

HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN PERILAKU BERHATI-HATI DENGAN KECENDERUNGAN PERILAKU PROKRASTINASI PADA MAHASISWA PESERTA PENDIDIKAN KARAKTER IAYP

Singgih Purwanto, Arundati Shinta, & Fx. Wahyu Widianoro
Fakultas Psikologi Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta

ABSTRACT

Procrastination is a kind of failure on self-regulation to accomplish a task based on voluntary intention. Although he or she understands the consequence, this kind of behavior occurs repeatedly. This kind of harmful behavior frequently occurred among the IAYP (International Award for Young People) participants. IAYP is a kind of character building program. The program requires participants to accomplish three activities sport, skill, and community service once per week during 24 weeks (either for bronze and silver level). This program trained participant to have internal motivation. This research is done in university proklamasi 45 yogyakarta. This research is a correlation research with subjects totaling 30 subjects. The subject is the students participating in IAYP. method of data collection is done with the scale, the scale of procrastination and conscientiousness scale. This research had a normal distribution and has a linear correlation so that the data analysis is done by using the technique of Karl Pearson Product Moment Correlation. The results of data analysis have shown that the value of correlation coefficient or $r_{xy} = -0.693$, $p = 0.000$ ($p < 0.01$), meaning that there is a very significant relationship between behavioral variables to conscientiousness with variable procrastination at the University of Proklamasi 45 Yogyakarta

Keywords: Procrastination, conscientiousness, character building

PENDAHULUAN

Pendidikan karakter merupakan sebuah usaha untuk mendidik individu agar ia dapat mengambil keputusan dengan bijak dan mempraktikannya dalam kehidupan sehari-hari. Hasil pendidikan karakter tersebut diharapkan dapat memberikan kontribusi yang positif terhadap diri individu dan lingkungannya (Rahmawati, 2014). Pendidikan karakter saat ini sangat relevan diterapkan dalam lingkungan sekolah. Pembangunan karakter ini merupakan upaya perwujudan amanat Pancasila dan Pembukaan UUD 1945. Pembangunan karakter tersebut dilatarbelakangi oleh realita permasalahan kebangsaan yang berkembang saat ini. Permasalahan itu diantaranya adalah disorientasi dan belum dihayatinya nilai-nilai Pancasila, keterbatasan perangkat kebijakan terpadu dalam mewujudkan nilai-nilai Pancasila, bergesernya nilai etika dalam kehidupan berbangsa dan bernegara, mudarnya kesadaran terhadap nilai-nilai budaya bangsa, ancaman disintegrasi bangsa, dan melemahnya kemandirian bangsa (Ramly, 2001).

Begitu pentingnya pendidikan karakter ini sehingga hal-hal yang berhubungan dengan pendidikan karakter menjadi menarik untuk diketahui. Pada kenyataannya proses pendidikan karakter tidak mudah dalam menjalankannya. Pendidikan karakter yang dimaksudkan untuk memperbaiki karakter justru memunculkan kecenderungan perilaku yang bertolak belakang dengan tujuannya. Perilaku tersebut adalah prokrastinasi.

Prokrastinasi merupakan kecenderungan seseorang untuk menunda-nunda suatu tugas atau pekerjaan dengan sengaja dan berulang-ulang. Prokrastinasi mempunyai dua karakteristik (Boice, 1996). Karakteristik pertama yaitu menunda sebuah tugas yang penting dan sulit. Individu melakukan prokrastinasi karena merasa tugasnya sulit meskipun tugas itu penting. Kedua, prokrastinasi dapat berarti juga menunggu waktu yang tepat untuk bertindak. Individu melakukan prokrastinasi karena kesulitan menata waktu. Kecenderungan melakukan prokrastinasi dapat dilakukan oleh setiap orang. Prokrastinasi dapat menimbulkan kerugian bagi diri sendiri dan orang lain (Ferrari, Johnson & McCown 1995).

Prokrastinasi sangat merugikan. Kerugian prokrastinasi bagi mahasiswa adalah adanya gangguan terhadap pencapaian akademis dan rendahnya kualitas hidup. Pencapaian akademis yang rendah terjadi karena individu selalu menunda-nunda tugas yang harus segera dikumpulkan. Kualitas hidup menjadi menurun karena individu menunda-nunda suatu kegiatan yang menunjang kualitas hidup, misalnya enggan berolahraga (Ackerman & Gross, 2005). Prokrastinasi ini dapat dikurangi dengan cara individu memasuki kelompok yang anggota-anggotanya didorong atau dilatih untuk tidak menunda penyelesaian suatu tugas. Hal ini dapat dilakukan dalam kelompok IAYP (*International Award for Young People*).

Penelitian ini dilakukan pada peserta program pendidikan karakter IAYP di Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta (UP45). Penelitian ini dilakukan di UP45 karena UP45 memiliki program IAYP yang dijadikan sarana pendidikan karakter unggul pada mahasiswa. IAYP merupakan sebuah program pendidikan karakter yang pusatnya di Inggris, serta dipelopori oleh Pangeran Philips dan Kurt Hun yang merupakan seorang pendidik dari Jerman. IAYP diakui oleh lebih dari 140 negara di dunia. Program ini memiliki tiga tingkat penghargaan yaitu perunggu, perak, dan emas (Shinta, 2013).

Peserta program IAYP adalah anak muda usia 14 – 25 tahun. Setiap peserta IAYP diharuskan memiliki pembina yang telah bersertifikasi. Pembina merupakan pengawas sekaligus pihak yang menentukan layak atau tidaknya peserta menyelesaikan program. Program IAYP terdiri dari tiga kegiatan yaitu keterampilan, olahraga, dan pelayanan masyarakat. Ketiga kegiatan itu harus dilakukan satu kali per minggu selama kurun waktu 24 minggu (level perunggu dan perak) dan 48 minggu untuk level emas. Durasi setiap kegiatan adalah minimal satu jam setiap minggunya. Bila peserta terlambat melakukan kegiatan pada setiap minggunya, maka ia diharuskan mengulang kegiatan tersebut mulai dari awal (Shinta, 2013).

Persoalan yang relevan dengan prokrastinasi pada peserta program IAYP yaitu mereka sering menunda-nunda dalam melakukan kegiatan. Dampaknya adalah peserta menjadi tertinggal atau terlambat mengerjakan tugas, sehingga berhenti melakukan kegiatan IAYP (Shinta, 2013). Diantara sekian banyak faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi di atas, ternyata perilaku berhati-hati adalah variabel yang kuat pengaruhnya terhadap perilaku prokrastinasi.

Pengaruh variabel perilaku berhati-hati terhadap prokrastinasi sangat tinggi ($r=-0,62$) dibanding variabel lain yang juga mempengaruhi perilaku prokrastinasi. Variabel lain yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi itu diantaranya adalah intelegensi ($r=0,03$) depresi ($r=0,28$) kontrol diri ($r=-0,58$) jenis kelamin ($r=-0,08$) dan usia ($r=-0,15$) (Steel, 2007).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris apakah ada hubungan antara kecenderungan perilaku berhati-hati dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa peserta pendidikan karakter IAYP. Manfaat penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangan teori-teori psikologi dan untuk memberikan informasi tentang hubungan antara perilaku berhati-hati dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa peserta pendidikan karakter IAYP. Penelitian ini penting karena dapat mengetahui kecenderungan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa peserta pendidikan karakter IAYP. Keunikan penelitian ini adalah belum adanya penelitian yang membahas tentang perilaku prokrastinasi yang dihubungkan dengan pendidikan karakter pada level mahasiswa. Penelitian yang ada lebih banyak membahas perilaku prokrastinasi dalam bidang akademik (Solomon, & Rothblum, 1984).

Hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara perilaku berhati-hati dengan perilaku prokrastinasi. Semakin peserta pendidikan karakter IAYP berhati-hati, maka semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi. Semakin peserta pendidikan karakter IAYP kurang berhati-hati, maka semakin tinggi kecenderungan peserta untuk melakukan prokrastinasi.

METODE

Variabel tergantung penelitian ini ialah perilaku prokrastinasi. Prokrastinasi ini diukur dengan Skala Prokrastinasi yang didasarkan pada aspek penghargaan terhadap waktu, mengelak mengerjakan tugas, dan menyalahkan orang lain (Steel, 2007). Prokrastinasi dapat diketahui dengan melihat skor yang diperoleh oleh subjek setelah mengisi Skala Prokrastinasi. Skala tersebut tersusun dari 16 butir pernyataan. Alternatif jawaban skala tersebut ada lima. Untuk butir *favorable*, nilai jawabannya adalah sangat setuju (nilai 5), setuju (nilai 4), kurang setuju (nilai 3), tidak setuju (nilai 2), sangat tidak setuju (nilai 1). Untuk butir *unfavorable*, nilai jawabannya adalah sangat setuju (nilai 1), setuju (nilai 2), kurang setuju (nilai 3), tidak setuju (nilai 4), dan sangat tidak setuju (nilai 5) (Azwar, 1998). Uji coba Skala Prokrastinasi pada mahasiswa diperoleh hasil validitas butir yang bergerak antara 0,324-0,600. Koefisien reliabilitasnya adalah 0,854. Angka-

angka tersebut menunjukkan bahwa Skala Prokrastinasi layak digunakan sebagai alat pengambil data.

Variabel bebas penelitian ini ialah perilaku berhati-hati. Perilaku berhati-hati diukur menggunakan Skala Perilaku Berhati-hati. Aspek perilaku berhati-hati adalah kemampuan untuk berkonsentrasi, kemampuan untuk membuat perencanaan, dan keinginan untuk mencapai sesuatu yang lebih tinggi (Steel, 2007). Perilaku berhati-hati dapat diketahui dengan melihat skor yang diperoleh oleh subjek setelah mengisi Skala Perilaku Berhati-hati. Skala tersebut tersusun dari 9 butir pernyataan.

Alternatif jawaban skala tersebut ada lima. Untuk butir *favorable*, nilai jawabannya adalah sangat setuju (nilai 5), setuju (nilai 4), kurang setuju (nilai 3), tidak setuju (nilai 2), sangat tidak setuju (nilai 1). Untuk butir *unfavorable*, nilai jawabannya adalah sangat setuju (nilai 1), setuju (nilai 2), kurang setuju (nilai 3), tidak setuju (nilai 4), dan sangat tidak setuju (nilai 5) (Azwar, 1998). Dari hasil coba yang dilakukan pada 30 mahasiswa, diperoleh hasil validitas butir skala perilaku berhati-hati bergerak antara 0,314-0,519. Koefisien reliabilitasnya adalah 0,725. Angka-angka tersebut menunjukkan bahwa Skala Perilaku Berhati-hati layak digunakan sebagai alat untuk mengambil data.

Subyek penelitian ialah 30 mahasiswa peserta pendidikan karakter IAYP. Jumlah total peserta IAYP di UP45 adalah 90 orang. Mereka menjadi subyek penelitian karena ciri-ciri sampel pada penelitian ini adalah sebagai berikut: mahasiswa Universitas Proklamasi 45, sudah menyelesaikan kegiatan IAYP minimal level perunggu, subjek dapat dijangkau oleh peneliti, dan subjek bersedia terlibat dalam penelitian ini.

Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis korelasi Pearson. Teknik statistik parametrik itu sesuai untuk penelitian ini karena pada uji normalitas yang menggunakan perhitungan Kolmogorov-Smirnov ternyata sebaran data penelitian mengikuti distribusi kurve normal (Hadi, 2004). Hasil Kolmogorov-Smirnov untuk variabel perilaku berhati-hati ialah 0,728 dengan nilai $p = 0,664$ ($p > 0,05$) dan untuk variabel prokrastinasi ialah 0,789 dengan nilai $p = 0,561$ ($p > 0,05$). Dalam penelitian ini pengujian linearitas hubungan dilakukan dengan menggunakan teknik analisis varian. Hasil analisis uji linearitas diperoleh hasil $F = 1,789$ dengan $p = 0,138$ ($p > 0,05$) yang menandakan bahwa hubungan antara variabel perilaku berhati-hati dengan prokrastinasi adalah linier.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa koefisien korelasi Pearson antara variabel prokrastinasi dengan variabel perilaku berhati-hati sebesar $r = -0,693$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Artinya ada hubungan yang sangat signifikan antara variabel prokrastinasi dengan variabel perilaku berhati-hati. Hal ini berarti hipotesis penelitian diterima. Ada hubungan antara perilaku prokrastinasi

dengan perilaku berhati-hati pada mahasiswa peserta pendidikan karakter IAYP. Semakin peserta pendidikan karakter itu berhati-hati, maka semakin rendah kemungkinannya untuk melakukan prokrastinasi.

DISKUSI

Penelitian ini memberikan hasil bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara variabel perilaku berhati-hati dengan variabel prokrastinasi di Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Steel (2007) yang menunjukkan bahwa perilaku berhati-hati mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi. Menurut Steel (2007) individu yang mempunyai kecenderungan prokrastinasi menunjukkan bahwa individu tersebut kurang berhati-hati. Individu yang berhati-hati adalah individu yang bertanggungjawab, teratur, dapat diandalkan, serta gigih. Sebaliknya, individu yang kurang berhati-hati cenderung mudah bingung, tidak teratur, serta tidak dapat diandalkan. Dampak perilaku prokrastinasi adalah individu merasa malas mengerjakan tugas (Robbins, 2008; Steel, 2007). Individu yang berhati-hati kecenderungannya tidak melakukan prokrastinasi.

Boice (1996) menjelaskan bahwa prokrastinasi mempunyai dua karakteristik. Karakteristik pertama berarti individu menunda sebuah tugas yang penting dan sulit dibandingkan dengan tugas yang lebih mudah atau lebih cepat diselesaikan, dan menimbulkan lebih sedikit kecemasan. Kedua, prokrastinasi dapat berarti juga individu menunggu waktu yang tepat untuk bertindak agar hasilnya lebih maksimal. Individu yang kurang senang dengan perencanaan kerja cenderung melakukan prokrastinasi (Boice, 1996). Peserta program IAYP tersebut terhindar dari perilaku prokrastinasi karena mereka memang berhati-hati terhadap pelaksanaan kegiatan IAYP. Alasannya adalah bila mereka itu menunda melakukan kegiatan, maka konsekuensinya adalah mengulang mulai dari awal. Mengulang kembali kegiatan yang sama dan dalam jangka waktu lama akan menurunkan motivasi.

Hasil penelitian ini hendaknya menjadi masukan bagi pembina IAYP dan instansi penyelenggara IAYP bahwa perilaku berhati-hati atau kehati-hatian peserta IAYP berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi. Peserta dengan kategori kehati-hatian yang rendah hendaknya mendapat perlakuan khusus. Perlakuan khusus itu antara lain pemberian motivasi pendampingan atau bimbingan yang teratur agar peserta dapat menekan perilaku prokrastinasi.

Kelemahan penelitian ini adalah pada spesifikasi subjek penelitian. Penelitian ini hanya melibatkan peserta program IAYP secara umum, namun tidak mempertimbangkan tingkatan IAYP yang berhasil diraih peserta yaitu perunggu, perak, atau emas. Oleh karena itu pada masa depan, pengambilan sampel hendaknya dilakukan berdasar tingkatan yang ada pada IAYP tersebut. Hal ini karena kecenderungan perilaku prokrastinasi pada peserta level perak mungkin lebih rendah

daripada level perunggu. Peserta pada level emas mungkin lebih rendah perilaku prokrastinasinya daripada peserta level perunggu dan perak. Bila level pada IAYP ini dipertimbangkan, maka sampel penelitian akan menjadi lebih homogen.

DAFTAR PUSTAKA

- Ackerman, D. S. & Gross, B. L. (2005). My Instructor made me do it: Task characteristic of procrastination. *Journal of Marketing Education*. 27(1), 5-13.
- Azwar, S. (1997). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (1998). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar (Anggota IKAPI) Glagah Yogyakarta
- Boice, R (1996). *Procrastination and blocking: A novel, practical approach*. Westport: Preager Publishers.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Hadi, S (2004). *Statistik*. Yogyakarta : Andi Offset
- Rahmawati, K. (2014). Pendidikan karakter taruna sekolah tinggi kedinasan. *Proceeding Seminar Nasional*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. 29-33
- Ramly, M. (2011). *Panduan pelaksanaan pendidikan karakter, pusat kurikulum dan perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1-67
- Robbins, S. P. (2008). *Perilaku organisasi*. Jakarta: Salemba Empat
- Shinta, A. (2013). Studi kasus pembangunan karakter pada anak melalui pendidikan ekstrakurikuler. *Prosiding Seminar Nasional Parenting*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. 437-449.
- Solomon, L. J & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*. 31(4), 503-509.