

## HUBUNGAN ANTARA INISIATIF PERTUMBUHAN DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKTIF PADA MAHASISWA

DOI: <https://doi.org/10.22236/semnas/11277-291190>

**Syifa Putri Romayanti<sup>1\*</sup>, Yulmaida Amir<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

[syifaaputri@gmail.com](mailto:syifaaputri@gmail.com)

**Abstrak:** Skripsi adalah karya ilmiah yang wajib dikerjakan oleh setiap mahasiswa sebagai syarat kelulusan untuk meraih gelar sarjana. Tidak jarang mahasiswa menunda mengerjakan skripsi karena banyaknya waktu yang tersedia untuk membuat perencanaan dan melakukan persiapan yang matang, oleh karena itu menunda tugas atau tidak mengerjakan tugas secara terburu-buru bisa menjadi bermanfaat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara inisiatif pertumbuhan diri dengan prokrastinasi aktif pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi berjumlah 120 orang yang terdiri dari laki-laki 18 orang dan perempuan 102 orang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan model skala likert. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Active Procrastination Scale (APS)* dan *Personal Growth Initiative Scale- II (PGIS-II)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan positif signifikan antara variabel inisiatif pertumbuhan diri dengan variabel prokrastinasi aktif pada mahasiswa dengan pearson correlation sebesar 0,296 dan probability value ditaraf 0,001 ( $p < 0,01$ ). Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Hal ini menunjukkan semakin tinggi inisiatif pertumbuhan diri maka mahasiswa cenderung akan melakukan prokrastinasi aktif.

**Kata Kunci :** Prokrastinasi Aktif, Inisiatif Pertumbuhan Diri, Mahasiswa.

**Abstract:** Thesis is a scientific work that must be done by every student as a graduation requirement to get a degree. It is not uncommon for students to postpone their thesis because of the large amount of time available to make plans and make careful preparations, therefore delaying assignments or not doing assignments in a hurry can be beneficial. This study aims to determine the relationship between self-growth initiatives and active procrastination in students who are completing theses. Respondents in this study were students who were completing a thesis totaling 120 people consisting of 18 men and 102 women. This research is a quantitative study using a Likert scale model. This study uses a measuring tool *Active Procrastination Scale (APS)* and *Personal Growth Initiative Scale-II (PGIS-II)*. The results showed that there was a significant positive relationship between the variables of personal growth initiative with active procrastination variables in students with a Pearson correlation of 0.296 and a probability value at the level of 0.001 ( $p < 0.01$ ). Thus the hypothesis in this study can be accepted. This shows that the higher the personal growth initiative, the more students will tend to make active procrastination.

**Keywords:** Active Procrastination, Personal Growth Initiative, Students.

## **PENDAHULUAN**

Menyusun skripsi adalah salah satu tugas yang perlu diselesaikan mahasiswa yang akan menyelesaikan pendidikan S1. Beberapa mahasiswa dapat menyusun skripsi secara tepat pada waktunya sehingga mampu lulus dalam waktu 3,5 sampai 4 tahun. Tetapi tidak jarang ada pula mahasiswa yang tertunda dalam menyelesaikan skripsi sehingga mereka memerlukan waktu lebih lama menyelesaikan studi karena merasa kesulitan untuk menyelesaikan tugas akhirnya tersebut.

Dari beberapa penelitian dapat diketahui bahwa mahasiswa terlambat menyelesaikan skripsi karena beberapa hal seperti sulitnya untuk menyusun latar belakang, mencari teori yang berhubungan dengan penelitian, menentukan alat ukur, ketakutan menghadapi dosen, jenuh dan malas (Michelle, dalam Srantih, 2014). Serta adanya dari faktor eksternal yaitu persoalan kesulitan yang berhubungan dengan dosen pembimbing (Siaputra, dalam Zusya & Akmal, 2016).

Dari pengamatan terhadap mahasiswa terlihat bahwa ada yang menunda penyelesaian skripsi karena mencari referensi yang lebih banyak dan relevan terlebih dahulu dalam penulisan skripsi, memilih untuk melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan seperti bermain handphone, games dan menonton tv. Mereka juga akan termotivasi dan menghasilkan ide-ide ketika mengerjakan tugas mendekati menit-menit terakhir pengumpulan tugas dan mereka mampu menyelesaikan tepat pada waktunya.

