

Pengaruh Manajemen Waktu dan Kecenderungan Kecemasan Terhadap Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa

Meilani Marinda Ompusunggu

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 30/12/2021

Revisi 15/03/2022

Diterima 19/05/2022

Keyword:

Time management;
Anxiety tendencies;
Procrastinations

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of time management and anxiety tendencies on thesis procrastination in final year students at the Faculty of Social and Political Sciences, Mulawarman University. This study uses a quantitative approach. The research subjects were 150 students in the class of 2014 and 2015 at the Faculty of Social and Political Sciences, Mulawarman University using the purposive-sampling technique. The collected data were analyzed using Kendall's tau-b hypothesis test. The results of the analysis of Kendall's tau-b hypothesis test show that: (1) there is a significant relationship between time management and student thesis procrastination with a negative direction, as evidenced by the correlation value of -0.683 with p value = 0.000; (2) there is a significant relationship between anxiety on student thesis procrastination and the direction of a positive relationship, as evidenced by the correlation value 0.586 with p value = 0.000.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh manajemen waktu dan kecenderungan kecemasan terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian berjumlah 120 orang mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015 di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman dengan menggunakan teknik *purposive-sampling*. Data yang terkumpul dianalisis dengan uji hipotesis Kendall's tau-b. Hasil uji hipotesis Kendall's tau-b menunjukkan bahwa: (1) ada hubungan yang signifikan antara manajemen waktu terhadap prokrastinasi skripsi mahasiswa dengan arah hubungan yang negatif, yang dibuktikan dengan nilai korelasi sebesar -0.683 dengan nilai $p = 0.000$; (2) ada hubungan yang signifikan antara kecemasan terhadap prokrastinasi skripsi mahasiswa dengan arah hubungan yang positif, yang dibuktikan dengan nilai korelasi sebesar 0.586 dengan nilai $p = 0.000$.

Kata Kunci

Manajemen waktu;
Kecenderungan kecemasan;
Prokrastinasi

Copyright (c) Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi

Korespondensi:

Meilani Marinda Ompusunggu

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Mulawarman

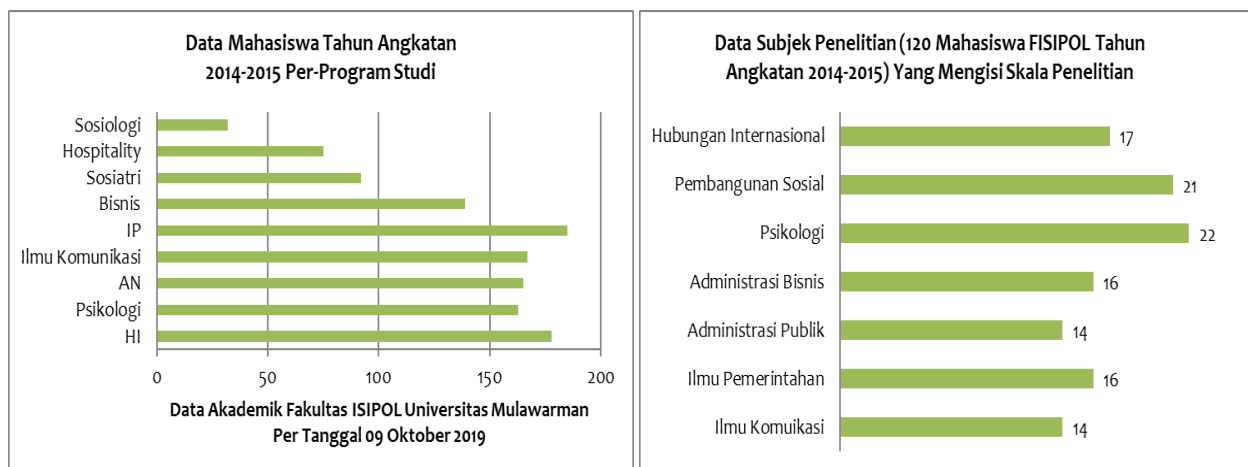
Email: meilanimarinda@gmail.com



LATAR BELAKANG

Salah satu masalah yang sering dialami mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademik yaitu penundaan akademik (prokrastinasi akademik) (Irawati, 2015). Suatu penundaan tersebut dilakukan oleh individu secara berulang-ulang dengan sengaja dan menimbulkan perasaan tidak nyaman misalnya perasaan cemas, merasa bersalah, panik dan lain sebagainya (Ghufron, 2010). Salah satu fenomena prokrastinasi akademis yang sering ditemukan dan menjadi sorotan adalah prokrastinasi dalam pengerjaan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir namun hal ini kerap ditunda oleh mahasiswa (Catrunada dalam Ursia, dkk., 2013).

Berdasarkan Peraturan Rektor Universitas Mulawarman Tentang Penyelenggaraan Pendidikan Universitas Mulawarman Bab IV mengenai Jenjang Studi, Beban Studi, dan Masa Studi Program Pendidikan Bagian Kedua Beban Studi dan Masa Studi Pasal 6 tahun 2016 menjelaskan tentang beban studi yang wajib di tempuh dalam masa studi yang di ditetapkan untuk memenuhi capaian pembelajaran lulusan jenjang studi S1 adalah 8 semester atau 4 tahun. Berdasarkan data dari Jumlah Mahasiswa Tahun Akademik Ganjil 2019/2020 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman (Data Diambil Pertanggal 09 Oktober 2019) terdapat sebanyak 1.196 mahasiswa dari angkatan tahun 2014-2015 yang masih aktif mengikuti perkuliahan.



Gambar 1. Data Mahasiswa

Hisbah (2017) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas yang penting. Lamanya durasi masa penulisan skripsi juga disebabkan oleh lemahnya kemampuan mahasiswa dalam manajemen waktu, lemahnya kemampuan dalam mencari sumber pustaka, lemahnya kemampuan menulis ilmiah, dan minimnya frekuensi pertemuan dengan dosen pembimbing (Gasim, 2016).

Gasim (2016) melakukan penelitian pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, angkatan 2011 dan 2012 menyatakan bahwa semakin rendah kemampuan manajemen waktu seorang mahasiswa, maka semakin tinggi kebiasaan prokrastinasi dalam proses penulisan skripsinya. Manajemen waktu yang dilakukan mahasiswa membuat segala kegiatan belajar akan lebih terarah dan akan terbiasa untuk disiplin waktu, ketidakmampuan mahasiswa dalam

memanajemen waktu mengakibatkan mereka cenderung menunda-nunda (Handayani, 2016) dan salah satu efek negatif yang diterima oleh mahasiswa dari ketidakmampuan dalam memanager waktu ialah keterlambatan waktu kelulusan (Jumura, 2017).

Individu yang mempunyai manager waktu yang baik tentunya akan menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah direncanakan, sehingga prestasi belajar juga akan bertambah baik, mahasiswa yang memiliki manager waktu yang baik tidak akan menunda-nunda pekerjaannya karena dipastikan memiliki skala prioritas dalam setiap tugas yang dikerjakannya, mampu menyeimbangkan waktu antara rencana kerja dengan jadwal kerja yang sudah dibuat (Rusyadi, 2012).

Selain manager waktu, kecemasan juga menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya prokrastinasi skripsi pada mahasiswa. Millgram (dalam Ferrari 2000) menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku yang menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, panik, bersalah, marah dan sebagainya. Munculnya kecemasan berhubungan dengan prokrastinasi, mahasiswa yang mengalami kecemasan dan kesulitan dalam mengerjakan skripsi dapat menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas karena takut terhadap bayangan tugas akademik yang dianggap terlalu berat atau sulit, yang sebenarnya belum tentu hal tersebut terjadi (Husnia, 2015). Faruqi (2013) menjelaskan salah satu dampak dari kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi adalah mahasiswa tidak dapat mengerjakan skripsinya sesuai yang diharapkan dengan tepat waktu karena kecemasan menguasai diri mahasiswa dan akhirnya tidak dapat menyelesaikan kuliahnya tepat 4 tahun.

Adanya suatu pandangan terhadap tugas yang diberikan yang menuntut

kemampuan lebih menimbulkan perasaan takut gagal dan ketidakmampuan, inilah yang mendasari timbulnya kecemasan dan berlanjut pada usaha untuk menghindari perasaan cemas tersebut dengan menunda pekerjaan tugas sehingga pada saat yang bersamaan kecemasan meningkat karena tugas yang tidak terselesaikan.

Penelitian tentang pengaruh manager waktu dan kecenderungan kecemasan terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa tingkat akhir ini belum pernah dilakukan. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian yang terkait dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ginting dan Aziz (2014) yang berjudul “hubungan antara lingkungan belajar dan manager waktu dengan motivasi menyelesaikan studi”, penelitian tersebut memiliki variabel bebas yang sama dengan penelitian ini yaitu manager waktu dan menggunakan metode penelitian yang sama yaitu kuantitatif. Penelitian selanjutnya pada Kristanto, dkk (2014) yang menggunakan variabel bebas kepercayaan diri dan kecemasan, sedangkan pada penelitian ini menggunakan manager waktu dan kecemasan yang memiliki kesamaan pada variabel bebas. Selanjutnya adalah pada penelitian Ulum (2016) yang menggunakan variabel prokrastinasi sebagai variabel terikat yang sama dengan penelitian ini dengan variabel bebas yang berbeda, yaitu pada penelitian Ulum (2016) menggunakan self-regulated learning sebagai variabel bebas dan menggunakan metode penelitian yang sama dengan penelitian ini yaitu kuantitatif.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin mengetahui pengaruh Manager Waktu dan Kecenderungan Kecemasan terhadap Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Mulawarman.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian dengan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis yang digunakan bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2017).

Desain Penelitian

Rancangan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif dan inferensial. Statistik deskriptif yaitu statistik yang dilakukan untuk mengetahui keberadaan variabel mandiri, baik hanya satu variabel atau lebih (variabel yang berdiri sendiri atau variabel bebas) tanpa membuat perbandingan variabel itu sendiri dan mencari hubungan dengan variabel lain (Sugiyono, 2017). Statistik inferensial yaitu statistik yang berkenaan dengan cara penarikan simpulan berdasarkan data yang diperoleh dari sampel untuk menggambarkan karakteristik atau ciri dari suatu populasi (Rohmad, 2015).

Subjek Penelitian

Pengambilan subjek dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dimana peneliti membuat kriteria khusus terhadap subjek penelitian dan kemudian mencari subjek yang memenuhi kriteria tersebut (Periantalo, 2016). Sampel dalam penelitian ini memiliki kriteria sebagai berikut:

- a. Mahasiswa aktif di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman tahun angkatan 2014-2015 yang sedang menyusun skripsi atau sedang berada pada tahun ke 4-7 perkuliahan.
- b. Mengalami kecemasan. Steel (2007) mengungkapkan bahwa perasaan cemas merupakan salah satu dari beberapa faktor yang mendasari seseorang melakukan prokrastinasi, yaitu

keengganan terhadap tugas, perasaan takut gagal, depresi atau berkaitan dengan mood, hal tersebut sehubungan dengan hasil survey awal kecemasan yang telah peneliti lakukan sebelumnya, yang menyatakan bahwa kecemasan merupakan penyebab terjadinya prokrastinasi skripsi pada mahasiswa tingkat akhir.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan skala prokrastinasi berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ferrari (2000) meliputi waktu yang digunakan, keinginan dan tindakan, tekanan emosional, dan kemampuan yang dimiliki. Kemudian pada skala manajemen waktu berdasarkan aspek-aspek dari Kartadinata dan Tjunjing (2008) meliputi menetapkan tujuan dan prioritas, perencanaan dan penjadwalan, kemampuan mengendalikan waktu, dan preferensi untuk terorganisasi. Kemudian pada skala kecemasan disusun berdasarkan aspek-aspek Stuart (2006) meliputi fisik, perilaku, dan kognitif.

Skala disusun menggunakan bentuk likert dengan empat pilihan alternatif jawaban meliputi, sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2017). Skala tersebut dikelompokkan dalam pernyataan *favorable* dan *unfavorable*.

Hasil validitas dari skala prokrastinasi yang terdiri dari 32 butir aitem dan terbagi menjadi empat aspek, menunjukkan bahwa dari 32 butir terdapat 3 butir aitem yang gugur dan 29 aitem yang valid dan didapatkan nilai alpha sebesar 0.955 sehingga dalam hal ini skala prokrastinasi dinyatakan sangat andal. Hasil validitas dari skala manajemen waktu yang terdiri dari 30 butir aitem dan terbagi menjadi empat

aspek, menunjukkan bahwa dari 30 butir terdapat 2 butir aitem yang gugur dan 28 aitem yang valid dan didapatkan nilai alpha sebesar 0.966 sehingga dalam hal ini skala kepuasan kerja dinyatakan sangat andal. Hasil validitas dari skala kecemasan yang terdiri dari 30 butir aitem dan terbagi menjadi tiga aspek, menunjukkan bahwa tidak terdapat aitem yang gugur dan didapatkan nilai alpha sebesar 0.973 sehingga dalam hal ini skala kecemasan dinyatakan sangat andal.

Teknik Analisis Data

Berdasarkan penelitian ini, analisis data yang digunakan untuk pengolahan data penelitian adalah dengan menggunakan statistik deskriptif yaitu teknik yang digunakan untuk menganalisis seberapa besar adanya pengaruh variabel independen (manajemen waktu dan kecenderungan kecemasan) terhadap variabel terikat

(prokrastinasi). Oleh karena itu, sebelum melakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan pengujian hipotesis yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, uji heteroskedastitas, uji autokorelasi, dan uji kendalls tau-b, semua data yang telah terkumpul diolah dengan menggunakan SPSS versi 24.0 (Sugiyono, 2017).

Pada penelitian ini, uji hipotesis yang dilakukan adalah dengan menggunakan uji Kendall's Tau-b, hal tersebut dikarenakan hasil uji asumsi yang tidak terpenuhi dan data yang didapatkan tidak berdistribusi normal, sehingga penelitian secara parametrik tidak dapat dilanjutkan dan dilanjutkan dengan penelitian non-parametrik. Uji kendall's tau-b digunakan untuk mencari hubungan dan menguji hipotesis antara dua variabel atau lebih, bila data berbentuk ordinal atau rangking (Sugiyono, 2017).

HASIL PENELITIAN

Hasil Uji Asumsi: Uji Normalitas

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogrov-Smirnov Z	P	Keterangan
Prokrastinasi	0.085	0.035	Tidak Normal
Manajemen Waktu	0.089	0.021	Tidak Normal
Kecemasan	0.086	0.030	Tidak Normal

Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel prokrastinasi menghasilkan nilai $Z = 0.085$ dan $p = 0.035$ ($p < 0.05$). Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel manajemen waktu $Z =$

0.089 dan $p = 0.021$ ($p < 0.05$). Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel kecemasan $Z = 0.086$ dan $p = 0.030$ ($p < 0.05$).

Hasil Uji Asumsi: Uji Linearitas

Tabel 2. Hasil Uji Linieritas

Variabel	F Hitung	F Tabel	P	Keterangan
Prokrastinasi - Manajemen Waktu	1.861	3.07	0.009	Tidak Linier
Prokrastinasi - Kecemasan	1.678	3.07	0.024	Tidak Linier

Hasil uji asumsi linearitas prokrastinasi dengan manajemen waktu menunjukkan nilai F hitung $= 1.861 < F$ tabel $= 3.07$ yang artinya terdapat pengaruh antara

prokrastinasi dengan manajemen waktu dan $p = 0.009$ ($p < 0.05$) yang berarti pengaruhnya dinyatakan tidak linear. Hasil uji asumsi linearitas prokrastinasi dengan

kecemasan menunjukkan nilai F hitung = $1.678 < F \text{ table} = 3.07$ yang artinya terdapat pengaruh antara prokrastinasi dengan

kecemasan dan $p = 0.024$ ($p < 0.05$) yang berarti pengaruhnya dinyatakan tidak linear.

Hasil Uji Asumsi: Uji Multikolinieritas

Tabel 3. Hasil Uji Multikolinieritas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Prokrastinasi - Manajemen Waktu	0.209	4.777	Tidak multikolinier
Prokrastinasi - Kecemasan	0.209	4.777	Tidak multikolinier

Hasil uji asumsi prokrastinasi terhadap manajemen waktu menunjukkan nilai koefisien *tolerance* sebesar 0.209 atau kurang dari 1 dan nilai *variance inflation factor* (VIF) variabel sebesar 4.777 atau kurang dari 10 sehingga pada model regresi yang digunakan tidak terjadi gejala

multikolinieritas. Nilai koefisien *tolerance* variabel prokrastinasi terhadap kecemasan sebesar 0.209 atau kurang dari 1 dan nilai *variance inflation factor* (VIF) variabel sebesar 4.777 atau kurang dari 10 sehingga pada model regresi yang digunakan tidak terjadi gejala multikolinieritas.

Hasil Uji Asumsi: Uji Heteroskedastitas

Tabel 4. Hasil Uji Heteroskedastitas

Variabel	T Hitung	T Tabel	P	Keterangan
Manajemen Waktu	2.516	1.980	0.013	Heteroskedastitas
Kecemasan	1.457	1.980	0.148	Tidak heteroskedastitas

Hasil uji asumsi heteroskedastitas manajemen waktu menunjukkan adanya heteroskedastitas yang ditunjukkan dari hasil nilai T hitung = $2.516 > T \text{ tabel} = 1.980$ dan nilai $p = 0.013$ ($p < 0.05$). Pada variabel

kecemasan terhadap prokrastinasi ditemukan tidak adanya heteroskedastitas yang ditunjukkan dari hasil nilai T hitung = $1.457 < T \text{ tabel} = 1.980$ dan nilai $p = 0.148$ ($p > 0.05$).

Hasil Uji Asumsi: Uji Autokorelasi

Tabel 5. Hasil Uji Autokorelasi

Durbin-Watson	dL	dU	Keterangan
1.995	1.668	1.736	Tidak terdapat autokorelasi

Hasil uji asumsi autokorelasi menunjukkan nilai dU (1.736) lebih rendah dari nilai Durbin Watson (1.995) dan nilai tersebut berada diantara dU dan (4-dU), yakni $dU < d < 4-dU$ ($1.736 < 1.995 < 2.264$)

dapat disimpulkan bahwa dalam model regresi linear tersebut tidak terdapat autokorelasi atau tidak terjadi korelasi di antara kesalahan pengganggu.

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 6. Hasil Uji Kendall's Tau-b

Variabel	Nilai Korelasi	P
Manajemen Waktu (X1) - Prokrastinasi	-0.683	0.000
Kecemasan (X2) - Prokrastinasi	0.586	0.000

Hasil uji hipotesis kendall's tau-b antara manajemen waktu dengan prokrastinasi memiliki nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi dengan tingkat keeratan koefisien korelasi sebesar -0.683 yaitu kuat, yang berarti hubungan yang dihasilkan adalah negatif. Kemudian didapatkan bahwa antara kecemasan dengan prokrastinasi memiliki nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan prokrastinasi dengan tingkat keeratan koefisien korelasi sebesar 0.568 yaitu kuat, yang berarti arah hubungan yang dihasilkan adalah positif.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh manajemen waktu dan kecemasan terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman. Penelitian prokrastinasi ini dilakukan terhadap 120 mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015 di fakultas ilmu sosial dan ilmu politik yang sedang menyusun skripsi.

Hipotesa yang diperoleh pada hasil penelitian ini berbeda dengan hipotesa awal yang dilakukan peneliti. Hal tersebut dikarenakan data yang tidak berdistribusi normal dan tidak tercapainya uji asumsi sehingga uji parametrik tidak dapat dilakukan pada penelitian ini, maka uji analisis dilanjutkan dengan menggunakan uji non parametrik dengan uji Kendall's Tau-b dalam menganalisis data. Uji Kendall Tau-B dilakukan untuk menguji hubungan antara dua variabel yang berdata ordinal (Sugiono, 2010). Data ordinal merupakan data yang bersifat kuantitatif yang memiliki jenjang antara data satu dengan yang lain (SS, S, TS, STS) dan yang memiliki nilai ukur (1, 2, 3, 4) (Periantalo, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menggunakan uji Kendall's Tau-b, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang kuat antara manajemen waktu terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$) dan nilai koefisien korelasi = -0.683 (berada pada rentang $0.51 - 0.75$). Korelasi negatif artinya bila seseorang memiliki skor prokrastinasi tinggi, maka manajemen waktunya rendah. Sebaliknya bila manajemen waktunya tinggi, maka prokrastinasinya rendah. Sehingga dapat disimpulkan semakin rendah kemampuan mahasiswa dalam memajemen waktu yang dimilikinya, semakin tinggi tingkat prokrastinasi yang ada dalam diri mahasiswa yang sedang menyusun skripsi tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan salah satu mahasiswa tahun angkatan 2015 di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman, subjek JA mengatakan bahwa ia sendiri menyadari bahwa manajemen waktu yang dimilikinya sangat buruk, hal tersebut terbukti dari kegiatan yang subjek lakukan setiap harinya selalu dilakukan dengan spontan tanpa ada perencanaan yang pasti untuk setiap aktivitas dan kegiatan yang dimilikinya. Subjek juga mengatakan bahwa untuk memulai pengerjaan skripsi miliknya, perhatian subjek akan dengan mudah teralihkan dengan kegiatan lainnya, seperti pekerjaan rumah, bermain sosial media, menonton drama atau film korea, atau jalan-jalan bersama teman-temannya diluar, hal tersebut membuat subjek menjadi lupa akan prioritasnya pada saat ini, yaitu menunda untuk menyelesaikan skripsi miliknya dan subjek selalu berkata bahwa masih ada hari esok untuk mengerjakan skripsi miliknya (20 Februari 2021).

Purwanto (2008) manajemen waktu adalah proses harian yang digunakan untuk membagi waktu, membuat jadwal, daftar hal-hal yang harus dilakukan, pendelegasian tugas, dan sistem lain yang membantu untuk menggunakan waktu sebaik-baiknya, seseorang dianggap melakukan prokrastinasi apabila orang tersebut terbiasa menunda suatu hal atau kegiatan yang penting dan berjangka waktu sampai waktu yang telah ditentukan habis, perilaku ini adalah suatu proses yang mungkin memiliki konsekuensi untuk kedepannya (Knauss, 2010).

Berdasarkan hasil uji deskriptif didapatkan bahwa pada variabel manajemen waktu terdapat sebanyak 61 subjek yang memiliki skor sedang sampai sangat tinggi dengan hasil skor kategorisasi berada pada tingkat manajemen waktu sedang, sedangkan kategorisasi terhadap variabel prokrastinasi membuktikan bahwa sebanyak 101 subjek yang memiliki skor sedang sampai sangat tinggi dengan hasil skor kategorisasi berada pada tingkat prokrastinasi sedang. Husnia (2015) mengatakan bahwa prokrastinasi pada skripsi terjadi ketika mahasiswa lelah dan malas untuk mengerjakan tugas revisi miliknya dan gagal dalam memajemen waktu miliknya, sehingga menunda pengerjaan revisi secara terus menerus lalu ia mengerjakan hal lain yang dianggapnya lebih menyenangkan. Hal tersebut mengakibatkan deadline yang telah ditentukan tidak tertepati dan mengganggu kinerja lainnya yang memiliki rentang waktu terbatas dengan mengganti aktivitas yang tidak begitu penting (Husnia, 2015).

Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menggunakan uji Kendall's Tau-b, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman

dengan tingkat keeratan koefisien korelasi yang dihasilkan positif dan tergolong kuat. Yang artinya secara keseluruhan H1 dalam penelitian ini diterima dan Ho ditolak. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$) dan nilai koefisien korelasi = 0.568 (berada pada rentang 0.51 – 0.75). Korelasi positif artinya bila seseorang memiliki skor prokrastinasi tinggi, maka tingkat kecemasannya rendah. Sebaliknya bila tingkat kecemasannya tinggi, maka prokrastinasinya rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan dalam diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi dalam diri mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi tersebut.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan dengan salah satu mahasiswa tahun angkatan 2015 di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman, subjek HL mengatakan bahwa ketika sedang mengerjakan skripsi miliknya, subjek selalu saja kebingungan untuk memulai pengerjaan skripsi tersebut selain itu subjek juga selalu memikirkan mengenai apakah skripsi yang saat ini sedang di kerjakan sudah baik dan benar atau belum, apakah pada saat konsul dengan dosen pembimbing subjek akan mendapatkan banyak revisi dari dosen pembimbing atau tidak. Hal tersebut menyebabkan subjek menjadi mudah cemas dan sering kali menghindari pengerjaan skripsi dan waktu konsultasi (21 Februari 2021).

Fahruliana (2011) kecemasan merupakan kekhawatiran yang dirasakan oleh seseorang yang tidak dapat dijelaskan terkait dengan ketidakpastian dan ketidakberdayaan yang berasal dari dalam maupun luar individu tersebut, sehingga membuat seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri miliknya (Sutarjo, 2005). Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Bandura (dalam Esterina, 2012) bahwa pada saat seseorang

sedang menghadapi kesulitan, maka individu tersebut memiliki keraguan akan kemampuan yang dimilikinya, sehingga mengurangi usahanya dan memilih untuk menghindari dari rintangan serta pengalaman yang sulit atau menyakitkan.

Berdasarkan hasil uji deskriptif didapatkan bahwa pada variabel kecemasan terdapat sebanyak 100 subjek yang memiliki skor sedang sampai sangat tinggi dengan hasil skor kategorisasi berada pada tingkat kecemasan tinggi, sedangkan kategorisasi terhadap variabel prokrastinasi membuktikan bahwa sebanyak 101 subjek yang memiliki skor sedang sampai sangat tinggi dengan hasil skor kategorisasi berada pada tingkat prokrastinasi sedang.

Salah satu hal yang kerap kali dilakukan oleh seseorang ketika merasa cemas adalah dengan melakukan penundaan atau prokrastinasi, kecemasan juga membuat seseorang sulit untuk fokus sehingga dapat menyebabkan buruknya manajemen waktu pada diri seseorang tersebut (Esterina, 2012). Rumiani (2006) mengatakan bahwa timbulnya kecemasan pada mahasiswa karena mereka menyadari bahwa harus segera menyelesaikan skripsi miliknya, sama halnya ketika mereka melihat teman satu angkatan yang lulus tepat waktu hal tersebut dapat menimbulkan kecemasan yang sama.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa semakin rendah tingkat manajemen waktu dalam diri mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, semakin tinggi tingkat prokrastinasi skripsi yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman dan semakin tinggi tingkat kecemasan dalam diri mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, semakin tinggi tingkat prokrastinasi skripsi yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman.

Penelitian ini juga tidak terlepas dari adanya keterbatasan penelitian. Adapun keterbatasan yang dimiliki adalah sehubungan dengan pengumpulan data yang dilakukan terhadap mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015, karena untuk penyebaran dan pengisian data pada mahasiswa tahun angkatan tersebut cukup sulit didapatkan dan selama masa pandemi Covid-19 maka pengambilan data kuesioner tidak dapat dilakukan secara langsung di kampus, sehingga harus melalui Google Form, dan kebanyakan mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015 tidak ingin mengisi kuesioner karena banyaknya aitem pernyataan sehingga peneliti membutuhkan waktu yang lama hingga data dan jumlah responden yang terkumpul memenuhi syarat penelitian.

