

**HUBUNGAN PESIMISME DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM
MENYELESAIKAN SKRIPSI MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING
UIN SJECH M. DJAMIL DJAMBEK BUKITINGGI**

Lisa Oktavia¹, Afrinaldi², Darul Ilmi³, Muhiddinur Kamal⁴

^{1, 2, 3, 4} Bimbingan dan Konseling, FTIK UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

Alamat e-mail : lisaokaaviaa10@gmail.com¹, abangafrinaldi@gmail.com²
darulilmi@uinbukittinggi.ac.id³, muhiddinurkamal@gmail.com⁴

ABSTRACT

The purpose is to determine the extent of the relationship between academic procrastination and pessimism of Guidance and Counseling students at Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi State Islamic University in completing their thesis. In addition, it aims to determine the extent of the relationship between pessimism and academic procrastination among orientation and mentoring students. The research was motivated by the phenomenon that occurred in the field that many students seemed to procrastinate in working on the thesis so that the making became slow, delaying the task because it was more fun to watch TV, chat, take a walk or listen to music. In addition, there are a number of phenomena related to pessimism, pessimistic students often feel inferior, are too dependent on others, and have a bleaker outlook on life. Pessimism is someone with a less optimistic or worried behavior or outlook. The quantitative correlational method was used in this study. 160 students from the 2019-2020 promotion participated. Probability sampling was used to take a sample of 40 students. Data processing through coding, scoring, and tabulation. The data analysis technique used the coefficient of determination to determine the relationship between pessimism and academic procrastination, which is 0.141%. This can be seen after knowing the relationship between the two variables. Based on the analysis of the coefficient of determination to determine how much the relationship between pessimism and academic procrastination with R^2 of 0.141 shows that the proportion of the pessimism variable relationship is 14.1% while the remaining (100-14.1) is 85.9% influenced by variables not examined in this study.

Keywords: *Pessimism, Academic Procrastination, Thesis, Guidance and Counseling*

ABSTRAK

Tujuan yaitu mengetahui sejauh mana hubungan prokrastinasi akademik dan pesimisme mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi dalam menyelesaikan skripsinya. Selain itu, bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan pesimisme dengan penundaan akademik di kalangan mahasiswa orientasi dan pendampingan.

Penelitian dilatarbelakangi oleh fenomena yang terjadi di lapangan banyaknya mahasiswa terlihat menunda-nunda dalam mengerjakan skripsi sehingga pembuatan menjadi lambat, penundaan tugas karena lebih menyenangkan nonton tv, ngobrol, jalan-jalan atau mendengarkan musik. Selain itu ada jumlah fenomena yang terkait dengan pesimisme, mahasiswa yang pesimis sering kali merasa rendah diri, terlalu bergantung pada orang lain, dan memiliki pandangan hidup yang lebih suram. Pesimisme adalah seseorang dengan perilaku atau pandangan yang kurang optimis atau khawatir. Metode korelasional kuantitatif digunakan dalam penelitian ini. 160 siswa dari promosi 2019-2020 berpartisipasi. Probabilitas sampling digunakan untuk mengambil sampel dari 40 mahasiswa. Proses pengolahan data melalui coding, scoring, dan tabulasi. Teknik analisis data yang digunakan koefisien determinasi untuk mengetahui hubungan antara pesimisme dengan prokrastinasi akademik yaitu sebesar 0,141%. Hal ini dapat dilihat setelah diketahui hubungan kedua variabel tersebut. Berdasarkan analisis koefisien determinasi untuk mengetahui seberapa besar hubungan pesimisme dengan prokrastinasi akademik dengan R^2 sebesar 0,141 menunjukkan bahwa proporsi hubungan variabel pesimisme sebesar 14,1% sedangkan sisanya ($100-14,1$) yaitu 85,9% dipengaruhi oleh variabel yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Pesimisme, Prokrastinasi Akademik, Skripsi, Bimbingan dan Konseling

A. Pendahuluan

Mahasiswa yang berarti "besar" atau "tinggi" dan mahasiswa yang berarti "siswa" merupakan asal muasal istilah "mahasiswa" yang berarti "siswa" pada tingkatan paling elit. Mahasiswa didefinisikan sebagai mahasiswa terdaftar pada perguruan tinggi tertentu di Indonesia menurut peraturan No. 30 tahun 1990. Mahasiswa memiliki peran yang penting sebagai agen perubahan untuk tatanan kehidupan yang dapat diterima secara sosial berdasarkan realitas dan logika, mahasiswa memegang peranan yang sangat penting. Ada banyak hal yang dapat menghalangi mahasiswa menyelesaikan skripsi tepat waktu. Beberapa di antaranya adalah: kesulitan menentukan literatur yang

akan digunakan, malas dan kurang percaya diri.

Individu yang memiliki pandangan pesimis sering kali memandang diri mereka sebagai pihak yang tidak mampu mengendalikan situasi, baik yang berkaitan dengan diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Faktor sosial dan lingkungan yang negatif, yang kerap hadir di sekitar mereka, memperkuat keyakinan ini. Sikap pesimis tersebut kemudian dapat tercermin dalam bentuk perilaku penundaan akademik, di mana siswa menunda-nunda penyelesaian tugas yang seharusnya diselesaikan. Penundaan ini sering dipandang oleh sebagian orang sebagai perilaku yang tidak efisien dalam memanfaatkan waktu. Pada saat

menghadapi tugas, kecenderungan untuk menunda muncul, terutama ketika siswa merasa terbebani atau tidak yakin dengan kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas tersebut.

Perilaku penundaan tugas dalam konteks akademik dianggap sebagai salah satu bentuk penghindaran. Siswa yang menunda biasanya merasa tertekan atau terintimidasi oleh tugas yang harus diselesaikan, sehingga memilih untuk menunda sebagai cara meredakan tekanan. Pandangan ini menyiratkan bahwa ketidakefisienan dalam mengelola waktu adalah hasil dari perasaan pesimis terhadap kemampuan diri dan keterbatasan kontrol terhadap lingkungan.

Sesuai observasi yang dilakukan, mahasiswa Bimbingan dan Konseling 2019-2020 yang dilaksanakan pada 6 Februari 2024, dan mahasiswa RS, DR, dan A K termasuk di antara mereka yang tercatat terlambat. Mahasiswa mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, meskipun mereka memenuhi tenggat waktu. Terkadang mahasiswa menunda mengerjakan skripsi karena mereka lebih suka menonton tv, berbicara di telepon, berjalan-jalan, atau mendengarkan musik. Selain itu, ada sejumlah fenomena yang dikaitkan dengan pesimisme. Misalnya, mahasiswa yang pesimis sering merasa rendah diri, terlalu bergantung pada orang lain, dan memiliki pandangan hidup yang lebih suram. Wawancara putaran pertama dengan Bimbingan dan Konseling

2019-2020 data yang dihimpun dari RS, DR, dan AK, tiga mahasiswa Universitas Islam Negeri Bukittinggi 2024, berkaitan dengan prokrastinasi akademik; secara khusus, mahasiswa menunda penulisan skripsi mereka sampai mereka kurang yakin dengan kemampuan mereka. Selain itu, hal ini terkait dengan pesimisme; Siswa sering menunda menyelesaikan bab atau revisi karena sudah putus asa.

B. Kajian Pustaka

Pesimisme adalah Suatu pemahaman atau hipotesis yang hanya melihat sesuatu dari sisi negatifnya. Pesimisme adalah keadaan mental yang cenderung mengharapkan hasil yang kurang baik atau keyakinan bahwa hal-hal buruk dan sulit di dunia ini lebih banyak terjadi dibandingkan hal-hal baik dan mudah. Salah satu ciri orang pesimis adalah kurangnya rasa percaya diri sehingga menimbulkan perasaan iri. Beberapa sikap yang muncul akibat kurang percaya diri adalah sebagai berikut: a) Fokus pada hal negatif, b) Perasaan tidak berdaya, c). Ekspektasi Terburuk, d). Kesulitan dalam Melihat Sisi Positif, e). Kritik terhadap Diri Sendiri, f). Resistensi terhadap Perubahan, g). Persepsi Dunia sebagai Tempat yang Bermasalah, h). Kehati-hatian yang Berlebihan, i). motivasi yang rendah.

Penundaan merupakan hal yang lumrah dikalangan mahasiswa yang dalam fase mengerjakan skripsi. Pertama, karena penalaran dan pemikiran mahasiswa yang tidak

sehat, yang menganggap skripsi harus dituntaskan dengan sempurna. Kedua, rasa cemas yang berlebihan terjadi pada saat penilaian hasil skripsi sehingga menimbulkan ketakutan dan kegagalan mental. Salah satu pendorong penundaan adalah mencari kesenangan, yaitu orang-orang mencari hal-hal yang menarik dan memiliki keinginan kuat untuk bersenang-senang tanpa memprioritaskan hal-hal yang lebih penting. Penundaan akademik dapat muncul sebagai salah satu dari beberapa indikator yang dapat diukur dan diamati, antara lain:

1. Pencabutan awal dan akhir tugas yang ada
2. Pencabutan dalam penyelesaian tugas.
3. Perbedaan waktu antara kinerja saat ini dan rencana
4. Menemukan pekerjaan lain yang lebih mengasikkan dibandingkan menyelesaikan tugas-tugas yang perlu diselesaikan

Ciri-ciri penundaannya yaitu penundaan dalam memulainya atau menyelesaikan kewajiban yang ada, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, penundaan waktu antara rencananya dan kinerja sebenarnya, dan penundaan dalam melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas yang harus diselesaikan.

Mahasiswa melakukan prokrastinasi akademis ketika mereka menunda menyelesaikan tugas dan tanggung jawab lain yang secara langsung relevan dengan pekerjaan

akademis mereka. Mengabaikan untuk menyelesaikan sesuatu di rumah atau di tempat kerja merupakan contoh prokrastinasi nonakademis. Jenis prokrastinasi ini tidak terkait dengan prokrastinasi akademis. Menulis skripsi merupakan salah satu dari sekian banyak persyaratan akademis di tingkat universitas. Sebagai proyek akhir mata kuliah dan prasyarat kelulusan, tesis ini mutlak harus dimiliki oleh setiap mahasiswa. Mengantisipasi kegiatan yang tidak menyenangkan tetapi tampaknya dapat dikelola adalah akar penyebab penundaan, yang tidak lebih dari sekadar kebiasaan. Tidak menyelesaikan pada deadline terakhir tugas pada tanggal jatuh tempo atau menundanya hingga saat-saat terakhir adalah penundaan akademis. Kegiatan formal yang berhubungan dengan pekerjaan akademis sering kali ditunda hingga nanti, suatu praktik yang dikenal sebagai penundaan akademis. Banyak mahasiswa menunda belajar hingga menit terakhir karena mereka terlalu sibuk dengan hal-hal lain, baik di dalam maupun di luar sekolah. Ini hanyalah salah satu dari banyak alasan mengapa mahasiswa menunda-nunda. Kurangnya kepercayaan diri mahasiswa terhadap kemampuan mereka sendiri untuk menyelesaikan tugas, yang menyebabkan mereka menundanya hingga menit terakhir dan bahkan menyontek teman sebayanya, merupakan faktor lain yang berkontribusi terhadap masalah ini. Mahasiswa jelas menderita

akibatnya, karena mereka membuang-buang banyak waktu tanpa memperoleh pengetahuan yang berarti. Mahasiswa sering menunda penyelesaian skripsi karena, pertama, pikiran mereka tidak sehat dan menganggap skripsi mereka harus sempurna. Kedua, mereka mengalami kecemasan berlebihan saat hasil skripsi dievaluasi, yang menyebabkan mereka takut gagal dan menanamkan rasa takut gagal dalam benak mereka. Mencari kesenangan, dalam arti mencoba hal-hal baru dan ingin

menikmati diri sendiri tanpa mendahulukan hal-hal lain yang lebih mendesak, merupakan faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi.

C. Metode Penelitian

Pendekatan yang dikenal sebagai metodologi penelitian kuantitatif korelasional digunakan dalam penelitian ini. Populasi utama penelitian ini adalah 160 mahasiswa angkatan 2019-2020. Tabel berikut menampilkan jumlah mahasiswa :

Tabel. 1 Populasi Mahasiswa UIN SMDD Bukitinggi

No	Angkatan	Jenis Kelamin		Jumlah
		Laki- Laki	Perempuan	
1	2019	11	51	62
2	2020	8	90	98
Jumlah				160

Sumber Data : Dipeoleh dari Prodi BK UIN SMDD BUKITINGGI

Sampel untuk penelitian ini terdiri dari 40 mahasiswa. Metode yang digunakan yaitu probabilitas sampling menggunakan teknik stratified random sampling untuk mengambil sampelnya. Sugiyono menyatakan bahwa pengambilan sampel stratified random sampling

dalam suatu populasi dilakukan melalui penerapan pendekatan stratified Sampel representatif dimana populasi mempunyai anggota yang tidak homogen dan terwakili secara proporsional. Tabel berikut menampilkan jumlah sampel dalam penelitian.

Tabel 2. Sampel Penelitian

No	Angkatan	Jumlah Angkatn	Sampel
1	2019	62	16
2	2010	98	24
Jumlah		160	40

Sampel dari populasi yang diteliti disebut sampel penelitian. Arikunto menyatakan bahwa sampel merupakan representasi dari keseluruhan populasi yang diambil dari populasi yang lebih besar. Untuk menjamin bahwa Setiap anggota

masyarakat mempunyai kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel investigasi; pendekatan pengambilan sampel probabilistik digunakan. Dalam penelitian ini, teknik demonstrasi acak berdasarkan proporsi digunakan, sebuah metode

yang sering digunakan dalam populasi yang anggotanya tidak homogen dan terstratifikasi secara proporsional, sebagai strategi pengambilan sampelnya. angkatan 2019-2020 UIN SMDD Bukittinggi menjadi populasi penelitian ini. Perlu diingat bahwa sampel penelitian merupakan representasi dari populasi secara umum ketika menentukan ukuran sampel. Jika jumlah peserta penelitian kurang dari seratus orang, maka semua peserta harus diikutsertakan, kata Suharsimi Arikunto. Meskipun demikian, ukuran sampel sebesar 10-15% atau 20-25% digunakan jika jumlahnya lebih dari 100. Sesuai dengan justifikasinya, kami memilih sampel sebesar 25% dari populasi yang jumlahnya melebihi 100 untuk penelitian ini. Jadi, 40 partisipan merupakan ukuran sampel untuk penelitian ini, yaitu 25% dari 160 orang.

Teknik pengumpulan data penulis menyebarkan kuesioner untuk mengumpulkan data untuk penelitian ini. Peneliti sering

D.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil

Tabel 3 .Descriptive Statistics

Descriptive Statistics						
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pesimisme	40	64	62	126	111.50	11.152
Prokrastinasi Akademik	40	17	40	57	51.55	4.101
Valid N (listwise)	40					

Tabel statistik deskriptif Berdasarkan temuan penelitian sebelumnya, nilai maksimal variabel pesimisme adalah 126, dan nilai

menggunakan kuesioner, yang terdiri dari sejumlah pertanyaan atau pernyataan ditulis sebelumnya, untuk mengumpulkan informasi dari masyarakat umum. Salah satu cara cepat dan mudah untuk mendapatkan informasi adalah dengan menggunakan survei. Jika Anda memiliki ukuran sampel yang besar atau merupakan yang terbesar di suatu wilayah yang besar, kuesioner dapat menjadi pilihan yang tepat. Skala Likert adalah salah satu alat atau metodologi yang digunakan dalam penelitian ini. Variabel yang diteliti di sini adalah prokrastinasi akademik, yang dilambangkan sebagai variabel Y dan pesimisme (variabel X), dan kuesioner disusun dengan mendeskripsikan faktor-faktor ini. Responden dapat memilih jawaban dengan menandai (✓) pada lembar respons; setiap variabel dipecah lebih lanjut menjadi sub-variabel, dan item disajikan sebagai pernyataan positif dan negatif.

minimumnya adalah 62. Sedangkan rentangnya adalah 64, artinya data yang diperoleh dari nilai maksimum hingga nilai minimum adalah 64, rata-

ratanya adalah 111,50, dan standar deviasinya adalah 11,152. Hal ini menunjukkan bahwa data tersebut kurang bervariasi karena nilai standarnya lebih rendah dari nilai mediumnya, atau bisa juga merujuk pada data yang lebih konsisten atau homogen. N menunjukkan kuantitas data atau jumlah responden atau 40 siswa dalam tabel ini.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, variabel Prokrastinasi Akademik mempunyai nilai maksimum sebesar 57 dan nilai

minimum sebesar 40. Sedangkan rentangnya adalah 17, artinya data yang diperoleh dari nilai maksimum hingga nilai minimum adalah 17, rata-ratanya adalah 51,55, dan simpangan bakunya adalah 4101. Hal ini menunjukkan bahwa data tersebut kurang bervariasi karena simpangan bakunya lebih rendah dari nilai mediumnya, atau bisa juga disebut dengan data yang lebih konsisten atau homogen. N menunjukkan kuantitas data atau jumlah responden atau 40 siswa dalam tabel ini.

Tabel 4. One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pesimisme	Prokrastinasi Akademik
N		40	40
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	111.50	51.55
	Std. Deviation	11.152	4.101
Most Extreme	Absolute	.123	.097
Differences	Positive	.097	.092
	Negative	-.123	-.097
Test Statistic		.123	.097
Asymp. Sig. (2-tailed)		.129 ^c	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Pada tabel diatas, ada Nilai signifikansi (sig) pada variabel pesimisme sebesar $0,126 > 0,05$, sedangkan nilai signifikansi (sig) pada variabel prokrastinasi akademik sebesar $0,200 > 0,05$. Oleh karena itu, berdasarkan prinsip dasar pengambilan keputusan, dapat

disimpulkan bahwa nilai residu berdistribusi normal karena nilai signifikansi 0,126 dan 0,200 lebih dari 0,05., maka dapat dikatakan bahwa residul dapat dianggao berdistribusi normal berdasarkan pedoman dasar pengambilan keputusan.

Table 5. ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik * Pesimisme	Between Groups	(Combined)	388.233	24	16.176	.907	.597
		Linearity	92.281	1	92.281	5.171	.038
		Deviation from Linearity	295.953	23	12.868	.721	.766
	Within Groups		267.667	15	17.844		
	Total		655.900	39			

Hasil uji linearitas sebelumnya menunjukkan signifikansi deviasi linearitas (sig) sebesar $0,766 > 0,05$. Berdasarkan pedoman dasar pengambilan keputusan dapat

disimpulkan bahwa variabel (X) pesimisme dan (Y) prokrastinasi akademik mempunyai hubungan linier karena nilai signifikansi $0,766$ lebih besar dari $0,05$.

Tabel 6. Hasil Uji Correlations

		Pesimisme	PA
Pesimisme	Pearson Correlation	1	.465**
	Sig. (2-tailed)		.002
	N	40	40
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	.465**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	
	N	40	40

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil Dari tabel korelasi produk momen sebelumnya dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapatnya hubungan antara prokrastinasi akademik(Y) dengan pesimisme (X) karena nilai signifikansinya $0,002 < 0,05$. Berdasarkan tabel momen produk sebelumnya, nilai korelasi Pearson sebesar $0,465$. Jika dilihat dari tabel parameter

interpretasi, diperoleh koefisien korelasi sebesar $0,465$ yang termasuk tingkat hubungan sedang yang berada pada interval koefvsien korelasi(r) sebesar $0,40$ sampai dengan $0,599$. Dapat disimpulkan terdapat hubungan yang moderat antara variabelX (pesimisme) dan Y(prokrastinasi akademik), dengan nilai korelasi Pearson sebesar $0,465$.

Tabel 7. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.375 ^a	.141	.118	3.851

a. Predictors: (Constant), Pesimisme

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa koefisien determinasi yang merupakan hasil kenaikan koefisien R merupakan persentase hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Temuan ini menghasilkan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,141. Hal ini mencakup tingkat hubungan sedang atau cukup yang berada dalam rentang koefisien korelasi Product Moment yaitu 0,40 hingga 0,599, Hal ini menunjukkan bahwa variabel independen (pesimisme) mempunyai pengaruh sebesar 14,1% terhadap variabel dependen (prokrastinasi akademik), sedangkan sisanya sebesar 85,9% ($100\% - 14,1\%$) mempunyai korelasi kuat dengan rentang interval koefisien korelasi Product Moment . 0,80 hingga 1,00, menunjukkan adanya hubungan dengan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Pembahasan

Pesimisme

Pandangan pesimis adalah pandangan yang ditandai dengan penolakan untuk menerima kenyataan apa adanya, meskipun niatnya baik. Ia sangat kritis terhadap diri sendiri sehingga ia yakin akan gagal total dalam hal apa pun yang ia coba. Sebuah teori sosiologi berdasarkan gagasan ini dapat muncul, yang menggambarkan masyarakat dengan struktur yang tidak berfungsi.