Hal ini menandakan bahwa tidak sepenuhnya mahasiswa yang melakukan penundaan dalam mengerjakan skripsinya adalah orang yang malas dan tidak memiliki tujuan. Meskipun menunda penulisan mereka tetap memiliki target atau tujuan serta membuat perencanaan yang matang sehingga mereka mengetahui waktu yang tepat untuk mengerjakan skripsinya dan selesai tepat pada waktunya. Hal ini sesuai dengan pendapat Chu dan Choi (2005) yang menyatakan bahwa banyak mahasiswa atau pelajar yang memulai pekerjaannya pada menit terakhir dari waktu yang tersedia, mahasiswa ini masih mampu menyelesaikan tugas tepat pada waktunya. Mahasiswa ini menyakini bahwa bekerja dibawah tekanan membuat mereka akan bekerja lebih baik, lebih cepat dan menghasilkan ide-ide yang lebih kreatif.

Mahasiswa yang suka menunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas dalam istilah psikologi di sebut dengan prokrastinasi (Qomari, 2018). Dari sejumlah literature Surijah dan Tjundjing (2007) menyimpulkan bahwa Prokrastinasi adalah tindakan menunda tugas secara sukarela tanpa memikirkan dampak buruk yang dapat merugikan bagi pelakunya ketika mereka melakukan penundaan.

Menurut Solomon & Rothblum, prokrastinasi dapat memberikan dampak buruk bagi pelakunya yang dapat menyebabkan seseorang merasa putus asa, merasa bersalah, dan kecemasan karena mereka menunda dan mereka tidak mampu untuk menyelesaikan tugas tepat pada waktunya (Setyadi & Mastuti, 2014). Prokrastinasi dapat terjadi diberbagai bidang kehidupan akan tetapi prokrastinasi lebih banyak ditemukan di dalam dunia pendidikan yang sering disebut dengan prokrastinasi akademik (Steel, dalam Sebastian, 2013). Menurut Ellis dan Knaus penelitian mengenai prokrastinasi menunjukkan bahwa 95% mahasiswa melakukan penundaan atau prokrastinasi dan sebanyak 70% mahasiswa sering melakukan prokrastinasi (Ellis & Knaus,dalam Basri, 2017).

Knaus menjelaskan tidak semua perilaku prokrastinasi merugikan atau bermakna negatif. Sebagai contohnya, karena tersedianya banyak waktu untuk merancang perencanaan serta melaksanakan persiapan secara terperinci, jadi tidak mengerjakan tugas secara tergesa-gesa tampaknya dapat bermanfaat (Chu & Choi, 2005). Dengan demikian, tidak seluruhnya perbuatan menunda itu berpengaruh negatif. Oleh sebab itu Chu dan Choi (2005) membedakan pelaku prokrastinasi menjadi dua tipe, yaitu prokrastinasi pasif dan prokrastionasi aktif.

Prokrastinasi pasif adalah seseorang yang berfikir secara irasional dan tidak memiliki keinginan untuk melakukan prokrastinasi, mereka melihat penundaan sebagai suatu masalah namun mereka konsisten menunda tugasnya lantaran mereka merasa dirinya tidak sanggup untuk menyelesaikan tugas-tugas dan membuat keputusan secara cepat.

Sebaliknya, prokrastinasi aktif yaitu mereka yang sengaja memilih untuk melakukan prokrastinasi, mereka memiliki self efficacy yang tinggi, dimana mereka memiliki kapabilitas untuk membuat keputusan sehingga dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan hasil yang diperoleh oleh

prokrastinasi aktif memuaskan, mereka senang bekerja di bawah tekanan karena apabila pelaku prokrastinasi aktif memberikan waktu yang minim untuk mengerjakan atau menyelesaikan tugas, mereka lebih konsentrasi dan termotivasi (Chu & Choi, 2005).

