

Pengaruh *Grit* Terhadap Prokastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung

**Sovi Septania, Meilia Ishar, Sulastri
Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Lampung
sovi.septania@gmail.com**

ABSTRACT

One of the biggest challenges for students nowadays is how they are able to complete the *skripsi* or final project on time with a good cumulative GPA. Data shows that more than 50% of students of the Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Lampung graduated with a study period of over 4 years. An indication of academic delay is a study period of 5 years or more and leads to what is called academic procrastination (Solomon & Rothblum, 1984). Students need a positive behavior and a strong desire to achieve long-term goals known as *grit*. The existence of a positive *grit* character that has a consistent aspect of interest and perseverance in effort (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007) is theoretically considered capable of producing a strong work force against the challenges faced, maintaining business and interest year after year despite failure, misfortune and obstacles in the process. The purpose of this study is to empirically examine the effect of *grit* on academic procrastination of psychology students at Muhammadiyah University of Lampung. The research method used is quantitative with number of subjects involved in the study were 62 students with a minimum study period of 1 year. Data were analyzed with regression test using SPSS 24. The results of the study showed that *grit* significantly affected the student academical procrastination by 29.3%.

Keywords: *Grit*, Academic Procastination.

ABSTRAK

Salah satu tantangan terbesar mahasiswa saat ini adalah bagaimana mereka mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi tepat waktu dengan nilai Indeks prestasi kumulatif (IPK) yang baik. Data menunjukkan bahwa lebih dari 50% mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung lulus dengan masa studi diatas 4 tahun. Indikasi penundaan akademik adalah masa studi 5 tahun atau lebih dan mengarah pada apa yang disebut sebagai prokastinasi akademik (Solomon & Rothblum, 1984). Mahasiswa memerlukan suatu perilaku yang positif dan keinginan yang kuat untuk mencapai tujuan jangka panjang yang dikenal dengan *grit*. Adanya karakter positif *grit* yang memiliki aspek konsisten terhadap ketertarikan dan ketekunan dalam berusaha (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007) secara teoritis dianggap mampu menghasilkan daya kerja yang kuat terhadap tantangan yang dihadapi, mempertahankan usaha dan ketertarikan dari tahun ke tahun walaupun ada kegagalan, kemalangan dan hambatan dalam prosesnya. Tujuan penelitian ini untuk menguji secara empirik pengaruh *grit* terhadap prokastinasi akademik mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan jumlah subjek yang terlibat dalam penelitian sebanyak 62 mahasiswa dengan masa studi minimal 1 tahun. Data dianalisis dengan melakukan uji regresi dengan program SPSS 24. Hasil penelitian akhir menunjukkan bahwa *grit* secara signifikan berpengaruh terhadap prokastinasi mahasiswa sebesar 29.3%.

Kata kunci: *Grit*, Prokastinasi Akademik

PENGANTAR

Perkembangan dunia pendidikan tidak bisa dipungkiri semakin meningkat khususnya di level perguruan tinggi. Menurut data Kemenristekdikti pada tahun 2016 tercatat 2.424 sekolah tinggi, 1.107 akademik, 242 politeknik, 131 institut dan 541 universitas ada di Indonesia. Di tahun yang sama, melansir data dari PDDIKTI menyebutkan bahwa terdapat 370 Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan 4.043 Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Indonesia. Fakta ini menunjukkan banyaknya jumlah perguruan tinggi, khususnya perguruan tinggi swasta, menuntut semakin ditingkatkannya kualitas pendidikan agar mampu bersaing ditengah meningkatnya kompetisi di lingkungan pendidikan itu sendiri. Salah satu cara meningkatkan kompetisi adalah dengan menyediakan sistem pendidikan yang mampu menghasilkan lulusan dengan kemampuan yang terbaik dan berdaya saing tinggi.

Mahasiswa yang termasuk dalam generasi milenial tentu saja memiliki beberapa pertimbangan utama dalam menentukan pilihan perguruan tinggi yang akan dipilih. Salah satu fakta generasi milenial adalah bagaimana mereka sangat mementingkan pendidikan, tidak hanya berhenti di gelas sarjana saja, tetapi sampai ke level doktoral. Disinilah tantangan kembali muncul bagi perguruan tinggi swasta agar mampu memberikan keunggulan tersendiri sehingga menarik minat para calon mahasiswa, salah satunya dengan menciptakan sistem pendidikan yang terbaik dan menghasilkan lulusan berdaya saing tinggi.

Universitas Muhammadiyah Lampung (UML) sebagai salah universitas swasta di Lampung tentu saja mengalami tantangan yang sama di antara universitas swasta lainnya. Di tahun 2018, tercatat 60 perguruan tinggi swasta di Lampung yang terdiri dari 8 Universitas, 31 sekolah tinggi, 3 politeknik, 17 akademik dan 1 institut (wikipedia, 2018). Melihat fakta ini maka UML diharuskan memiliki strategi yang efektif agar mampu bertahan dalam tingginya kompetisi antar perguruan tinggi swasta (PTS), baik dalam memberikan sistem pendidikan yang unggul serta menghasilkan lulusan yang memiliki kemampuan terbaik.

Salah satu fenomena yang terjadi saat ini, khususnya di lingkungan UML adalah lamanya waktu yang dibutuhkan mahasiswa dalam proses menyelesaikan tugas akhir skripsi yang menyebabkan

masa studi menjadi lebih dari 4 tahun. Hal ini tidak hanya merugikan mahasiswa itu sendiri karena memiliki masa studi yang lebih lama dari seharusnya, tetapi juga berdampak pada akreditasi universitas. Salah satu sebab yang paling memungkinkan adalah adanya perilaku prokastinasi yang dimiliki oleh mahasiswa. Pemanfaatan waktu yang tidak efektif dan ketidakdisiplinan tampaknya disinyalir oleh Godfrey (1991) yang mengemukakan bahwa program studi yang semestinya dapat diselesaikan dalam waktu 4 tahun, terpaksa diperpanjang menjadi 7-10 tahun. Solomon & Rothblum (1984) mengungkapkan bahwa indikasi penundaan akademik adalah masa studi 5 tahun atau lebih. Indikasi yang disebutkan mengarah pada apa yang disebut sebagai prokastinasi akademik.

Prokastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai, melaksanakan dan mengakhiri suatu aktivitas. Prokastinasi akademik adalah prokastinasi yang terjadi di lingkungan akademik. Ellis & Knaus (1977) menemukan bahwa hampir 70% mahasiswa melakukan prokastinasi dalam makna luas. Ferrari (dalam Ghufroon & Rinawati, 2014) menyatakan bahwa perilaku prokastinasi akademik dapat termanifestasi dengan ciri-ciri antara lain penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Ketika mahasiswa memiliki waktu studi yang terlampaui lama, secara tidak langsung akan mempengaruhi nilai daya saing mahasiswa. Mayoritas lingkungan eksternal akan menjadikan waktu studi sebagai salah satu indikator keberdayasaingan mahasiswa, terutama saat mereka mulai mencari pekerjaan. Kemampuan yang baik akan menghasilkan mahasiswa dengan daya saing yang tinggi. Pascale et al (dalam Rumiani, 2006) mengatakan bahwa daya saing yang dimiliki seseorang tergantung pada perilaku yang berorientasi pada kesempatan, tidak statis dan tidak membuang waktu dengan percuma. Merujuk pada kondisi ini, maka dibutuhkan analisis lebih mendalam mengenai kemampuan apa yang dapat mempengaruhi perilaku prokastinasi akademik mahasiswa.

William James pada tahun 1906 (dalam Froh, 2004), menyatakan bahwa kemampuan untuk memiliki kesuksesan dalam bekerja mempertanyakan bagaimana individu mampu menggunakan

seluruh potensi dalam kapasitas yang optimal sedangkan individu lain tidak. Untuk menjawab pertanyaan ini, terdapat dua pertanyaan besar yaitu apa saja kemampuan yang dimiliki manusia, dan bagaimana cara mengoptimalkan kemampuan ini.

Seligman dan Csikszentmihalyi (2000) mengangkat psikologi positif sebagai sebuah studi tentang bagaimana manusia menjadi sejahtera di dalam menghadapi tantangan. Terdapat tiga pilar utama dalam psikologi positif yang dikemukakan oleh Seligman dan Csikszentmihalyi (2000), yaitu pilar 1 yang merupakan pengalaman subjektif yang positif untuk mencapai tujuan pribadi (*positive experience*), pilar 2 merupakan sifat / karakter positif (*positive traits*) dan pilar 3 yaitu agar individu mampu berkembang dengan pesat dan unggul, maka harus dikembangkan budaya yang sehat (*positive institution*).

