

**Pengaruh *Fear of Failure* dan *Task Motivation* terhadap Perilaku**

**Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi Salah

Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Studi S-1 Psikologi (S.Psi)



Ardhita Arisukma Rahmadani

J91218079

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

**2023**

### PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh *Fear of Failure* dan *Task Motivation* terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya tulis ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dalam skripsi ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 17 Mei 2023



Ardita Arisukma Rahmadani

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

Pengaruh *Fear of Failure* dan *Task Motivation* terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik  
pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Oleh:

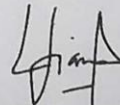
Ardhita Arisukma Rahmadani

J91218079

Telah disetujui untuk diajukan pada sidang skripsi

Surabaya, 14 Juli 2023

Dosen Pembimbing



Lufiana Harnany Utami, S.Pd, M.Si

NIP. 197602272009122001

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH *FEAR OF FAILURE* DAN *TASK MOTIVATION* TERHADAP  
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT**

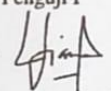
**AKHIR**

Yang disusun oleh:  
Ardhita Arisukma Rahmadani  
J91218079

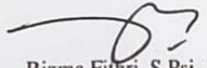
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada tanggal 17 juli 2023




Susunan Tim Penguji  
Penguji I

  
Lufiana Harnany Utami, S.Pd, M. Si  
NIP. 197602272009122001

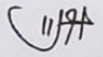
Penguji II

  
Rizma Fitri, S.Psi, M.Si  
NIP. 197403121999032001

Penguji III

  
Nova Lusiana, M.Keb  
NIP.198111022014032001

Penguji IV

  
Estri Kusumawati, M. Kes  
NIP. 198708042014032003



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: [perpus@uinsby.ac.id](mailto:perpus@uinsby.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ardhita Arisukma Rahmadani  
NIM : J91218079  
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Psikologi  
E-mail address : ardhita.rahmadani@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)  
yang berjudul :

Pengaruh Fear of Failure dan Task Motivation terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik  
pada Mahasiswa Tingkat Akhir

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 25 Juli 2023

Penulis

( Ardhita Arisukma Rahmadani )

*nama terang dan tanda tangan*

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *fear of failure* dan *task motivation* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional dan teknik pengumpulan data dengan menyebarkan angket yang berupa skala prokrastinasi akademik, *fear of failure*, dan *task motivation*, serta menggunakan skala likert 5 poin. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 145 mahasiswa aktif program studi Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya dari semester 8 hingga semester 14 yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Teknik analisis data menggunakan uji regresi linier berganda yang berguna untuk mengetahui pengaruh antara variabel X1 dan X2 terhadap variabel Y yang dibantu oleh *software* SPSS versi 23. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh positif antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  dan nilai koefisien regresi 0,0835 serta terdapat pengaruh negatif antara *task motivation* dengan prokrastinasi akademik dengan nilai signifikansi sebesar  $0,087 > 0,05$  dan nilai koefisien regresi sebesar -0,157. Kemudian hasil uji korelasi simultan menunjukkan bahwa *fear of failure* dan *task motivation* secara bersama-sama berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai R Square sebesar 0,599, artinya secara simultan *fear of failure* dan *task motivation* memberikan sumbangan sebesar 59% terhadap prokrastinasi akademik.

**Kata Kunci:** *Fear of Failure*, *Task Motivation*, dan Prokrastinasi Akademik

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## ***ABSTRACT***

This study aims to determine whether there is an effect of fear of failure and task motivation on academic procrastination in final year students. The research method uses correlational quantitative methods and data collection techniques by distributing questionnaires in the form of academic procrastination, fear of failure, and task motivation scales, and using a 5-point Likert scale. The sample in this study were 145 active students of the Psychology study program at UIN Sunan Ampel Surabaya from semester 8 to semester 14 who were working on their final project or thesis. The data analysis technique uses multiple linear regression tests which are useful for knowing the effect of variables X1 and X2 on variable Y assisted by SPSS version 23 software. The results show that there is a positive influence between fear of failure and academic procrastination with a significance value of  $0,000 < 0,05$  and the regression coefficient value is 0,0835 and there is a negative effect between task motivation and academic procrastination with a significance value of  $0,087 > 0,05$  and a regression coefficient value of -0,157. Then the results of the simultaneous correlation test show that fear of failure and task motivation simultaneously influence academic procrastination with an R Square value of 0,599, meaning that simultaneously fear of failure and task motivation contribute 59% to academic procrastination.

**Keywords:** *Fear of Failure, Task Motivation, and Academic Procrastination*

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A



## DAFTAR ISI

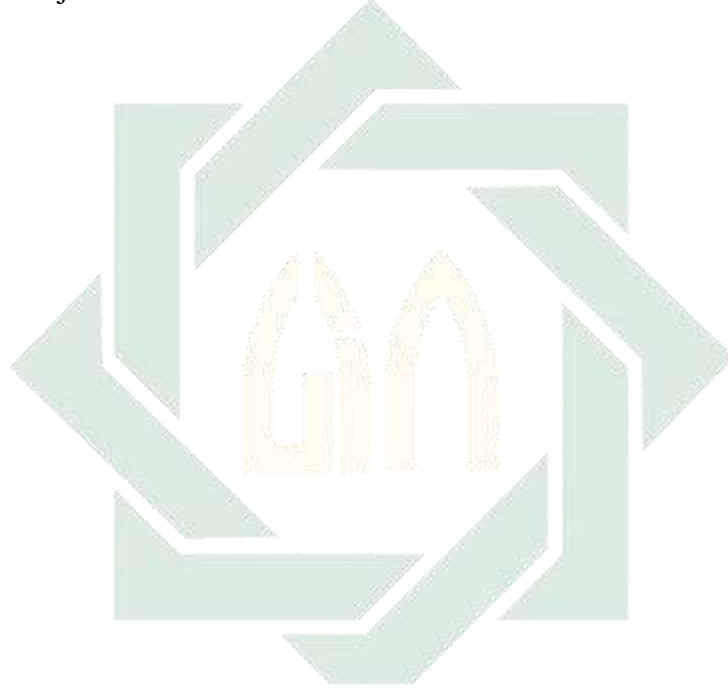
COVER .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	vii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	viii
INTISARI.....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Keaslian Penelitian.....	6
D. Tujuan Penelitian .....	10
E. Manfaat Penelitian .....	11
F. Sistematika Pembahasan .....	12
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Prokrastinasi Akademik .....	13
B. Fear of Failure .....	21
C. Task Motivation .....	26
D. Pengaruh Antar Variabel.....	30
E. Kerangka Teoritik .....	33
F. Hipotesis.....	34
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teoritik .....	33
Gambar 3.1 Hasil uji heteroskedastisitas .....	48



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Data Mahasiswa .....	38
Tabel 3.2 Skoring Skala Likert .....	40
Tabel 3.3 Blue print skala prokrastinasi akademik .....	40
Tabel 3.4 Hasil uji validitas variabel prokrastinasi akademik .....	41
Tabel 3.5 Hasil uji reliabilitas variabel prokrastinasi akademik .....	42
Tabel 3.6 Blue print skala fear of failure .....	43
Tabel 3.7 Hasil uji validitas variabel fear of failure .....	43
Tabel 3.8 Hasil uji reliabilitas variabel Fear of Failure .....	44
Tabel 3.9 Blue print skala task motivation .....	45
Tabel 3.10 Hasil uji validitas skala task motivation .....	46
Tabel 3.11 Hasil uji reliabilitas skala task motivation .....	47
Tabel 3.12 Tabel hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnow .....	48
Tabel 3.13 Tabel hasil uji multikolinearitas .....	49
Tabel 4.1 Tabel pengelompokan sampel berdasarkan uji kelamin .....	51
Tabel 4.2 Tabel pengelompokan sampel berdasarkan usia .....	52
Tabel 4.3 Tabel pengelompokan sampel berdasarkan semester .....	53
Tabel 4.4 Tabel hasil deskripsi data .....	53
Tabel 4.5 Tabel mean dan standar deviasi ketiga variabel .....	54
Tabel 4.6 Tabel rumus dan hasil nilai kategorisasi variabel .....	55
Tabel 4.7 Tabel hasil kategorisasi variabel prokrastinasi akademik .....	55
Tabel 4.8 Tabel hasil kategorisasi variabel fear of failure .....	56



## DAFTAR LAMPIRAN

A. <i>Informed consent</i> .....	77
B. Identitas diri.....	79
C. Petunjuk pengisian .....	80
D. Skala Prokrastinasi Akademik.....	80
E. Skala <i>Fear of Failure</i> .....	82
F. Skala <i>Task Motivation</i> .....	83
G. Hasil skala prokrastinasi akademik .....	86
H. Hasil skala <i>fear of failure</i> .....	91
I. Hasil skala <i>task motivation</i> .....	97

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Prokrastinasi akademik berkaitan dengan tindakan menunda-nunda menuntaskan pekerjaan atau tugas yang berhubungan dengan akademik, seperti belajar, membaca, tugas penelitian, pengurusan akademik, bahkan tugas akhir atau skripsi (Fentaw et al., 2022). Rothblum dan Solomon (1984) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai tindakan menunda menuntaskan tugas akademik dengan mengerjakan aktivitas lain yang tidak berhubungan tugas tersebut. Hal ini akan menimbulkan dampak buruk bagi fisik dan psikis jika dibiarkan terus menerus (Nurjan, 2020; Solomon & Rothblum, 1984). Burka dan Yuen (2008) menambahkan mahasiswa yang melakukan perilaku menunda-nunda umumnya memiliki *procrastination code* yaitu perfeksionis, takut akan kegagalan, perilaku menghindar, rendahnya kepercayaan diri, kurang dalam *time management* (Burka & Yuen, 2008). Perilaku prokrastinasi akademik apabila dilakukan terus menerus akan berdampak negatif pada mahasiswa. Mahasiswa akan mengalami penurunan kualitas dan kuantitas pembelajaran, meningkatkan tingkat stres, rasa malu, rasa penyesalan, kecemasan. Selain masalah psikis, juga dapat menyebabkan beberapa masalah sosial seperti menarik diri dari lingkungan sosialnya (Muyana, 2018; Suhadianto & Pratitis, 2020).

Dilansir dari berita harian Kompas, Joseph Ferrari (dari *website Verywell Mind*) seorang profesor psikologi dari DePaul University, Chicago, menyebutkan tingkat prokrastinasi yang dilakukan orang dewasa menyentuh angka 20% dan sudah sampai ditingkat yang kronis. *Psychological Bulletin* (2007) melakukan riset dan hasilnya menyebutkan 80% hingga 95% prokrastinasi akademik biasa dilakukan oleh mahasiswa. terdapat beberapa penyebabnya yaitu menganggap remeh waktu yang tersisa untuk menyelesaikan tugas dan terlalu lama dalam kerangka berpikir untuk mengerjakan tugasnya (Lukyani, 2022). Dikutip dari laman detikHealth disebutkan bahwa dalam *Journal of American Medical Association*, mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik berpotensi akan memiliki risiko depresi, kesehatan fisik dan mental yang buruk, hingga kesulitan ekonomi (Nushratu, 2023). Kemudian dikutip dari laman berita BBC. Professor Timothy A. Pychyl, seorang psikolog di Carleton University, Canada, sekaligus bagian dari *Procrastination Research Group* menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik sebagai masalah besar dalam pendidikan sekarang (*the biggest problem in education today*). Prof Pychyl juga menambahkan bahwa prokrastinasi akademik diklaim dapat mempengaruhi nilai sekolah, tingkat *drop out*, dan kesehatan mental serta fisik (Pickles, 2017).