Menurut Chu dan Choi menyatakan bahwa seorang prokrastinasi aktif membuat keputusan yang disengaja untuk menunda-nunda, menggunakan motivasi kuat mereka ketika berada di bawah tekanan waktu, dan mereka mampu menyelesaikan tugas sebelum tenggat waktu dan mencapai hasil yang memuaskan (Choi & Moran, 2009). Jadi prokrastinasi aktif adalah perbuatan yang dilakukan secara sengaja dan terencana untuk mencapai hasil terbaik

Chu dan Choi (2005) menyatakan bahwa seorang prokrastinasi aktif dan non prokrastinasi memiliki kesamaan dalam menggunakan waktu secara bertujuan karena seorang prokrastinasi aktif dapat membuat keputusan yang disengaja mengenai penggunaan waktu mereka berdasarkan urgensi atau prioritas. Orang-orang non prokrastinasi didalam penelitian ini diasumsikan sebagai orang yang kerjanya terus-menerus terlibat dalam perencanaan dan pengorganisasian, cenderung memiliki persepsi waktu yang lebih realistis dan merasakan lebih banyak kontrol atas waktu mereka (Macan, dalam Chu & Choi, 2005).

Hal ini sejalan dengan komponen dari inisiatif pertumbuhan diri yaitu *planfulness* atau penuh perencanaan. Menurut Borowa et al (2016) *Planfulness* adalah kemampuan individu untuk merencanakan langkah-langkah apa yang diperlukan untuk terlibat dalam perubahan, hal ini terdiri dari dimana individu memahami langkah-langkah yang diperlukan untuk membuat perubahan dan kemampuan dalam menentukan strategi untuk perbaikan diri.

Menurut (Robitschek, dalam De Jager et al., 2016) inisiatif pertumbuhan diri mengacu pada keterlibatan yang aktif dan terarah dalam membuat perubahan diri dalam area spesifik dari aspek kehidupan seseorang untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan. Ryff menggambarkan seseorang yang memiliki inisiatif pertumbuhan diri maka mereka memiliki niat untuk terus berkembang. Orang seperti itu akan melihat dirinya tumbuh, mampu menyadari potensinya, terbuka untuk pengalaman baru, berubah dengan cara yang mencerminkan pengetahuan

dan kesuksesan, dan melihat peningkatan diri dan perilaku dari waktu ke waktu (De Jeger et al., 2016).

Terdapat komponen perilaku yang disengaja dalam inisiatif pertumbuhan diri dimana individu sadar dan mempunyai rencana untuk melakukan perubahan agar tujuannya tercapai. Selain itu komponen kesiapan untuk berubah juga berperan untuk mengetahui sejauh mana individu siap untuk melakukan perubahan diri kearah yang lebih baik, dan penuh perencanaan agar tujuannya tercapai (Borowa et al., 2016).

Dari konsep kedua variabel ini dapat dilihat adanya kesamaan dalam unsur-unsur pembentukan inisiatif pertumbuhan diri dengan prokrastinasi aktif. Kesamaan tersebut dapat dinyatakan sebagai berikut yaitu adanya perbuatan yang disengaja, adanya tujuan yang ingin dicapai dan adanya perencanaan untuk mencapai tujuan tersebut. Pada prokrastinasi aktif mereka memiliki rencana akan tetapi dengan menunda hingga menunggu waktu yang tepat karena motivasi mereka akan meningkat ketika menyelesaikan tugas mendekati batas akhir pengumpulan tugas. Sedangkan pada inisiatif pertumbuhan diri mereka memiliki rencana atau langkah-langkah yang sengaja dilakukan untuk mencapai tujuan yang sudah mereka tentukan.

## **METODE PENELITIAN**

### *Partisipan Penelitian*

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa karena peneliti ingin mengetahui apakah inisiatif pertumbuhan diri berhubungan dengan prokrastinasi aktif. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari mahasiswa semester akhir yang sedang menyelesaikan skripsi, usia 18-24 tahun, laki-laki dan perempuan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan cara *Purposive Sampling (judgemental sampling)* yaitu sampel yang diambil berdasarkan kriteria khusus dalam penelitian ini (Prasetyo & Jannah, 2005), karakteristik dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi, jenis kelamin perempuan dan laki-laki serta usia 18-24 tahun.

### *Instrumen Penelitian*

Penelitian ini menggunakan model skala likert dengan alat ukur yaitu *Active Procrastination Scale (APS)* yang dibuat oleh Chu dan Choi (2005) lalu dikembangkan oleh Choi dan Moran (2009). Skala ini dibagi kedalam empat dimensi yaitu: kepuasan hasil, preferensi tekanan, keputusan sengaja untuk menunda, kemampuan untuk memenuhi batas waktu yang terdiri dari 16 item. untuk variabel prokrastinasi aktif

Pada inisiatif pertumbuhan diri menggunakan alat ukur *Personal Growth Initiative Scale- II (PGIS-II)* oleh (Robitscheck et al, 2012) yang kemudian diterjemahkan oleh (Amir, 2017) memili empat subskala yaitu perilaku yang disengaja, kesiapan untuk berubah, penuh perencanaan dan kemampuan dalam menggunakan sumber daya yang terdiri dari 16 item.

#### *Teknik Analisa Data*

Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis kuantitatif dengan menggunakan statistik. Untuk menguji validitas dan reliabilitas peneliti menggunakan IBM SPSS versi Statistik 22. Sedangkan untuk menguji adanya hubungan antara inisiatif pertumbuhan diri dengan prokrastinasi aktif dengan menggunakan analisis korelasi. Analisis korelasional yaitu analisis statistik yang berusaha untuk mencari hubungan atau pengaruh antara dua buah variabel ( variabel bebas dan terikat) atau lebih (Muhson, 2006). Melalui penelitian ini peneliti dapat memastikan seberapa besar hubungan yang terjalin dari masing-masing dimensi pada variabel-variabel tersebut.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### *Hasil Valisitas dan Reliabilitas*

#### a. Skala Inisiatif Pertumbuhan Diri

Tabel 1. Reliabilitas Dan Validitas Inisiatif Pertumbuhan Diri

Cronbach's Alpha	N of item
939	16

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa nilai reliabilitas dan validitas dari skala inisiatif pertumbuhan diri terhadap 120 responden mendapatkan hasil

reliabilitas sebesar 0,939 dari 16 item. Hasil ini termasuk dalam kategori sangat tinggi sehingga alat ukur ini dapat digunakan dalam penelitian.

b. Skala Prokrastinasi Aktif

Tabel 2. Reliabilitas dan Validitas Prokrastinasi Aktif

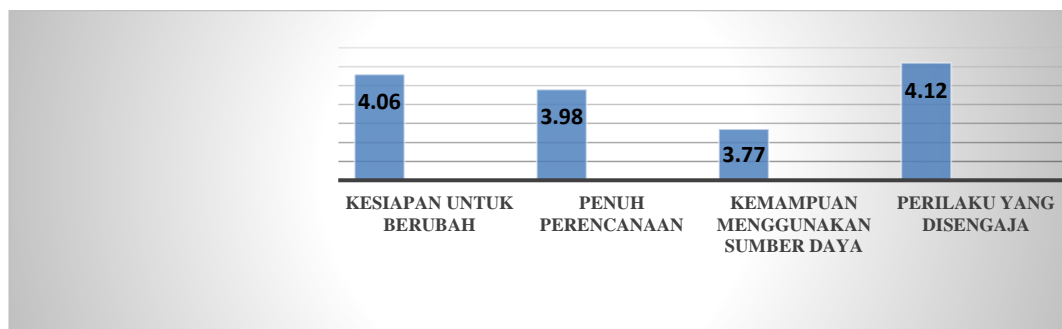
Cronbach's Alpha	N of item
800	15

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa nilai reliabilitas dan validitas dari skala prokrastinasi aktif terhadap 120 responden mendapatkan hasil reliabilitas sebesar 0,800 dari 15 item dan terdapat satu item yang tidak valid yaitu nomer 12 karena (<0,2). Hasil ini termasuk dalam kategori tinggi sehingga alat ukur ini dapat digunakan dalam penelitian.