Penjelasan di atas menguatkan bahwa kesuksesan seseorang dalam menghadapi tantangan dipengaruhi oleh ada tidaknya karakter positif dalam diri seseorang. Salah satu karakter positif yang dimaksud adalah *grit*. *Grit* secara umum didefinisikan sebagai ketekunan dan keinginan besar untuk mencapai tujuan jangka panjang dalam waktu yang lama (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007). Sesuai dengan definisi tersebut, aspek dari *grit* terdiri dari konsisten terhadap ketertarikan dan ketekunan dalam berusaha. *Grit* akan memunculkan daya kerja yang kuat terhadap tantangan yang dihadapi, mempertahankan usaha dan ketertarikan dari tahun ke tahun walaupun ada kegagalan, kemalangan dan hambatan dalam prosesnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Eskreis-Winkler, Shulman, Beal dan Duckworth (2014) membuktikan secara empirik bahwa *grit* mampu memprediksi *turnover* bahkan melebihi prediktor lainnya. Penelitian yang dilakukan pada empat konteks yang berbeda memberikan hasil yang positif, seperti prajurit yang memiliki level *grit* yang lebih tinggi akan lebih mampu menyelesaikan pelatihan *army special operations forces* (ARSOF), karyawan penjualan dengan level *grit* yang lebih tinggi akan lebih mampu bertahan dalam pekerjaan saat ini, pelajar dengan level *grit* yang lebih tinggi akan lebih mampu lulus sekolah dengan lebih baik dan laki-laki dengan level *grit* yang lebih tinggi akan lebih mampu bertahan dalam sebuah pernikahan.

Duckworth, dkk. (2007) memberikan penjelasan awal bahwa *grit* terkadang saling tumpang tindih dengan aspek kesuksesan yang didasarkan pada ketekunan seseorang dalam mencapai tujuan, tetapi berbeda dalam hal stamina jangka panjang dibandingkan intensitas jangka pendek. Individu dengan *grit* yang baik tidak hanya menyelesaikan pekerjaan saat ini saja tetapi berusaha mencapai tujuan lebih besar dalam jangka waktu yang lama, serta adanya kontrol diri dalam menjaga konsistensi tujuan dan minat. Penelitian yang dilakukan oleh Eskreis-Winkler, dkk. (2014), *grit* menunjukkan stamina yang ekstrem dalam hal ketertarikan tertentu dan menerapkan usaha terhadap ketertarikan tersebut. *Grit* tidak hanya mengenai bekerja dengan keras terhadap suatu tugas tertentu, tetapi lebih pada bekerja secara tekun terhadap suatu tujuan yang lebih tinggi dalam waktu yang relatif lebih lama.

Duckworth, Kirby, Tsukayama, Berstein dan Ericson (2011) menguji secara empirik bahwa peserta dengan *grit* yang lebih tinggi pada kompetisi *national spelling bee* akan memiliki jumlah jam kumulatif latihan yang lebih banyak dan pada akhirnya mampu mendukung sepenuhnya terhadap peringkat akhir kompetisi. Vallerand, Houliort dan Forest (2014) melakukan penelitian terkait identifikasikan beberapa hal yang mampu menjadi prediktor proses latihan yang lebih baik dan dilakukan dengan sengaja yang mampu berdampak pada prestasi, dan didalamnya termasuk *grit*. Ericson dan Charness (dalam Duckworth & Gross, 2014) mendukung hal ini dengan menyatakan banyak penelitian membuktikan kebanyakan ahli di bermacam-macam area melakukan latihan ekstrem dengan sengaja selama berjam-jam sebagai prasyarat dari tercapainya keahlian kelas dunia.

Sesuai dengan konsep psikologi positif dimana *positive traits* menjadi salah satu pilar penting tercapainya optimalisasi manusia, maka kemampuan *grit* secara teoritis dimungkinkan berpengaruh terhadap perilaku prokastinasi akademik mahasiswa. Dimana *grit* sebagai kemampuan positif akan berinteraksi terhadap pola prokastinasi akademik mahasiswa.

Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu menambah informasi mengenai *grit* dan prokastinasi akademik khususnya pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung, serta mampu memperkuat teori dalam bidang psikologi khususnya psikologi pendidikan

terapan, dan mampu memperkuat penelitian-penelitian sebelumnya mengenai *grit* dan prokastinasi akademik.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah suatu kerangka dalam proses pelaksanaan penelitian yang di dalamnya terdapat metode-metode khusus dalam penelitian tersebut (Darmadi, 2014). Penelitian ini akan menggunakan metode kuantitatif melalui penelitian survei yang memaparkan secara kuantitatif kecenderungan, sikap, atau opini dari suatu populasi tertentu dengan meneliti satu sampel dari populasi tersebut (Darmadi, 2014). Dalam penelitian ini akan digunakan skala sebagai alat pengumpul data yang merupakan suatu alat ukur atribut non-kognitif (Azwar, 2013). Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Variabel penelitian yang akan diukur, akan dijabarkan ke dalam indikator perilaku dan digunakan sebagai dasar penyusunan aitem instrumen yang berupa pernyataan atau pertanyaan (Darmadi, 2014).

Variabel Penelitian

Berdasarkan landasan teori yang ada serta rumusan masalah, maka variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *grit* dan prokastinasi akademik sebagai variabel bebas, dan prestasi akademik sebagai variabel terikat.

Secara konseptual, *grit* adalah ketekunan dan keinginan besar untuk mencapai tujuan jangka panjang dalam waktu yang lama (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007). Sedangkan prokastinasi akademik didefinisikan oleh Ferrari (dalam Ghufroon & Rinawati, 2014) menyatakan bahwa perilaku prokastinasi akademik termanifestasi dengan ciri-ciri antara lain penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung (UML). Penelitian telah dilakukan selama kurang lebih 3 bulan (Juli – September) tahun 2018. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik penarikan sampel yang dilakukan dengan cara penarikan sampel dengan menetapkan kriteria spesifik dan disesuaikan dengan tujuan penelitian (Darmadi, 2014). Kriteria subjek adalah mahasiswa yang telah melakukan studi perkuliahan minimal 1 tahun. Mahasiswa yang sudah mengalami masa kuliah minimal 1 tahun dianggap sudah mampu memberikan respon terhadap kuesioner berdasarkan pengalaman kuliah selama ini. Jumlah sampel diperkirakan 62 subjek yang merupakan mahasiswa aktif semester 3, 5 dan 7. Prosedur pengambilan data dilakukan langsung oleh peneliti untuk mengantisipasi pertanyaan-pertanyaan yang muncul saat proses pengisian skala dilakukan.

Instrumen Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 2 instrumen penelitian yaitu skala *grit* dan skala prokstinasi akademik. Skala *grit* yang digunakan disusun oleh Duckworth, Peterson, Matthews dan Kelly (2007). Skala ini menggunakan dua aspek utama yaitu konsisten terhadap ketertarikan dan ketekunan dalam berusaha. Skala ini sebelumnya pernah digunakan dalam penelitian Septania (2015) dengan validitas berdasarkan *Corrected Item-Total Correlation* 0.310 – 0.631 dan hasil uji reliabilitas sebesar 0.792. Skala yang kedua adalah skala prokstinasi akademik yang diadaptasi dari Skala Prokstinasi Akademik diadaptasi dari teori Ferrari (dalam Ghufon & Rinawati, 2014) yang terdiri dari 18 aitem dengan *Corrected Item-Total Correlation* 0.310 – 0.630 dan hasil uji reliabilitas sebesar 0.813.

Skala yang digunakan merupakan skala *likert* yang memiliki empat jenis pilihan jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Pemberian skor akan dilakukan berdasarkan sifat pernyataan.

Tabel 1.
Deskripsi Subjek Penelitian

Aspek	Keterangan	Jumlah	Prosentase
Jenis Kelamin	Pria	21	33,87%
	Wanita	41	66,13%
Semester	Semester 3	25	40,32%
	Semester 5	27	43,55%
	Semester 7	10	16,13%
Total		62	100%

HASIL

Dilakukan pengukuran *mean*, *standard deviasi (SD)* dan skor minimal – maksimal yang diperoleh berdasarkan data hipotetik maupun empirik. Berdasarkan data empirik, pada variabel *grit* diperoleh skor minimum 35 dan maksimum 61 dengan nilai rata-rata 47.61. Sedangkan pada variabel prokastinasi akademik, skor minimum 45 dan skor maksimum 94 dengan nilai rata-rata sebesar 76.13.