Menurut teori struktural fungsional, manusia seperti organ yang saling berhubungan yang menggunakan tubuh mereka untuk mencapai tujuan. Bahkan dengan

pandangan negatif, Anda dapat mengatasi rintangan dengan melatih pikiran dan tubuh Anda agar lebih optimis. Terus-menerus memikirkan pikiran sosial dan lingkungan yang tidak menyenangkan adalah akar penyebab suasana hati yang suram yang berkembang. Akibatnya, ia harus mengelilingi dirinya dengan orang-orang positif yang dapat membantunya mengatasi pesimismenya.

Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademis didefinisikan oleh Akinsola dkk., sebagaimana dikutip oleh Nafeesa, sebagai penghindaran mengerjakan tugas yang seharusnya dikerjakan seseorang; sebaliknya, ia lebih suka menghabiskan waktu dengan teman-teman atau terlibat dalam kegiatan yang kurang penting. Selain itu, alih-alih belajar, seorang prokrastinator lebih suka menonton TV atau film. Menunda penyelesaian tugas atau pekerjaan dikenal sebagai prokrastinasi. Prokrastinasi seseorang menjadi jelas ketika mereka menunda memulai atau menyelesaikan proyek, bergerak lambat saat mengerjakannya, membuat jeda antara fase perencanaan dan fase kerja aktual, dan mengalami kesulitan dengan pekerjaan lain yang lebih menyenangkan.

Para ahli mengklasifikasikan prokrastinasi menjadi dua kategori, menurut tulisan Said Hasan Basri: akademis dan nonakademis. Ketika orang menunda melakukan hal-hal seperti sekolah hingga menit terakhir,

mereka terlibat dalam prokrastinasi akademis. Mengabaikan prokrastinasi akademis, seseorang terlibat dalam bentuk masalah nonakademis ketika mereka menunda melakukan hal-hal seperti bersosialisasi atau menyelesaikan tugas. Prokrastinasi di kelas didefinisikan oleh Luhur Wicaksono sebagai "kecenderungan untuk menunda tugas-tugas yang berhubungan dengan akademis secara sengaja dan berulang-ulang," yang berarti bahwa siswa menunda memulai atau menyelesaikan tugas sekolah mereka. Pelaku prokrastinasi biasanya menghabiskan waktu lebih lama dari yang dibutuhkan untuk bersiap-siap, sering kali melewatkan tenggat waktu untuk sekolah, dan mengalami kesulitan memulai dan menyelesaikan tugas sesuai tenggat waktu.

Hubungan Pesimisme Dengan Prokrastinasi Akademik

Data yang ada menunjukkan bahwa penundaan akademik merupakan salah satu elemen yang dapat berkontribusi terhadap pesimisme. Penundaan akademik terjadi ketika siswa yakin bahwa mereka tidak melakukan cukup pekerjaan. kompeten untuk mengerjakan tugas tepat waktu, yang sejalan dengan teori Raimon yang menyatakan bahwa pesimisme tentang kompetensi berperan besar dalam perilaku menunda-nunda.

Kehidupan mahasiswa dipengaruhi oleh prokrastinasi akademik dalam berbagai cara, termasuk menerima nilai rendah, gagal dalam mata kuliah, gagal

memenuhi standar, dan mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akhir. Mahasiswa akan mengembangkan pandangan pesimis sebagai akibat dari internalisasi pandangan negatif ini; hal ini, pada gilirannya, akan meningkatkan tingkat prokrastinasi mereka.

Uji persyaratan analisis Penelitian ini menggunakan uji linearitas berdasarkan temuan uji normalitas yang dilakukan dengan menggunakan SPSS 26 dan rumus Kolmogorov-Smirnov. Hasil pengujian menunjukkan nilai sig prokrastinasi akademik dan pesimisme masing-masing sebesar $0,200 > 0,05$ dan $0,126 > 0,05$. Berdasarkan kriteria dasar pengambilan keputusan, dapat disimpulkan bahwa nilai residu mengikuti distribusi normal karena nilai signifikansi 0,126 dan 0,200 kurang dari 0,05. Dilengkapi dengan jalur pengambilan keputusan yang mendasar, variabel (X) pesimisme dan (Y) prokrastinasi akademik mempunyai hubungan yang linier, yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi sebesar $0,766 > 0,05$ untuk kriteria deviasi linieritas (sig) pada uji linieritas yang dilakukan dengan menggunakan SPSS 26.

Melalui proses pemangkatan kuadrat R untuk variabel bebas, uji determinasi menentukan koefisien determinasi yang merupakan presentase hubungan antara variabel terikat dan bebas. Dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,141 penelitian ini menemukan bahwa prokrastinasi akademik dan pesimisme secara bersama-sama membentuk hubungan yang cukup

kuat. Rentang koefisien korelasi product moment adalah 0,40 sampai dengan 0,599 yang termasuk dalam angka tersebut. Terdapat hubungan yang sangat signifikan yaitu sebesar 85,9% (100%-14,1%) yang berada pada rentang 0,80 sampai dengan 100, hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh variabel lain yang tidak diperhitungkan dalam penelitian ini.

E. Kesimpulan

Dapat disimpulkan uji normalitas dan linearitas menggunakan SPSS 26 dan rumus Kolmogorov Smirnov, berdasarkan hasil uji persyaratan analisis. Baik variabel prokrastinasi akademik maupun pesimisme ditemukan memiliki nilai signifikansi (sig) lebih besar dari 0,05 dalam temuan uji. Mengikuti prinsip dasar pengambilan keputusan, kita dapat menyimpulkan bahwa nilai residual mengikuti distribusi normal karena nilai signifikansi 0,126 dan 0,200 lebih dari 0,05. Selain itu, uji linearitas menggunakan SPSS 26 menghasilkan nilai sig (simpangan baku) sebesar $0,766 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa, sejalan dengan dasar pengambilan keputusan, variabel (X) prokrastinasi akademik dan (Y) pesimisme berhubungan secara linear.

Dalam uji determinasi, koefisien determinasi dihitung dengan mengkuadratkan R untuk variabel independen. Ini menunjukkan proporsi hubungan antara variabel independen dan dependen. Dengan menggunakan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,141, penelitian ini

menemukan bahwa penundaan akademik dan pesimisme memiliki hubungan yang cukup hingga sedang. Angka ini berada di kisaran 0,40 hingga 0,599 untuk koefisien korelasi momen produk. Variabel lain yang tidak diperhitungkan dalam penelitian ini kemungkinan berdampak pada 85,9% sisanya (100% -14,1%), yang memiliki hubungan yang sangat kuat dengan rentang 0,80 hingga 100.

Pada penelitian ini, terdapat beberapa saran dari peneliti yang dapat diberikan, yaitu sebagai berikut :

1. Bagi mahasiswa, sebagai masukan atau pedoman agar dalam menyelesaikan skripsi tepat waktu dan tidak menunda-nunda dalam mengerjakan skripsi
2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumber referensi, inspirasi dan data apabila kelak ingin melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, Faiz, and Siti Fitriana, 2021 'Implementation of Cognitive Behavior Counseling with Self-Management Techniques to Overcome Academic Procrastination in Students
- Alex Sabur, 1985, Parent-Child Communication (Bandung: Aksara Bandung)
- Andi Quraisy, 2022 'Data Normality Using the Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilk Tests', J-HEST Journal of Health Education Economics Science and Technology, 3.1, 7-11.

- Arikunto Suharsimi, 2013, *Research Procedures*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta)
- Budi Santosa and Etsil Uswati, 2022, *The Relationship between Procrastination and Academic Dishonesty in Middle Adolescents in Lubuk Layang Village, Rao Selatan District, Pasaman Regency, Tambusai Education*, Vol 6 Number 2,
- D Rahmadani, 2019 'Efforts of Guidance and Counseling Teachers to Reduce Academic Procrastination of Grade X Students Through Self-Management Techniques at SMK Yayasan Pendidikan Delisha ...', *Al-Mursyid (Journal of the Islamic Guidance and Counseling Alumni Association)*, 2, pp. 1–12
- Dera Lukita Sari, Esti Widiani, and Sirli Mardianna Trishinta, 2019 "The Relationship Between Pessimistic Mindset and Risk of Depression in Adolescents," *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan* 4, no. 1
- M. Nur Ghufon and Rini Risnawita S., 2012, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media)
- Sugiyono, 2007, *Statistika untuk Penelitian*, Bandung : Alfabeta
- Sugiyono, 2015, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta)