

Hubungan Manajemen Diri dan Orientasi Masa Depan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktif Kuliah dan Organisasi

Diena Ardini¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *Students can develop student's potential through organization activities. Students who are unable to carry out two responsibilities as active college students and organizations may result in a negative impact on the student's academic. Academic procrastination among students occurs due to several factors one of which is the ability of the less good in students in managing and self-managing self-management, as well as lack of orientation of future goals that exist in individual students. This research aims to determine the relationship of self-management and future orientation with academic procrastination to college students active and organization at BEM KM Mulawarman University of Samarinda. This study uses a quantitative approach. The subject of this research is 100 members of BEM KM Mulawarman University of Samarinda selected by using purposive sampling technique. Data collection methods used are self-management scale, future orientation, and academic procrastination. The collected data were analyzed by Structural Equation Modeling (SEM) method with the help of Amos software version 22. The results of this study showed that self-management with academic procrastination showed the value of C.R $-7.889 \leq 1.96$ and P value of $0.000 < 0.05$ which means that self-management has a negative relationship with academic procrastination. Then in the future orientation with academic procrastination showed the value of C.R of $-1.823 \leq 1.96$ and P value of $0.068 > 0.05$ which means that future orientation has no relation to academic procrastination.*

Keywords: *academic procrastination, self-management, future orientation*

ABSTRAK. Siswa dapat mengembangkan potensi siswa melalui kegiatan organisasi. Siswa yang tidak dapat menjalankan dua tanggung jawab sebagai mahasiswa aktif dan organisasi dapat mengakibatkan dampak negatif pada akademik siswa. Prokrastinasi akademik antar siswa terjadi karena beberapa faktor salah satunya adalah kemampuan yang kurang baik pada siswa dalam mengelola dan mengatur diri sendiri, serta kurangnya orientasi tujuan masa depan yang ada pada masing-masing siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan manajemen diri dan orientasi masa depan dengan prokrastinasi akademik kepada mahasiswa aktif dan organisasi di BEM KM Universitas Mulawarman Samarinda. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah 100 anggota BEM KM Universitas Mulawarman Samarinda yang dipilih dengan menggunakan teknik purposive sampling. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala manajemen diri, orientasi masa depan, dan prokrastinasi akademik. Data yang dikumpulkan dianalisis dengan metode Structural Equation Modeling (SEM) dengan bantuan perangkat lunak Amos versi 22. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa manajemen diri dengan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai CR $-7.889 \leq 1,96$ dan nilai P $0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa manajemen diri memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik. Kemudian pada orientasi masa depan dengan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai C.R $-1,823 \leq 1,96$ dan nilai P $0,068 > 0,05$ yang berarti bahwa orientasi masa depan tidak ada hubungannya dengan prokrastinasi akademik.

Kata kunci: prokrastinasi akademik, manajemen diri, orientasi masa depan

¹ Email: ardinidiena@yahoo.com

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah pelajar yang menimba ilmu pengetahuan di perguruan tinggi, dimana pada tingkat ini mereka dianggap memiliki kematangan fisik dan perkembangan pemikiran yang luas sehingga dengan nilai lebih tersebut mereka dapat memiliki kesadaran untuk menentukan sikap dirinya serta mampu bertanggung jawab terhadap sikap dan tingkah lakunya (Yahya dalam Rema, 2007). Banyak tuntutan tanggung jawab dari kewajiban yang harus dihadapi dan dijalankan oleh mahasiswa dalam aktivitas perkuliahan seperti kewajiban dalam mengerjakan tugas-tugas akademis. Mahasiswa dapat mengembangkan potensi kemahasiswaannya melalui kegiatan-kegiatan positif di luar jam akademik perkuliahan seperti BEM, organisasi keagamaan, maupun unit-unit kegiatan mahasiswa lainnya yang ada di perguruan tinggi tersebut.

Bagi seorang mahasiswa yang berkeinginan untuk berorganisasi tetapi studinya tidak terganggu, tetap saja merasa kesulitan karena ada anggapan masyarakat bahwa studi akan terganggu karena mementingkan organisasi dan berakhir dengan lulus tidak tepat pada waktunya (Forum Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Universitas Pendidikan Indonesia, 2007). Knaus (1992), menjelaskan bahwa lamanya kelulusan mahasiswa merupakan salah satu indikasi dari prokrastinasi akademik. Menurut Biordy (Larson, 1991) salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik pada mahasiswa adalah keikutsertaan dalam kegiatan organisasi. Menurut Ghufron dan Rini (2017), prokrastinasi akademik digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda pengerjaan dan penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan yang berhubungan dengan aktivitas akademis.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Heru (2007) menunjukkan bahwa pada mahasiswa yang aktif di organisasi kampus cenderung mengalami konflik antar peran (*inter-role conflict*). Pada mahasiswa yang tidak bisa mengatasi konflik peran yang dialaminya, ada kecenderungan untuk kurang bisa menjalankan perannya diperkuliahan sehingga akan mempengaruhi pencapaian pembelajaran akademik dan konsentrasi kuliahnya, sedangkan pada mahasiswa yang mampu untuk mengatasi konflik peran yang dialaminya, cenderung bisa menjalankan kedua perannya dengan baik. Meskipun terkadang

konsentrasi kuliahnya juga terganggu, namun tidak terjadi dalam jangka waktu yang lama.

Menurut Firdaus (2008), mahasiswa aktivis organisasi menemui kendala dalam membagi waktu antara kuliah dan organisasi. Seorang mahasiswa dalam aktivitas organisasi menemui kendala membagi waktu antara kuliah dan organisasi karena merasa lebih menyukai peran di organisasi dan adanya kendala dalam membagi peran antara kuliah dan organisasi seringkali mahasiswa melakukan tindakan prokrastinasi akademik atau penundaan pengerjaan dalam tugas-tugas akademis (Firdaus, 2008). Masalah studi sering dikhawatirkan oleh mahasiswa yang ingin terjun ke dalam organisasi lebih disebabkan karena ketidakmampuannya dalam mengatur waktu (Forum Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Universitas Pendidikan Indonesia, 2007).

Perilaku prokrastinasi yang tinggi pada mahasiswa aktif kuliah dan organisasi disebabkan oleh salah satu faktor individu yang kurang mampu untuk mengelola diri. Menurut Suhartini (1992), manajemen diri merupakan salah satu faktor dari adanya perilaku prokrastinasi. (Slameto dalam Amir, 2016), mengatakan bahwa bila tidak ditunjang dengan kemampuan manajemen diri yang baik maka individu tidak akan mampu mencapai prestasi yang optimal. Individu yang menggunakan manajemen diri dengan yang tidak menggunakan manajemen diri memiliki perbedaan. Individu yang memiliki manajemen diri lebih mampu mengelola dirinya dan bertahan dalam menghadapi setiap permasalahan ataupun tekanan yang ada dalam pekerjaan apapun. Manajemen diri adalah bagaimana individu mengatur dan mengelola diri sendiri dalam hal yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan, waktu dan pencapaian tujuan diri (Juriana, 2000).

Hasil penelitian Budianto (Debora, 2016), menemukan jika mahasiswa memiliki rencana dan tujuan setelah lulus yaitu bekerja sesuai dengan minat dan jurusan yang diambil. Nurmi (1989) menyatakan bahwa orientasi masa depan ini sangat erat kaitannya dengan harapan-harapan, tujuan, standar serta rencana dan strategi yang dilakukan untuk mencapai sebuah tujuan, mimpi-mimpi dan cita-cita. Menurut Saroni (Triana, 2013), mahasiswa yang berorientasi ke masa depan akan termotivasi untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan begitu mahasiswa akan berupaya untuk selalu mengejar pengetahuan dan menimba ilmu dengan sungguh-sungguh serta memiliki orientasi

yang baik, dan orientasi masa depan yang baik tersebut akan membuat mahasiswa lebih termotivasi untuk belajar giat dan menyelesaikan tugasnya.

Bagi mahasiswa aktif kuliah dan organisasi yang memiliki rencana dan tujuan di masa depan yakni orientasi yang baik, menandakan bahwa mahasiswa tersebut memiliki motivasi dalam diri yang dapat memberikan dampak positif bagi individu mahasiswa terutama yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik yang saat ini sedang terjadi pada mahasiswa aktif kuliah dan organisasi. Namun, hasil penelitian menurut Triana (2013), menemukan bahwa terdapat hubungan yang rendah antara orientasi masa depan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fisipol universitas Mulawarman Samarinda.

TINJAUAN PUSTAKA

Prokrastinasi akademik

Akinsola & Tella (2007) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda yang dilakukan secara sengaja terhadap suatu pengerjaan tugas, meskipun pelaku tahu bahwa dampak negatif yang akan terjadi. Penunda-nundaan tugas inilah yang membuat mahasiswa tidak bisa mencapai prestasi yang baik. Menurut Ghufon dan Rini (2017), prokrastinasi akademik digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda pengerjaan dan penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan yang berhubungan dengan aktivitas akademis.

Menurut Ghufon dan Rini (2017), faktor penyebab timbulnya prokrastinasi akademik ada dua yaitu pertama faktor internal. Faktor internal yaitu faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi, seperti kondisi fisik individu, tingkat intelegensi, trait, besarnya motivasi, dan batas waktu. Faktor eksternal yaitu faktor-faktor yang terdapat diluar diri individu yang dapat mempengaruhi prokrastinasi, seperti pola asuh orang tua dan lingkungan. Ferarri (Ghufon dan Rini, 2017), mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik terdiri dari tiga aspek yaitu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas yang harus dikerjakan.

Manajemen Diri

Prijosaksono (2002), mengemukakan bahwa manajemen diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan sepenuhnya keberadaan diri secara keseluruhan (fisik, emosi, mental atau pikiran, jiwa maupun rohnya) dan realita kehidupannya dengan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya. Suhartini (1992) mendefinisikan manajemen diri adalah suatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau mengatur tingkah lakunya sendiri.

Menurut Prijosaksono (2002), banyak faktor yang dapat mempengaruhi manajemen diri, antara lain yaitu faktor lingkungan. Faktor lingkungan merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi manajemen diri. Lingkungan sosial yang menyenangkan, sikap atau respon dari lingkungan akan membentuk sikap terhadap diri seorang (self attitude). Oleh karena itu individu yang mendapat sikap yang sesuai dan menyenangkan dari lingkungan akan cenderung menerima dirinya, sebaliknya lingkungan dapat menjadi hambatan individu untuk mengembangkan potensi-potensi dalam dirinya yang bisa mempersulit dirinya untuk menerima diri walaupun individu tersebut sadar akan potensi yang dimilikinya. Maxwell (Prijosaksono, 2002), mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik terdiri dari tiga aspek yaitu pengelolaan waktu, hubungan antar manusia, dan perspektif diri.

Orientasi Masa Depan

Nurmi (1989) menjelaskan bahwa orientasi masa depan merupakan fenomena yang luas yang berhubungan dengan bagaimana seseorang berpikir dan bertingkah laku menuju masa depan yang dapat digambarkan dalam proses pembentukan orientasi masa depan. Menurut Trommsdorff (Steinberg, 2009) mengemukakan bahwa orientasi masa depan merupakan fenomena kognitif motivasional yang kompleks, yaitu antisipasi dan evaluasi tentang diri di masa depan dalam interaksinya dengan lingkungan.

Nurmi (1989) menyatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan orientasi masa depan, yaitu jenis kelamin, status sosio-ekonomi, self-esteem, intellegensia, dan dukungan orang tua. Menurut Nurmi (1989) proses pembentukan orientasi masa depan dijelaskan melalui tiga aspek yang berinteraksi dengan skema kognitif yang dihasilkan individu. Tiga aspek tersebut adalah motivasi, perencanaan, dan evaluasi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasilnya (Arikunto, 2010). Penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel bebas yaitu manajemen diri dan orientasi masa depan sedangkan variabel terikat yaitu prokrastinasi akademik. Sampel dalam penelitian ini adalah anggota Badan Keluarga Eksekutif Mahasiswa (BEM KM) Universitas Mulawarman Samarinda periode tahun 2017 yang berjumlah sebanyak 100 anggota. Dikarenakan data yang dianalisis menggunakan metode structural equation modeling (SEM) maximum likelihood (ML) minimum diperlukan sampel 100 (Ghozali, 2016).

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu alat pengukuran atau instrumen. Instrumen penelitian yang digunakan ada tiga yaitu skala prokrastinasi akademik, manajemen diri dan orientasi masa depan. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik uji angket terpakai,

yaitu proses penelitian yang menggunakan sampel yang sama dengan sampel dalam uji validitas dan reliabilitas (Hadi, 2004). Dengan menggunakan uji angket terpakai, data langsung digunakan untuk uji coba alat ukur sekaligus dipakai untuk data uji hipotesisnya. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Structural Equation Model (SEM) dengan tehnik maximum likelihood (ML).

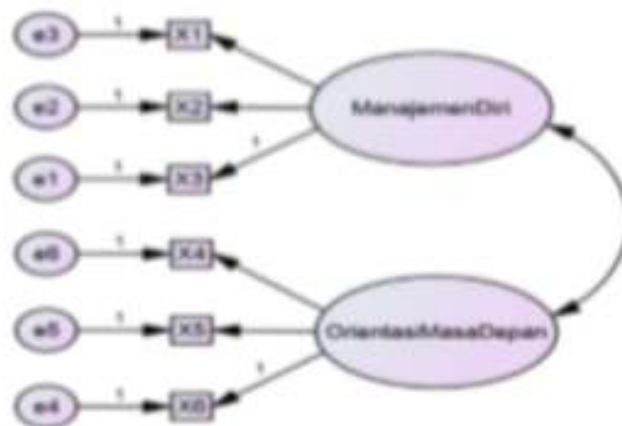
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Asumsi Structural Equation Model (SEM)

Langkah awal yang dilakukan peneliti sebelum dilakukannya pengujian hipotesis yaitu terlebih dahulu peneliti melakukan evaluasi terhadap asumsi structural equation model (SEM). Evaluasi yang dilakukan dalam penelitian ini antara lain yaitu menguji unidimensionalitas masing-masing konstruk dengan konfirmatori analisis faktor, estimasi persamaan full model, dan analisis model.

Analisis Uji Konfirmatori Konstruk Eksogen

Analisis faktor konfirmatori yang pertama meliputi variabel eksogen yaitu manajemen diri dan orientasi masa depan. Hasil analisis dapat dilihat pada Gambar 1, yaitu sebagai berikut:



Gambar 1. Analisis Konfrimatori Manajemen Diri dan Orientasi Masa Depan

Tabel 1. Uji Kesesuaian Model Variabel Eksogen

Goodness of Fit Indeks	Cut Off Value	Hasil Uji Model	Kriteria
X2 Chi-Square*	Diharapkan kecil	21.867	Marginal
Significance Probability*	≥ 0.05	0.005	Tidak signifikan
AGFI	≥ 0.90	0.819	Marginal
GFI	≥ 0.90	0.931	Baik
TLI	≥ 0.90	0.958	Baik
CFI	≥ 0.90	0.977	Baik
RMSEA	≤ 0.08	0.132	Marginal

Dari hasil analisis konfrimatori terhadap variabel eksogen manajemen diri dan orientasi masa depan menunjukkan bahwa adanya kelayakan pada model tersebut. Menurut Solimun (2006) menyatakan jika terdapat satu atau dua kriteria goodness of fit yang telah memenuhi maka model dikatakan baik. Hal ini dapat dilihat pada tabel 1 dimana angka-angka *goodness of fit index* memenuhi syarat yang ditentukan. Oleh

karena itu model ini sudah memenuhi *convergent validity*.

Langkah selanjutnya melihat nilai *loading factor* yaitu nilai *convergent validity* dari indikator-indikator pembentuk konstruk laten. Untuk mengetahui nilai *loading factor* dapat dilihat dari nilai *probabilitas* (P) (Ghozali, 2016).

Tabel 2. Regression Weight Konfrimatori Variabel Eksogen

	Estimate	S.E.	C.R.	P	Label
X1 <--- ManajemenDiri	1.000				
X2 <--- ManajemenDiri	.503	.036	14.120	***	
X3 <--- ManajemenDiri	.775	.042	18.259	***	
X6 <--- OrientasiMasaDepan	1.000				
X5 <--- OrientasiMasaDepan	1.778	.128	13.863	***	
X4 <--- OrientasiMasaDepan	1.555	.131	11.912	***	

Pada tabel 2 di atas menunjukkan bahwa pada semua aspek dari masing-masing variabel manajemen dan orientasi masa depan memiliki nilai probabilitas di bawah 0,005 yang dilihat dari tanda bintang. Sehingga

tidak ada yang dikeluarkan dari model. Untuk mengetahui nilai *loading factor* dapat dilihat dari *standarized regression weight* dapat dilihat dari nilai *estimate*.

Tabel 3. Standardized Regression Weights Eksogen

	Estimate
X1 <--- ManajemenDiri	.952
X2 <--- ManajemenDiri	.862
X3 <--- ManajemenDiri	.937
X4 <--- OrientasiMasaDepan	.852
X4 <--- OrientasiMasaDepan	.970
X4 <--- OrientasiMasaDepan	.883

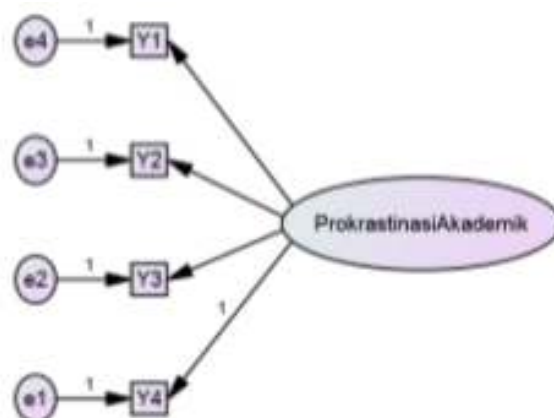
Pada tabel 3 di atas, terdapat cara lain untuk mengetahui dimensi-dimensi tersebut membentuk faktor laten yaitu dengan melihat nilai *loading factor*. Nilai yang disyaratkan adalah diatas 0.50. Hasil

analisis konfrimatori faktor menunjukkan semua nilai *loading factor* diatas 0.50 sehingga tidak ada yang dikeluarkan dari model.

Analisis Uji Konfrimotori Kontruk Endogen

Analisis faktor konfirmatori yang kedua meliputi variabel endogen yaitu prokrastinasi akademik. Hasil

analisis dapat dilihat pada Gambar 2, yaitu sebagai berikut:



Gambar 2. Analisis Konfrimotori Prokrastinasi Akademik

Terdapat dua uji dasar dalam confirmatory factor analysis, yaitu uji kesesuaian model dan uji signifikansi loading faktor.

Tabel 4. Uji Kesesuaian Model Variabel Endogen

Goodness of Fit Indeks	Cut Off Value	Hasil Uji Model	Kriteria
X2 Chi-Square*	Diharapkan kecil	12.560	Marginal
GFI	≥ 0.90	0.941	Baik
CFI	≥ 0.90	0.979	Baik
RMSEA	≤ 0.08	0.231	Marginal

Dari hasil analisis konfrimotori terhadap variabel endogen prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa adanya kelayakan pada model tersebut. Menurut Solimun (2006) menyatakan jika terdapat satu atau dua kriteria *goodnes of fit* yang telah memenuhi maka model dikatakan baik. Hal ini dapat dilihat pada tabel 4 dimana angka-angka *goodness of fit index* memenuhi

syarat yang ditentukan. Oleh karena itu model ini sudah memenuhi *convergent*.

Langkah selanjutnya melihat nilai *loading factor* yaitu nilai *convergent validity* dari indikator-indikator pembentuk konstruk laten. Untuk mengetahui nilai *loading factor* dapat dilihat dari nilai probabilitas (P) (Ghozali, 2016).

Tabel 5. Regression Weights Konfirmatori Variabel Endogen

	Estimate	S.E.	C.R.	P	Label
Y4 <--- ProkrastinasiAkademik	1.000				
Y3 <--- ProkrastinasiAkademik	1.097	0.72	15.157		
Y2 <--- ProkrastinasiAkademik	1.249	.104	12.022	***	
Y1 <--- ProkrastinasiAkademik	1.956	.128	15.240	***	

Pada tabel 5 di atas menunjukkan bahwa pada semua aspek dari masing-masing variabel konformitas dan internalisasi nilai-nilai Islam memiliki nilai probabilitas di bawah 0,005 yang dilihat dari tanda

bintang. Sehingga tidak ada yang dikeluarkan dari model. Untuk mengetahui nilai *loading factor* dapat dilihat dari *standarized regression weight* dapat dilihat dari nilai *estimate*.

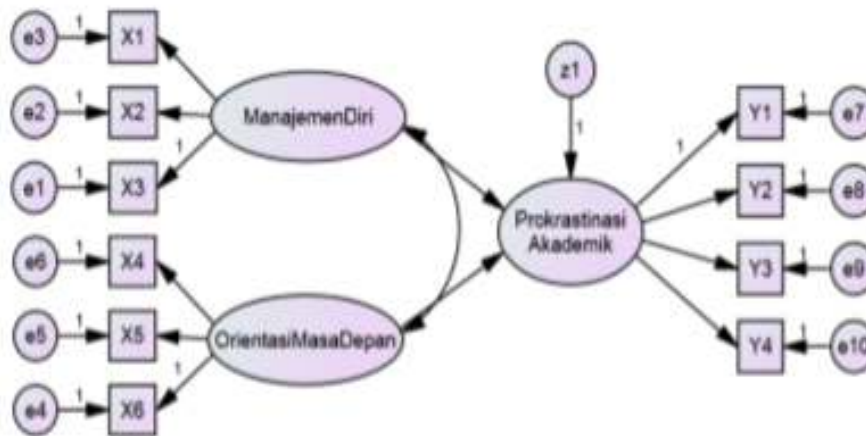
Tabel 6. Standardized Regression Weights Endogen

	Estimate
Y4 <--- ProkrastinasiAkademik	.855
Y3 <--- ProkrastinasiAkademik	.976
Y2 <--- ProkrastinasiAkademik	.876
Y1 <--- ProkrastinasiAkademik	.978

Pada tabel 6 diatas, terdapat cara lain untuk mengetahui dimensi-dimensi tersebut membentuk faktor laten yaitu dengan melihat nilai *loading factor*.

1. Analisis Full Model

Nilai yang disyaratkan adalah diatas 0.50. Hasil analisis konfrimatori faktor menunjukkan nilai semua *loading factor* diatas 0.50.



Gambar 3. Model Struktural Hubungan Manajemen Diri dan Orientasi Masa Depan dengan Prokrastinasi Akademik

Hasil perhitungan *full model* untuk melihat nilai koefisien regresi (*loading factor*) dan tingkat signifikansi variabel utama penelitian dari program Amos 22.0 hasil secara lengkap dapat dilihat pada tabel 7 berikut ini:

Tabel 7. Regression Weights

		Estimate	S.E.	C.R.	P
P.Akademik	<--- ManajemenDiri	-.972	.123	-7.899	***
P.Akademik	<--- ProkrastinasiAkademik	-.544	.298	-.823	.068

Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan manajemen diri dan orientasi masa depan dengan prokrastinasi akademik. Tehnik analisis data yang digunakan adalah Structural Equation Model (SEM). Untuk menganalisis hasil output, pengaruh antar variabel signifikan jika nilai, $C.R \geq 1.96$ dan nilai $P < 0.05$.

Berdasarkan tabel 7, dapat diketahui bahwa pada manajemen diri dengan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai C.R sebesar $-7.899 \leq 1.96$ dan nilai P sebesar $0.000 < 0.05$ yang artinya manajemen diri memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik. Kemudian pada orientasi masa depan

dengan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai C.R sebesar $-1.823 \leq 1.96$ dan nilai P sebesar $0.068 > 0.05$ yang artinya orientasi masa depan tidak memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada manajemen diri dengan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai C.R sebesar $-7.899 \leq 1.96$ dan nilai P sebesar $0.000 < 0.05$ yang artinya manajemen diri memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik.

Salah satu aspek prokrastinasi akademik yaitu adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja

aktual (Ferrari dalam Ghufron dan Rini, 2010). Firdaus (2008) menambahkan bahwa mahasiswa aktivis organisasi menemui kendala dalam membagi waktu antara kuliah dan organisasi. Mahasiswa aktif kuliah dan organisasi yang memiliki kendala dalam membagi waktu mempunyai kesulitan dalam melaksanakan maupun menyelesaikan tugas akademik sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Kendala dalam membagi waktu tersebut berkaitan dengan salah satu aspek manajemen diri yakni pengelolaan waktu (Maxwell dalam Prijosaksono, 2002).

Pengelolaan waktu merupakan hal utama dalam manajemen diri (Prijosaksono, 2002). Waktu harus dikelola dan dikendalikan dengan sebaikbaiknya oleh mahasiswa aktif kuliah dan organisasi agar mahasiswa dapat mencapai sasaran dan tujuan dalam pencapaian akademik maupun pencapaian diri dalam organisasinya secara efektif dan efisien.

Sarwono (Lenny dan Tommy, 2006) juga menambahkan bahwa mahasiswa yang aktif dalam organisasi kemahasiswaan cenderung lebih banyak menggunakan waktunya untuk hal-hal yang sifatnya nonakademis, mereka lebih banyak menggunakan waktu luangnya untuk berkumpul dan berdiskusi tentang berbagai hal yang menyangkut keorganisasian dibandingkan untuk memikirkan tugas-tugas perkuliahan. Dimana salah satu aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari (Ghufron dan Rini, 2017), yakni melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, salah satunya seperti mengobrol sehingga menyita waktu yang dimiliki mahasiswa untuk mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikannya.

Salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menurut Ghufron dan Rini (2017), yakni lingkungan. Kondisi lingkungan yang dapat mendukung perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif kuliah dan organisasi yakni lingkungan dengan kondisi rendah pengawasan. Faktor lingkungan berkaitan dengan salah satu aspek manajemen diri menurut Prijosaksono (2002), yaitu hubungan antar manusia. Hubungan antar manusia merupakan pilar utama dalam manajemen diri (Prijosaksono, 2002). Interaksi dengan lingkungan sosial yang dimiliki oleh mahasiswa aktif kuliah dan organisasi, yakni hubungan personal yang erat dapat menjadi sumber kekuatan dan pembaharuan dalam diri secara terus menerus (Prijosaksono, 2002).

Hubungan personal dalam organisasi dapat membantu individu mahasiswa aktif kuliah dan organisasi dalam menghadapi dua tanggung jawab dalam perkuliahan dan organisasi, yakni dengan bertukar informasi mengenai cara yang efektif dan efisien membagi dua peran dalam kuliah dan organisasi, maupun mengawasi perilaku antar rekan mahasiswa sehingga dalam lingkungan organisasi tersebut ada dalam lingkungan organisasi tersebut ada pengawasan dan mendorong mahasiswa tidak melakukan prokrastinasi akademik. Efektif tidaknya hubungan seseorang dengan orang lain sangat mempengaruhi pencapaian hal-hal terbaik dalam kehidupan individu dan cara berhubungan dengan orang lain tersebut merupakan kunci sukses utama kesuksesan seorang individu, Maxwell (Prijosaksono, 2002).

Faktor lingkungan serta hubungan personal yang di dapat mahasiswa aktif kuliah dan organisasi dari interaksi dengan lingkungan sosialnya berkaitan dengan salah satu aspek manajemen diri berikutnya menurut Prijosaksono (2002), yakni perspektif diri. Perspektif diri terbentuk jika individu dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya (Prijosaksono, 2002). Individu yang dapat melihat dan menilai dirinya sama dengan apa yang dilihat dan dipikirkan oleh orang lain pada dirinya berarti individu tersebut jujur dan nyata dalam menilai dirinya sehingga individu tersebut memiliki penerimaan diri yang lebih luas yang pada akhirnya akan mempermudah individu dalam manajemen diri (Prijosaksono, 2002).

Jika mahasiswa aktif kuliah dan organisasi memiliki hubungan personal yang erat dengan rekan antar mahasiswa sehingga mahasiswa memiliki pengawasan dalam lingkungannya, perspektif diri akan mempermudah individu untuk menerima pengawasan dari hubungan personal yang dimiliki sehingga perilaku prokrastinasi akademik dapat dihindari maupun dievaluasi dengan pengawasan dari lingkungan. Perspektif diri terbentuk jika individu dapat melihat dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya (Prijosaksono, 2002). Individu yang dapat melihat dan menilai dirinya sama dengan apa yang dilihat dan dipikirkan oleh orang lain pada dirinya berarti individu tersebut jujur dan nyata dalam menilai dirinya sehingga individu tersebut memiliki penerimaan diri yang lebih luas yang pada akhirnya

akan mempermudah individu dalam manajemen diri (Prijosaksono, 2002).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada orientasi masa depan dengan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai C.R sebesar $-1.823 \leq 1.96$ dan nilai P sebesar $0.068 > 0.05$ yang artinya orientasi masa depan tidak memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik.

Menurut Nurmi (1989), pembentukan orientasi masa depan terdiri dari motivasi, perencanaan dan evaluasi. Aspek terakhir dari orientasi masa depan menurut Nurmi (1989) yakni evaluasi. Proses evaluasi merupakan kemampuan mengukur sejauh mana rencana yang ia susun sesuai dengan langkah yang harus ia lakukan untuk mencapai cita-cita atau harapan-harapan yang diinginkannya di masa depan (Nurmi, 1989). Proses evaluasi adalah mengenai kemungkinan perealisasiian tujuan dari rencana yang telah ditetapkan berdasarkan hasil yang telah dicapai (Nurmi, 1989). Pada proses evaluasi selalu diikuti dengan munculnya perasaan tertentu misalnya perasaan negatif seperti pesimisme atau perasaan positif seperti optimisme (Nurmi, 1989).

Mahasiswa aktif kuliah dan organisasi yang memiliki evaluasi yang baik tetapi menghasikan perasaan negatif, maka dapat mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi pada mahasiswa tersebut. Hal ini dijelaskan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Nugroho, Machmuroch dan Karyanta (2015), menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara pesimisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta dengan nilai $p=0,000$ dan $r=0,577$.

Menurut Seligman (Nugroho, Machmuroch dan Karyanta, 2015) mengemukakan bahwa individu yang memiliki pola pemikiran pesimisme cenderung tidak memiliki kemampuan untuk bertahan dalam situasi yang sulit dan penuh tekanan. Pemikiran pesimisme dapat membuat penilaian dan kemampuan menghadapi situasi yang sulit dan penuh tekanan menjadi lebih negatif dan cenderung untuk menggunakan strategi coping yang maladaptif (Berkel dalam Nugroho, Machmuroch dan Karyanta, 2015), yakni seperti prokrastinasi (Ferarri dalam Nugroho, Machmuroch dan Karyanta, 2015).

Situasi yang sulit dan penuh tekanan pada mahasiswa aktif kuliah dan organisasi yakni ketika membagi tanggung jawab antara kuliah dan organisasi.

Mahasiswa yang menghasilkan perasaan negatif seperti pesimisme saat proses evaluasi, dapat mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi pada mahasiswa tersebut. Sehingga tidak ada hubungan antara orientasi masa depan dengan prokrastinasi akademik memiliki keterkaitan dengan faktor lain dalam aspek evaluasi yaitu pesimisme.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan negatif antara manajemen diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif kuliah dan organisasi di BEM KM Universitas Mulawarman Samarinda.
2. Tidak ada hubungan antara orientasi masa depan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif kuliah dan organisasi di BEM KM Universitas Mulawarman Samarinda.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Untuk mahasiswa aktif kuliah dan organisasi, terutama pada BEM KM Universitas Mulawarman Samarinda perlu memiliki pengelolaan waktu yang baik misalnya seperti mencatat tugas-tugas dalam kuliah maupun organisasi dan membuat jadwal sehingga dapat terlihat kegiatan mana yang menjadi prioritas terlebih dahulu, serta membuat batas waktu dari setiap pengerjaan hingga penyelesaian masing-masing tugas tersebut agar tidak terjadi keterlambatan dalam mengerjakan tugas maupun kegagalan dalam menyelesaikan tugas. Selain itu perlu mempererat hubungan antar mahasiswa aktif kuliah dan organisasi agar dapat saling bertukar informasi yang bermanfaat dalam menghadapi tanggung jawab dalam kuliah maupun organisasi, dan agar dapat saling mengawasi serta dapat saling mengingatkan perilaku antar mahasiswa aktif kuliah dan organisasi.
2. Untuk pihak universitas disarankan untuk berperan aktif dalam menurunkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang aktif kuliah dan organisasi dengan memantau setiap aktifitas mahasiswa tersebut saat melakukan agenda rapat organisasi rutin, saat pelaksanaan kegiatan atau acara

- organisasi, kemudian memberikan masukan dan arahan kepada mahasiswa aktif kuliah dan organisasi agar dapat menyeimbangkan seluruh tanggung jawab yang ada dalam kuliah dan organisasi.
3. Untuk orang tua disarankan dapat berperan penting dalam mengetahui kegiatan yang dihadapi oleh anak sebagai mahasiswa yang aktif kuliah dan organisasi, memberikan saran atau pendapat yang membangun kepada anak agar anak mampu menjalankan tanggung jawab dalam kuliah dan organisasi secara seimbang, teratur, dan disiplin, agar mereka terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik yang dapat mengganggu konsentrasi serta kinerja anak dalam mencapai prestasi dalam akademik maupun dalam organisasi secara optimal.
 4. Untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk mengukur manajemen diri, orientasi masa depan dan prokrastinasi akademik dengan variabel yang berbeda seperti pesimisme, optimisme, konformitas dan variabel lainnya. Serta disarankan untuk memperluas atau memperbanyak subjek pada penelitian selanjutnya, sehingga akan mendukung dalam bidang Psikologi Pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akinsola, M. K, Tella, A., & Adeyinka T. (2007). Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of University Undergraduate Students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 3 (4), 363-370.
- Amir, H. (2016). Korelasi Pengaruh Faktor Efikasi Diri dan Manajemen Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Pendidikan Kimia Universitas Bengkulu. *Jurnal Pendidikan*, 10 (4), 336-342.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundation Thought and Action a Social Cognitive and Theory*. New Jersey: Prentice Hall.
- Debora, J.S. (2016). Hubungan Orientasi Masa Depan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. *Skripsi*. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Fauziah, H.H. (2015). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2 (2), 123-132.
- Firdaus. K. (2008). *Manajemen Waktu Kuliah dan Organisasi*. (on-line). Tanggal Akses: 10 Februari 2017. Diakses dari <https://uad.ac.id/kartikaf/manajemen-waktu-kuliah-dan-organisasi>.
- Forum Pendidikan Kesejahteraan Keluarga. (2007). *Diantara Pilihan Akademik dan Organisasi*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Ghozali, I. (2006). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufro, M.N. dan Rini R.S. (2017). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar- Ruzz Media.
- Gustina, A. (2009). Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Hadi, S. (2004). *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hardiyanti, A. (2016). Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Anggota MUEC UMS. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Heru, B. (2007). *Konflik Peran Mahasiswa Aktif di Organisasi Kampus*. (on-line). Tanggal akses: 10 Februari 2017. Diakses dari FTP: <https://library.gunadarma.ac.id>.
- Hurlock, E.B. (2002). *Psikologi Perkembangan Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga
- Juriana. (2000). Kesesuaian antara Konsep Diri Nyata dan Ideal dengan Kemampuan Manajemen Diri pada Mahasiswa Pelaku Organisasi. *Jurnal Psikologika*, 5 (9), 39-56.
- Knaus, E. (1992). *Procrastination*. New York: Institute for Rational-Emotive Thrapy. (on-line). Tanggal Akses: 9 November 2013. Diakses dari FTP: www.utulsa.edu/cpsc/procrastination.
- Larson, C.C. (1991). *The Effects of a Cognitive-Behavioral Education Program on a Academic Procrastination*. (on-line). Tanggal Akses: 11 Juli 2017. Diakses dari <https://www.scribd.com/document/376765549/T>

- he-Effects-ofCognitive behavioral-Education-Program-on-Academic-Procrastination.
- Launa. (2000). Gerakan intelektual dan aksi massa mahasiswa: Refleksi dan prospeksi peran politik mahasiswa era orde baru. *Jurnal Widya*, 183, 49-57.
- Leny. & Tommy, Y.S. S. (2006). Keaktifan Berorganisasi dan Kompetensi Interpersonal. *Jurnal Phronesis*, 8 (1), 71-99. Jakarta: Universitas Tarumanagara.
- Nugroho, A.J., Machmuroch., & Nugraha, A.K. (2015). Hubungan Antara Pesimisme Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajawa*, 3 (4), 264-274.
- Nurmi, J.E. (1989). *Adolescent's Orientation to the Future: Development of Interest and Plans, and Related Atributions and Effect in the Life-Span Context*. Helsinki: The Finish Society of Science and Letters Press.
- Nurmi, J.E. (1989). Planning, Motivation, and Evaluation In Orientation To The Future: A Latent Structure Analysis. *Scandinavian Journal Of Psychology*, 30, 64-71.
- Prijosaksono, A. (2002). *Self Management Series: Control Your Life*. Jakarta: Gramedia.
- Rema R.S. (2007). *Perbedaan Self-Regulation Pada Mahasiswa yang Bekerja dan Mahasiswa yang Tidak Bekerja*. (on-line). Tanggal Akses: 10 juli 2017. Diakses dari <https://www.journal.paramadina.ac.id>
- Rizvi, A. Prawitasari, J. E. & Soetjipto, H. P. (1997). Pusat Kendali Efikasi Diri sebagai Prediktor Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologika*, 3 (2), 51-66. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Shurna, A. (2014). Perbandingan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Keaktifan Dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Psikologi*, 1 (2), 1-8.
- Solimun. (2006). *Analisis Multivariate Pemodelan Struktural*. Malang: Penerbit CV Citra.
- Solomon, L. J., dan Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive Behavior Correlation. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (4), 304-501.
- Suhartini, H. (1992). Pengaruh Metode Pengelolaan Diri Sendiri Terhadap Prestasi Kerja Praktek Harian. *Jurnal Psikologi*, 1 (19), 27-29.
- Triana, K.A. (2013). Hubungan Antara Orientasi Masa Depan Dengan Prokrastinasi Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Poilitik (FISIPOL) Universitas Mulawarman Samarinda. *eJournal Psikologi*, 1 (3), 280-291. Samarinda: Universitas Mulawarman.