Tabel 2.
Data Hipotetik dan Data Empirik

Variabel	N	Data Hipotetik				Data Empirik			
		Mean	Skor		SD	Mean	Skor		SD
			Min	Max			Min	Max	
<i>Grit</i>	62	24	16	64	8	47.61	35	61	5.21
Prokastinasi Akademik	62	48	32	128	16	76.13	45	94	8.73

Untuk melihat dengan lebih jelas rentang skor yang diperoleh, maka dibuat kategorisasi yang mampu membedakan antara skor yang sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah pada masing-masing variabel. Kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini digambarkan pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.
Kategorisasi Skor

Kategori	Norma
Sangat Rendah	$X \leq (M-1.5SD)$
Rendah	$X \leq (M-1.5SD) < X \leq (M-0.5SD)$
Sedang	$X \leq (M-0.5 SD) < X \leq (M + 0,5SD)$
Tinggi	$X \leq (M + 0,5 SD) < X \leq (M + 1,5SD)$
Sangat Tinggi	$X > (M+1,5SD)$

Untuk melihat perbedaan antar skor di masing-masing variabel dengan lebih jelas, maka dilakukan analisis berdasarkan kategorisasi yang telah ditetapkan. Hasil dari masing-masing variabel terdapat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.
Hasil Kategorisasi Skor *Grit*

Kategorisasi Hipotetik				Kategorisasi Empirik			
Kategori	Rentang Nilai	Jumlah	%	Kategori	Rentang Nilai	Jumlah	%
Sangat Rendah	$X \leq 12$	0	0%	Sangat Rendah	$X \leq 40$	4	6.5%
Rendah	$12 < X \leq 20$	0	0 %	Rendah	$40 < X \leq 45$	17	27.4%
Sedang	$20 < X \leq 28$	0	0 %	Sedang	$45 < X \leq 50$	24	38.7%
Tinggi	$28 < X \leq 36$	1	1.6%	Tinggi	$50 < X \leq 55$	14	22.6%
Sangat Tinggi	$X > 36$	60	98.4%	Sangat Tinggi	$X > 55$	3	4.8%

Hasil diatas menunjukkan bahwa mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung secara empirik memiliki tingkat *grit* terbanyak di level sedang yaitu sebanyak 38.7%. Sedangkan di level bawah (rendah dan sangat rendah) sebanyak 33.9% dan level atas (tinggi dan sangat tinggi) sebanyak 27.4%.

Tabel 5.
Hasil Kategorisasi Skor Prokastinasi Akademik

Kategorisasi Hipotetik				Kategorisasi Empirik			
Kategori	Rentang Nilai	Jum.	%	Kategori	Rentang Nilai	Jum.	%
Sangat Rendah	$X \leq 24$	0	0%	Sangat Rendah	$X \leq 63$	3	6.5%
Rendah	$24 < X \leq 40$	0	0%	Rendah	$63 < X \leq 72$	17	27.4%
Sedang	$40 < X \leq 56$	2	3.2%	Sedang	$72 < X \leq 81$	28	45.2%
Tinggi	$56 < X \leq 80$	42	67.7 %	Tinggi	$81 < X \leq 89$	10	16.1%
Sangat Tinggi	$X > 80$	18	29.1 %	Sangat Tinggi	$X > 89$	4	4.8%

Pada hasil kategorisasi prokastinasi akademik, menunjukkan bahwa mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung secara empirik memiliki tingkat prokastinasi akademik terbanyak di level sedang yaitu sebanyak 45.2%, pada level bawah (rendah dan sangat rendah) sebanyak 33.9% dan level atas (tinggi dan sangat tinggi) sebanyak 20.9%.

Hasil uji normalitas dengan menggunakan *one-sample Kolmogorov-Smirnov Test* memberikan hasil absolute pada variabel independen sebesar 0.102 dan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0.538 (>0.05) dan hasil absolute pada variabel dependen sebesar 0.112 dan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0.421 (>0.05) maka disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Hasil uji homogenitas menunjukkan hasil *Kaiser-Meyer-Olkin* (KMO) sebesar 0.500 dan tes *Bartlett* sebesar 20.592 dengan nilai signifikansi 0.000 ($P<0.01$).

