



**PERAN *HARDINESS* DAN OPTIMISME TERHADAP
PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
(STUDI KASUS DI UNIVERSITAS X)**

“Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian Sarjana Strata Satu
(S-1) Psikologi”

DISUSUN OLEH:

PRISKA APRILLA WIDJAJA

705100090

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2014

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat bimbingan-Nya akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan sebaik-baiknya. Terima kasih penulis ucapkan kepada mami, papi, Epen, dan Hengki yang selalu memberikan dukungan dan dorongan kepada penulis untuk mengerjakan dan menyelesaikan skripsi ini. Dorongan semangat dan doa sangat berarti bagi kelancaran pengerjaan skripsi ini.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Roesdiman Soegiarso sebagai Rektor Universitas Tarumanagara, Ibu Rostiana sebagai Dekan Fakultas Psikologi, serta Ibu Henny Wirawan sebagai pembimbing akademik. Penulis juga mengucapkan terima kasih atas segala usaha dan jerih payah dari Ibu Sri Tiatri dan Ibu Yeni Anna dalam membantu memberikan bimbingan selama pengerjaan skripsi ini. Mohon maaf atas segala kekurangan selama membimbing penulis dan terima kasih yang sedalam-dalamnya karena telah membimbing dengan sabar dan telaten. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh staf dan juga dosen pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara.

Terima kasih pula untuk Bapak Dali S. Naga, Ibu Sesilia Monika, dan Bapak Erik Wijaya yang telah bersedia melakukan pemeriksaan validitas terhadap alat ukur berupa kuesioner yang dibuat oleh penulis. Penulis juga tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada Dekan Fakultas Teknik, Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi, Dekan Fakultas Manajemen, Dekan Fakultas Hukum, Dekan Fakultas Teknologi Informasi, serta Dekan Fakultas Seni Rupa dan Desain yang mengijinkan penulis mengambil data penelitian dengan menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa/i dari fakultas-fakultas tersebut. Terima kasih juga kepada

mahasiswa/i yang sudah bersedia meluangkan waktu mengisi kuesioner dan bersedia menjadi responden penelitian ini.

Terima kasih juga kepada teman-teman di kampus yang memberikan dukungan semangat untuk mengerjakan skripsi ini, membantu memberikan informasi, serta bersedia menyediakan waktu untuk bertukar pikiran mengenai pengerjaan skripsi. Selanjutnya, terima kasih pula untuk sahabat-sahabat penulis yang selalu ada dan memberikan dorongan untuk menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang membantu penyelesaian skripsi penulis dan yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberkati kita semua.

Jakarta, 16 Juni 2014

Priska Aprilla Widjaja

DAFTAR ISI

Kata Pengantar	i
Daftar Isi	iii
Daftar Tabel	vii
Daftar Lampiran	viii
Abstrak	ix

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoretis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
1.5 Sistematika Penulisan	8

BAB II KAJIAN PUSTAKA

2.1 Prokrastinasi Akademik	9
2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik	9
2.1.2 Karakteristik Prokrastinasi Akademik	10
2.1.3 Penyebab Prokrastinasi Akademik	11
2.1.4 Bentuk Prokrastinasi Akademik	12
2.1.5 Area Prokrastinasi Akademik	13
2.1.6 Pendekatan Prokrastinasi Akademik	14
2.2 <i>Hardiness</i>	15
2.2.1 Pengertian <i>Hardiness</i>	15

2.2.2 Dimensi <i>Hardiness</i>	16
2.2.3 Pembentukan <i>Hardiness</i>	18
2.3 Optimisme	19
2.3.1 Definisi Optimisme	19
2.3.2 Karakteristik Individu yang Optimis	19
2.3.3 Optimisme <i>Versus</i> Pesimisme	21
2.4 Mahasiswa	22
2.5 Kerangka Berpikir	23
2.6 Hipotesis Penelitian	26

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Subyek Penelitian	27
3.1.1 Karakteristik Subyek Penelitian	27
3.1.2 Teknik Penentuan Sampel	28
3.2 Jenis Penelitian	28
3.3 <i>Setting</i> dan Instrumen Penelitian	29
3.3.1 <i>Setting</i> Penelitian	29
3.3.2 Instrumen Penelitian	29
3.4 Pengukuran Penelitian	30
3.4.1 Definisi Operasional Variabel	30
3.4.2 Pengukuran Variabel	35
3.5 Prosedur Penelitian	37
3.5.1 Persiapan Penelitian	37
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian	37
3.6 Pengolahan dan Teknik Analisis Data	38

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA

4.1 Gambaran Subyek Penelitian	39
4.2 Gambaran Data Penelitian	41
4.2.1 Gambaran Data <i>Hardiness</i>	41
4.2.2 Gambaran Data Optimisme	42
4.2.3 Gambaran Data Prokrastinasi Akademik	43
4.2.4 Uji Reliabilitas	43
4.2.5 Uji Normalitas	44
4.3 Analisis Data Utama	44
4.3.1 Uji Regresi antar Variabel	44
4.3.2 Uji Regresi antar Dimensi	45
4.4 Analisis Data Tambahan	45
4.4.1 Uji Korelasi antar Variabel	46
4.4.2 Uji Korelasi antar Dimensi	47
4.4.3 Uji Beda <i>Mean Hardiness</i>	47
4.4.4 Uji Beda <i>Mean Optimisme</i>	48
4.4.5 Uji Beda <i>Mean Prokrastinasi Akademik</i>	49

BAB V SIMPULAN, DISKUSI DAN SARAN

5.1 Simpulan	51
5.2 Diskusi	52
5.3 Saran	58
5.3.1 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoretis	58
5.3.2 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis	58

Abstract	x
-----------------	---

Daftar Pustaka	P-1
Lampiran	L-1

ABSTRAK

Priska Aprilla Widjaja (705100090)

Peran *Hardiness* dan Optimisme terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa (Studi Kasus di Universitas X). (Sri Tiatri, Ph.D., Psi. & Yeni Anna Apulembang, M.A., Psi.). Program Studi S1 Psikologi Universitas Tarumanagara (i-x; 59 Halaman; P1-P4; L1-L43).

Mahasiswa seringkali menghadapi tekanan ketika mengerjakan tugas sehingga melakukan penundaan yang disebut sebagai prokrastinasi akademik. Dua faktor yang dapat memengaruhi kemampuan mahasiswa untuk dapat menghadapi tekanan ketika mengerjakan tugas yaitu *hardiness* dan optimisme. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *hardiness* dan optimisme terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Responden merupakan 286 mahasiswa di Universitas X dengan karakteristik sampel berasal dari beberapa fakultas/program studi khususnya angkatan 2012 dan memiliki status sebagai mahasiswa aktif. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimental dengan rancangan regresi. Hasil analisis data menggunakan uji regresi linear menunjukkan bahwa *hardiness* berperan negatif terhadap prokrastinasi akademik ($t = -9.303, p < .01$), optimisme berperan negatif terhadap prokrastinasi akademik ($t = -4.962, p < .01$), serta *hardiness* memiliki peran negatif yang lebih besar terhadap prokrastinasi akademik daripada peran negatif optimisme terhadap prokrastinasi akademik (Beta $-.483$ dibandingkan dengan $-.282$). Berdasarkan penelitian ini disimpulkan bahwa *hardiness* dan optimisme dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hasil penelitian ini mendukung teori dan beberapa penelitian terdahulu.

Kata kunci: *hardiness*, optimisme, prokrastinasi akademik, dan mahasiswa