Gambaran Tingkat Inisiatif Pertumbuhan Diri

Tabel 3. Kategori Tingkat Inisiatif Pertumbuhan Diri

Skor Rata-rata	Tingkat
0-1	Rendah
2-3	Sedang
4-5	Tinggi



Gambar 1. Diagram Tingkatan Dimensi Inisiatif Pertumbuhan Diri

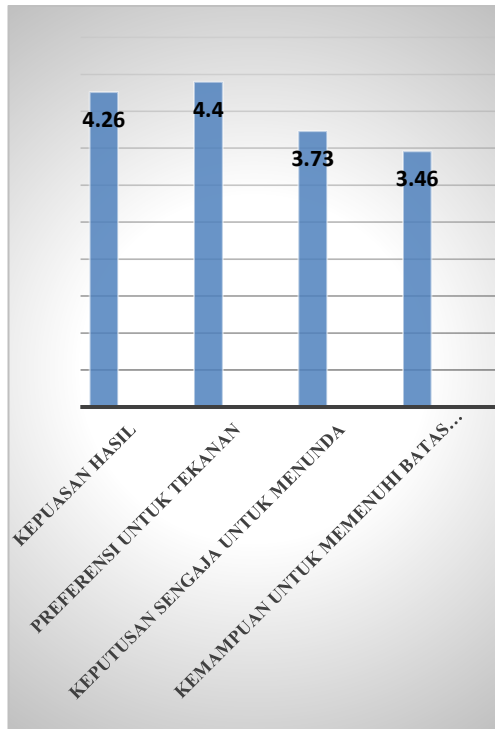
Berdasarkan gambar 1 menunjukkan bahwa dimensi pertama yaitu kesiapan untuk berubah mendapatkan hasil rata-rata sebesar 4,06 dan termasuk dalam kategori inisiatif pertumbuhan diri yang tinggi, artinya mereka siap untuk melakukan perubahan terhadap dirinya dan mampu menilai apa saja yang ingin dia ubah tentang dirinya agar menjadi lebih baik.

Dimensi kedua mendapatkan hasil rata-rata sebesar 3,98 dan termasuk kedalam kategori sedang, artinya mereka mampu untuk menyusun rencana dengan baik agar tujuannya tercapai. Selanjutnya yaitu dimensi kemampuan menggunakan sumber daya mendapatkan hasil rata-rata sebesar 3,77 dan masuk kedalam kategori tingkat sedang, artinya mereka menggunakan bantuan orang lain untuk membantunya dalam mencari informasi agar mereka tahu sejauh mana kemampuan dan pengetahuan yang mereka miliki. Dan dimensi yang terakhir yaitu perilaku yang disengaja mendapatkan hasil rata-rata sebesar 4,12 dan masuk kedalam kategori tingkat inisiatif pertumbuhan diri yang tinggi, artinya mereka secara sengaja dan sadar melibatkan dirinya untuk membuat rencana perubahan dan dilakukan secara terus-menerus agar tujuan yang sudah mereka tetapkan tercapai.

*Gambaran Tingkat Prokrastinasi Aktif*

Tabel 4. Kategori Tingkat Prokrastinasi Aktif

<b>Skor Rata-rata</b>	<b>Tingkat</b>
<b>1-2</b>	Rendah
<b>3-4</b>	Sedang
<b>5-6</b>	Tinggi



Gambar 2. Diagram Tingkatan Dimensi Prokrastinasi Aktif.

Berdasarkan gambar 2 menunjukkan bahwa dimensi kepuasan hasil mendapatkan rata-rata sebesar 4,26 dan termasuk kedalam kategori tingkat sedang, artinya mereka mereka secara sadar dan sengaja untuk melakukan penundaan karena mereka akan termotivasi ketika sudah mendekati deadline pengumpulan tugas dan hasil yang didapatkan memuaskan.

Dimensi yang kedua yaitu mendapatkan hasil rata-rata sebesar 4,40 dan berada pada kategori tingkat sedang artinya motivasi seorang prokrastinasi akan meningkat ketika mereka berada dibawah tekanan. Selanjutnya dimensi yang ketiga yaitu keputusan sengaja untuk menunda mendapatkan hasil rata-rata sebesar 3,73 dan termasuk kedalam kategori tingkat sedang, artinya meskipun mereka menunda tugas akan tetapi mereka tetap mencari informasi dan referensi yang lengkap untuk membantu dalam menyelesaikan tugasnya. Dimensi yang terakhir yaitu kemampuan untuk memenuhi batas waktu artinya mereka mampu memperkirakan jumlah waktu minimum yang diperlukan dalam menyelesaikan tugasnya dan mendorong diri mereka sendiri untuk mencapai tujuan meskipun berada dibawah tekanan waktu.