Fentaw, Moges, dan Ismail (2022) melakukan studi mengenai perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hasilnya menunjukkan bahwa dari 323 mahasiswa sebanyak 81% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik



(Fentaw et al., 2022). Muyana (2018) meneliti tentang perilaku prokrastinasi akademik, hasilnya sebanyak 229 mahasiswa diketahui 70% mengalami prokrastinasi yang tinggi (Muyana, 2018). Studi ini juga dilakukan oleh Suhadianto pada 2019, hasilnya menunjukkan 500 mahasiswa melakukan prokrastinasi setidaknya pada 73% tugas penelitian, 76,8% membaca literatur atau buku, 61,8% belajar, 54,5% pengurusan administrasi, dan 56,8% kehadiran di kelas. (Suhadianto & Pratitis, 2020). Berdasarkan hasil survei dan wawancara kepada 28 responden pada riset milik Harani & Ningsih (2019) ditemukan 23 mahasiswa tingkat akhir mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi. 23 mahasiswa akhir tersebut menyebutkan bahwa skripsi merupakan tugas yang rumit, sulit dikerjakan, menghabiskan banyak waktu dan tenaga. Sedangkan 5 mahasiswa tingkat akhir lainnya menyebutkan bahwa mereka merasa mengerjakan skripsi adalah hal yang mudah. Harani & Ningsih (2019) menyebutkan bahwa tugas yang sulit cenderung akan lebih meningkatkan prokrastinasi akademik, tugas yang sulit akan lebih sering ditunda untuk dikerjakan (Harani & Ningsih, 2019). Selain tugas yang sulit, tekanan psikis juga dapat memicu munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Steel (2007) berpendapat bahwa manusia cenderung akan menghindari stimuli yang tidak menyenangkan. Neidi (2019) berpendapat bahwa penyelesaian skripsi dinilai memiliki beban yang berat sehingga membuat sebagian mahasiswa cenderung untuk menunda mengerjakannya (Neidi, 2021).

Rothblum (1990) dalam essainya yang menerangkan mengenai prokrastinasi akademik yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah *fear of failure* (Rothblum, 1990). Studi yang dilakukan oleh Pradini dan Sera (2021) melaporkan mahasiswa akhir akan cenderung lebih sering merasakan takut akan gagal dan berakhir akan melakukan penundaan dalam menuntaskan skripsinya (P.K et al., 2022). Penelitian yang dilakukan Tan dan Prihadi (2022) menambahkan bahwa *fear of failure* secara signifikan dan positif memprediksi prokrastinasi akademik (Tan & Prihadi, 2022). Iswara, Baihaqi, dan Ihsan (2021) menuturkan perasaan ketakutan akan kegagalan berpengaruh terhadap tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa (Iswara et al., 2021). Solomon dan Rothblum memaparkan bahwa 6-14% mahasiswa akhir yang melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas terindikasi memiliki tingkat *fear of failure* yang tinggi. *Fear of failure* dapat menyebabkan menurunnya motivasi dalam mengerjakan tugas sehingga dapat mengakibatkan mahasiswa semakin menunda-nunda dan tidak ingin untuk mengerjakan tugas akademik. selain itu juga dapat penurunan *subjective well being* serta penurunan prestasi akademik (Bauzir & Zulfiana, 2021; Mujahidah & Mudjiran, 2019).

Penyebab lain munculnya prokrastinasi akademik adalah *task motivation* yang dinilai menjadi salah satu pemicu tingginya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Vansteenkiste et al (2009) melakukan penelitian mengenai prokrastinasi akademik dengan motivasi, hasilnya mahasiswa dengan motivasi yang baik mengarah pada

penghindaran tindakan prokrastinasi akademik (Vansteenkiste et al., 2009). Gdl, Can, dan Ceyhan (2021) melakukan penelitian yang sama dan hasil studi menunjukkan bahwa mahasiswa dengan motivasi yang tinggi cenderung menghindari prokrastinasi akademik (Gdl et al., 2021). Topik penelitian yang sama juga dilakukan Harmalis, Sasferi, Juliawati, dan Yandri (2021) yang menunjukkan bahwa tingkat motivasi yang tinggi akan menghindarkan mahasiswa dari perilaku prokrastinasi akademik (Harmalis et al., 2021).

Prokrastinasi akademik muncul karena pengaruh oleh *fear of failure* dan *task motivation*. Prokrastinasi akademik menjadi salah satu hambatan bagi mahasiswa tingkat akhir untuk mencapai tujuannya dan jika tidak segera diatasi akan berimbas buruk pada mahasiswa akhir baik secara fisik, psikis, maupun sosial. Adapun dampak buruk dari prokrastinasi akademik yang dapat dirasakan adalah menurunnya kualitas dan kuantitas pada diri mahasiswa tersebut, meningkatnya stres dan kecemasan, menurunnya harga diri, timbulnya rasa ketidakpuasan dan penyesalan, emosi yang tertekan, penurunan motivasi, beban yang semakin menumpuk, menambahnya tagihan biaya kuliah, dan kemungkinan terancam *drop out* juga akan menghantui mahasiswa (Handoyo et al., 2020). Selain itu prokrastinasi akademik juga menyebabkan banyaknya waktu yang terbuang. Prokrastinasi akademik membuat mahasiswa harus mengerjakan tugasnya dalam tenggat waktu yang singkat sehingga menyebabkan tekanan beban tugas yang tinggi dimana dapat meningkatkan stres (Anabillah et al., 2022). Berdasarkan permasalahan, fenomena dan dampak prokrastinasi akademik yang telah dijabarkan, topik

mengenai prokrastinasi akademik menjadi topik yang menarik untuk dikaji. Peneliti terdahulu memandang *fear of failure* dan *task motivation* memiliki pengaruh pada prokrastinasi akademik secara parsial, tetapi penelitian ini akan memandang pengaruh kedua variable terhadap prokrastinasi akademik secara bersama-sama. Penelitian ini akan melihat bagaimana *fear of failure* dan *task motivation* mempengaruhi tingkatan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

## **B. Rumusan Masalah**

Berlandaskan paparan fenomena di latar belakang. Peneliti mengemukakan beberapa ringkasan permasalahan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Apakah *fear of fealure* (X1) memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi akademik (Y) pada mahasiswa tingkat akhir?
2. Apakah *task motivation* (X2) memberikan pengaruh terhadap prokrastinasi akademik (Y) pada mahasiswa tingkat akhir?
3. Apakah *fear of fealure* (X1) dan *task motivation* (X2) secara simultan memberi pengaruh terhadap prokrastinasi akademik (Y) pada mahasiswa tingkat akhir?

## **C. Keaslian Penelitian**

Sejumlah studi terdahulu telah dipilih sesuai dengan karakteristik dan menjadi landasan pada penelitian ini. Studi oleh Akmal et al., (2017) memandang peran *fear of failure* dalam meningkatkan perilaku prokrastinasi

akademik pada mahasiswa akhir. Tingkat *fear of failure* pada mahasiswa akhir yang menyelesaikan skripsi menunjukkan tingkatan yang tinggi. Mahasiswa akhir dengan tingkatan *fear of failure* yang tinggi cenderung melakukan *problem solving* yang kurang efisien, contohnya seperti menganggap skripsi sebagai sumber stres (stressor) dan lebih memilih untuk melakukan prokrastinasi serta menghindari untuk mengerjakan skripsi (Akmal et al., 2017). Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Mujahidah & Mudjiran (2019) hasilnya memaparkan adanya hubungan negatif. Jika *fear of failure* yang dirasakan semakin tinggi maka tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa akan semakin rendah (Mujahidah & Mudjiran, 2019).

Studi oleh Zarrin et al (2020) menunjukkan adanya hubungan negatif *fear of failure* dan prokrastinasi akademik. *Fear of failure* yang tinggi menimbulkan perilaku prokrastinasi akademik yang rendah (Zarrin et al., 2020). Dalam riset yang dilakukan Balkis & Duru (2019) mengenai efek *fear or failure* akan prokrastinasi akademik kepada 293 mahasiswa akhir di Turki yang belum lulus dan hasilnya mengindikasikan bahwa *fear of failure* memiliki peran yang penting sebagai prediktor dari prokrastinasi akademik. Kemudian berdasarkan analisis korelasi *fear of failure* yang tinggi terbukti akan memunculkan perilaku prokrastinasi akademik yang tinggi pula. (Balkis & Duru, 2019).

Studi oleh Tan & Prihadi (2022) meneliti tentang *fear of failure* dan prokrastinasi akademik terhadap mahasiswa tingkat akhir di Malaysia. Hasil menunjukkan *fear of failure* secara signifikan positif memprediksi

prokrastinasi akademik, *fear of failure* yang tinggi menyebabkan meningkatnya tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir (Tan & Prihadi, 2022). Kemudian Asri & Dewi (2014) yang meneliti tentang *fear of failure* dan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir, hasilnya ditemukan bahwa *fear of failure* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik secara signifikan pada mahasiswa tingkat akhir. Kemudian dilakukan hasil analisis dengan teknik korelasi parsial dan ditemukan hubungan negatif antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik, dimana semakin tinggi tingkat *fear of failure* maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik (Asri & Dewi, 2014).

Penelitian oleh Mariana (2021) meneliti tentang adanya pengaruh *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik. Hasil riset membuktikan bahwa terdapat *fear or failure* memiliki pengaruh yang positif dengan prokrastinasi akademik. Tingkat *fear of failure* yang tinggi akan membuat tingkat prokrastinasi akademik juga semakin tinggi (Mariana, 2021). Siahaan, Hardjono, & Supratiwi (2021) melakukan riset tentang hubungan *fear of failure* pada prokrastinasi akademik. Hasilnya ditemukan adanya hubungan positif yang menunjukkan tingkatan yang tinggi pada *fear of failure*. Hal ini mengakibatkan meningkatnya tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir (Siahaan et al., 2021).

*Fear of failure* terbukti menjadi prediktor terhadap prokrastinasi akademik pada studi oleh Iswara, Baihaqi, & Ihsan (2021) (Iswara et al., 2021). Selain *fear of failure* sebagai faktor penyebab prokrastinasi akademik,

*task motivation* juga dianggap sebagai prediktor prokrastinasi akademik. Pernyataan ini sejalan dengan riset oleh Wu & Fan (2017), hasil didapatkan *task motivation* berhubungan negatif dengan perilaku prokrastinasi akademik. Mahasiswa akhir yang memiliki *task motivation* yang tinggi cenderung akan menghindari tindakan prokrastinasi akademik (Wu & Fan, 2017).

Marpaung & Wilany (2016) berpendapat bahwa motivasi memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik dengan sumbangan sebesar 30,9%. Kemudian hasil korelasi membuktikan bahwa motivasi yang tinggi akan berpengaruh terhadap menurunnya tindakan prokrastinasi akademik (Marpaung & Wilany, 2016). Dalam studi yang dilakukan oleh Reza (2015) disebutkan bahwa tidak ditemukannya pengaruh motivasi terhadap tindakan menunda tugas pada mahasiswa tingkat akhir. Peneliti menyebutkan bahwa terdapat faktor lain yang lebih memberikan pengaruh pada prokrastinasi akademik (Reza, 2015).

Riset lainnya dilakukan oleh Harmalis, Sasferi, Juliawati, dan Yandri (2021) yang hasilnya menyebutkan adanya pengaruh signifikan antara motivasi dan prokrastinasi akademik. Hasil ini mengartikan tingkatan motivasi yang tinggi akan berpengaruh pada menurunnya tingkatan prokrastinasi akademik (Harmalis et al., 2021). Kajian selanjutnya dilakukan oleh Shinta dan Purwanto (2015), melalui sesi wawancaranya didapatkan motivasi internal dan eksternal memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Motivasi internal meliputi rasa malas ketika mengerjakan tugas



akademiknya, serta motivasi eksternal yang meliputi teman dan lingkungan sosialnya (Shinta & Purwanto, 2015).

Studi selanjutnya dilakukan oleh Gdl, Can, dan Ceyhan (2021) yang menunjukkan adanya pengaruh antara motivasi dan prokrastinasi akademik. Hasil lebih lanjut menunjukkan tingkatan motivasi yang tinggi akan memberikan pengaruh terhadap menurunnya tingkat prokrastinasi akademik (Gdl et al., 2021). Akpur dan Yurtseven (2019) dalam studinya mengenai pengaruh *intrinsic motivation* terhadap prokrastinasi akademik menunjukkan tidak ditemukan adanya hubungan antara motivasi terhadap prokrastinasi akademik. Pernyataan ini kemudian ditambahkan dengan peneliti bahwa kemungkinan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi hubungan antara prokrastinasi akademik dan *intrinsic motivation* (Akpur & Yurtseven, 2019).

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya yang sudah didapatkan, peneliti melihat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Perbedaan penelitian ini dengan dengan penelitian terdahulu adalah subjek yang pada penelitian lain variabel *fear of failure* dan *task motivation* diteliti secara parsial terhadap variabel prokrastinasi akademik. Sedangkan pada penelitian ini variabel *fear of failure* dan *task motivation* diteliti secara simultan terhadap variabel prokrastinasi akademik.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan diadakannya riset ini guna untuk menyelidiki ikatan antar ketiga variabel yang digunakan dalam riset ini, diantaranya:

1. Untuk menyelidiki apakah *fear of failure* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir.
2. Untuk menyelidiki apakah *task motivation* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir.
3. Untuk menyelidiki apakah *fear of failure* dan *task motivation* secara simultan berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Hasil riset ini diharapkan dapat memberi manfaat baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Riset ini diharapkan dapat menambah informasi terutama untuk bidang psikologi pendidikan mengenai prokrastinasi akademik sehingga dapat melengkapi teori-teori terdahulu. Selain itu juga dapat menjadi salah satu rujukan bagi penelitian selanjutnya mengenai prokrastinasi akademik.

##### **2. Manfaat Praktis**

Riset ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi pembaca mengenai prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Selain itu diharapkan pula dapat menjadi salah satu solusi bagi seluruh pihak terutama dosen dan mahasiswa dalam menghadapi masalah prokrastinasi akademik bagi mahasiswa terutama mahasiswa tingkat akhir.

## **F. Sistematika Pembahasan**

Tugas akhir atau skripsi ini memiliki beberapa bagian, adapun terdiri atas 5 bab. Bagian pertama mengkaji tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan. Kemudian pada bagian 2 membahas lebih rinci mengenai kajian pustaka yang berisi teori-teori yang menjadi landasan penelitian, hasil dari penelitian terdahulu, hubungan antar variabel-variabel, kerangka teoritik, dan hipotesis. Kemudian pada bagian 3 menguraikan rancangan penelitian, identifikasi variabel, definisi konseptual dan operasional, populasi, instrumen penelitian, serta analisis data. Bagian 4 berisi hasil dari penelitian dan pembahasan dari hasil penelitian. Serta pada bagian 5 berisi kesimpulan dan saran yang berlandas pada pembahasan di bab-bab sebelumnya.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Prokrastinasi Akademik

Perilaku menunda-nunda dalam menuntaskan pekerjaan yang dilakukan secara sengaja atau kerap kali disebut dengan prokrastinasi berawal dari bahasa latin *procrastinare*, *pro* artinya maju sedangkan *crastinus* adalah hari esok. Dimana secara harfiah prokrastinasi dapat berarti menunda hingga esok atau hari berikutnya (Suparman et al., 2020). Pelaku prokrastinasi kerap kali menunda tugas pentingnya tanpa adanya kejelasan yang berarti (Lesmana, 2022).

Prokrastinasi akademik berfokus pada perilaku prokrastinasi di bidang akademik atau pendidikan. Konsep prokrastinasi akademik berawal dari Brown dan Holtzman (1967) yang menyebutkan bahwa prokrastinasi merupakan bentuk kegagalan untuk mengendalikan diri (Handoyo et al., 2020). Rothblum dan Solomon (1984) mengembangkan prokrastinasi akademik, menurut mereka prokrastinasi akademik merupakan tindakan menunda-nunda untuk menuntaskan tugas dengan melaksanakan aktivitas yang tidak berhubungan dengan tugas (Solomon & Rothblum, 1984). Ferrari (dalam Nugrasanti, 2006) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik berhubungan dengan perilaku menunda untuk menuntaskan tugas akademik, mengumpulkan tugas melebihi batas waktu, menunda membaca materi, dan belajar. Steel (2007) berpendapat bahwa prokrastinasi akademik

adalah tindakan dimana individu lebih memilih melakukan penundaan daripada mengerjakan tugas, secara sadar walaupun individu tersebut mengetahui dampak buruknya (Muyana, 2018; Premadyasari, 2012). Balkis dan Duru menambahkan pandangan mereka terhadap prokrastinasi, mereka menyebutkan bahwa prokrastinasi adalah perilaku suatu individu yang meninggalkan tugas pentingnya untuk kesenangan lain tanpa adanya alasan. Pelaku prokrastinasi kerap kali menunda tugas pentingnya tanpa adanya kejelasan, di sisi lain individu tersebut dapat mengerjakan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan (Lesmana, 2022).

Mahasiswa tingkat akhir yang melakukan penundaan menuntaskan tugas akademik akan cenderung kurang dalam manajemen waktu (*time management*) dan keterampilan belajar (*study skills*). Terdapat beberapa alasan mahasiswa akhir melakukan prokrastinasi yaitu kecemasan, kesulitan untuk membuat keputusan, kurangnya penegasan (*lack of assertion*), takut akan mengalami gagal dan berbagai konsekuensi negatifnya, serta perfeksionis (Solomon & Rothblum, 1984). Selain itu, terlalu banyak menghabiskan waktu dalam mempersiapkan untuk mengerjakan tugas secara berlebihan juga kerap kali dilakukan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini menyebabkan tugas yang tidak cepat selesai dan justru hanya menghabiskan waktu untuk hal yang tidak penting. Selain itu Burka dan Yuen menambahkan bahwa prokrastinator memiliki beberapa karakteristik yang disebut kode prokrastinasi. adapun yang dimaksud adalah

kurangnya percaya diri, perfeksionis, dan tingkah laku menghindar (Suparman et al., 2020).

Prokrastinasi akademik cenderung terjadi di kalangan mahasiswa. 20% mahasiswa melakukan prokrastinasi selama mengerjakan tugas yang diberikan. Kemudian studi oleh Ozer et al (2009) menyebutkan bahwa 52% peserta akademik melakukan prokrastinasi akademik. Rozental dan Carlbring (2014) menambahkan bahwa 50% peserta akademik menunda untuk mengerjakan tugas mereka. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi terjadi paling tinggi di dalam bidang akademik (Wang et al., 2021). Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Fentaw, Moges, dan Ismail (2022) juga menunjukkan tingginya tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir. Ditemukan bahwa 81% mahasiswa akhir melakukan prokrastinasi akademik (Fentaw et al., 2022)

Prokrastinasi akademik terdiri atas dua jenis yaitu prokrastinasi aktif dan prokrastinasi pasif. Prokrastinasi pasif cenderung melakukan penundaan karena tidak dapat mengambil keputusan dan bertindak dengan cepat. Prokrastinasi pasif terkait dengan dua hal yaitu keputusan dan tindakan menghindar. Individu akan menganggap situasi tugas sebagai stressor sehingga muncul perilaku untuk menghindari dari stressor tersebut yaitu perilaku untuk menunda mengerjakan tugas. Kemudian prokrastinasi aktif, yaitu perilaku menunda yang sengaja dilakukan untuk menerima informasi yang lebih akurat. Dalam hal ini penundaan dilakukan karena individu mampu bertanggung jawab pada prokrastinasi yang dilakukan dan lebih

menfokuskan perhatiannya pada tugas yang lebih penting guna untuk menerima hasil yang lebih baik. Prokrastinasi aktif cenderung memilih untuk mengerjakan tugasnya dalam tekanan dan membuat timbulnya motivasi untuk menyelesaikan tugasnya sesuai rencana (Wangid, 2014; Wessel et al., 2019).

Mahasiswa tingkat akhir dengan prokrastinasi akademik cenderung akan mengalami kesulitan dalam manajemen waktu dan menuntaskan tugas sesuai tenggang waktu, kurangnya persiapan diri, dan gagal menuntaskan tugas-tugas akademik yang diberikan. Burka dan Yuen (2008) menyebutkan karakteristik individu yang melakukan prokrastinasi akademik yaitu suka mengundur-undur waktu untuk menyelesaikan pekerjaan atau tugasnya. Burka & Yuen berpendapat bahwa individu yang melakukan prokrastinasi berpikiran jika lebih baik dikerjakan nanti daripada sekarang, terus mengulang perbuatan prokrastinasi, kesulitan membuat keputusan, kurangnya percaya diri, perfeksionis, dan tingkah laku menghindar (Burka & Yuen, 2008; Suparman et al., 2020). Sedangkan Dini (dalam Westri, 2016) berpendapat bahwa pelaku prokrastinasi akademik kurang dalam manajemen waktu, rendahnya percaya diri, menganggap diri terlalu sibuk, keras kepala, memanipulasi tingkah laku seseorang, menjadikan bentuk prokrastinasi sebagai stressor untuk menghindari tekanan, dan merasa dirinya sebagai korban (Wicaksono, 2017).

Solomon & Rothblum (1984) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik terbagi menjadi beberapa aspek yang mencakup tugas akademik



yang memungkinkan adanya penundaan akademik, yaitu (i) menulis makalah, meliputi tugas akademik menulis seperti menulis laporan, menulis karangan, membuat makalah, dan tugas yang berhubungan dengan menulis lainnya; (ii) belajar; (iii) membaca, terkait dengan menunda untuk membaca materi, referensi, jurnal, dan lainnya; (iv) tugas administrasi, seperti presensi kehadiran ketika kelas (absensi), pendaftaran praktikum, dan lain sebagainya; (v) pertemuan, terdiri dari terlambat memasuki kelas dan berbagai pertemuan akademik, serta menghindari untuk bertemu dosen; dan (vi) keseluruhan tugas akademik, terdiri dari menunda menuntaskan tugas-tugas akademik yang penting seperti praktikum, makalah, maupun tugas akhir (Solomon & Rothblum, 1984; Wicaksono, 2017). Solomon & Rothblum (1984) menambahkan beberapa bidang yang kali ini mencakup penyebab adanya penundaan akademik seperti (i) kecemasan; (ii) perfeksionisme; (iii) sulit membuat keputusan; (iv) rendahnya motivasi; (v) rendahnya percaya diri; (vi) kurang tegas; (vii) ketakutan akan kegagalan; (viii) kurangnya manajemen waktu; (ix) memberontak; (x) mengambil risiko; dan (xi) adanya pengaruh dari teman sebaya (Solomon & Rothblum, 1984)

Aspek-aspek dalam prokrastinasi akademik menurut Tektonika (dalam Fitriya & Lukmawati, 2016) yaitu (i) waktu yang dirasakan, mahasiswa akhir yang melakukan penundaan akademik cenderung gagal untuk manajemen waktu dan gagal dalam menepati tenggang waktu yang telah ditentukan; (ii) kesenjangan antara keinginan dan perilaku, adanya kegagalan mahasiswa untuk mengerjakan tugas akhirnya meskipun mahasiswa tersebut

berkeinginan untuk mengerjakannya (Lesmana, 2022); (iii)tekanan emosi, timbulnya perasaan tidak nyaman dan munculnya dampak negatif yang dapat memicu kecemasan atau tekanan bagi mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik; dan (iv)kemampuan yang dirasakan, munculnya keraguan pada kemampuan diri yang menyebabkan munculnya perilaku prokrastinasi akademik dan rasa takut akan gagal. Untuk menghindari stimuli buruk tersebut, mahasiswa tingkat akhir akan cenderung memilih untuk menunda mengerjakan tugas tersebut karena takut akan kegagalan (Wicaksono, 2017).

Schouwenburg (2004) juga menjelaskan terdapat beberapa aspek dalam prokrastinasi akademik yaitu (i) menunda untuk mengerjakan tugas. Mahasiswa tau bahwa ia harus segera menyelesaikan tugas tersebut tetapi ia lebih memilih untuk menunda-nunda untuk mengerjakannya sampai tuntas; (ii) mengerjakan tugas ketika mendekati batas waktu. Mahasiswa akhir yang melakukan penundaan akademik lebih membutuhkan banyak waktu serta persiapan yang tidak penting untuk mengerjakan tugas. Hal ini dilakukan untuk persiapan diri secara berlebihan dan melakukan hal-hal yang tidak penting; (iii) jarak waktu antara rencana dan kinerja. Mahasiswa akan sulit menyelesaikan tugas dalam batas waktu yang telah ditentukan, sehingga muncul kegagalan untuk memenuhi *deadline*; (iv) melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Individu dengan sengaja melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dibanding mengerjakan tugas yang lebih penting.

Seperti melakukan hobi yang menyita waktu untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikan (Handoyo et al., 2020).

Beberapa tokoh seperti Birner, Ellis dan Knaus, Ferrari dkk, Solomon dan Rothblum menyebutkan bahwa terdapat dua alasan Ketika seseorang melakukan prokrastinasi akademik, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari (i) kesehatan fisik. Keadaan fisik dan kesehatan dapat memicu timbulnya prokrastinasi, contohnya individu yang sakit akan cenderung untuk melakukan penundaan mengerjakan tugas karena merasa tidak sanggup mengerjakan dalam keadaan sakit; dan (ii) kondisi psikis, Millgram et al menyebutkan bahwa kepribadian individu turut berpengaruh dalam munculnya prokrastinasi, contohnya tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial, dan adanya motivasi pada individu. Faktor eksternal seperti (i) pengasuhan orang tua, penelitian yang dilakukan Ferrari dan Ollivete ditemukan bahwa pengasuhan otoriter memunculkan kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi; (ii) lingkungan sekitar, prokrastinasi akademik cenderung lebih banyak terjadi pada lingkungan yang memiliki pengawasan rendah (Lesmana, 2022; Zuraida, 2017).

Asri dan Dewi (2014), serta Van Wyk (dalam Mujahidah & Mudjiran, 2019) menyebutkan bahwa terdapat faktor-faktor yang memicu prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir, adapun salah satunya adalah ketakutan untuk gagal (*fear of failure*), rendahnya konsep diri, dan hilangnya pengaruh atau dukungan sosial. Takut akan gagal menyebabkan individu mengalami hilang motivasi hingga akhirnya berujung individu melakukan penundaan

untuk mengerjakan tugasnya. Pemikiran ini membuat individu beranggapan bahwa tugas yang dikerjakan sebagai pemicu stres dan prokrastinasi sebagai coping stres, sehingga individu cenderung untuk menunda-nunda mengerjakan tugas mereka (Mujahidah & Mudjiran, 2019). Zega (2022) dalam jurnalnya menyebutkan prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya ketakutan akan gagal, kondisi fisik, rasa malas, keraguan akan kemampuan diri sendiri, kurangnya kontrol diri dan manajemen waktu, serta kurangnya kesadaran diri (Zega, 2022). Dalam kajian oleh Bruno (1998) disebutkan bahwa faktor internal prokrastinasi akademik lebih berpengaruh untuk meningkatkan perilaku prokrastinasi akademik. tetapi faktor eksternal seperti tuntutan tugas dan lingkungan serta beban tugas juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik (Lesmana, 2022).

Salah satu hambatan bagi mahasiswa tingkat akhir untuk menyelesaikan skripsi adalah prokrastinasi akademik. Hal ini tentu saja dapat menurunkan kualitas dan kuantitas yang ada pada diri mahasiswa tersebut. Selain itu dapat pula memunculkan dampak negative dalam diri seperti stres, kecemasan, hingga takut akan gagal. Prokrastinasi akademik muncul karena dipengaruhi oleh kegagalan mahasiswa untuk mengatur dirinya, menurunnya efikasi dan kontrol diri, dan keyakinan irasional (takut untuk gagal dan perfeksionis). Prokrastinasi akademik memiliki banyak dampak negatif bagi mahasiswa tingkat akhir seperti harga diri yang rendah, kecemasan, ketidakpuasan kemampuan diri, perasaan emosi yang tertekan, motivasi yang

menurun, stres, beban yang semakin menumpuk, dan kemungkinan terancam *drop out* apabila prokrastinasi akademik dibiarkan secara terus menerus (Handoyo et al., 2020).

## B. Fear of Failure

Konsep *fear of failure* berawal dari studi motivasi berprestasi eksperimental (*experimental achievement motivation*). Kemudian motivasi berprestasi dikembangkan dan dilakukan konsepsi ulang oleh Atkinson, yang menurutnya motivasi berprestasi terdiri atas dua komponen yaitu kecenderungan untuk menghindari kegagalan (*fear of failure*) dan kecenderungan untuk meraih kesuksesan (*hope of success*) (Bauzir & Zulfiana, 2021). Atkinson dan Feather (1966) menambahkan bahwa motivasi berprestasi mengambil peran sebagai kecenderungan untuk berhasil serta sebagai dorongan untuk mencapai suatu keberhasilan. Selain itu juga dapat sebagai kecenderungan untuk menghindari kegagalan. Steinmayr dan Spinath (2009) juga mengatakan bahwa motivasi berprestasi merupakan suatu bentuk dari konflik emosional antara ekspektasi untuk berhasil dan keinginan untuk menghindari kegagalan. Berdasarkan beberapa buah pikiran di atas dapat disebutkan bahwa motivasi berprestasi ditentukan dari dua kecenderungan dalam diri manusia, yaitu kecenderungan untuk mencapai kesuksesan (*hope of success*) dan kecenderungan untuk takut akan kegagalan (*fear of failure*). Harapan untuk berhasil (*hope of success*) biasanya digambarkan sebagai emosi positif dan kepercayaan diri suatu individu untuk mencapai

keberhasilan, sedangkan ketakutan untuk gagal (*fear of failure*) biasanya digambarkan sebagai emosi negatif dan takut tidak dapat mencapai sesuai target meskipun kegagalan tersebut belum terjadi (Akmal et al., 2017).

Atkinson menambahkan pemikirannya mengenai *fear of failure*, yaitu merupakan motif dimana individu menjauh dari kegagalan dan ganjarannya, seperti rasa malu, penghinaan, menurunnya konsep diri, dan hilangnya pengaruh sosial (Murdafasmi et al., 2020). Conroy (2007) membagikan pendapatnya mengenai *fear of failure*, menurutnya *fear of failure* motif dimana individu cenderung menganggap ancaman sebagai ketakutan dan merasa cemas ketika sesuatu akan mengalami kegagalan. American Psychological Association (APA) mendefinisikan *fear of failure* sebagai suatu bentuk kecemasan yang muncul secara terus menerus mengenai kegagalan dalam memenuhi standar dan tujuan (Pradini & Sera, 2021). Kemudian Conroy, Willow, dan Metzler (2002) mengkonsepsikan kembali *fear of failure* yang berangkat dari teori emosi kognitif-motivasi-relasional milik Lazarus. Teori Lazarus ini mengungkapkan emosi berkaitan dengan penilaian kognitif-motivasi-relasional. Dimana perubahan suasana yang dirasakan suatu individu dengan lingkungannya dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam mencapai tujuannya. *Fear of failure* terjadi karena adanya rasa kegagalan dalam diri individu, ini membuat individu merasakan konsekuensi negatif sehingga dapat mengganggu individu dalam mencapai tujuannya. Dalam pandangan teori kognitif-motivasi-relasional milik Lazarus, hal ini sama dengan kegagalan yang menjadi masalah pada

individu, akan selalu dibayangi oleh konsekuensi yang negatif seperti rasa malu, rendahnya konsep diri dan kepercayaan diri, menarik diri dari sosial dan lain sebagainya (Murdafasmi et al., 2020).

Solomon dan Rothblum (1984) berpandangan jika *fear of failure* yang disertai dengan tunggakan tugas akan menjadi alasan utama munculnya perilaku prokrastinasi pada mahasiswa tingkat akhir. *Fear of failure* dinilai menjadi salah satu penyebab terjadinya prokrastinasi akademik. Kemudian Solomon dan Rothblum (dalam Mujahidah & Mudjiran, 2019) mengatakan bahwa 6 hingga 14% pelajar yang melakukan prokrastinasi menunjukkan tingkat *fear of failure* yang tinggi (Mujahidah & Mudjiran, 2019). *Fear of failure* dapat menyebabkan rendah bahkan hilangnya motivasi dalam mengerjakan tugas sehingga dapat mengakibatkan individu semakin menunda-nunda dan tidak ingin untuk mengerjakan tugas akademik. Nainggolan (2007) menyebutkan individu menganggap bahwa prokrastinasi akademik atau menunda mengerjakan dan menghindari tugas akademik dapat mengurangi *fear of failure* yang mereka rasakan dengan menjauhi sumber ketakutan tersebut (Zarrin et al., 2020).

*Fear of failure* yang sering kali dirasakan mahasiswa saat mengerjakan tugas akhir dipengaruhi oleh seberapa besar motivasi, tekad, dan kemauan untuk mencapai tujuannya (Kiswanto, 2017). Mahasiswa akhir yang mengalami *fear of failure* akan cenderung merasakan kecemasan yang tinggi, hilangnya motivasi untuk mengerjakan tugasnya, tidak percaya diri akan kemampuannya (pesimis), memunculkan perilaku menghindar, dan



menurunnya prestasi serta kualitas individu tersebut. Individu yang melakukan penundaan ini tentu saja berdampak bagi dirinya seperti menurunnya percaya diri, ketakutan akan gagal terus membayangi, tertinggal dari sebayanya, kehilangan kehidupan sosialnya, tidak percaya diri, dan penghargaan diri yang rendah (Pradini & Sera, 2021). *Fear of failure* menyebabkan mahasiswa mengalami kehilangan motivasi hingga akhirnya berujung mahasiswa melakukan penundaan untuk mengerjakan tugasnya. Pemikiran ini membuat mahasiswa beranggapan bahwa tugas yang dikerjakan sebagai sumber stres (*stressor*) dan prokrastinasi sebagai *coping stress*, sehingga mahasiswa cenderung untuk melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas mereka sebagai bentuk menghindar dari stressor tersebut. Tetapi tidak jarang ditemukan individu yang memandang *fear of failure* sebagai motivasi untuk terus berlatih, belajar dengan giat, dan mengejar tujuannya (Mujahidah & Mudjiran, 2019).

Studi oleh Akmal et al (2017) menunjukkan bahwa motivasi berprestasi memiliki peran dalam memprediksi prokrastinasi akademik. Semakin mahasiswa akhir merasakan *fear of failure* yang tinggi, maka mahasiswa akhir tersebut cenderung untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Kemudian, semakin tinggi harapan untuk berhasil, maka semakin rendah perilaku prokrastinasi pada mahasiswa (Bauzir & Zulfiana, 2021). Individu dengan *fear of failure* yang tinggi digambarkan dengan karakteristik merasakan kecemasan yang tinggi, menurunnya motivasi untuk mengerjakan tugas, menjadi pribadi yang pesimis dan tidak stabil, cenderung menghindari

tujuan, serta menurunnya kualitas diri. Individu yang memiliki *fear of failure* terbagi menjadi 2 karakteristik kelompok, yaitu (a) individu yang mengatasi ketakutannya dengan kerja keras; dan (b) individu yang mengatasi ketakutannya dengan melakukan aktivitas lain untuk menghindar dari tujuannya (kontraproduktif) (Pradini & Sera, 2021).

Conroy et al (2002) mengungkapkan bahwa ketakutan akan kegagalan memiliki 5 dimensi, yaitu (i) takut akan hinaan dan dipermalukan, individu selalu merasa cemas dan berpikir negatif akan orang lain mengenai dirinya; (ii) takut akan menurunnya estimasi diri, ini membuat penurunan kepercayaan diri dan merasa tidak mampu dalam menghadapi banyak hal; (iii) takut kehilangan pengaruh sosial, individu merasa takut akan penilaian orang lain terhadap dirinya dan penghinaan sehingga individu merasa nilai yang ada pada dirinya menurun; (iv) takut akan masa depan yang tidak pasti, individu merasa masa depannya akan hancur; dan (v) takut mengecewakan orang-orang terdekatnya, individu takut jika ia gagal maka akan melihat orang lain akan merasakan kekecewaan tersebut, tak dapat dihindari individu juga akan mendapatkan kritikan dari orang terdekatnya tersebut (Conroy et al., 2002; Pradini & Sera, 2021).

Winkel (1996, dalam Muhid & Mukarromah, 2018) yang mengatakan bahwa suasana belajar mengajar di ruang kelas, suasana di rumah atau keluarga, dan pola pikir siswa/individu tersebut sendiri menjadi faktor penyebab timbulnya *fear of failure* pada diri individu (Muhid & Mukarromah, 2018). Suasana belajar di kelas berkaitan dengan bagaimana interaksi antar

mahasiswa dan dosen, tingkat kesulitan materi pelajaran, tingkat pentingnya bidang studi tersebut, dan evaluasi pembelajaran setelahnya. Suasana rumah atau keluarga terkait dengan bagaimana mahasiswa menanggung harapan orang tua atau orang disekitarnya dan merasa khawatir akan mengecewakan harapan orang tua serta orang-orang terdekatnya. Pola pikir terkait dengan bagaimana mahasiswa membentuk konsep diri akibat adanya tekanan yang diberikan oleh orang tua maupun dari dosen. Mahasiswa cenderung merasa pesimis atau kurang percaya diri terhadap potensi dan masa depannya jika ia berpikir bahwa kemampuannya terbatas (Muhid & Mukarromah, 2018; Pradini & Sera, 2021).

Asmadi (dalam Nainggolan, 2007) juga menyebutkan bahwa menurunnya rasa percaya diri, tidak mampu untuk bersaing, dan dibebani harapan orang tua yang tinggi juga menjadi faktor yang menyebabkan terjadinya *fear of failure*. Conroy (2002) berpendapat bahwa *fear of failure* disebabkan oleh pengalaman pada masa kanak-kanak, pengaruh lingkungan sekitar, pengaruh lingkungan belajar, serta beberapa faktor subjektif dan kontekstual (Muhid & Mukarromah, 2018).

### C. Task Motivation

Jülkunen (1989) mendefinisikan *task motivation* sebagai inisiasi, ketekunan, kemauan individu dalam bagaimana ia mengerjakan tugas yang telah diberikan. *Task motivation* merujuk pada inisiasi, pilihan, dan ketekunan suatu individu dalam mengerjakan suatu pekerjaannya untuk mencapai tujuan

yang telah mereka tetapkan. Mahasiswa tingkat akhir yang memahami skripsinya dan bagaimana mahasiswa tersebut menghadapi permasalahannya dinilai dapat mempengaruhi tingkat *task motivation* (Kormos & Wilby, 2019). *Task motivation* berawal dari pendapat Deci dan Ryan (1985) mengenai motivasi manusia yaitu *self-determination theory*. Teori ini menyebutkan bahwa motivasi manusia mengacu pada pengembangan kepribadian dan dipengaruhi dalam konteks sosial seperti keluarga, teman sebaya, guru, agama, budaya, dan lain sebagainya (Helmi et al., 2020; Juariyah & Adi, 2017). Boekaerts (2002) dan Hennessey *et al* (2014) mengkonseptualisasikan *task motivation* sebagai kombinasi dari motivasi sifat (intrinsik) dan motivasi keadaan (ekstrinsik) (Hennessey et al., 2014).

Motivasi intrinsik mengacu pada dorongan dari diri sendiri untuk meraih tujuan. Motivasi intrinsik muncul ketika mahasiswa mengerjakan tugas akhir untuk mencapai tujuan dan dirinya sendiri serta bertanggung jawab untuk menyelesaikannya. (Cavusoglu & Karatas, 2015; Hennessey et al., 2014). Motivasi intrinsik dinilai lebih optimal karena ditentukan dan berasal dari diri sendiri. Berbeda dengan motivasi eksternal yang terkendali dan lebih banyak ditentukan oleh faktor sosial dan lingkungan. Motivasi ekstrinsik merupakan dorongan yang bersumber pada luar diri berupa faktor sosial dan lingkungan seperti penghargaan dari orang sekitar, evaluasi, persaingan, dukungan sosial, tekanan beban, pengawasan, batas waktu atau *deadline*, kontrol eksternal atas keterlibatan tugas. Motivasi ekstrinsik muncul ketika individu mengerjakan sesuatu untuk mencapai tujuan eksternal

(Vansteenkiste et al., 2009). Deci & Ryan (1985) menambahkan satu aspek dalam *self determination theory* yaitu amotivation yang merujuk pada tidak adanya dorongan yang didukung oleh motivasi intrinsik dan ekstrinsik, ini yang membuat amotivation menjadi tingkatan terendah motivasi. Deci & Ryan (1985) berpendapat bahwa ketika individu berada dalam tingkatan amotivation, ia tidak akan merasakan dampak dari perilakunya (Cavusoglu & Karatas, 2015)

Mahasiswa tingkat akhir dengan *task motivation* yang tinggi dinilai cenderung akan menghindari dari prokrastinasi akademik dalam proses pengerjaan skripsi. Dalam studi yang dilakukan Arghita et al., (2021) menunjukkan mahasiswa akhir dengan motivasi yang tinggi untuk mengerjakan tugas akhir atau skripsinya, maka mahasiswa tersebut sebisa mungkin menggunakan kemampuannya untuk mengerjakan tugas sehingga prokrastinasi akademik dapat dihindari. Hal ini berbeda ketika mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik, mereka cenderung kurang atau bahkan tidak memiliki motivasi yang ada pada dirinya. Semakin tinggi motivasi intrinsik dan ekstrinsik pada mahasiswa maka semakin kecil kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik (Arghita et al., 2021). Mahasiswa tingkat akhir yang memiliki tingkat motivasi intrinsik yang baik diasosiasikan dengan rendahnya prokrastinasi akademik, baiknya manajemen waktu, tingginya keinginan untuk meraih tujuannya. Selaras dengan riset yang dilakukan oleh Vansteenkiste et al (2009), Cavusoglu & Karatas (2015), dan Gdl, Can, & Ceyhan (2021) yang hasilnya sama-sama

menunjukkan mahasiswa dengan motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang baik akan cenderung menghindari perilaku prokrastinasi akademik (Cavusoglu & Karatas, 2015; Gdl et al., 2021; Vansteenkiste et al., 2009).

*Task motivation* dalam pandangan *self determination theory*, terbagi menjadi 3 aspek yaitu motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik, dan amotivasi. Motivasi intrinsik terdiri atas 3 sub-dimensi yaitu (i) *intrinsic motivation to know*, motivasi yang muncul karena adanya perasaan senang ketika mempelajari hal yang baru; (ii) *intrinsic motivation to accomplish*, motivasi untuk mendapatkan keterampilan baru guna mencapai tujuan yang telah direncanakan; dan (iii) *intrinsic motivation to experience stimulation* yaitu perasaan senang yang muncul setelah mengerjakan tugas atau kegiatan. Kemudian motivasi ekstrinsik terdiri dari 3 sub-dimensi yaitu (i) *external regulation*, motivasi yang muncul karena adanya konsekuensi yang akan diterima individu; (ii) *introjected regulation*, motivasi yang timbul bertujuan untuk menghindari perasaan cemas atau bersalah; dan (iii) *identified regulation* merupakan motivasi yang muncul karena kegiatan yang dikerjakan merupakan pilihan dari individu tersebut dan individu merasa bertanggung jawab untuk menyelesaikannya. Aspek yang terakhir adalah *amotivation* yang merupakan kondisi ketika individu tidak memiliki dorongan untuk mengerjakan tugasnya (Arghita et al., 2021; Natalya, 2018).

Munculnya *task motivation* dalam diri mahasiswa tingkat akhir ditunjang dari motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Faktor dari motivasi intrinsik adalah adanya rasa kesenangan atau ketertarikan pada tujuan atau

hal yang diinginkan karena hal ini berhubungan dengan perasaan nyaman individu dalam menjalani tugasnya serta dapat berpengaruh pada hasil tugas nanti yang sudah dikerjakannya. Kemudian faktor yang berasal dari motivasi eksternal dimulai dari 'luar' individu. Salah satunya terdapat *reward* dari orang terdekat jika individu tersebut berhasil mencapai tujuannya, *reward* ini dapat berupa pujian, perasaan bangga dan percaya diri, sanjungan dari orang-orang terdekat, dan barang yang diinginkan (Utomo & Mandalawati, 2018).

Ramadhani (2017) dalam jurnalnya juga menyebutkan berbagai faktor yang melatarbelakangi munculnya *task motivation* yang didasarkan pada teori motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Ia berpendapat bahwa munculnya motivasi intrinsik berasal dari dalam diri individu yang berupa *health condition* (kesehatan), *intelligence and talent* (pengetahuan dan bakat), *interenst* (minat), dan *learning style* (gaya belajar). Santrock (2015) menyebutkan bahwa motivasi intrinsik muncul karena adanya dorongan untuk mencapai tujuannya. Sedangkan faktor ekstrinsik muncul dari luar individu yang berupa peran lingkungan kelas, lingkungan keluarga, serta lingkungan sosialnya (Ramadhani, 2017).

#### **D. Pengaruh Antar Variabel**

Prokrastinasi akademik diartikan sebagai tindakan menunda mengerjakan tugas akademik dengan melakukan aktivitas yang tidak ada hubungannya dengan tugas (Solomon & Rothblum, 1984). Pelaku prokrastinasi kerap kali menunda tugas pentingnya tanpa adanya kejelasan



padahal individu tersebut dapat mengerjakan sesuai dengan jadwal yang telah dibuat sebelumnya. (Lesmana, 2022). Solomon & Rothblum (1984) mengungkapkan beberapa penyebab faktor timbulnya prokrastinasi akademik adalah *fear of failure*. Pendapat ini sejalan dengan penelitian keduanya (1984. dalam Mujahidah & Mudjiran, 2019) yang menyebutkan bahwa 6-14% mahasiswa akhir yang melakukan prokrastinasi menunjukkan tingkat *fear of failure* yang tinggi (Mujahidah & Mudjiran, 2019). *Fear of failure* dapat menyebabkan rendah bahkan hilangnya motivasi dalam mengerjakan tugas sehingga dapat mengakibatkan mahasiswa semakin menunda-nunda dan tidak ingin untuk mengerjakan tugas akademik. Nainggolan (2007) menyebutkan mahasiswa akhir menganggap bahwa prokrastinasi akademik atau menunda mengerjakan dan menghindari tugas akademik dapat mengurangi *fear of failure* yang mereka rasakan dengan menjauhi sumber ketakutan tersebut (Zarrin et al., 2020). *Fear of failure* menyebabkan mahasiswa mengalami kehilangan motivasi hingga akhirnya berujung mahasiswa melakukan prokrastinasi untuk mengerjakan tugasnya. *Fear of failure* membuat mahasiswa beranggapan bahwa tugas yang dikerjakan sebagai sumber stres (*stressor*) dan prokrastinasi sebagai *coping stress*, sehingga mahasiswa cenderung untuk melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas mereka sebagai bentuk menghindar dari stressor tersebut. Tetapi tidak jarang ditemukan beberapa mahasiswa yang memandang *fear of failure* sebagai motivasi untuk terus berlatih, belajar dengan giat, dan mengejar tujuannya (Mujahidah & Mudjiran, 2019).



Rendahnya motivasi dalam mengerjakan tugas juga menyebabkan mahasiswa akhir untuk semakin menunda-nunda untuk mengerjakan tugas akademiknya (Zarrin et al., 2020). Motivasi memiliki peran dalam memprediksi prokrastinasi akademik. mahasiswa akhir dengan *task motivation* yang tinggi dinilai cenderung akan menghindari dari prokrastinasi akademik. Dalam studi yang dilakukan Arghita et al., (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa akhir yang memiliki motivasi untuk mengerjakan skripsinya, maka mahasiswa tersebut sebisa mungkin menggunakan kemampuannya untuk mengerjakan tugas sehingga prokrastinasi akademik dapat dihindari. Hal ini berbeda dengan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik, mereka cenderung kurang atau bahkan tidak memiliki motivasi yang ada pada dirinya. Mahasiswa akhir dengan tingkat motivasi ekstrinsik dan intrinsik yang tinggi akan memiliki kecenderungan untuk menghindari prokrastinasi akademik (Arghita et al., 2021). Mahasiswa tingkat akhir yang memiliki tingkat motivasi intrinsik yang baik diasosiasikan dengan rendahnya prokrastinasi, baiknya manajemen waktu, tingginya keinginan untuk meraih tujuannya. Selaras dengan studi yang dilakukan oleh Vansteenkiste et al (2009), Cavusoglu & Karatas (2015), dan Gdl, Can, & Ceyhan (2021) yang hasilnya sama-sama menunjukkan mahasiswa akhir dengan tingkatan motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang baik akan cenderung menghindari dari perilaku prokrastinasi akademik (Cavusoglu & Karatas, 2015; Gdl et al., 2021; Vansteenkiste et al., 2009).



*motivation* pada individu juga memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Semakin tingginya tingkat *task motivation* pada individu, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada individu.

#### F. Hipotesis

Berlandaskan paparan kerangka teori sebelumnya, disimpulkan beberapa hipotesis, yaitu:

1. *Fear of failure* berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir
2. *Task motivation* berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir
3. *Fear of failure* dan *task motivation* berpengaruh secara simultan terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Metode kuantitatif korelasional diaplikasikan dalam penelitian ini yang akan mengungkapkan pengaruh antar variabel bebas dengan variabel terikat. Penelitian kuantitatif korelasional merupakan penelitian yang menggunakan metode penjabaran secara statistik serta bertujuan untuk menentukan apakah suatu variabel memiliki hubungan atau pengaruh terhadap variabel terikat lainnya (Creswell, 2016; Santoso & Madiistriyatno, 2021). Berdasarkan penjelasan tersebut menunjukkan bahwa metode penelitian kuantitatif korelasional adalah metode penelitian yang tepat untuk permasalahan pada penelitian ini.

#### B. Identifikasi Variabel

Penelitian ini menggunakan tiga variabel penelitian. Adapun dua variabel merupakan variabel bebas atau *independent variable* (X1 dan X2) dan satu variabel merupakan variabel terikat atau *dependent variable* (Y):

A. *Independent variable* (X1) : *Fear of failure*

B. *Independent variable* (X2) : *Task motivation*

C. *Dependent variable* (Y) : Prokrastinasi akademik

## D. Definisi Konseptual

### 1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda mengerjakan tugas akademik dengan melakukan kegiatan yang tidak ada hubungannya dengan tugas (Solomon & Rothblum, 1984).

### 2. *Fear of Failure*

*Fear of failure* merupakan perasaan takut akan kegagalan yang ada dalam diri individu dan membuat individu merasakan kecemasan yang dapat mengganggu dalam tercapainya tujuan individu (Conroy, Willow, dan Metzler; 2002 dalam Murdafasmi et al., 2020).

### 3. *Task Motivation*

*Task motivation* berawal dari *self determination theory* yang memandang bahwa motivasi manusia mengacu pada pengembangan kepribadian (intrinsik) dan dipengaruhi dalam konteks sosial (ekstrinsik) seperti orang tua, teman sebaya, guru, agama, budaya, dan lainnya (Deci dan Ryan, dalam Helmi et al., 2020; Juariyah & Adi, 2017).

## E. Definisi Operasional

### 1. Prokrastinasi Akademik

Tindakan menunda mengerjakan tugas akademik dengan melakukan kegiatan yang tidak ada hubungannya dengan tugas. Diukur dengan aspek yang mengukur tentang penyebab adanya penundaan akademik yang terdiri atas kecemasan, perfeksionisme, sulit membuat keputusan,







Sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 145 mahasiswa aktif program studi Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya, dari semester 8 hingga semester 14 yang sedang mengerjakan skripsi.

### 3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini akan dilakukan dengan *Non Probability Sampling*. *Non Probability Sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana setiap bagian dari populasi tidak diberi peluang yang sama (Winarni, 2018). Salah satu teknik *non probability sampling* yang digunakan adalah *sampling* jenuh. Metode *sampling* jenuh merupakan teknik penentuan sampel jika keseluruhan populasi digunakan sebagai sampel. Alasan penulis menggunakan keseluruhan populasi sebagai subjek penelitian adalah keseluruhan populasi telah mewakili syarat sebagai subjek, yaitu mahasiswa program studi Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya semester 8 hingga semester 14 yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Kemudian menurut Rosyidah & Fijra (2021) menyebutkan bahwa metode sampel jenuh sesuai dengan penelitian kuantitatif dan dilakukan jika jumlah keseluruhan populasi relatif kecil. Nama lain dari sampel jenuh adalah sampel total atau sensus (Rosyidah & Fijra, 2021).

### G. Instrumen Penelitian

Dalam pengambilan data digunakanlah angket berupa kuesioner yang menggunakan skala likert 5 poin. Setiap pernyataan memiliki 5 pilihan







**Tabel 3.6 Blue print skala fear of failure**

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		F	UF	
Takut akan hinaan dan dipermalukan	Merasa cemas dan berpikir negatif akan orang lain terhadap dirinya	1,2,3		3
Takut akan menurunnya estimasi diri	Mengalami penurunan kepercayaan diri dan merasa tidak mampu menghadapi masalah	4,5,6		3
Takut kehilangan pengaruh sosial	Merasa takut akan penilaian orang lain terhadap dirinya	8,9	7	3
Takut akan masa depan yang tidak pasti	Ketakutan akan masa depan yang tidak pasti dan merasa masa depannya akan hancur	10,11,12		3
Takut mengecewakan orang-orang terdekatnya	Merasa takut mengecewakan orang-orang terdekatnya	13,14,15		3
<b>TOTAL</b>		14	1	15

## a. Uji Validitas

**Tabel 3.7 Hasil uji validitas variabel fear of failure**

Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Hasil Uji
Item1	.719	Valid
Item2	.239	Gugur



**Tabel 3.9 Blue print skala task motivation**

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		F	UF	
Motivasi Intrinsik	a. <i>Intrinsic motivation to know</i> , munculnya motivasi karena karena mempelajari hal yang baru	1,8		2
	b. <i>Intrinsic motivation to accomplish</i> , munculnya motivasi karena mendapatkan keterampilan baru yang mendukung tercapainya tujuan	5		1
	c. <i>Intrinsic motivation to experience stimulation</i> , perasaan senang yang muncul setelah mengerjakan tugas atau kegiatan	6,11,15		3
Motivasi Ekstrinsik	a. <i>External regulation</i> , motivasi yang muncul karena adanya faktor luar yang akan diterima individu	2,3,7,12		4
	b. <i>Introjected regulation</i> , motivasi yang timbul bertujuan untuk menghindari perasaan cemas atau bersalah	14		1
	c. <i>Identified regulation</i> , motivasi yang muncul	9,10		2











## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Tahapan pertama peneliti memahami fenomena atau permasalahan yang akan diangkat sebagai tema penelitian. Fenomena yang menarik peneliti adalah fenomena prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Setelah memahami, peneliti mulai mencari data-data, jurnal, artikel, dan referensi mengenai prokrastinasi akademik. Sehingga peneliti menemukan variabel pendukung untuk prokrastinasi akademik yaitu *fear of failure* dan *task motivation*. Setelah peneliti menentukan judul penelitian, peneliti mendiskusikan bersama dosen pembimbing sehingga dapat dilanjutkan ke tahap proposal penelitian.

Tahapan kedua dilakukan pengerjaan proposal penelitian dengan mengerjakan latar belakang masalah, rumusan masalah, dan tujuan penelitian. Kemudian peneliti mencari beberapa referensi dan teori-teori yang mendukung penelitian. Setelahnya mulai menetapkan subjek penelitian yaitu mahasiswa tingkat akhir. Lalu menyusun rancangan penelitian, menentukan populasi, sampel. Setelah seluruh proposal selesai, peneliti mendiskusikan kepada dosen pembimbing untuk lanjut ke sidang proposal.













b. *Fear of Failure***Tabel 4.8** Tabel hasil kategorisasi variabel *fear of failure*

Kategori	Jumlah	Persentase
Rendah	79	54.5%
Sedang	62	42.8%
Tinggi	4	2.8%
<b>Jumlah</b>	145	100%

Pada tabel 4.8 diketahui sebanyak 79 responden memiliki tingkat *fear of failure* yang rendah dengan persentase 54,5%, 62 responden memiliki tingkat *fear of failure* yang sedang dengan persentase 42,8%, dan sebanyak 4 responden memiliki tingkat *fear of failure* yang tinggi dengan persentase 2,8%.

c. *Task Motivation***Tabel 4.9** Tabel hasil kategorisasi variabel *task motivation*

Kategori	Jumlah	Persentase
Rendah	18	12.4%
Sedang	105	72.4%
Tinggi	22	15.2%
<b>Jumlah</b>	145	100%

Pada tabel 4.9 diketahui sebanyak 18 responden memiliki *task motivation* yang rendah dengan persentase 12,4%, 105 responden memiliki tingkat *task motivation* yang sedang dengan persentase 72,4%, dan sebanyak 22 responden memiliki tingkat *task motivation* yang tinggi dengan persentase 15,2%.











**Tabel 4.15 Hasil uji korelasi parsial regresi linier berganda (uji T)**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		sig
	B	Std Error	Beta	t	
1 (Constant)	27.371	6.196		4.418	.000
Fear of Failure	.835	.057	.775	14.551	.000
Task Motivation	-.157	.091	-.092	-1.725	.087

Berdasarkan pada tabel 4.15 menunjukkan bahwa signifikansi *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik sebesar  $0,000 < 0,05$  hal ini menunjukkan terdapat pengaruh signifikan antar variabel *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik. Kemudian untuk nilai koefisien regresi (B) pada *fear of failure* sebesar 0,835. Ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antar *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik. Apabila *fear of failure* terjadi kenaikan sebesar 1% maka variabel prokrastinasi akademik akan naik pula sebesar 0,835. Kemudian nilai signifikan *task motivation* menunjukkan  $0,087 > 0,05$  berarti tidak ada pengaruh antar *task motivation* terhadap prokrastinasi akademik. Nilai koefisien regresi (B) sebesar -0,157 yang berarti terdapat pengaruh negatif antar *task motivation* dengan prokrastinasi akademik. Jika *task motivation* terjadi kenaikan sebesar 1% maka variabel prokrastinasi akademik mengalami penurunan sebesar -0,157.



0,075 > 0,05. Hal ini membuktikan data dalam setiap variabel telah terdistribusi dengan normal. Pada uji heterokedastisitas menggunakan grafik scatterplot, hasilnya menunjukkan pola yang terbentuk tidak jelas dan tersebar di atas serta di bawah angka 0, berarti tidak terjadi gejala heteroskedastisitas. Hasil uji multikolinieritas menunjukkan nilai tolerance  $0.996 > 0.10$  dan nilai VIF sebesar  $1.004 < 10.00$  hingga dapat dikatakan tidak terjadi gejala multikolinearitas untuk variabel independen.

Hipotesis pertama untuk penelitian ini adalah *fear of fealure* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil uji T menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $0.000 < 0.05$  serta nilai koefisien regresi 0,835. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antar *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik. Berdasarkan Hasil uji T membuktikan bahwa hipotesis pertama diterima dan *fear of failure* menunjukkan adanya pengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Artinya apabila tingkatan *fear of failure* menunjukkan tingkat yang tinggi maka tingkatan prokrastinasi akademik juga akan mengalami peningkatan. Pernyataan ini selaras oleh riset milik Tan & Prihadi (2022) yang hasilnya menunjukkan bahwa *fear of failure* secara signifikan dan positif memprediksi prokrastinasi akademik, artinya mahasiswa akhir yang merasakan ketakutan akan kegagalan yang tinggi maka akan cenderung untuk melakukan penundaan mengerjakan skripsi (Tan & Prihadi, 2022). Mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi cenderung memiliki tingkat *fear of failure* yang tinggi dan akan melakukan *problem*

*solving* yang kurang efisien, contohnya seperti menganggap skripsi sebagai sumber stres (stressor) dan lebih memilih untuk menghindar serta melakukan prokrastinasi untuk menghindari untuk mengerjakan skripsi. Pernyataan ini sejalan dengan riset milik Akmal et al., (2017) yang membuktikan peran *fear of failure* dalam meningkatkan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa (Akmal et al., 2017).

Mahasiswa tingkat akhir yang melakukan prokrastinasi akademik cenderung menganggap skripsi merupakan tugas rumit dan sulit untuk dikerjakan, menghabiskan banyak waktu dan tenaga. Selain skripsi yang dianggap tugas sulit juga ada tekanan psikis dan tuntutan dari orang-orang disekitar yang semakin memicu timbulnya prokrastinasi akademik (Harani & Ningsih, 2019). Fenomena ini serupa dengan pernyataan Steel (2007) yang menyebutkan bahwa manusia akan menghindari sumber yang membuatnya tidak nyaman (Neidi, 2021). Mutakien (2015) dalam studinya menyebutkan permasalahan mahasiswa akhir yang melakukan prokrastinasi akademik cenderung kurang dalam pemahaman teknik penulisan skripsi, mengalami kecemasan, perfeksionis, kurangnya menguasai materi, dan kurangnya pelayanan bimbingan dari dosen pembimbing yang bersangkutan (Nabila & Sugiarti, 2023).

Kemudian hasil *crosstab* antara prokrastinasi akademik dengan *fear of failure* menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *fear of failure* yang rendah maka tingkat prokrastinasi akademik yang rendah begitu pula sebaliknya. Hasil ini juga didukung dengan hasil analisis regresi berganda

yang menunjukkan adanya pengaruh positif antar *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini sesuai dengan riset oleh Mariana (2021) yang menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik (Mariana, 2021)

Ketakutan akan kegagalan yang tidak segera diatasi akan semakin memunculkan beberapa efek buruk terhadap mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa akhir akan cenderung menghindari mengerjakan tugas dan lebih suka mengerjakan aktivitas lain, bahkan terjadi penurunan motivasi untuk mengerjakan tugas (Bauzir & Zulfiana, 2021). Mahasiswa tingkat akhir yang memiliki *fear of failure* yang cukup tinggi cenderung akan mengalami penurunan motivasi. Mereka cenderung menganggap bahwa tugas yang dikerjakannya sebagai *stressor* atau sumber stres dan prokrastinasi sebagai *coping stress*, sehingga individu cenderung untuk melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas mereka sebagai bentuk menghindari dari stressor tersebut. Nainggolan (2007; dalam Zarrin et al., 2020) menyebutkan individu menganggap prokrastinasi akademik dapat mengurangi *fear of failure* yang mereka rasakan dengan menjauhi sumber ketakutan tersebut. Tetapi tak jarang pula individu menganggap ketakutan akan kegagalan sebagai motivasi yang semakin mendorong mereka untuk semakin berkembang dan bekerja keras untuk mencapai tujuannya (Mujahidah & Mudjiran, 2019).

Hipotesis kedua ditetapkan apakah *task motivation* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil uji T didapatkan nilai signifikan sebesar  $0,087 > 0,05$  yang artinya hipotesis ditolak.

Sedangkan nilai koefisien regresi didapat sebesar -0,157 hal ini menunjukkan terdapat pengaruh negatif antar *task motivation* dengan prokrastinasi akademik. Penelitian ini menunjukkan jika tingkatan *task motivation* semakin naik maka prokrastinasi akademik akan mengalami penurunan. Pernyataan ini sesuai dengan riset milik Harmalis, Sasferi, Juliawati, dan Yandri (2021) hasilnya menyebutkan jika *task motivation* semakin naik maka berbanding terbalik dengan prokrastinasi akademik yang semakin rendah. Mahasiswa tingkat akhir dengan motivasi untuk mengerjakan skripsi yang tinggi akan cenderung untuk menyelesaikan tugasnya dengan tepat waktu, memiliki manajemen waktu yang baik, dan adanya keinginan tinggi untuk mencapai tujuannya. Sejalan dengan riset oleh beberapa peneliti Vansteenkiste et al (2009), Cavusoglu & Karatas (2015), dan Gdl, Can, & Ceyhan (2021) yang hasilnya sama-sama menunjukkan mahasiswa tingkat akhir yang memiliki motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang baik akan cenderung menghindari dari perilaku prokrastinasi akademik (Cavusoglu & Karatas, 2015; Gdl et al., 2021; Vansteenkiste et al., 2009).

Pada hasil tabel kategorisasi variabel *task motivation* diketahui sebanyak 18 responden memiliki *task motivation* yang rendah dengan persentase 12,4%, 105 responden memiliki tingkat *task motivation* yang sedang dengan persentase 72,4%, dan sebanyak 22 responden memiliki tingkat *task motivation* yang tinggi dengan persentase 15,2%. Mahasiswa yang memiliki tingkat *task motivation* yang sedang dan tinggi cenderung akan menghindari dari prokrastinasi akademik dengan sebisa mungkin

menggunakan kemampuannya untuk mengerjakan skripsi sehingga akan menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Hal ini sesuai dengan riset Arghita et al., (2021) yang menunjukkan individu dengan tingkat *task motivation* yang tinggi akan memaksimalkan kemampuannya agar tugasnya dapat terselesaikan dan menghindari prokrastinasi akademik (Arghita et al., 2021). Kemudian didukung dengan studi oleh Vansteenkiste et al (2009) hasilnya *task motivation* menjadi penyebab tindakan prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir. Mahasiswa akhir yang memiliki motivasi yang baik akan cenderung menghindari prokrastinasi akademik (Vansteenkiste et al., 2009).

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel *task motivation* diketahui sebanyak 18 responden memiliki *task motivation* yang rendah, 105 responden memiliki tingkat *task motivation* yang sedang, dan sebanyak 22 responden memiliki tingkat *task motivation* yang tinggi. Mahasiswa tingkat akhir yang memiliki *task motivation* yang baik akan menghindari perilaku menunda mengerjakan skripsi, hal ini dikarenakan mereka memiliki motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang mendorong atau memacu mereka untuk menggapai tujuannya (Arghita et al., 2021). Natalya (2018) menyebutkan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang memiliki motivasi akan memiliki dorongan yang berasal dari dirinya sendiri dan dari keadaan sekitarnya. Mahasiswa tersebut akan merasakan kesenangan dan memiliki dorongan yang kuat untuk mengerjakan tugasnya sehingga akan mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Selain motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik juga mempengaruhi



tingkat *task motivation* pada mahasiswa tingkat akhir. Motivasi ekstrinsik muncul karena adanya tanggung jawab yang mendorongnya untuk meraih tujuannya, seperti tidak ingin mengecewakan orang-orang terdekatnya (Natalya, 2018).

Hipotesis ketiga pada penelitian ini adalah apakah *fear of failure* dan *task motivation* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Pada hasil uji linier berganda didapatkan bahwa *fear of failure* dan *task motivation* secara bersama-sama mempengaruhi prokrastinasi akademik. Pernyataan ini dibuktikan dengan hasil didapatkan sebesar 106,168 dan nilai signifikan sebesar  $0,000 < 0,05$ . Berarti *fear of failure* dan *task motivation* secara bersama-sama mempengaruhi prokrastinasi akademik dan hipotesis ketiga diterima. Serupa dengan studi yang dilakukan oleh Gdl, Can, dan Ceyhan (2021) mengidentifikasi adanya hubungan signifikan negatif antara prokrastinasi akademik dengan motivasi (Gdl et al., 2021).

Menurut hasil uji koefisien determinasi menunjukkan *fear of failure* dan *task motivation* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik dengan memberikan sumbangan sebesar 59% serta 41% sumbangan lainnya diberikan oleh variabel lain. Sehingga dapat diketahui bahwa *fear of failure* dan *task motivation* memiliki kontribusi untuk mempengaruhi prokrastinasi akademik.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan pada penelitian ini, yaitu:

1. *Fear of fealure* berpengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik. Mahasiswa akhir yang merasakan *fear of failure* yang tinggi cenderung akan melakukan tindakan prokrastinasi akademik.
2. *Task motivation* menunjukkan adanya pengaruh negatif pada prokrastinasi akademik. Jika mahasiswa akhir memiliki motivasi yang baik akan cenderung untuk menghindari tindakan menunda menuntaskan skripsi.
3. *Fear of failure* dan *task motivation* secara bersama-sama mempengaruhi prokrastinasi akademik sebanyak 59%

#### B. Saran

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti mengajukan beberapa masukan saran, yaitu:

1. Bagi mahasiswa tingkat akhir  
Bagi mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi diharapkan mampu memandang skripsi bukan sebagai sumber stres yang harus dihindari. Tetapi anggaplah skripsi sebagai suatu bentuk motivasi untuk mencapai tujuan di dunia perkuliahan, yaitu lulus

dengan baik. Selain itu peneliti memberi saran agar untuk memajemen waktu dengan baik dan mengatur prioritas kegiatan serta langsung mengerjakan tugas segera, sehingga jadwal akan terorganisir dan mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

2. Bagi lembaga pendidikan

Bagi lembaga pendidikan untuk segera menyadari permasalahan ini kemudian dapat melakukan berbagai pendekatan kepada mahasiswa seperti melakukan konseling, membentuk kelompok belajar, mengadakan bantuan belajar kepada mahasiswa yang melakukan prokrastinasi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti yang memiliki ketertarikan untuk meneliti prokrastinasi akademik, peneliti mengharapkan agar untuk memperdalam referensi dan literatur yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Kemudian menggunakan variabel dan alat ukur yang lebih variatif, serta lebih memperluas populasi atau sampel penelitian sehingga subjek penelitian yang didapatkan menjadi lebih beragam sehingga hasil penelitian akan semakin lebih baik dan komprehensif.



- <https://doi.org/10.1080/10413200252907752>
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran* (A. Fawaid, R. K. Pancasari, H. El Rais, Priyati, & Amaryllis (eds.); 4th ed.). Pustaka Pelajar.
- Fentaw, Y., Moges, B. T., & Ismail, S. M. (2022). Academic Procrastination Behavior among Public University Students. *Hindawi: Education Research International*, 2022, 1–8. <https://doi.org/10.1155/2022/1277866>
- Ghozali, I. (2013). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS*. Penerbit Universitas Diponegoro.
- Güdül, M. D., Can, G., & Ceyhan, A. A. (2021). The Role of Academic Motivation in Predicting Turkish Undergraduates' Life Satisfaction and Academic Procrastination. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11(60), 128–146. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/61022/906144>
- Handoyo, A. W., Afiati, E., Khairun, D. Y., & Prabowo, A. S. (2020). Prokrastinasi Mahasiswa Selama Masa Pembelajaran Daring. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP Universitas Sultan Ageng Tirtayasa*, 3(1), 355–361.
- Harani, S., & Ningsih, Y. T. (2019). Kontribusi Advertsity Quotient Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Bidikmisi Tingkat Akhir FT UNP. *Jurnal Riset Psikologis*, 2019(1), 1–12. <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/view/6952>
- Harmalis, Sasferi, N., Naidarti, Juliawati, D., & Yandri, H. (2021). Motivasi Instrinsik, Dukungan Sosial Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Kerinci. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 7(2), 24–31. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR/article/view/5103/3157>
- Helmi, A. F., Husna, A. N., Budiarto, Y., Permana, M. Z., Reginasari, A., Herdiyanto, Y. K., Rembulan, C. L., Vembrianti, N., & Renanita, T. (2020). *Psikologi Untuk Indonesia: Isu-isu Terkini Relasi Sosial dari Intrapersonal hingga Interorganisasi* (A. F. Helmi, C. L. Rembulan, & A. Reginasari (eds.)). Gadjah Mada University Press. [https://www.google.co.id/books/edition/Psikologi\\_Untuk\\_Indonesia/3V\\_rDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=teori+determinasi+diri+deci+ryan&pg=PA47&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Psikologi_Untuk_Indonesia/3V_rDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=teori+determinasi+diri+deci+ryan&pg=PA47&printsec=frontcover)
- Hennessey, B., Moran, S., Altringer, B., & Amabile, T. M. (2014). Extrinsic and Intrinsic Motivation. *Wiley Encyclopedia of Management*, 1–5. <https://doi.org/10.4324/9781315762104-1>
- Hermawan, I. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kuantitatif, Kualitatif & Mixed Methode*. Hidayatul Quran Kuningan. [https://www.google.co.id/books/edition/Metodologi\\_Penelitian\\_Pendidikan\\_Kualita/Vja4DwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=populasi+dan+sampel+penelitian&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Metodologi_Penelitian_Pendidikan_Kualita/Vja4DwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=populasi+dan+sampel+penelitian&printsec=frontcover)
- Iswara, I. S., Baihaqi, M., & Ihsan, H. (2021). Takut Akan Kegagalan Sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik Dimoderasi Status Identitas Vokasional Mahasiswa Bidikmisi UPI. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi (Journal Psychology Science and Profession)*, 5(2), 159–176. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v5i2.29660>

- Juariyah, L., & Adi, S. S. (2017). Dampak Motivasi Dan Kepuasan Terhadap Prestasi: Pengujian Teori Motivasi Determinasi Diri (Self Determination Theory) Lohana. *EKOBIS – Ekonomi Bisnis*, 22(2), 143–150. <http://journal2.um.ac.id/index.php/ekobis/article/view/2367/1426>
- Kiswanto, A. (2017). Karakteristik rasa takut gagal (fear of failure) pada young entrepreneurial berdasarkan minat karier mahasiswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(1), 47–56. <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/fokus>
- Kormos, J., & Wilby, J. (2019). Task Motivation. *The Palgrave Handbook of Motivation for Language Learning*, 13, 267–283. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-28380-3\\_21](https://doi.org/10.1007/978-3-030-28380-3_21)
- Lesmana, G. (2022). *Bimbingan dan Konseling Belajar*. KENCANA. [https://www.google.co.id/books/edition/Bimbingan\\_Dan\\_Konseling\\_Belajar/uLZpEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1](https://www.google.co.id/books/edition/Bimbingan_Dan_Konseling_Belajar/uLZpEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1)
- Lukyani, L. (2022). 4 Penyebab Prokrastinasi, Kebiasaan Menunda-nunda Pekerjaan. Kompas.Com. <https://www.kompas.com/sains/read/2022/03/26/093200523/4-penyebab-prokrastinasi-kebiasaan-menunda-nunda-pekerjaan?page=all>
- Mariana, D. (2021). Motivasi berprestasi dan ketakutan akan kegagalan: Dapatkah menjadi prediktor prokrastinasi akademik? *INNER: Journal of Psychological Research* E, 1(1), 25–34. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/20/4>
- Marpaung, J., & Wilany, E. (2016). Hubungan Antara Self Efficacy Dan Motivasi Intrinsik Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fkip Universitas Riau Kepulauan Batam. *Cahaya Pendidikan*, 2(2), 161–173. <https://www.journal.unrika.ac.id/index.php/journalcahayapendidikan/article/view/643/477>
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik* (D. N. Hidayat (ed.); 2nd ed.). Zifatama Jawa. Muhid, A., & Mukarromah, A. (2018). Pengaruh Harapan Orang Tua dan Self-Efficacy Akademik terhadap Kecenderungan Fear of Failure pada Siswa: Analisis Perbandingan antara Siswa Kelas Unggulan dan Siswa Kelas Reguler. *Jurnal Darussalam: Jurnal Pendidikan, Komunikasi Dan Pemikiran Hukum Islam*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.30739/darussalam.v10i1.266>
- Mujahidah, A., & Mudjiran. (2019). Hubungan Antara Ketakutan Akan Kegagalan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Riset Psikologi*, 2.
- Murdafasmi, Y., Rachmatan, R., Nisa, H., & Riamanda, I. (2020). Dukungan Sosial Dengan Fear of Failure Pada Foodpreneur. *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(2), 199–224. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i2.199-224>
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.1868>
- Nabila, I. N., & Sugiarti, R. (2023). Kontrol Diri Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Reswara Journal of Psychology*, 2(1), 18–25. <https://journal-psikologi.hangtuah.ac.id/index.php/jpp/article/view/62%0Ahttps://journal->



- psikologi.hangtuah.ac.id/index.php/jpp/article/download/62/47
- Natalya, L. (2018). Validation of Academic Motivation Scale: Short Indonesian Language Version. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 34(1), 43–53. <https://doi.org/10.24123/aipj.v34i1.2025>
- Neidi, A. W. (2021). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 1(2), 97–105. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i2.43142>
- Nugraha, B. (2022). *Pengembangan Uji Statistik: Implementasi Metode Regresi Linier Berganda dengan Pertimbangan Uji Asumsi Klasik*. Pradina Pustaka. [https://www.google.co.id/books/edition/Pengembangan\\_Uji\\_Statistik/PzZZEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=uji+multikolinearitas+adalah&pg=PA29&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Pengembangan_Uji_Statistik/PzZZEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=uji+multikolinearitas+adalah&pg=PA29&printsec=frontcover)
- Nurjan, S. (2020). Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Muaddib : Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 1(1), 61. <https://doi.org/10.24269/muaddib.v1i1.2586>
- Nushratu, H. (2023). *Mahasiswa yang Suka Nunda Tugas Sampai “Last Minute” Bisa Depresi hingga Miskin*. DetikHealth. <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-6503269/mahasiswa-yang-suka-nunda-tugas-sampai-last-minute-bisa-depresi-hingga-miskin>
- P.K, A. V., Wulandari, N. W., & Supraba, D. (2022). Pengaruh Ketakutan Akan Kegagalan Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Kota Malang. *Seminar Nasional Sistem Informasi (SENASIF)*, 6(1), 3645–3653. <https://www.jurnalfti.unmer.ac.id/index.php/senasif/article/view/446>
- Pickles, M. (2017). *Procrastination? I'll get back to you...* BBC News. <https://www.bbc.com/news/business-38496775>
- Pradini, R. F. B., & Sera, D. C. (2021). Fear of Failure Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Seminar Nasional Sistem Informasi (SENASIF)*, 5(1), 2820–2828. <https://jurnalfti.unmer.ac.id/index.php/senasif/article/view/366>
- Premadyasari, D. (2012). Prokrastinasi dan Task Aversiveness Tugas Makalah Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1), 1–16. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/88>
- Ramadhani, H. S. (2017). Efektivitas Metode Pembelajaran Scl (Student Centered Learning) Dan Tcl (Teacher Centered Learning) Pada Motivasi Instrinsik & Ekstrinsik Mahasiswa Psikologi Untag Surabaya Angkatan Tahun 2014 – 2015. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(2), 66–74. <http://jurnal.untagsby.ac.id/index.php/persona%0AVolume>
- Reza, I. F. (2015). Hubungan Antara Motivasi Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Humanitas*, 12(1), 39–44. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v12i1.3827>
- Rosyidah, M., & Fijra, R. (2021). *Metode Penelitian*. Deepublish Publisher. [https://www.google.co.id/books/edition/Metode\\_Penelitian/61k-EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=metode+sampel+jenuh&pg=PA136&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Metode_Penelitian/61k-EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=metode+sampel+jenuh&pg=PA136&printsec=frontcover)
- Rothblum, E. D. (1990). Fear of Failure: The Psychodynamic, Need Achievement, Fear of Success, and Procrastination Models. In *Handbook of Social and*

- Evaluation Anxiety*. Springer US. [https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2504-6\\_17](https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2504-6_17)
- Santoso, I., & Madiistriyatno, H. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif* (A. Rachmatullah (ed.)). Indigo Media. [https://www.google.co.id/books/edition/Metodologi\\_Penelitian\\_Kuantitatif/bRFTEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=penelitian+kuantitatif+korelasional&pg=PA46&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Metodologi_Penelitian_Kuantitatif/bRFTEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=penelitian+kuantitatif+korelasional&pg=PA46&printsec=frontcover)
- Shinta, A., & Purwanto, S. (2015). Prokrastinasi pada Peserta Pendidikan Karakter dan Faktor-Faktor Penyebabnya. *Jurnal Psikologi*, 11(1), 44–53. <https://ejournal.up45.ac.id/index.php/psikologi/article/view/111/107>
- Siahaan, I. S. F., Hardjono, & Supratiwi, M. (2021). Hubungan Keterlibatan Orang Tua Dan Ketakutan Akan Kegagalan Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas Xi Between Parents Involvement and Fear of Failure with Academic Procrastination in Class XI Students : A Correlation Study. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 6(2), 86–94. <https://jurnal.uns.ac.id/candrajiwa>
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian* (Ayup (ed.)). Literasi Media Publishing. [https://www.google.co.id/books/edition/DASAR\\_METODOLOGI\\_PENELITIAN/QPhFDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=sampel+penelitian+adalah+sugiyono&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/DASAR_METODOLOGI_PENELITIAN/QPhFDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=sampel+penelitian+adalah+sugiyono&printsec=frontcover)
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037//0022-0167.31.4.503>
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Alfabeta.
- Suhadianto, & Pratitis, N. (2020). Eksplorasi Faktor Penyebab, Dampak Dan Strategi Untuk Penanganan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2), 193. <https://doi.org/10.24036/rapun.v10i2.106266>
- Suparman, Sultinah, A. S., Supriyadi, Achmad, A. D., Nurjan, S., Sunedi, Muhandis, J., & Sutoyo, D. A. (2020). *Dinamika Psikologi Pendidikan Islam*. Wade Group. [https://www.google.co.id/books/edition/DINAMIKA\\_PSIKOLOGI\\_PENDIDIKAN\\_ISLAM/TB0mEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=prokrastinasi+akademik&pg=PA396&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/DINAMIKA_PSIKOLOGI_PENDIDIKAN_ISLAM/TB0mEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=prokrastinasi+akademik&pg=PA396&printsec=frontcover)
- Tan, E. W. Y., & Prihadi, K. D. (2022). Fear of failure and academic procrastination among university students: The role of achievement expectancy and year of study. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 11(1), 69–77. <https://doi.org/10.11591/ijere.v11i1.22201>
- Utomo, A. A. B., & Mandalawati, T. K. (2018). Peranan Intrinsic and Extrinsic Motivation dalam meningkatkan Prestasi Olahraga. *Prosiding Seminar Nasional*, 160–168. <https://doi.org/https://doi.org/10.31227/osf.io/kz7fc>
- Vansteenkiste, M., Sierens, E., Soenens, B., Luyckx, K., & Lens, W. (2009). Motivational Profiles From a Self-Determination Perspective: The Quality of Motivation Matters. *Journal of Educational Psychology*, 101(3), 671–688. <https://doi.org/10.1037/a0015083>

- Wahjusaputri, S., & Purwanto, A. (2022). *Statistika Pendidikan: Teori dan Aplikasi*. CV Bintang Semesta Media. [https://www.google.co.id/books/edition/Statistika\\_Pendidikan/jhKtEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=uji+normalitas+kolmogorov+smirnov&pg=PA214&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Statistika_Pendidikan/jhKtEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=uji+normalitas+kolmogorov+smirnov&pg=PA214&printsec=frontcover)
- Wang, Y., Gao, H., Sun, chang, Liu, J., & Fan, X. long. (2021). Academic procrastination in college students: The role of self-leadership. *Personality and Individual Differences*, 178(December 2020), 110866. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110866>
- Wangid, M. N. (2014). Prokrastinasi Akademik: Perilaku Yang Harus Dihilangkan. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 19(2), 235–247. <http://psikologi.uinjkt.ac.id/wp-content/uploads/2016/08/2-Tazkiya-VOL.-19-NO.-2-OKTOBER-2014.pdf>
- Wessel, J., Bradley, G. L., & Hood, M. (2019). Comparing effects of active and passive procrastination: A field study of behavioral delay. *Personality and Individual Differences*, 139, 152–157. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.020>
- Wicaksono, L. (2017). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, 2(2), 67–73.
- Winarni, E. W. (2018). *Teori dan Praktik Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, PTK, R & D* (Bumi Aksar).
- Wu, F., & Fan, W. (2017). Academic procrastination in linking motivation and achievement-related behaviours: a perspective of expectancy-value theory. *Educational Psychology*, 37(6), 695–711. <https://doi.org/10.1080/01443410.2016.1202901>
- Zarrin, S. A., Gracia, E., & Paixão, M. P. (2020). Prediction of Academic Procrastination by Fear of Failure and Self-Regulation. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 20(3), 34–43. <https://doi.org/10.12738/jestp.2020.3.003>
- Zega, M. R. B. (2022). Faktor Penyebab dan Upaya Mengatasi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Pada Masa Pandemi Covid-19. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(21), 28–35. <https://doi.org/https://doi.org/10.51214/bocp.v4i1.134>
- Zuraida. (2017). Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama. *Kognisi Jurnal*, 2(1), 30–41.