Analisis dilakukan dengan menggunakan program SPSS melalui uji korelasi variabel independen *grit* terhadap prokastinasi akademik. Hasil *pearson-correlation grit* terhadap prokastinasi akademik menunjukkan hasil -0.541 dan taraf signifikansi 0.000 ($P<0.01$). Hasil ini menunjukkan bahwa *grit* berkorelasi secara signifikan terhadap prokastinasi akademik. Tanda negatif menggambarkan hubungan yang berlawanan yang berarti semakin tinggi *grit* maka semakin rendah prokastinasi akademik mahasiswa.

Hasilnya uji regresi berganda menunjukkan bahwa secara signifikan *grit* berpengaruh terhadap prokastinasi mahasiswa dengan taraf signifikansi 1% ($p<0.01$) dan besar sumbangan *grit* terhadap prokastinasi akademik dalam R^2 sebesar 29.3%. Nilai F sebesar 24.811 ($F_{hitung}>F_{tabel}$) dan nilai t hitung sebesar 12.286 ($t_{hitung}>t_{tabel}$) dengan nilai $P=0.0000$ ($P<0.01$) sehingga variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen.

Berdasarkan hasil ini, maka hipotesis awal penelitian yang menyatakan bahwa *grit* berpengaruh secara signifikan terhadap prokastinasi akademik mahasiswa fakultas psikologi UML terbukti dengan besarnya sumbangsih sebesar 29.3%.

DISKUSI

Berdasarkan hasil kategorisasi skor *grit*, maka ditemukan data bahwa mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung memiliki perilaku *grit* terbesar di level bawah (rendah dan sangat rendah) hanya sebesar 33.9% subjek dan yang memiliki *grit* di level tinggi dan sangat tinggi hanya sebesar 27.4% subjek. Sedangkan melihat data skor prokastinasi akademik, dihasilkan data mahasiswa dengan perilaku prokastinasi akademik terbesar di level bawah (rendah dan sangat rendah) sebesar 33.9%, dan 20.9% subjek memiliki perilaku prokastinasi level atas (tinggi dan sangat tinggi). Hasil ini menunjukkan indikasi awal, bahwa mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung belum memiliki tingkat *grit* yang memadai, dan masih memiliki perilaku prokastinasi akademik yang cukup tinggi. Melihat data ini, maka universitas mampu mendapatkan gambaran bahwa mahasiswa fakultas Psikologi UML masih memiliki perilaku prokastinasi akademik sehingga dibutuhkan langkah-langkah preventif agar mahasiswa tidak memiliki prokastinasi yang lebih tinggi, dan salah satunya dengan meningkatkan karakter *grit* dalam diri mahasiswa.

Pengujian empirik menunjukkan bahwa secara signifikan *grit* memiliki pengaruh yang signifikan ($p < 0.01$) terhadap prokastinasi mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung dengan sumbangan efektif R^2 sebesar 0.293 (29.3%).

Hasil ini mendukung penjelasan yang secara teoritis menyatakan bahwa *grit* secara umum didefinisikan sebagai ketekunan dan keinginan besar untuk mencapai tujuan jangka panjang dalam waktu yang lama (Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007). *Grit* akan memunculkan daya kerja yang kuat terhadap tantangan yang dihadapi, mempertahankan usaha dan ketertarikan dari tahun ke tahun walaupun ada kegagalan, kemalangan dan hambatan dalam prosesnya. Ketika karakter *grit* dalam diri mahasiswa semakin tinggi, maka akan semakin menurunkan tingkat prokastinasi akademik mahasiswa. Karakter *grit* sebagai karakter positif akan memberikan dampak yang signifikan terhadap perilaku negatif prokastinasi akademik mahasiswa.

KESIMPULAN & SARAN

Dilihat dari besarnya sumbangan *grit* terhadap prokastinasi akademik mahasiswa fakultas Psikologi UML sebesar 29.3% mengindikasikan masih adanya faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokastinasi akademik mahasiswa. Burka & Yuen (2008) menyatakan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prokastinasi akademik dikelompokkan menjadi faktor internal (seperti takut gagal, takut sukses, takut kehilangan kontrol, takut terpisah dan takut keintiman) dan eksternal (seperti pemberontakan terhadap kontrol dari figur otoritas dan model kesuksesan dan kegagalan). Berdasarkan hal ini, maka karakter *grit* termasuk dalam faktor internal individu.

Penelitian ini dilakukan dengan beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah subjek penelitian berasal dari kelas reguler (A) sedangkan kelas non-reguler (B) belum dilibatkan dikarenakan kendala waktu penyebaran angket yang dilakukan di hari efektif kerja (senin-kamis) saja. Kedua, penelitian hanya menggunakan metode kuantitatif dengan skala dan belum disertai dengan metode kualitatif yang mampu memperkaya hasil penelitian. Dengan adanya faktor internal dan eksternal dari prokastinasi mahasiswa, maka hasil penelitian kuantitatif hanya merujuk pada faktor internal saja, yaitu ada tidaknya karakter *grit*. Ketiga, hasil penelitian belum dianalisis berdasarkan perbedaan gender sehingga belum diketahui apakah gender berperan terhadap perilaku prokastinasi akademik mahasiswa.

Penulis memberikan beberapa saran terkait penelitian selanjutnya, yaitu dengan melibatkan subjek penelitian yang lebih besar sehingga hasil penelitian memiliki tingkat representasi populasi yang lebih tinggi serta menggunakan metode penelitian campuran (*mixed-method*) secara sekuensial sehingga hasil penelitian menjadi lebih kaya dan mampu mengetahui faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap prokastinasi akademik mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi: Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Burka, J.B & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination*. Cambridge: Da Capo Press.
- Darmadi, H.D. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial*. Bandung: Alfabeta.
- Duckworth, A.L. & Gross, J.J. (2014). Self-control and grit: Related but separable determinants of success. *Journal of Psychological Science*, Vol. 23 (5), page 319-325. DOI. 10.1177/0963721414541462.
- Prosiding Seminar Nasional Psikologi
Universitas Muhammadiyah Lampung

- Duckworth, A.L., Kirby, T., Tsukayama, E., Berstein, H., & Ericson, K.A. (2011). Deliberate practice spells success: Why grittier competitors triumph at the national spelling bee. *Social Psychology & Personality Science*, Vol. 2, page 174-181.
- Duckworth, A.L., Peterson, C., Matthews, M.D., & Kelly, D.R. (2007). Grit: perseverance processes and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 9, No. 6, page 1087-1101. DOI. 10.1037/0022-3514.92.6.1087.
- Eskreis-Winkler, L., Shulman, E.P., Beal, S.A., & Duckworth, A.L. (2014). The grit effect: predicting retention in the military, the workplace, school, and marriage. *Journal of Personality Science and Individual Differences*, Vol. 5, Article 36, page 1-12. DOI. 10.3389/fpsyg.2014.00036.
- Ellis, A. & Knaus, W.J. (1977). *Overcoming Procastination*. New York: Institute for Rational Living.
- Froh, J.J. (2004). The history of positive psychology. *Journal of NYS Psychologist*. Vol. May-June, page 18-20.
- Ghufron, M.N. & Rinawati, Rini. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Aruzz Media.
- Godfrey, M. (1991). *Education, Training & Employment: What Can Planners Do?*. Switzerland: ILO & ARTEP
- Rumiani. 2006. Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stress Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol. 3, No.2, Desember 2006, hal.37-48.
- Septania, Sovi. (2015). *Peran Kepemimpinan Otentik Terhadap Grit Yang Dimediasi oleh Keterpercayaan (Trustworthiness) Perusahaan*. Yogyakarta: Magister Psikologi Profesi Universitas Gadjah Mada (tidak diterbitkan).
- Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: an introduction. *Journal of American Psychologist*, Vol. 55 (1), page 5-14, DOI. 10.1037//0003-066X.55.1.5.
- Solomon, L.J. & Rothblum, E.D. (1984). Academic Procastination: Frequency and Cognitive Behavior Correllation. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 31, page 304-510.
- Vallerand, R.J., Houliort, N., & Forest, J. (2014). *Passion for Work: Determinants and Outcomes*. Oxford Handbook of work engagement, motivation, and self-determination theory. New York: Oxford University Press.