

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Mahasiswa

1. Definisi Mahasiswa

Secara etimologis, mahasiswa berasal dari kata “maha” besar dan “siswa” (murid). Jadi mahasiswa ialah murid besar. Murid besar, diandaikan berbeda kelakuan dan perlakuan terhadapnya dibandingkan dengan murid biasa. Perbedaan yang paling mencolok ialah sikap mental (*attitude*), perilaku, serta aspek kemandirian (Ganda, 2004).

Mahasiswa adalah manusia muda yang mulai mengarungi ilmu pengetahuan serta menalar masalah-masalah sosial (Tilaar, 1998). Mahasiswa adalah sekumpulan pelajar yang menyelesaikan pendidikan disekolah menengah (umum atau kejuruan), mendaftar dan diterima oleh Perguruan Tinggi (Sarwono dalam Suci, 2012). Daldiyono (2009) menjelaskan bahwa mahasiswa adalah seorang yang sudah lulus dari sekolah lanjutan tingkat atas (SLTA) dan sedang menempuh pendidikan tinggi.

Beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa merupakan sekumpulan pelajar yang sudah lulus dari SLTA yang mulai mengarungi ilmu pengetahuan di Perguruan Tinggi.

2. Tujuan Mahasiswa

Menurut Ganda, (2004) tujuan mahasiswa adalah untuk mencapai dan meraih taraf keilmuan yang matang, artinya ia ingin menjadi sarjana yang sujana, yang menguasai suatu ilmu serta memahami wawasan ilmiah yang luas sehingga mampu bersikap dan bertindak ilmiah dalam segala hal yang berkaitan dengan keilmuannya untuk diabdikan kepada masyarakatnya dan umat manusia. Mahasiswa harus mempunyai tujuan dan memahami benar tujuan itu. Mahasiswa yang tidak memiliki tujuan pada hakikatnya hanyalah sekedar robot atau tidak ada bedanya dengan perahu yang hanyut terapung tidak karuan.

3. Fase Perkembangan Mahasiswa

Perkembangan mahasiswa termasuk dalam perkembangan dewasa awal. Istilah *adult* atau dewasa berasal dari kata kerja latin yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Oleh karena itu orang dewasa adalah seseorang yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukannya di dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya (Hurlock, 1980). Dewasa awal adalah masa peralihan dari masa remaja. Saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan produktif.

Dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun sampai kira-kira usia 40 tahun. Secara umum, mereka yang tergolong dewasa awal ialah mereka yang berusia 20-40 tahun (Hurlock,1980). Masa dewasa biasanya dibagi berdasarkan periode yang menunjukkan pada perubahan-perubahan bersama dengan masalah-masalah

penyesuaian diri dan tekanan-tekanan berdaya serta harapan-harapan yang timbul akibat perubahan tersebut.

Perubahan-perubahan dalam penampilan, minat, sikap dan perilaku, yang karna tekanan-tekanan lingkungan tertentu dalam kebudayaan masalah yang dihadapi setiap orang dewasa, usia yang tepat dalam perubahan itu terjadi adalah produk dari kepribadian gaya hidup dan sub-budaya total seorang individu (Hurlock, 1980). Masa dewasa awal adalah masa untuk bekerja dan menjalin hubungan dengan lawan jenis, terkadang menyisakan sedikit waktu untuk hal lainnya. Eksperimen dan eksplorasi dalam perkembangan individu yaitu mengeksplorasi jalur karir yang diambil, ingin menjadi individu yang seperti apa, gaya hidup yang seperti apa yang mereka inginkan (Santrock, 2013).

4. Karakteristik Mahasiswa

Menurut Hurlock, (1993) karakteristik mahasiswa terbagi menurut tugas perkembangannya ada empat aspek, antara lain:

- 1) Aspek Kognitif
 - a. Pandangan yang lebih realistis tentang diri sendiri dan lingkungan hidupnya.
 - b. Kemampuan untuk menghadapi segala permasalahan secara lebih matang
 - c. Pemikiran operasional formal dan berfikir abstrak
 - d. Banyaknya skema pengalaman yang telah dikembangkan
 - e. Kritis dan menganalisa permasalahan yang ditemui

f. Penalaran logis dan kreatif terhadap permasalahan

2) Aspek Sosial

- a. Memiliki kepuasan dalam studi akademik
- b. Kecakapan diri mempengaruhi individu lain
- c. Penghargaan dari teman sebaya
- d. Mengembangkan hubungan sosial antar sesama yang seimbang bukan hanya berkuliah
- e. Patuh dan takut hukuman
- f. Cepat beradaptasi
- g. Berkelompok dengan mencapai tujuan yang jelas
- h. Menaruh minat pada lawan jenis
- i. Mampu mengelolah rumah tangga
- j. Menerima tugas dan tanggung jawab sebagai warga Negara
- k. Berpusat pada keyakinan dan harapan masyarakat

3) Aspek Kepribadian

- a. Memiliki harga diri tinggi
- b. Stabilitas dalam kepribadian mulai meningkat
- c. Mampu mempertahankan sikap
- d. Mandiri secara emosional

4) Aspek Religiusitas dan Moral

- a. Membandingkan keyakinan dan skema agama yang dimiliki dengan skema kelompok

- b. Keyakinan akan agama moral terpusat pada kebenaran dan sedikit pada kesalahan
- c. Pandangan agama yang abstrak dan kurang konkret.
- d. Mempunyai pandangan spiritual terhadap moral manusia.

B. Prokrastinasi Akademik

1. Definisi Prokrastinasi

Prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran *crastinus* yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda” sampai hari berikutnya (Ghufron & Rini, 2014).

Menurut Solomon dan Rothblum (1984) prokrastinasi merupakan kecenderungan irasional untuk menunda tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan hingga memunculkan ketidaknyamanan pada diri individu. Menurut Joseph Ferrari prokrastinasi merupakan keputusan yang dibuat-buat ketika kita bertindak, kecenderungan yang berlawanan dengan dorongan hati dan bertindak tanpa pertimbangan yang matang (dalam Andarini, 2013).

Prawitasari, (2012) penundaan sering kali dilihat sebagai masalah pribadi pelaku. Pelaku (si penunda) secara sadar ataupun tidak telah dilabel dan melabel diri sebagai pesakitan. Penundaan dapat dimaknai sebagai kecanduan ketika imbalan dan hukuman yang diterima akibat penundaan masih dinilai lebih positif

daripada tidak menunda. Menunda-nunda menjadi salah satu perilaku kronis (Ferrari, 1994).

Prokrastinasi dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas (Ghufron & Rini 2014).

Beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi sebagai suatu kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan yang mengakibatkan waktu yang banyak menjadi sia-sia, terbengkalai serta hasilnya tidak maksimal atau memusakan.

2. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Menurut Solomon & Rothblum (1984), prokrastinasi akademik merupakan penundaan terhadap tugas-tugas akademik yang meliputi enam bidang tugas akademik yaitu tugas menulis paper, belajar menghadapi ujian, membaca, menyelesaikan tugas-tugas administratif, menghadiri pertemuan, dan menyelesaikan tugas-tugas akademik secara umum.

Schouwenberg (dalam Andarini & Fatma, 2013) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik sebagai suatu perilaku penundaan dapat termanifestasi dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati. Prokrastinasi akademik merupakan suatu jenis penundaan yang dilakukan terhadap jenis tugas formal yang berkaitan dengan bidang akademik (Ferrari, 1994).

Prokrastinasi akademik merupakan kegagalan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademik berupa tindakan untuk menunda-nunda memulai tugas atau menyelesaikan tugas (dalam Handayani dan Suharnan, 2012).

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Prokrastinasi Akademik merupakan suatu penundaan formal yang berkaitan dengan bidang akademik yang dapat diamati seperti, tugas menulis, tugas membaca, tugas belajar untuk ujian, tugas dalam menghadiri pertemuan, tugas kinerja akademik dan memenuhi tugas administratif.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Menurut Janssen & Carton (dalam Ursia dkk, 2013) faktor yang mempengaruhi prokrastinasi sebagai berikut:

1. Rendahnya Kontrol diri (*self control*)
2. *Self consciousness*,
3. *Self esteem*
4. *Self efficacy*
5. Kecemasan sosial.

4. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferarri, dkk (dalam Ghufron & Rini, 2014) mengemukakan beberapa ciri-ciri prokrastinasi akademik yang dapat diukur dan diamati, sebagai berikut :

a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan. Akan tetapi seseorang menunda-nunda untuk memulai mengerjakan untuk menyelesaikan sampai tuntas.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Selain itu juga melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan batas waktu yang dimilikinya. Kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual

Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ditentukannya sendiri.

d. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Seorang prokrastinator menggunakan waktunya yang dimiliki untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan seperti, membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dimilikinya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek prokrastinasi akademik yaitu: (a) tugas yang dihadapi harus diselesaikan, (b) keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, (c) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja (d) actual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

5. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik

Solomon & Rothblum (dalam Ghufron dan Rini, 2014) menyebutkan ada enam area akademik untuk melihat jenis-jenis tugas yang sering ditunda-tunda yaitu:

a. Tugas Mengarang

Tugas mengarang meliputi penundaan melaksanakan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, laporan atau tugas mengarang lainnya.

b. Tugas Belajar Menghadapi Ujian

Tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester, akhir semester, dan ulangan mingguan.

c. Tugas Membaca

Tugas membaca, mencakup penundaan untuk membaca buku referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.

d. Tugas Administratif

Tugas administratif, seperti menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presentasi kehadiran, daftar peserta praktikum, dan sebagainya.

e. Menghadiri pertemuan

Menghadiri pertemuan, yaitu penundaan maupun keterlambatan dalam menghadiri pelajaran, praktikum dan pertemuan-pertemuan lainnya.

f. Kinerja Akademik

Kinerja akademik secara keseluruhan yaitu menunda untuk mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis prokrastinasi meliputi (a) tugas mengarang (b) tugas belajar menghadapi ujian (c) tugas membaca (d) tugas administratif (e) menghadiri pertemuan (f) kinerja akademik.

C. Kontrol Diri

1. Definisi Kontrol Diri

Menurut Ghufroon & Rini (2014), kontrol diri merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi. Menurut Steel (dalam Nurhayati, 2015) kontrol diri merupakan pengendalian diri individu terhadap waktu tunda penerimaan.

Menurut Baumeister (dalam Kuhnle dkk, 2011) kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengubah sesuatu termasuk pikiran, perasaan dan

tindakan. Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya (Hurlock, 1993).

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan pengendalian tingkah laku serta dorongan dorongan yang ada dalam dirinya baik pikiran, perasaan maupun tindakan.

2. Aspek-aspek kontrol diri

Menurut Tangney dkk, (dalam Ursia dkk, 2013) mengemukakan aspek-aspek kontrol diri sebagai berikut:

1. Self discipline

Mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal ini berarti individu mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas. Individu dengan *self discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal yang dapat mengganggu konsentrasinya.

2. Deliberate/nonimpulsif

Kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa.

3. Healthy habits

Kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu. Oleh karena itu, individu dengan *healthy habits* akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan.

4. *Work ethic*

Berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka di dalam layanan etika kerja. Individu mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik tanpa dipengaruhi oleh hal-hal di luar tugasnya meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan. Individu dengan *work ethic* mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan.

5. *Reliability*

Dimensi yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya untuk mewujudkan setiap perencanaannya.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kontrol diri meliputi (a) self discipline, (b) Deliberate/nonimpulsif, (c) Work ethic, (d) Reliability.

3. Jenis-jenis Kontrol Diri

Menurut Averill (dalam Ghufroon & Rini, 2014) jenis-jenis kontrol diri yaitu sebagai berikut:

a. Kontrol Perilaku (*Behavior control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan .

b. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan.

c. Mengontrol Keputusan (*Decesional control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis kontrol diri meliputi (a) Kontrol Perilaku (*Behavior control*), (b) Kontrol kognitif (*cognitive control*), (c) Mengontrol Keputusan (*Decesional control*).

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri

Menurut Ghufron & Rini (2014), faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari faktor internal (dari dalam individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu):

1. Faktor internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang.

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.

D. Harga Diri

1. Definisi Harga Diri

Menurut Baron & Byrne (2004) *self esteem* merupakan sikap individu terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi negatif sampai positif atau rendah sampai tinggi. Murk (2006) *self esteem* adalah sikap seseorang untuk mengevaluasi diri secara keseluruhan yang berupa karakteristik positif atau negatif secara kognitif, emosi dan perilaku.

Menurut Lerner & Spanier (Ghufron dan Rini 2014) *self esteem* merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri secara positif dan juga sebaliknya dapat menghargai secara negatif. Menurut Klass & Hodge (dalam Ghufron dan Rini 2014) *self esteem* merupakan hasil evaluasi yang dibuat dan dipertahankan oleh individu, yang diperoleh dari hasil interaksi individu dengan lingkungan, serta penerimaan penghargaan dan perlakuan orang lain terhadap individu tersebut.

Self esteem merupakan tingkat menyukai atau tidak menyukai diri sendiri dan tingkat sampai mana individu menganggap diri mereka berharga atau tidak berharga sebagai seorang manusia (Robbins dan Judge, 2008).

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa *self esteem* merupakan evaluasi atau penilaian individu terhadap dirinya sendiri dalam rentang positif sampai negatif atau tinggi sampai rendah yang diperoleh dari interaksi orang lain terhadap dirinya.

2. Dimensi-dimensi *Self Esteem*

Murk (2006), mengemukakan dimensi-dimensi *self esteem* sebagai berikut:

a. Terbuka pada pengalaman baru

Individu akan merasa tertantang untuk menjalankan pengalaman baru dan ingin selalu maju.

b. Optimis

Individu akan dengan yakin, giat, tekun dan tidak mudah menyerah dalam melakukan segala sesuatu dalam hidupnya.

Individu bukan pribadi yang cemas, takut, dan mudah depresi.

c. Merasa diterima dan mudah diterima

Individu akan senang jika berada di sekeliling orang lain, memiliki banyak teman, tidak membuat masalah, dan dapat berhubungan sosial dengan baik di masyarakat.

d. Ingin sukses dalam kehidupan

Individu akan memahami arah hidup dan tujuan hidupnya. Individu akan melakukan hal untuk mencapai kesuksesan yang diinginkan.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa dimensi-dimensi *self esteem* yaitu (a) Terbuka pada pengalaman baru, (b) Optimis, (c) Merasa diterima dan mudah diterima, (d) Ingin sukses dalam kehidupan.

3. Faktor-faktor Pembentukan *Self Esteem*

Menurut Coopersmith (dalam Ghufroon & Rini 2014) bahwa pembentukan harga diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu:

a. Keberartian Individu

Keberartian diri menyangkut seberapa besar individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, dan berharga menurut standard an nilai pribadi. Penghargaan inilah yang dimaksud dengan keberartian diri.

b. Keberhasilan Seseorang

Keberhasilan yang berpengaruh terhadap pembentukan harga diri adalah keberhasilan yang berhubungan dengan kekuatan atau kemampuan individu dalam mempengaruhi dan mengendalikan diri sendiri maupun orang lain.

c. Kekuatan Individu

Kekuatan individu terhadap aturan-aturan, norma, dan ketentuan yang ada dalam masyarakat. Semakin taat terhadap hal-hal yang sudah

ditetapkan dalam masyarakat, maka semakin besar kemampuan individu untuk dapat dianggap sebagai panutan masyarakat.

- d. Performansi individu yang sesuai dalam mencapai prestasi yang diharapkan.

Apabila individu mengalami kegagalan, maka harga dirinya akan menjadirendah. Sebaliknya, apabila performansi seseorang sesuai dengan tuntutan dan harapan, maka akan mendorong pembentukan harga diri yang tinggi.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor pembentukan *self esteem* yaitu (a) Keberartian Individu, (b) Keberhasilan Seseorang, (c) Kekuatan Individu, (d) Performansi individu yang sesuai dalam mencapai prestasi yang diharapkan.

4. Ciri-ciri Individu yang Mempunyai *Self Esteem* Tinggi

Menurut Branden (dalam Ghufroon & Rini, 2014) mengemukakan ciri-ciri *self esteem* tinggi sebagai berikut:

- a. Mampu menanggulangi kesengsaraan dan kemalangan hidup, lebih tabah dan ulet, lebih mampu melawan suatu kekalahan, kegagalan, dan keputusasaan
- b. Cenderung lebih berambisi
- c. Memiliki kemungkinan untuk lebih kreatif dalam pekerjaan dan sebagai sarana untuk menjadi lebih berhasil.

- d. Memiliki kemungkinan untuk lebih besar dalam membina hubungan interpersonal (tampak) dan tampak lebih gembira dalam menghadapi realitas.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa cirri-ciri self esteem tinggi yaitu: (a) Mampu menanggulangi kesengsaraan dan kemalangan hidup (b) cenderung lebih berambisi (c) Memiliki kemungkinan untuk lebih kreatif dalam pekerjaan dan sebagai sarana untuk menjadi lebih berhasil, (d) Memiliki kemungkinan untuk lebih besar dalam membina hubungan interpersonal.

E. Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik

Mahasiswa merupakan bagian dari institusi pendidikan yang dituntut untuk selalu berprestasi, baik dalam bidang akademik maupun non akademik. Mahasiswa dituntut untuk selalu menyelesaikan tugas dengan tepat waktu, mengerjakan ujian dengan hasil yang baik, namun pada kenyataannya mahasiswa seringkali memakan waktu. Kegiatan-kegiatan yang dapat memakan waktu akan menghambat selesainya suatu tugas, tugas akan terbengkalai serta waktu menjadi sia-sia. Kecenderungan untuk tidak segera memulai ketika menghadapi suatu tugas merupakan indikasi dari perilaku menunda. Mahasiswa tentunya mengetahui mana tugas yang lebih penting untuk di kerjakan terlebih dahulu, bukan dengan menunda-nunda tugas atau yang disebut dengan *prokrastinasi* (Ghufron & Rini, 2014).

Prokrastinasi akademik merupakan suatu jenis penundaan yang dilakuakn terhadap jenis tugas formal yang berkaitan dengan bidang akademik (Ferarri,

dalam Setyadi dan Endah, 2014). Menurut Janssen & Carton (dalam Ursia dkk, 2013) faktor yang mempengaruhi prokrastinasi salah satunya adalah rendahnya kontrol diri (*self control*). Kontrol diri merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif (Ghufron & Rini, 2014).

Individu yang kontrol dirinya rendah tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya, sehingga diasumsikan bahwa individu dengan kontrol diri yang rendah akan berperilaku, akan bertindak kepada hal-hal yang lebih menyenangkan bagi dirinya, seperti melakukan aktivitas yang sia-sia: jalan-jalan ke mall, nongkrong tanpa batas, begadang dan aktivitas yang tidak bermanfaat dan membuang-buang waktu, bahkan individu cenderung menunda-nunda tugas yang seharusnya dikerjakan terlebih dahulu.

Penelitian yang mendukung adanya hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dilakukan oleh (Aini, 2011). Hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa UMK. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin rendah prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi, sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka akan semakin tinggi prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan penelitian Zakki (2009) menunjukkan ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Dari hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan

prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Farmasi angkatan 2001-2004 yang sedang mengambil tugas akhir.

F. Hubungan antara *Self Esteem* dengan Prokrastinasi Akademik

Seorang individu akan berusaha melakukan penundaan atau prokrastinasi ketika individu tersebut menilai dirinya lebih rendah daripada orang lain, maka individu tersebut merasa tidak berharga bagi orang disekitarnya. Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi salah satunya adalah *self esteem* yang rendah (Janssen & Carton dalam Ursia dkk, 2013). *Self esteem* merupakan sikap individu terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi negatif sampai positif atau rendah sampai tinggi (Baron & Byrne, 2004).

Individu dengan harga diri yang rendah cenderung melakukan perilaku yang menunda-nunda, yang dipicu oleh tugas yang tidak menyenangkan. Penundaan juga dianggap sebagai strategi untuk melindungi harga diri (Solomon dan Rothblum dkk, dalam Chen dkk, 2016).

Individu akan cenderung berperilaku untuk menunjukkan dirinya serta memberikan kesan tertentu mengenai dirinya agar dihargai oleh orang lain. Perasaan tertentu yang timbul dari dalam diri sendiri akan ditentukan dan didukung oleh respon-respon yang diberikan oleh orang lain terhadap dirinya.

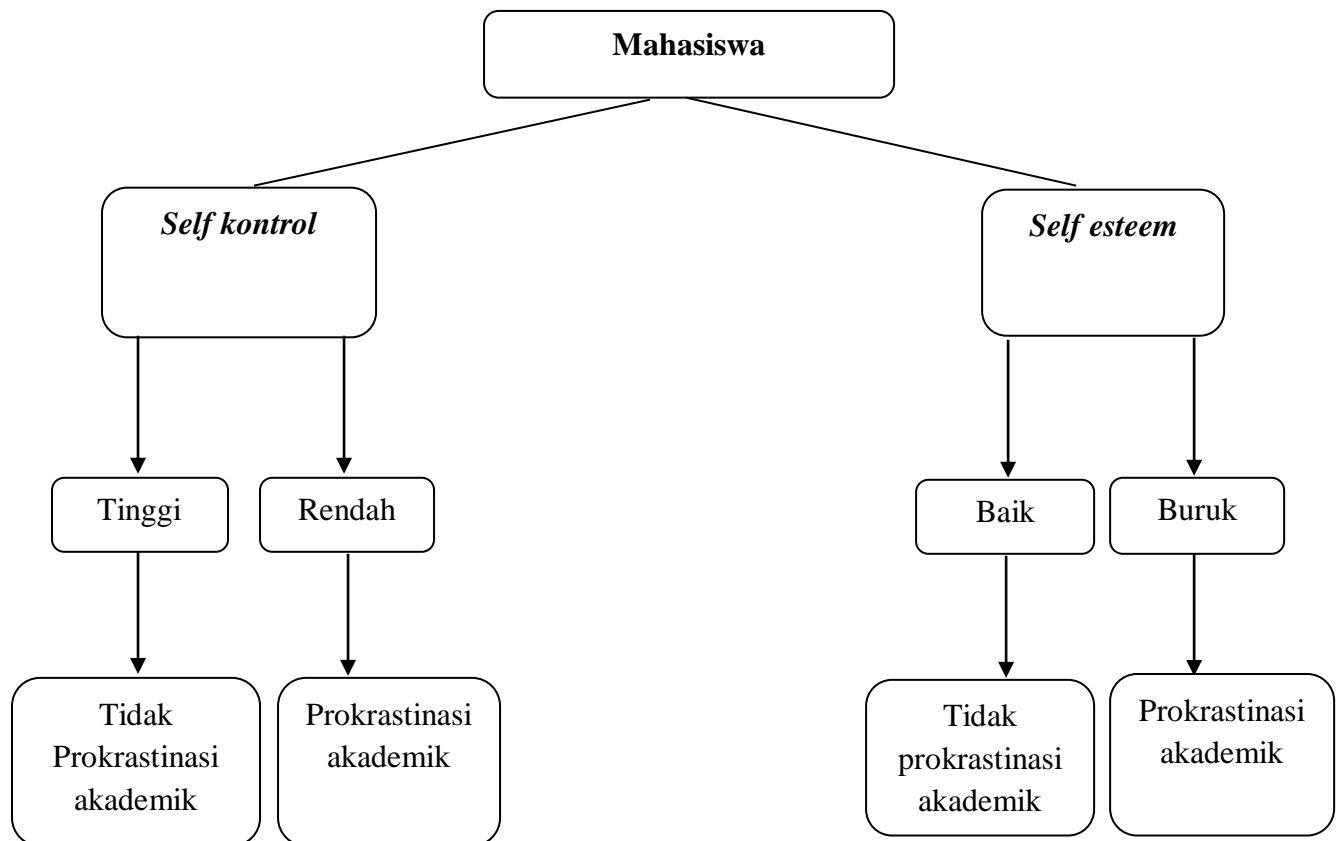
Berdasarkan penelitian Tetan, (2013) menunjukkan ada hubungan antara *self esteem* dengan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan *self esteem*. Artinya semakin tinggi *self esteem* maka akan semakin rendah

prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2010 Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, sebaliknya semakin rendah *self esteem* maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2010 Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

Penelitian lain oleh Browne, (2016) menunjukkan ada hubungan antara *self esteem* dan prokrastinasi. Hasil menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem* dengan prokrastinasi pada mahasiswa Universitas di Barbados.

G. Kerangka Konsep

GAMBAR 2.1



H. Hipotesa

Berdasarkan uraian teoritis diatas, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Kontrol Diri dan Harga Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya.