

ANALISIS FAKTOR PENYEBAB PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA ATLET

Soegiyanto¹, Ipang Setiawan¹, Moch. Fahmi Abdulaziz¹, Dhimas Bagus Dharmawan²,
dan Vivi Septiana Parista³

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang

²SDIT Al Furqon Slawi; ³SMA Negeri 1 Kesesi

email: soegiyanto.ks@mail.UNNES.ac.id

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab mahasiswa atlet Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang (UNNES) melakukan tindakan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi serta membuat alat ukur prokrastinasi akademik penyusunan skripsi. Pendekatan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode kombinasi (*mixed method*) dengan rancangan *eksploratoris sekuensial*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa atlet Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES angkatan 2010, 2011, dan 2012 yang sedang menyusun skripsi. Pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive random sampling*. Perolehan data kualitatif dikumpulkan dengan instrumen berupa angket dan wawancara, sedangkan untuk data kuantitatif menggunakan skala prokrastinasi akademik yang dibuat oleh peneliti sendiri berdasarkan hasil analisis data kualitatif. Teknik analisis data kualitatif menggunakan model interaktif, sedangkan data kuantitatif menggunakan analisis item Lisrel untuk mengkonfirmasi faktor yang memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh 3 faktor yang menyebabkan prokrastinasi yaitu fisik, psikis, dan lingkungan. Faktor yang memiliki pengaruh paling tinggi terhadap prokrastinasi akademik adalah aspek psikis yaitu faktor internal pada dalam diri mahasiswa atlet masing-masing.

Kata kunci: *prokrastinasi akademik, skripsi, mahasiswa atlet*

ANALIZING ACADEMIC PROKRASTINATION CAUSING FACTORS IN DESIGNING THESIS OF ATHLETE STUDENTS

Abstract

This study was aimed at identifying the factors that caused students of the athletes of the Faculty of Sport Sciences, Semarang State University (UNNES) to carry out procrastination actions in the preparation of the thesis and create a measure of academic procrastination in the preparation of thesis. This study used a mixed method with a sequential exploratory design. The population in this study were the students of Faculty of Sport Sciences, 2010, 2011 and 2012 UNNES who were preparing a thesis. The sampling method used was purposive random sampling. The qualitative data were gathered using questionnaires and interviews, while for quantitative data using the scale of academic procrastination made by the researchers themselves based on the results of qualitative data analysis. Qualitative data analysis technique used was interactive models while Lisrel item analysis was used to analyze quantitative data to confirm which factors had an influence on academic procrastination. The results show that 3 factors causing procrastination namely physical, psychological, and environmental factors. The factors that have the highest influence on academic procrastination are psychic aspects, namely internal factors in each athlete.

Keywords: *procrastination academic, thesis, students athlete*

PENDAHULUAN

Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik (Ghufron, 2011, p. 156). Solomon dan Rothblum (Ghufron, 2011, p. 157) menyebutkan enam area akademik untuk melihat jenis-jenis tugas yang sering diprokrastinasi oleh pelajar, yaitu tugas mengarang, tugas belajar menjelang ujian, tugas membaca, kinerja tugas administratif, menghadiri pertemuan dan penundaan dalam kinerja akademik secara keseluruhan. Tugas yang dirasa sulit cenderung akan ditunda dan tugas yang dirasa mudah cenderung akan dikerjakan terlebih dahulu. Selain itu mahasiswa juga cenderung menunda tugas yang menuntut kemandirian tinggi serta memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi. Seperti yang dijelaskan oleh Ursia, Siaputra, dan Sutanto (2013) bahwa sebagian besar mahasiswa menganggap bahwa skripsi merupakan salah satu area akademik yang penting karena merupakan salah satu syarat mahasiswa untuk mendapatkan gelar S1.

Mahasiswa adalah kaum intelektual yang seharusnya mengerti akan situasi bangsa dan negara serta memperbanyak pengetahuannya di berbagai bidang. Mereka harus lebih berpikiran kritis dan lebih berani dalam menyatakan fakta serta realita yang ada. Mereka juga harus memiliki wawasan yang luas dalam mengatasi suatu problem atau berbagai peristiwa yang memiliki dampak yang besar terhadap perkembangan dan kemajuan dari bangsa dan negara. Artinya, mahasiswa pada hakikatnya harus mempunyai bekal keilmuan, menguasai teori yang telah dipelajari dan mempunyai keterampilan seperti berbicara secara ilmiah, keterampilan menulis untuk menunjang nilai kinerjanya saat sudah memasuki dunia kerjanya serta memiliki etika yang baik saat bekerja (Lee & Mendlinger, 2011).

Mahasiswa harus menumpuh studinya minimal 3,5 tahun dan maksimal 7 tahun yang akhirnya akan melewati fase akhir studinya dengan menyusun skripsi.

Skripsi disusun atas dasar kajian kepustakaan, penelitian lapangan, dan/ atau uji laboratorium sebagai penelitian ilmiah pada program jenjang studi S1 dengan bobot 6 SKS. Tugas ini bersifat mandiri, sehingga mahasiswa memiliki kebebasan untuk mengatur jadwal kerja pribadinya. Mahasiswa dapat memilih untuk mengerjakan atau tidak tugas menyusun skripsi karena tidak terikat oleh jadwal perkuliahan. Semua jurusan di setiap fakultas pada perguruan tinggi mewajibkan mahasiswa mengambil Mata Kuliah Skripsi karena skripsi digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana. Mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu satu semester atau kurang lebih sekitar enam bulan. Kenyataannya masih banyak dijumpai mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari enam bulan untuk mengerjakan skripsi bahkan sampai 1 tahun. Dengan harapan mahasiswa mempunyai bekal keilmiah untuk melanjutkan ke fase berikutnya yaitu bekerja sesuai formasi yang diminatinya. Harapan perguruan tinggi kepada para mahasiswanya adalah lulusan yang berkualitas dan berkarakter baik dalam bidang akademik maupun nonakademik. Namun, setiap mahasiswa sebagai manusia pada hakikatnya mempunyai kelebihan dan kekurangan masing-masing baik dalam bidang akademik maupun nonakademik.

Mahasiswa di Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) UNNES rata-rata masih berstatus sebagai atlet baik lokal maupun nasional yang tersebar di tiga jurusan keolahragaan yaitu Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR); Ilmu Keolahragaan (IKOR); dan Pendidikan

Kepelatihan Olahraga (PKLO). Semua mahasiswa tersebut bahkan juga masih aktif dalam kegiatan latihan di klub dan pelatnas serta masih sering mengikuti pertandingan di tingkat regional, nasional maupun internasional. Tidak semua mahasiswa yang berlatarbelakang sebagai atlet memiliki kemampuan akademik seperti tuntutan sebagai mahasiswa pada umumnya. Tabel 1 menyajikan data mahasiswa yang belum menyelesaikan skripsinya.

Tabel 1 menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa yang berstatus sebagai atlet di FIK UNNES yang menyelesaikan skripsi di atas enam bulan lebih. Artinya, tingkat prokrastinasi akademik dalam penyusunan skripsi dinilai sangat tinggi. Untuk mahasiswa angkatan tahun 2010 yang belum menyelesaikan skripsi dinyatakan *dropout*. Mahasiswa angkatan tahun 2011, tahun ini di semester genap yang belum menyelesaikan skripsi harus sudah menyelesaikannya karena sudah memasuki semester akhir yaitu semester 14. Mahasiswa angkatan 2012 yang belum skripsi pun juga harus segera menyelesaikan skripsinya agar tidak masuk ke fase semester akhir. Fakta di atas menunjukkan bahwa tingginya prokrastinasi mahasiswa yang berstatus atlet di FIK UNNES dalam mengerjakan skripsi masih luput dari perhatian. Dari tiga angkatan tersebut,

terdapat delapan orang mahasiswa yang mampu menyelesaikan skripsi paling cepat 5 bulan dan 15 orang mahasiswa yang menyelesaikan skripsi paling lama yaitu 9,5 bulan (sumber: Sitedi UNNES, Rekapitulasi progres skripsi, diakses melalui laman [www.skripsi.UNNES.ac.id / 17/11/2016](http://www.skripsi.UNNES.ac.id/17/11/2016). 21.05).

Berdasarkan data dan fenomena di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor penyebab mahasiswa atlet FIK UNNES dalam melakukan tindakan prokrastinasi penyusunan skripsi.

METODE

Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif, yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan objek sesuai dengan apa adanya. Desain etnografis dan fenomenologi digunakan untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor penyebab mahasiswa atlet FIK UNNES dalam melakukan tindakan prokrastinasi penyusunan skripsi

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa FIK UNNES angkatan 2010-2012 yang sedang dan belum menyusun skripsi yang berjumlah 1.003 orang. Fokus dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang berstatus atlet, maka penentuan sampel diambil dengan menggunakan

Tabel 1

Rekapitulasi Progres Skripsi Mahasiswa FIK UNNES Jurusan PJKR, IKOR, dan PKLO

Mahasiswa Tahun Angkatan	Jumlah Mahasiswa	Sudah Selesai Mengerjakan Skripsi	Belum Menyelesaikan Skripsi	Rata-rata Lama Penulisan Skripsi
2010	776 Orang	638 Orang	138 Orang	281,6 hari (9,5 bulan)
2011	1253 Orang	920 Orang	333 Orang	300,5 hari (10 bulan)
2012	993 Orang	461 Orang	532 Orang	277,5 hari (9,2 bulan)
Rata-rata lama penulisan skripsi seluruh angkatan				286 hari (9,5 bulan)

Sumber: Sitedi UNNES (diakses melalui laman [www.skripsi.unnes.ac.id /17/11/2016](http://www.skripsi.unnes.ac.id/17/11/2016). 20.05)

purposive random sampling, yaitu berdasarkan pertimbangan tertentu. Pertimbangan kriteria sampel yang dipilih adalah mahasiswa Jurusan PJKR, IKOR, dan PKLO angkatan 2010-2012, yang sedang dan belum menyusun skripsi, dan yang masih aktif berstatus sebagai atlet. Berdasarkan pertimbangan tersebut, jumlah sampel yang didapat dalam penelitian ini adalah 112 orang.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara, dan angket terbuka. Pengambilan data dilakukan dengan menemui langsung subjek penelitian. Angket digunakan untuk mengetahui permasalahan dari subjek mengenai prokrastinasi akademiknya dalam menyusun skripsi. Wawancara dilakukan setelah peneliti melakukan survei dengan menggunakan angket dengan tujuan untuk menggali informasi yang belum jelas dari data angket. teknik observasi untuk mengetahui faktor-faktor yang ditunjukkan mahasiswa atlet dalam melakukan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi.

Data yang diperoleh dianalisis secara

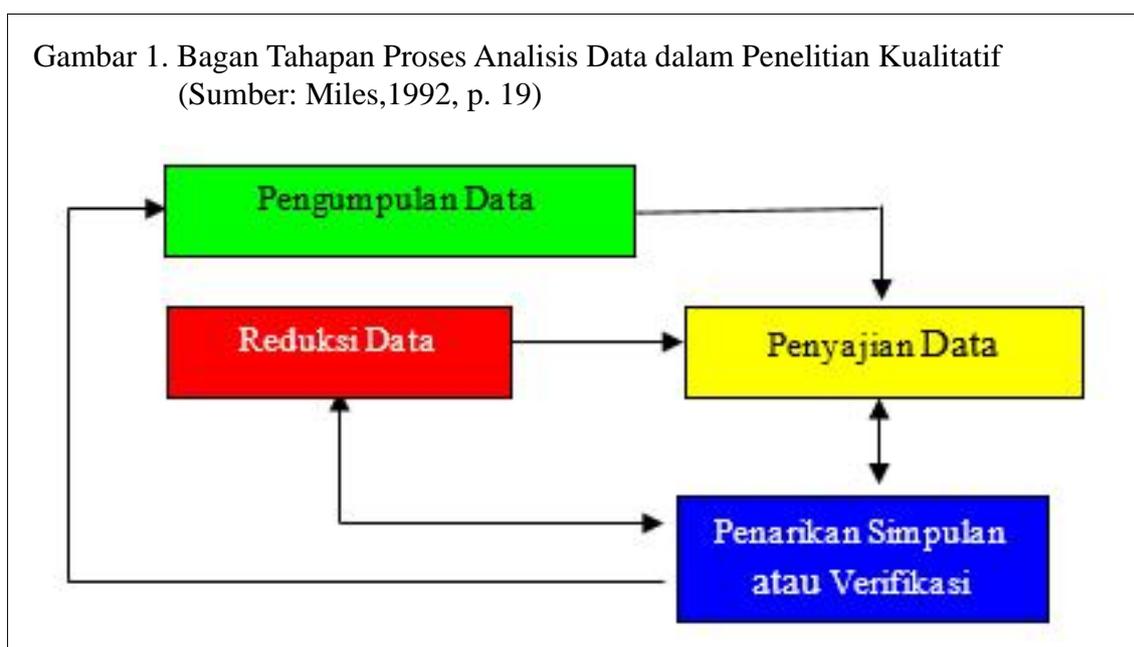
induktif dengan menggunakan siklus interaktif Miles dan Huberman (1992). Reduksi data dilakukan untuk mengurangi hal yang tidak perlu, menyederhanakan, memfokuskan, memilah, menyeleksi, dan menajamkan data yang diperoleh. Gambar 1 menyajikan bagan analisis data dengan menggunakan siklus interaktif Miles dan Huberman (1992).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

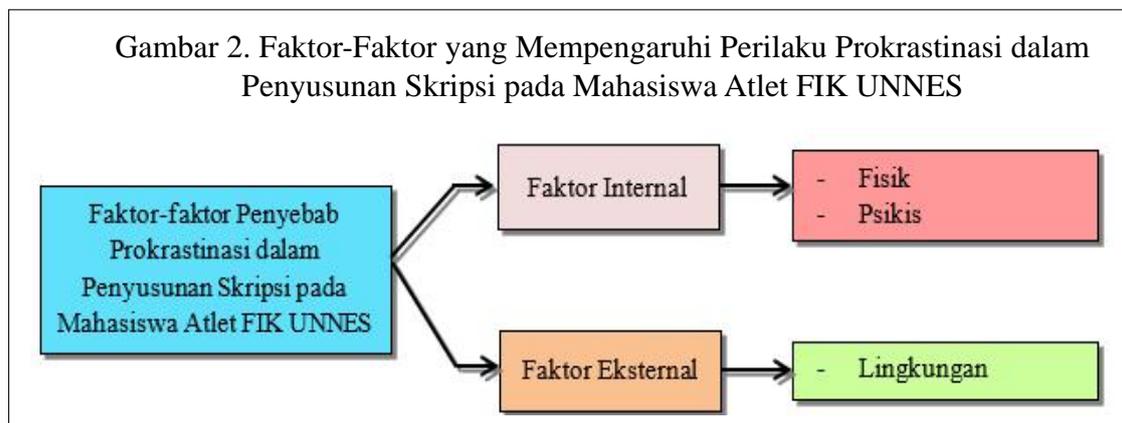
Berdasarkan hasil penelitian terdapat faktor-faktor yang menyebabkan mahasiswa atlet FIK UNNES melakukan prokrastinasi skripsi, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam individu yang menjadikan prokrastinasi akademik. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu seperti adanya pengaruh dari lingkungan yang membentuk seseorang melakukan prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi. Faktor-faktor yang memengaruhi tersebut disajikan pada Gambar 2.

Faktor internal di antaranya adalah

Gambar 1. Bagan Tahapan Proses Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif
(Sumber: Miles, 1992, p. 19)



Gambar 2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Prokrastinasi dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Atlet FIK UNNES



faktor fisik yang menjadi salah satu penyebab terjadinya prokrastinasi akademik dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa atlet FIK UNNES. Faktor fisik ini adalah mahasiswa merasa lelah, mengantuk, dan capek karena berbagai aktivitas latihan fisik rutin untuk persiapan menghadapi pertandingan yang diatur oleh pelatih sehingga saat akan mengerjakan skripsi mahasiswa atlet tersebut lebih memilih istirahat daripada mengerjakan.

Yang termasuk faktor internal adalah faktor psikis. *Pertama*, faktor penyebabnya adalah pemahaman mahasiswa atlet yang tidak mengerti alur penyusunan skripsi dari pembuatan latar belakang, kajian teori, metode penelitian, dan penyajian hasil penelitian serta kesimpulan. Hal ini berkaitan dengan jarangnyaa mahasiswa alet membaca pustaka di perpustakaan dan tidak menyerap materi saat perkuliahan dengan maksimal, disebabkan mahasiswa atlet tidak memiliki waktu untuk membaca serta tidak fokus terhadap materi yang disampaikan oleh dosen saat perkuliahan. *Kedua*, tidak menguasai teori mengenai metode penelitian. Hal ini berkaitan dengan cara dosen pembimbing memberikan pemahaman tentang alur penelitian kepada mahasiswa atlet sehingga hal ini menjadi pengaruh terhadap terjadinya prokrastinasi akademik penyusunan skripsi

pada mahasiswa atlet. *Ketiga*, adalah adanya rasa malas yang timbul dari dalam diri mahasiswa karena kurang motivasi sehingga sulit memulai untuk mengerjakan skripsinya. Selain itu, yang menjadi pemicunya adalah lebih suka melakukan hal-hal yang bisa dilakukan, semisal melakukan latihan fisik untuk menunjang teknik keterampilannya agar lebih bagus sehingga mengabaikan skripsinya.

Keempat, adalah mahasiswa atlet tidak bisa mengatur waktu antara jadwal latihan dan pertandingan, bimbingan, dan mengerjakan skripsi. Hal ini dikarenakan jadwal latihan dan pertandingan yang padat sehingga mahasiswa lupa melakukan bimbingan skripsi dengan dosen dan lupa apa saja yang harus dikerjakan sesuai dengan perintah dosen pembimbing dalam menyusun skripsinya. *Kelima*, kurang berminat dalam mengerjakan skripsi. Hal ini juga berkaitan dengan cara dosen pembimbing memberikan bimbingan. Ada dosen yang kurang jelas dalam memberikan arahan kepada mahasiswa bimbinganya, tidak menyesuaikan kemampuan mahasiswa atlet tersebut dalam penyampaian arahnya, dan susahnyaa dosen pembimbing ditemui. *Keenam*, *mood* (suasana hati). Saat mahasiswa merasa belum muncul *mood* yang baik, maka akan mengabaikan atau menunda tugas sampai timbulnya *mood*

yang baik yang membuat bersemangat mengerjakan tugas-tugas kuliah. Semua hal yang berkaitan dengan fisik dan psikis timbul dari dalam diri individu.

Faktor penyebab prokrastinasi dalam menyusun skripsi pada mahasiswa atlet juga timbul karena adanya faktor eksternal yaitu lingkungan. *Pertama*, tingkat kesulitan arah dosen pembimbing kepada mahasiswa atlet dalam menyusun skripsi, misalnya arahan dosen pembimbing untuk melakukan observasi untuk membuat latar belakang, tujuan, dan manfaat dari penelitiannya. Mahasiswa merasa kesulitan melakukan observasi. Cara mencatat hal-hal yang terjadi dan masih kebingungan meresume hasilnya yang telah dilakukan. Untuk mengatasi kerumitan tersebut kebanyakan mahasiswa meng-*copy-paste* dari internet yang mudah dilakukan. *Kedua*, lingkungan tempat tinggalnya (kosan) yang kurang kondusif untuk mengerjakan skripsi. Kebanyakan mahasiswa atlet tinggal di asrama atlet yang penghuninya rata-rata juga mempunyai *mindset* yang sama dan banyak teman-teman yang mempengaruhi agar menunda skripsi serta membujuk agar mengikuti latihan daripada mengerjakan skripsi. *Ketiga*, kurangnya referensi untuk mengerjakan skripsi karena sumbernya sulit dicari dan terbatas sehingga menyebabkan mahasiswa menunda skripsi. *Keempat*, waktu pengerjaan skripsi yang tidak terikat dengan jadwal. Mahasiswa terlalu santai untuk mengerjakannya dan tidak dapat mengelola waktu untuk mengerjakan skripsinya. *Kelima*, kesibukkan mahasiswa atlet, seperti adanya rapat organisasi cabang olahraga, kegiatan menjadi *referee*/wasit di berbagai pertandingan olahraga, dan sudah memiliki pekerjaan menjadi pelatih. Semua hal yang termasuk pada faktor eksternal diperkuat oleh kajian literatur yang menyebutkan bahwa faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu

dapat berupa kegiatan yang banyak (*over-loaded tasks*) yang menuntut penyelesaian yang hampir bersamaan (Mutakin, 2015).

Faktor lain yang tidak termasuk pada klasifikasi internal maupun eksternal yaitu penilaian subjek terhadap sifat dosen pembimbing, seperti dosen pembimbing yang *killer*, baik, dan kurang tegas. *Pertama*, dosen pembimbing yang *killer* adalah dosen pembimbing yang membuat tegang saat membimbing, lebih mendominasi daripada mahasiswa, dan tidak dapat menerima pernyataan atau pendapat mahasiswa. *Kedua*, dosen yang baik adalah dosen yang mudah ditemui di kampus, mau terbuka dan berdiskusi saat bimbingan, dan dapat memahami karakteristik mahasiswa serta mudah memberikan tanda tangan persetujuan skripsi. Hal ini menjadi faktor tambahan dalam hasil penelitian ini. Hasil penelitian ini juga dipertegas oleh Richard (Lastuti & Jaedun, 2014) yang menyatakan bahwa keberhasilan seorang siswa dalam menempuh pendidikannya ditentukan juga oleh seorang guru. Dalam hal ini adalah dosen pembimbing yang membimbing seorang mahasiswa dalam menyusun skripsinya sebagai tutor.

Berdasarkan analisis kualitatif faktor-faktor yang paling utama mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa atlet dalam penyusunan skripsi adalah faktor internal pada domain psikis. Faktor kedua yang mempengaruhi adalah faktor eksternal pada domain lingkungan. Faktor-faktor tindakan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa atlet ini memerlukan perhatian lebih karena kemampuan di bidang akademik mereka masih kurang mumpuni. Hal ini disebabkan karena mahasiswa atlet tersebut tidak memiliki waktu yang lebih untuk dapat belajar mengenai materi skripsinya sendiri dibandingkan mahasiswa yang lain pada umumnya, waktu mereka untuk berkunjung ke perpustakaan sangat

terbatas. Mereka sebagai mahasiswa yang masih berstatus atlet harus membagi posisinya sebagai mahasiswa yang harus memiliki kemampuan akademik dan sebagai atlet yang memiliki keterampilan. Keadaan tersebut tidaklah mudah dilakukan oleh semua mahasiswa atlet. Adanya perlakuan yang berbeda oleh dosen pembimbing pada mahasiswa atlet saat melakukan bimbingan skripsi sangatlah diperlukan, misal dengan bahasa atau perumpamaan yang dapat dipahami oleh mereka dengan mengkaitkan di bidang olahraga yang mereka tekuni.

Tindakan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa atlet disebabkan faktor internal dan eksternal pada setiap individu. Banyaknya jadwal kegiatan latihan dan kegiatan menjadi seorang wasit dan pelatih pada setiap cabang olahraga menjadi alasan utama untuk menunda menyusun skripsi karena menurut mereka menyusun skripsi sangat susah dan melelahkan daripada melakukan latihan. Hal ini tentu harus bisa disikapi oleh perguruan tinggi pengampu jurusan atau program studi di bidang keolahragaan karena kelemahan di bidang akademik pada mahasiswa yang berstatus atlet memerlukan perhatian lebih.

Tingginya tingkat prokrastinasi penyusunan skripsi menimbulkan dampak negatif yang dialami oleh semua pihak, baik mahasiswa yang bersangkutan maupun keluarga dan instansi tempat mengikuti perkuliahan selain terlambatnya pengentasan tugas-tugas perkembangan yang disebutkan di atas (Rachmah, Mayangsari, & Akbar, 2015). Milgram (Ghufon, 2011, p. 153) mengungkapkan bahwa prokrastinasi menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas dan panik. Prokrastinasi juga menyebabkan buruknya kinerja pada individu dan menyebabkan hasil yang tidak

memuaskan. Prokrastinasi penyusunan skripsi juga berarti bertambahnya masa studi yang ditempuh oleh mahasiswa yang bersangkutan. Dengan bertambahnya masa studi, tanggungan ekonomi yang harus dipikul oleh orang tua juga menjadi bertambah, karena masih harus membayar biaya pendidikan. Selain itu prokrastinasi penyusunan Skripsi pada mahasiswa juga dapat mempengaruhi akreditasi jurusan, karena tepat waktunya mahasiswa menyelesaikan studi merupakan salah satu unsur yang dinilai.

Keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu dapat mempengaruhi individu dalam melakukan tindakan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi, misalnya *fatigue*. Millgram (Gufon, 2011, p. 164) menyatakan bahwa seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada individu yang tidak mengalami *fatigue*. Keadaan fisik individu di sini artinya berkaitan dengan keadaan anggota tubuh individu yang bersangkutan. Keadaannya utuh secara fisiologis maupun secara fungsional, misalnya individu dengan tunadaksa dan individu dengan gangguan pendengaran atau tunarungu. Retnawati (2015) juga menyebutkan bahwa jenis kelamin juga memiliki andil sebagai faktor penyebab prokrastinasi akademik pada individu. Hal ini dipertegas hasil penelitian Kusuma, Sutadji, dan Tuwoso (2014) bahwa subjek berjenis kelamin laki-laki lebih tinggi derajat perilaku prokrastinasinya ketimbang subjek berjenis kelamin perempuan.

Keadaan psikis setiap individu dapat mempengaruhi individu dalam melakukan tindakan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi. Hal ini berkaitan dengan besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik

yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik (Phoolka & Kaur, 2012; Lastuti & Jaedun, 2014). Pada umumnya motivasi memiliki sifat siklas, yaitu motivasi timbul, memicu perilaku tertuju pada tujuan, dan akhirnya setelah tujuan tercapai, motivasi itu berhenti (Rostaminezhad, Mozayani, Norozi, & Izzy, 2013; Hendrianur, 2015). Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa ada beberapa jenis motivasi yang dapat mempengaruhi mahasiswa atlet dalam menyusun skripsi antara lain motivasi fisiologis, motif sosial, motif kompetensi, dan motif aktualisasi diri. Motif fisiologis pada dasarnya berakar pada keadaan jasmani. Dorongan-dorongan yang muncul biasanya berkaitan dengan kebutuhan-kebutuhan untuk kelangsungan hidupnya sebagai makhluk hidup. Seseorang yang memiliki motivasi berprestasi ini biasanya akan meningkatkan *performance*-nya sehingga dengan demikian akan terlihat kemampuan berprestasinya.

Motif kompetensi berkaitan dengan motif instrinsik, yaitu kebutuhan seseorang untuk kompetensi dan menentukan sendiri dalam kaitan dengan lingkungannya. Disebut intrinsik karena tujuannya adalah perasaan internal mengenai kompetensi dan *self determination*. Sebaliknya motif ekstrinsik ditujukan kepada tujuan yang terletak di luar individu (Sutriyono, Riyani, & Prasetya, 2012; Ursia, dkk., 2013). Motif kompetensi dan yang bersifat instrinsik merupakan hal yang sangat penting karena merupakan motivator yang sangat kuat dari perilaku manusia yang dapat digunakan untuk membuat seseorang lebih produktif.

Yang terakhir adalah motif aktualisasi diri. Motif aktualisasi diri merupakan motif yang berkaitan dengan kebutuhan atau dorongan untuk mengaktualisasikan potensi yang ada pada diri individu (Ackerman &

Gross, 2005). Kebutuhan aktualisasi diri merupakan kebutuhan yang tertinggi dalam hirarki kebutuhan yang dikemukakan oleh Maslow.

Setiap perguruan tinggi juga harus memiliki komitmen dalam hal pelayanan akademik agar setiap mahasiswa yang mempunyai ciri khas atau karakteristik tertentu mempunyai peluang yang sama dengan mahasiswa pada umumnya sehingga rasa percaya diri dalam menghadapi kehidupan di dunia kerja nanti dapat terus diterapkan. Tanggung jawab yang lebih besar dalam meningkatkan kualitas kinerja pelayanan perguruan tinggi yang diberikan kepada seluruh pengguna, seperti mahasiswa, dosen, dan bahkan masyarakat di semua bidang layanan perlu di mempunyai implementasi yang konsisten sehingga berkelanjutan tersebut dapat memberikan kepuasan bagi pengguna perguruan tinggi.

Upaya untuk mengatasi permasalahan prokrastinasi akademik, terkait dalam menyelesaikan tugas akademik akhirnya sebagai mahasiswa yaitu skripsi agar visi dan misi setiap perguruan tinggi agar terus tetap berjalan. Salah satunya dengan cara mewujudkan pelayanan akademik terpadu. Pelayanan akademik terpadu dalam pengentasan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi akan berhasil apabila dilakukan atas kerja sama dari berbagai pihak. Dengan demikian, akan terwujud suatu model pelayanan akademik terpadu yang komprehensif dan efektif untuk dilaksanakan. Kolaborasi dari beberapa pihak ini bisa dinamakan dengan advokasi berjejaring. Advokasi berbasis jejaring/koalisi pada dasarnya dilakukan dengan prinsip dasar membagi tujuan bersama untuk diwujudkan bersama-sama, dengan sumber daya yang dimiliki masing-masing atau dengan sumber daya bersama.

Beberapa pihak yang terlibat dalam pengentasan prokrastinasi akademik maha-

siswa dalam menyelesaikan skripsi ini adalah lembaga keluarga yaitu orang tua, lembaga akademisi yaitu tenaga kependidikan dan tenaga pendidik (dosen), lembaga penelitian; pusat layanan bimbingan konseling yang dimiliki setiap perguruan tinggi. Hal tersebut dipertegas oleh Kusuma, dkk. (2014) yang menyatakan bahwa faktor eksternal yang dapat memengaruhi pencapaian kompetensi pada siswa terdiri dari lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Perpaduan yang seimbang antara faktor internal dan faktor eksternal dalam suatu pendidikan, mampu membantu peserta didik dalam kompetensi secara optimal. Dalam hal ini, peran serta berbagai pihak sangat efektif untuk memacu motivasi atau semangat pada diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi (Rumiani, 2006).

Model advokasi berjejaring tersebut akan berdampak pada dukungan sosial yang dapat memengaruhi kesehatan individu dengan memberi perlindungan dalam melawan efek negatif dari stres tingkat tinggi. Ketika mahasiswa mengalami stres, dukungan dari berbagai pihak akan mengembangkan “*buffers*” yang berguna untuk menghadapi stress. Penelitian Kors dan Linden (Ursia, dkk., 2013) menemukan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi tekanan akibat aktivitas yang menimbulkan stres pada mahasiswa. Hasil penelitian Eggen *et al.* (Ursia, dkk., 2013) menemukan bahwa ada hubungan antara jaringan personal dan dukungan sosial terhadap perilaku belajar dan harga diri pada pelajar. Jaringan personal dan dukungan sosial dapat berfungsi sebagai “jaringan penyelamat” yang membantu pelajar dalam penanggulangan stres dan kesulitan-kesulitan dalam masa belajar. Dengan demikian, diharapkan adanya kerja sama dari beberapa pihak tersebut yang tercakup dalam sebuah sistem advokasi berjejaring akan diperoleh model pelayanan

akademik terpadu yang komprehensif dan intergal sehingga dapat memberikan upaya solusi dalam pengetasan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi bagi mahasiswa yang berstatus atlet yang mengalami hal tersebut terkait dengan tugas akhir akademiknya dalam memperoleh gelar sarjana.

Prokratinasi akademik banyak berakibat negatif dan merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian karena berpengaruh bagi mahasiswa itu sendiri dan bagi orang lain atau lingkungan berupa hasil yang tidak optimal. Prokratinasi dapat dipandang dari berbagai segi karena melibatkan berbagai unsur masalah yang kompleks, yang saling terkait satu sama lain. Prokratinasi bukan sekedar gambaran dari rendahnya kebiasaan belajar ataupun manajemen waktu, tetapi juga melibatkan interaksi yang kompleks dari komponen perilaku, kognitif, dan afektif. Pelajar yang terbiasa menunda-nunda meyakini bahwa kecenderungan mereka untuk melakukan prokrastinasi, secara signifikan dapat mengganggu pencapaian akademis, kecakapan untuk menguasai materi kelas, dan kualitas hidup mereka (Istiningrum, 2017).

Saran yang dapat disampaikan dalam permasalahan penelitian ini adalah dalam mencari ide topik skripsi bagi para mahasiswa sebaiknya benar-benar melihat masalah yang terjadi sehingga mudah untuk melanjutkan pemecahan masalah di masa depan. Jika mahasiswa kurang bisa menangkap masalah, maka pemecahan masalah yang digunakan menjadi tidak kuat. Hal ini berdampak pada pembuatan latar belakang. Suka atau tidak pada dunia karya tulis merupakan hal yang sulit untuk dirubah, maka pemecahannya adalah mencari materi yang disukai oleh mahasiswa sebagai bahan penelitian dan mahasiswa memiliki pengetahuan yang

bagus dalam materi tersebut. Secara tidak langsung ini akan menjadi pemecah masalah bagi mahasiswa yang masih kurang memahami materi yang dijadikan sebagai bahan penelitian. Ketika bimbingan dengan dosen pembimbing, sebaiknya jangan terlalu serius mencatat, tetapi memahami yang dibicarakan oleh dosen pembimbing. Memahami akan lebih mudah diingat dibandingkan dengan mencatat dalam keadaan tergesa-gesa dan menulisnya tidak jelas. Orang tua adalah kunci motivasi terbesar agar segera lulus. Berikan kebahagiaan kepada orang tua dengan memberi kabar bahwa anaknya akan segera wisuda. Kebahagiaan bukan sekedar materi saja, jadi bagi mahasiswa yang belum lulus tetapi sudah bekerja, hal ini bisa menjadi solusi untuk memulihkan motivasi. Orang tua akan merasa tenang jika anaknya sudah lulus dan akan merasa gelisah jika anaknya belum lulus. Mulailah untuk menganggap bahwa dosen pembimbing adalah orang tua kedua yang sedang memberikan bimbingan mengenai skripsi agar skripsinya cepat selesai. Terbukalah dengan dosen pembimbing mengenai masalah yang terjadi pada diri mahasiswa mengenai skripsi sehingga dosen dapat memahami apa yang dialami oleh mahasiswa dan dapat memberikan solusi.

Bagi para mahasiswa yang berstatus atlet jangan terlalu banyak kegiatan latihan atau job sebagai wasit atau pelatih sebaiknya dikurang karena jika terlalu banyak, biasanya prioritas untuk mengerjakan skripsi menjadi berkurang. Mempunyai kegiatan itu hal yang bagus tetapi pilihlah kegiatan-kegiatan yang tidak mengganggu untuk pengerjaan skripsi. Belajar untuk menghargai waktu, sehingga waktu yang berjalan harus memiliki makna untuk kemajuan skripsi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi tindakan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa atlet FIK UNNES ada dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang memengaruhi adalah keadaan kondisi fisik dan psikis para mahasiswa, di mana kondisi fisik tubuh yang merasa lelah, ngantuk, dan capek karena berbagai aktivitas latihan fisik rutin. Dalam hal ini yang menjadi faktor terjadinya tindakan prokrastinasi adalah kurangnya pemahaman mahasiswa tentang alur penyusunan skripsi. Selain faktor-faktor ada faktor lain yang tidak termasuk pada klasifikasi internal maupun eksternal yaitu penilaian subjek terhadap sifat dosen pembimbing, seperti dosen pembimbing yang *killer*, baik, dan kurang tegas. Faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa atlet FIK UNNES adalah faktor internal pada aspek psikis dan kedua faktor yang juga ikut mempengaruhi yaitu eksternal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ackerman, D. S., & Gross, B. L. (2005). My instructor made me do it: Task characteristic of procrastination. *Journal of Marketing*, 27(1), 5-13.
- Ghufro, S. R. (2011). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hendrianur. (2015). Hubungan dukungan sosial dan regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi. *Jurnal Psikoborneo*, 3(2), 528-542.
- Istiningrum, A. A. (2017). Peningkatan self-regulated learning skills mahasiswa pada mata kuliah akuntansi pengantar melalui problem-based learning. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, XXXVI(1), 81-90. Diunduh dari <http://>

- journal.uny.ac.id/index.php/cp/article/view/11080.
- Kusuma, F. I., Sutadji, E., & Tuwoso. (2014). Kontribusi dukungan orang tua, penguasaan pengetahuan dasar, dan motivasi berprestasi terhadap pencapaian kompetensi kejuruan. *Jurnal Kependidikan*, 44(1), 1-14. Diunduh dari <http://journal.uny.ac.id/index.php/jk/article/view/2187>.
- Lastuti, S., & Jaedun, A. (2014). Evaluasi pelaksanaan Program S1 PGSD di Unit Program Belajar Jarak Jauh UT DIY. *Jurnal Kependidikan*, 44(1), 39-50. Diunduh dari <http://journal.uny.ac.id/index.php/jk/article/view/2190>.
- Lee, J. & Mendlinger, S. (2011). Perceived self efficacy and its effect on online learning acceptance and student satisfaction. *Journal of Service Science and Management*, 4(2), 243-252.
- Miles, B. B., & Huberman, A. M. (1992). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Phoolka, S., & Kaur, N. (2012). Adversity quotient: A new paradigm to explor. *International Jurnal of Contemporary Business Studies*, 3(4), 67-78.
- Rachmah, D. N., Mayangsari, M. D., & Akbar, S. N. (2015). Motivasi belajar sebagai mediator hubungan kecerdasan adversitas dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang aktif berorganisasi. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, XXXIV(2), 211-221. Diunduh dari <http://journal.uny.ac.id/index.php/cp/article/view/4826>.
- Rekapitulasi progres skripsi, diakses melalui laman www.skripsi.UNNES.ac.id/17/11/2016. 21.05).
- Retnawati, H. (2015). Perbandingan akurasi penggunaan skala likert dan pilihan ganda untuk mengukur self-regulated learning. *Jurnal Kependidikan*, 45(2), 156-167. Diunduh dari <http://journal.uny.ac.id/index.php/jk/article/view/7493>.
- Rostaminezhad, M. A., Mozayani, N., Norozi, D., & Iziy, M. (2013). Factors related to e-learner dropout: Case study of IUST Elearning Center. *Social and Behavioral Science*, 83(2), 522-527.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres mahasiswa. *Jurnal Psikologi UNDIP*, 3(2), 112-122. doi: 10.14710/jpu.3.2.37.
- Sutriyono, Riyani, & Prasetya, B. E. A. (2012). Perbedaan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW berdasarkan tipe kepribadian A dan B. *Jurnal Satya Widya*, 28(2), 127-135.
- Ursia, N. R., Siaputra, B. I., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Jurnal Makara Seri Soisal Humaniora*. 17(1), 1-18.
- Mutakin, T. Z. (2015). Analisis prokrastinasi tugas akhir/skripsi. *Jurnal Formatif*, 2(1), 82-89.