

Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Lokus Kendali Eksternal Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI

Nabila Kalia¹, RR. Dini Diah Nurhadianti²
nblakalia@gmail.com¹, dinidiah@gmail.com²
Universitas Persada Indonesia YAI
Jl. Diponegoro No.74 Jakarta Pusat, Indonesia

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan populasi sebesar 204 mahasiswa, dan sampel sebesar 138 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *nonprobability sampling* dengan jenis *convenience sampling* yang memiliki kriteria mahasiswa aktif angkatan 2018 Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI. Hasil penelitian menunjukkan $r = -0.849$ dan $p = 0,00 < p = 0,05$ yang menunjukkan adanya korelasi signifikan kearah negatif antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik, dan $r = 0,759$ dan $p = 0,00 < p = 0,05$ yang menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik. Kemudian, dalam hubungan kecerdasan emosional dan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik, diperoleh nilai $r = 0.857$ dan $p = 0.00 < p = 0,05$ yang menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosional dan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi Universitas Persada Indonesia YAI.

Kata Kunci: *Prokrastinasi Akademik, Kecerdasan Emosional, Lokus Kendali Eksternal*

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between emotional intelligence and external locus of control with academic procrastination in final semester students of the psychology faculty class of 2018 of Universitas Persada Indonesia YAI. This study is a quantitative study with a population of 204 students, and a sample of 138 students. The sampling technique was carried out using a *non-probability sampling* technique with the type of *convenience sampling* which had criteria for active students class of 2018 of the Faculty of Psychology, Universitas Persada Indonesia YAI. The results showed $r = -0.849$ and $p = 0.00 < p = 0.05$ which indicated a significant negative correlation between emotional intelligence and academic procrastination, and $r = 0.759$ and $p = 0.00 < p = 0.05$ which shows that there is a significant positive correlation between external locus of control and academic procrastination. In the relationship between emotional intelligence and external locus of control with academic procrastination, obtained values of $r = 0.857$ and $p = 0.00 < p = 0.05$ which indicates a relationship between emotional intelligence and external locus of control with academic procrastination in final semester students of the psychology faculty of the Universitas Persada Indonesia YAI.

Keywords: *Academic Procrastination, Emotional Intelligence, External Locus of Control*

1. PENDAHULUAN

Pencapaian prestasi akademik dalam universitas diukur dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang diperoleh mahasiswa. Dalam pencapaian IPK yang tinggi diperlukan pemenuhan berbagai kewajiban akademik,

salah satunya adalah tugas-tugas. Akan tetapi, pada prosesnya seringkali dijumpai keluhan mahasiswa sehingga sering terjadi masalah belajar berupa penundaan pengerjaan atau penyelesaian tugas-tugas akademik yang disebut dengan prokrastinasi akademik.

Dalam pelaksanaan proses belajar dibangku perkuliahan sering kali ditemui fenomena prokrastinasi akademik pada mahasiswa dimana mahasiswa melakukan penundaan terhadap tugas-tugas yang kemudian mengakibatkan terkumpulnya tugas dalam waktu yang sangat mepet, atau terlewatkannya batas pengumpulan sehingga mahasiswa mendapat pengurangan nilai atau bahkan tidak mendapat nilai.

Seringkali pula dijumpai proses penundaan terjadi dalam penyelesaian tugas, dimana dalam pengerjaan tugas mahasiswa merasa malas dan memilih untuk melakukan hal lain yang lebih menyenangkan daripada segera menyelesaikan tugasnya. Mahasiswa merasa bahwa tugas yang didapatkan membosankan dan kurang menyenangkan, terutama pada mahasiswa yang cenderung lebih senang bersosialisasi dengan oranglain. Akibatnya, mahasiswa memutuskan untuk menunda penyelesaian tugas sehingga memakan waktu lebih lama dari yang seharusnya, atau bahkan tidak terselesaikan.

Dari wawancara yang dilakukan terhadap mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI, ditemukan berbagai fenomena prokrastinasi akademik, seperti menunda tugas perkuliahan yang diberikan, menunda penyelesaian tugas hingga sangat mendekati kurun waktu yang ditentukan yang disebabkan oleh tergantikannya kegiatan tersebut dengan kegiatan yang lebih menyenangkan bagi mahasiswa. Terlebih dalam perkuliahan online dimana mahasiswa tidak bertemu langsung dengan dosen, serta pembelajaran yang tidak terlalu efektif jika dibandingkan dengan perkuliahan offline menjadikan mahasiswa malas untuk mengikuti perkuliahan atau mengerjakan tugas-tugas yang diberikan, sehingga berujung pada terjadinya prokrastinasi akademik.

Kecenderungan menunda penyelesaian tugas atau pekerjaan sehingga seseorang gagal menyelesaikan tugas-tugas akademik tepat waktu digambarkan dengan istilah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas dan pekerjaan tertentu, yang dilakukan secara sadar serta berulang dan digantikan dengan kegiatan yang lebih menyenangkan.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Pertama faktor internal meliputi faktor psikologis seperti kecerdasan emosional.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam pengenalan dan pengelolaan emosi diri.

Faktor lain yang menjadi penyebab terjadinya prokrastinasi akademik pada mahasiswa adalah faktor eksternal yaitu lokus kendali eksternal.

Lokus kendali eksternal merupakan kemampuan mengatur perilaku yang dimiliki, dengan meyakini bahwa keberhasilan ditentukan oleh faktor eksternal diluar diri sendiri.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui bagaimana hubungan kecerdasan emosional dan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI.

Rumusan Permasalahan

1. Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI?
2. Apakah ada hubungan antara lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI?
3. Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI
2. Untuk mengetahui hubungan antara lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI

3. Untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI

2. LANDASAN TEORI

Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas dan pekerjaan tertentu, secara sadar dan berulang-ulang, yang tergantung dengan kegiatan yang lebih menyenangkan.

Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu untuk mengenali, mengerti, mengekspresikan dan mengelola emosi diri secara efektif.

Lokus Kendali Eksternal

Lokus kendali eksternal adalah keyakinan seseorang pada dirinya sendiri mengenai bagaimana upayanya dalam mencapai hasil yang diinginkan, yang disebabkan oleh faktor eksternal.

Hipotesis Penelitian

- Ha 1: Ada hubungan kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI
- Ha 2: Ada hubungan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI
- Ha 3: Ada hubungan kecerdasan emosional dan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI.

3. METODOLOGI

Metode statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis dan menganalisis data adalah Korelasi Bivariate dan Regresi Berganda.

Korelasi Bivariate digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yang terdiri dari satu variabel bebas dan satu variabel terikat dalam hipotesis penelitian ini, yang terdiri dari:

Ha 1: Hubungan kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI

Ha 2: Hubungan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI

Regresi Berganda digunakan untuk mengetahui hubungan antara ketiga variabel yang terdiri dari dua variabel bebas dan satu variabel terikat dalam hipotesis penelitian ini, yaitu:

Ha 3: Hubungan kecerdasan emosional dan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI.

Hasil yang didapatkan kemudian akan dianalisis untuk mendapatkan kesimpulan yang dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 22.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisa Korelasi Bivariate pada Ha 1 mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik, diperoleh nilai $r = -0.849$ dan $p = 0,00 < p = 0,05$, yang membuktikan adanya hubungan dengan arah negatif yang signifikan. Artinya, semakin tinggi kecerdasan emosional pada mahasiswa maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional pada mahasiswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI.

Analisa Korelasi Bivariate pada Ha 2 mengenai hubungan antara lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik, diperoleh nilai $r = 0,759$ dan $p = 0,00 < p = 0,05$ yang membuktikan adanya hubungan

dengan arah positif yang signifikan. Artinya, semakin tinggi lokus kendali eksternal pada mahasiswa maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah lokus kendali eksternal pada mahasiswa maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik pada mahasiswa pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI.

Analisa Regresi Berganda pada Ha 3 mengenai hubungan kecerdasan emosional dan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik, diperoleh nilai $r = 0.857$ dan $p = 0,00 < p = 0,05$ yang menunjukkan adanya hubungan diantara ketiga variabel. Artinya, semakin tinggi kecerdasan emosional pada mahasiswa dan semakin rendah lokus kendali eksternal pada mahasiswa, maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional pada mahasiswa dan semakin tinggi lokus kendali eksternal pada mahasiswa, maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah disajikan, didapat kesimpulan berupa:

1. Ada hubungan kecerdasan emosional dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI, dengan arah negatif yang signifikan.
2. Ada hubungan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Persada Indonesia YAI, dengan arah positif yang signifikan.
3. Ada hubungan kecerdasan emosional dan lokus kendali eksternal dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi angkatan

2018 Universitas Persada Indonesia YAI, yang signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amnitami, F. (2021). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Saintek UIN Ar-Raniry Banda Aceh. *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh
- Amin, G. (2019). Academic Procrastination of College Student. *Jurnal Universitas Presiden Cikarang, Jurnal Muara Ilmu Ekonomi dan Bisnis*. Vol. 3 No. 2, halaman 431-442.
- Batish, A., dkk. (2021). College Student's Academic Procrastination during the Covid-19 Pandemic: Focusing on Academic Achievement. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 6(3), 2021, 112-120.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., Mccown, W. J. (1995). Procrastination and task avoidance theory, research, and treatment. New York: Plenum Press.
- Gunawinata, V. A. R. P, dkk. (2008). Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik Dan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Anima, Indonesia Psychological Journal*, Vol. 23 No. 3, 256-276.
- Ghufron, M. N. & Risnawita, R. S. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Herawati, L. & Apiati, V. (2018). Analisis Faktor Individual Locus of Control. Universitas Siliwangi Tasikmalaya. *Jurnal Siliwangi: Seri Pendidikan*. Vol.4. No.1.

- Jatikusumo, M.C. (2018). Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Deskriptif pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta Angkatan 2016). *Skripsi*, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Kuncono Teguh. (2005). Aplikasi Komputer Psikologi. Jakarta: Universitas Persada Indonesia Fakultas Psikologi.
- Laili, D. & Shofiah (2013). Hubungan antara *Locus of Control* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*. PERSONIFIKASI, VOL. 4, NO. 1.
- Rahmandani, A. (2017). Pemaafan dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip* Vol.16 No.1 April 2017, 64-76.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized Expectancies for Internal Versus Eksternal Control of Reinforcement, *Psychological Monographs General and Applied*, 80.
- Rotter, J. B, Change, J. E & Phares, E.J. (1972). *Application of a Social Learning Theory of Personality*. New York: Holt, Rinchart & Winston.
- Rotter, J. B. (1990). Internal Versus External Control of Reinforcement. *American Psychologist*. Vol. 45 No.4
- Raharjo, I. U. (2017). Hubungan Antara External Locus of Control Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktivist. *Skripsi*, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Salsabila, W.K. & Indrawati, E.S. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Jurusan Sejarah Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. Jurnal Empati Vol. 8. No. 4.119-126.
- Wuladari, A. (2017). Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Prokrastinasi Akademik. *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Wildayanti. (2019). Pengembangan Kecerdasan Emosional Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Peserta Didik Di SMP Negeri 1 Cempa Kabupaten Pinrang. *Skripsi*, Universitas Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare.
- Zakiah, K. (2017). Pengaruh Locus Of Control Internal Dan Locus of Control Eksternal Terhadap Kepuasan Kerja Pada Pebisnis MLM (Multi Level Marketing) Oriflame Di Surabaya Dalam Komunitas M3 Network. *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malik Ibrahim Malang.