Utara.
- Arikunto, S. (1992). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chaplin, J. P., & Kartono, K. (1989). *Kamus Lengkap Psikologi*. Rajawali Pers.
- Goble, F. G. (1987). *Mazhab Ketiga, Psikologi Humanistik Abraham Maslow*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hall, L. (1993). *Teori-Teori Kepribadian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hartosujono. (2012). Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa Ditinjau Dari Locus Of Control. *Jurnal Spirits*, 3(1). Retrieved from <http://psikologi.ustjogja.ac.id/wp-content/uploads/2016/04/Perilaku-Prokrastinasi-Mahasiswa-Ditinjau-dari-LOC.pdf>
- Heliani. (2012). *Pengaruh Sistem Pengendalian Manajemen Terhadap Kinerja Manajerial Dengan Gaya Kepemimpinan Sebagai Variabel Moderating*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Jaenudin, U. (2015). *Teori- teori Kepribadian*. Bandung: Pustaka Setia.
- Jaya, S. R. L. (2016). *Studi Deskriptif Kuantitatif Prokrastinasi Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma*. Universitas Sanata Dharma.
- Kuntjojo, D. (2009). Metodologi Penelitian. *Universitas Nusantara PGRI Kediri. Kediri*.
- Kurnia, T., & Shinta, A. (2015). Hubungan antara Kohesivitas Organisasi dengan Aktualisasi Diri pada Anggota Komunitas Pemuda Gereja. In *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*.
- Olson, M. H., & Hergenhahn, B.. (2013). *Pengantar Teori- Teori Kepribadian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Putri, T. D. (2007). *Kebutuhan Aktualisasi Diri pada Remaja Penyandang Tunanetra yang Bersekolah di Sekolah Umum Ditinjau dari Kematangan Emosi dan Self Disclosure*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Devi Alviana & Wardo: Hubungan prokrastinasi Akademik dengan Aktualisasi Diri Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto

- Reza, I. F. (2014). Hubungan Antara Motivasi Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *HUMANITAS*, 12(1), 39–44. Retrieved from <http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/download/3827>
- Sia, T. (2006). Apakah Prokrastinasi Menurunkan Prestasi? Sebuah Meta-Analysis. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 22(1), 17–27.
- Soetanto, C. (2016). *Aktualisasi Diri Wanita Karier yang Mengurus Rumah Tangga*. Universitas Sanata Dharma.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.