Peneliti juga tidak menyebutkan jumlah mahasiswa di setiap program studi yang berada pada tahun angkatan 2014 dan 2015 yang belum lulus pada pembahasan awal. Peneliti juga tidak melakukan screening ulang variabel kecemasan (X_2) terhadap 120 responden dan tidak adanya alat ukur kecemasan untuk mengukur tingkat kecemasan sehingga persyaratan kecemasan pada kriteria pengambilan sampel tidak terpenuhi, dan adanya data yang tidak normal juga menjadi salah satu keterbatasan dalam penelitian ini.

Beberapa penyebab terjadinya ketidaknormalan data dalam penelitian ini adalah karena adanya data outlier pada hasil uji normalitas yaitu terdapat distribusi data cenderung ke kiri dan kanan. Adanya data yang tidak linear dikarenakan data yang telah tercemar, sehingga menyebabkan nilai deviation from linearity yang dihasilkan $p < 0.05$. Terjadinya gejala heteroskedastitas pada hasil uji heteroskedastitas variabel manajemen waktu terhadap prokrastinasi, yang disebabkan karena nilai probabilitas signifikan yang didapatkan kurang dari 5% atau 0.05 ($p = 0.013 < 0.05$).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara manajemen waktu terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman.
2. Terdapat hubungan antara kecenderungan kecemasan terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman.

DAFTAR PUSTAKA

- Fahruliana, R. (2011). Pengaruh pemberian terapi humor terhadap penurunan tingkat kecemasan pada narapidana menjelang masa pembebasan di lembaga Calyptra. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Malang.
- Faruqi, A. (2013). Hubungan kecemasan dengan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Ferrari, J. R. (2000). *Procrastination as a Self-handicap for men and women: a task-avoidance strategy in a laboratory setting*. Journal of research in Personality. 3(4), 127-143.
- Gasim, G. (2016). Hubungan kemampuan manajemen waktu dengan kebiasaan prokrastinasi penulisan skripsi mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta angkatan 2011 dan 2012. *Jurnal Universitas Sanata Dharma*. 1(1), 1-9.
- Ghufron, M. N. (2010). Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua dengan prokrastinasi akademik. Jogjakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Handayanti, R. A. (2016). Hubungan manajemen waktu dengan prestasi belajar mahasiswa program studi D IV Bidan Pendidik semester III di STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta. Naskah Publikasi. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Husnia, D. (2015). Hubungan prokrastiansi akademik terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa psikologi angkatan 2011 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Malang.
- Irawati, D. (2015). Hubungan antara kesadaran diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Semarang*. 1(2), 2-14.
- Jumura. (2017). Kemampuan mengelola waktu mahasiswa prodi pendidikan fisika Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar yang bekerja pruh waktu. Skripsi. Universitas Islam Negeri Alauddin, Makassar.
- Kartadinata, I. & Tjundjing, S. (2008). I love you tomorrow: prokrastinasi akademik dan manajemen waktu. *Anima: Indonesian Psychological Journal*. 23(2), 109-119.
- Knauss, W. (2010). *The procrastination workbook*. New York: Harbinger Publications, Inc.
- Periantalo, J. (2016). Penelitian kuantitatif untuk psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Purwanto, S. (2008). *Pocket mentor manajemen waktu*. Jakarta: Esensi Erlangga Group.
- Pusnawanti. (2014). Upaya mereduksi prokrastinasi akademik melalui konseling kelompok dengan pendekatan behavioristik pada siswa SMK. *Psikopedagogia*. 3(1), 11-19.
- Rohmad, S. (2015). *Pengantar statistika panduan praktis bagi pengajar dan mahasiswa*. Yogyakarta: Kalimedia.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan

- stres mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*. 3(2), 37-44.
- Rusyadi, S. H. (2012). *Hubungan antara manajemen waktu dengan prestasi belajar pada mahasiswa*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a metaanalytic and theoretical review of the quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*. 133(1), 65-94.
- Stuart, G. W. (2006). *Buku saku keperawatan jiwa*. Alih Bahasa: Ramona P. Kapoh & Egi Komara Yudha. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan RD*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sutardjo, W. (2005). *Pengantar psikologi abnormal*. Bandung: Refika Aditama