*Hasil Hubungan Antara Inisiatif Pertumbuhan Diri Dan Prokrastinasi Aktif*

Dalam penelitian ini peneliti mengajukan hipotesis yaitu inisiatif pertumbuhan diri berkorelasi secara positif dengan prokrastinasi aktif pada mahasiswa. Pada bagian ini, akan dijelaskan bagaimana hasil korelasi dari variabel inisiatif pertumbuhan diri dengan prokrastinasi aktif yang diperoleh dari 120 responden dalam pengolahan data pada SPSS versi statistic 22. Hasilnya sebagai berikut:

Tabel 3 Korelasi Antara Inisiatif Pertumbuhan Diri Dengan Prokrastinasi Aktif.

Tabel 5. Hasil Korelasi Antara Inisiatif Pertumbuhan Diri Dengan Prokrastinasi Aktif.

Variabel	Pearson Correlation	Sig
Inisiatif Pertumbuhan Diri dengan Prokrastinasi Aktif	0,296	0,001

Berdasarkan tabel correlation diatas didapatkan hasil bahwa antarainisiatif pertumbuhan diri dengan prokrastinasi aktif menunjukkan hasil pearson correlation sebesar 0,296 dan probability value sebesar 0,001 sebab ( $p < 0,01$ ). Dengan demikian hipotesis dapat diterima karena ada hubungan positif yang signifikan antara inisiatif pertumbuhan diri dengan prokrastinasi aktif pada mahasiswa. Nilai korelasi menunjukkan hasil yang positif, maka dapat dikatakan bahwa semakin tinggi inisiatif pertumbuhan diri maka semakin tinggi prokrastinasi aktif.

### **Diskusi**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara inisiatif pertumbuhan diri dengan prokrastinasi aktif pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Terdapat beberapa hal yang dapat diamati dari hasil penelitian ini yaitu adanya hubungan positif yang signifikan antara inisiatif pertumbuhan diri dengan prokrastinasi aktif dimana hasil pearson correlation sebesar 0,296 dan probability

value sebesar 0,001 sebab ( $p < 0,01$ ). Artinya semakin tinggi inisiatif pertumbuhan diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi pula prokrastinasi aktif.

Menurut Amir (2017) individu yang memiliki inisiatif pertumbuhan diri yang tinggi memiliki kemampuan untuk menilai persoalan secara kritis, berorientasi pada penyelesaian sumber masalah dengan mengatasinya secara rasional, aktif, mandiri, tidak mudah terpengaruh, mampu beradaptasi, terbuka dan menerima pengalaman baru serta memiliki pemilihan tujuan hidup yang jelas. Individu yang memiliki inisiatif pertumbuhan diri yang tinggi juga memiliki harapan yang tinggi, dan bukan putus asa (Shorey et al., dalam Robitschek et al., 2012).

Meskipun hasil yang diperoleh menunjukkan korelasi yang signifikan akan tetapi hubungan dua variabel ini belumlah tergolong tinggi, hal ini berarti inisiatif pertumbuhan diri bukan merupakan elemen utama yang berhubungan dengan prokrastinasi aktif. Choi dan Moran berpendapat bahwa faktor-faktor yang memiliki korelasi dengan prokrastinasi aktif yaitu kontrol waktu, kemampuan untuk melakukan banyak tugas, dan stabilitas emosional (Hensley, 2013).

Menurut Stevic dan Ward individu yang memiliki inisiatif pertumbuhan diri yang tinggi mengetahui sejauh mana kemampuannya, tahu apa tujuan hidupnya, dan dapat melakukan tindakan yang akan membantu mereka untuk menggapai tujuannya tersebut (Meyers et al., 2015). Menurut Shorey et al (2007) Inisiatif pertumbuhan diri juga terkait dengan harapan dan optimisme karena inisiatif pertumbuhan diri berorientasi dengan masa depan.

Hal ini berarti bahwa individu yang memiliki inisiatif pertumbuhan diri tentu memungkinkan seseorang untuk melakukan prokrastinasi aktif. Karena mahasiswa mempunyai tujuan yang ingin dicapai salah satunya dalam bidang akademik yaitu dapat menyelesaikan tugas skripsi tepat pada waktunya dan lulus dengan waktu yang sudah mereka tentukan serta hasil yang didapat sesuai harapannya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Hensley (2013) seorang prokrastinasi aktif memilih untuk menunda, karena mungkin tidak semua penundaan berakibat negatif tetapi memungkinkan seseorang untuk mencapai tujuan mereka.

Dimensi yang memiliki tingkatan inisiatif pertumbuhan diri yang tinggi yaitu pada dimensi kesiapan untuk berubah dengan rata-rata 4,06 dan perilaku yang disengaja dengan rata-rata 4,12 sedangkan dimensi inisiatif pertumbuhan diri yang masuk kedalam kategori sedang yaitu penuh perencanaan dan kemampuan menggunakan sumber daya. Jika dilihat berdasarkan karakteristik inisiatif pertumbuhan diri hal ini berarti mahasiswa belum sepenuhnya mampu untuk membuat rencana yang baik dan memanfaatkan sumber daya eksternal untuk membantunya dalam menyelesaikan skripsinya akan tetapi mahasiswa tetap mampu melaksanakan langkah-langkah atau rencana yang sengaja mereka tentukan karena mereka siap untuk berubah dan mengetahui sejauh mana kemampuannya.

Disisi lain, penelitian yang dilakukan oleh Chu dan Choi menyatakan bahwa seorang prokrastinasi aktif membuat keputusan yang disengaja untuk menunda-nunda (Choi & Moran, 2009). Namun dimensi keputusan sengaja untuk menunda pada prokrastinasi aktif memiliki skor rata-rata sebesar 3,73 dan kemampuan untuk memenuhi batas waktu sebesar 3,46 yang masuk kedalam kategori sedang. Hasil ini tidak sesuai dengan asumsi awal bahwa mahasiswa benar-benar sengaja untuk menunda-nunda dalam menyelesaikan skripsinya. Mahasiswa mungkin menunda dikarenakan mereka mencari waktu dan suasana hati yang tepat untuk mengerjakan skripsinya.

Sedangkan skor rata-rata yang mendekati tinggi yaitu pada dimensi preferensi untuk tekanan dengan rata-rata 4,40 dan kepuasan hasil dengan rata-rata 4,26. Artinya mahasiswa baru memulai mengerjakan skripsinya ketika berada dibawah tekanan yang dapat menjadi strategi yang efektif yang dilakukan oleh mahasiswa (Ferrari, dalam Hensley, 2013). Hasil ini sesuai dengan pendapat Choi dan Moran (2009) seorang prokrastinasi aktif tahu bagaimana memotivasi diri mereka sendiri, menikmati dan lebih suka bekerja dibawah tekanan karena mereka akan tertantang dan termotivasi ketika melakukannya, sehingga hasil yang diperoleh memuaskan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan yang positif signifikan antara inisiatif pertumbuhan diri dengan prokrastinasi aktif dimana hasil pearson correlation sebesar 0,296 dan probability value sebesar 0,001 sebab ( $p < 0,01$ ). Dengan demikian hipotesis alternatif dalam penelitian ini dapat diterima. Artinya semakin tinggi inisiatif pertumbuhan diri yang dimiliki oleh mahasiswa dengan siap dan sengaja untuk membuat rencana-rencana perubahan dan mampu untuk melakukan langkah-langkah atau rencana yang sudah mereka tentukan sehingga tujuannya dapat tercapai maka akan semakin tinggi pula mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi aktif.

### **SARAN**

Dalam penelitian ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan dan kelemahan, maka saran yang diberikan oleh peneliti yaitu sebagai berikut :

#### *Saran Teoritis*

1. Penelitian ini hanya berfokus terhadap variabel prokrastinasi aktif, sebaiknya untuk peneliti selanjutnya dapat meneliti tentang prokrastinasi pasif untuk melihat perbedaan diantara keduanya.
2. Penelitian ini dilakukan hanya kepada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengambil sample dari semester awal sampai akhir untuk melihat sejauh mana tingkat inisiatif pertumbuhan diri dan prokrastinasi aktif pada mahasiswa.
3. Metode pengambilan data sebaiknya dapat dilakukan melalui metode wawancara untuk mendapatkan gambaran lebih menyeluruh dari partisipan penelitian.

#### *Saran Praktis*

Untuk mahasiswa yang melakukan prokrastinasi sebaiknya tingkatkan inisiatif pertumbuhan diri pada dirinya agar perilaku prokrastinasi yang mengarah pada hasil yang merugikan dapat diminimalisir sehingga hasil dan tujuan yang mereka inginkan dapat tercapai.

### **Daftar Pustaka**

- Amir, Yulmaida.(2017). *Disertasi Peranan Religiusitas Dan Keyakinan Pada Nilai Islam Progresif Dalam Inisiatif Pertumbuhan Diri*.Fakultas Psikologi Program Pasca Sarjana Universitas Indonesia.
- Basri, A. S. H. (2017). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau dari Religiusitas.*HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 14(2).
- Borowa, D., Robitschek, C., Harmon, K. A., & Shigemoto, Y. (2016). Posttraumatic stress and growth in student service members and veterans: The role of personal growth initiative. *Journal of American College Health*, 64(7), 527-534.
- Choi, J. N., & Moran, S. V. (2009). Why not procrastinate? Development and validation of a new active procrastination scale. *The Journal of social psychology*, 149(2), 195-212.
- Chu, A. H., & Choi, J. N. (2005).Rethinking procrastination: Positive effects of" active" procrastination behavior on attitudes and performance.*The Journal of social psychology*, 145(3), 245-264.
- De Jager-van Straaten, A., Jorgensen, L., Hill, C., & Nel, J. A. (2016). Personal growth initiative among Industrial Psychology students in a higher education institution in South Africa. *SA Journal of Industrial Psychology*, 42(1), 1-11.
- Hensley, L. (2013). *The fine points of working under pressure: active and passive procrastination among college students* (Doctoral dissertation, The Ohio State University).
- Meyers, M. C., van Woerkom, M., de Reuver, R. S., Bakk, Z., & Oberski, D. L. (2015). Enhancing psychological capital and personal growth initiative: Working on strengths or deficiencies. *Journal of Counseling Psychology*, 62(1), 50.
- Muhson, A. (2006). Teknik Analisis Kuantitatif. *Universitas Negeri Yogyakarta.Yogyakarta*.
- Qomari, M. N. (2018). Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Di Smp Insan Cendekia Mandiri Boarding School Sidoarjo.*PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)*, 10(2), 127-138.

- Robitschek, C., Ashton, M. W., Spering, C. C., Geiger, N., Byers, D., Schotts, G. C., & Thoen, M. A. (2012). Development and psychometric evaluation of the Personal Growth Initiative Scale–II. *Journal of Counseling Psychology, 59*(2), 274.
- Sebastian, I. (2013). Never be afraid hubungan antara fear of failure dan prokrastinasi akademik. *Calyptra, 2*(1), 1-8.
- Seniati, L., Yulianti, A., Setiadi, B. N. (2017). *Psikologi Eksperimen*. PT Indeks.
- Setyadi, P., & Mastuti, E. (2014). Pengaruh Fear Of Failure Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Berasal Dari Program Akselerasi. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, 3*(01), 1.
- Shorey, H. S., Little, T. D., Snyder, C. R., Kluck, B., & Robitschek, C. (2007). Hope and personal growth initiative: A comparison of positive, future-oriented constructs. *Personality and Individual Differences, 43*(7), 1917-1926.
- Srantih, T. (2014). Pengaruh Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi, 1*(1), 58-68.
- Surijah, E. A., & Sia, T. (2007). Mahasiswa versus tugas: prokrastinasi akademik dan conscientiousness. *Anima Indonesian Psychological Journal, 22*(4), 352-374.
- Zusya, A. R., & Akmal, S. Z. (2016). Hubungan self efficacy akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi, 3*(2), 191-200.