

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastinare*, dari kata *pro* yang artinya maju, ke depan, bergerak maju, dan *crastinus* yang berarti besok atau menjadi hari esok. Jadi, dari asal katanya prokrastinasi adalah menunda hingga hari esok atau lebih suka melakukan pekerjaannya besok. Orang yang melakukan prokrastinasi dapat disebut sebagai procrastinator.¹

Beberapa peneliti berusaha mengajukan definisi yang lebih kompleks tentang perilaku prokrastinasi ini. Steel mengatakan bahwa prokrastinasi adalah “*to voluntarily delay an intended course of action despite expecting to be worse-off for the delay*”, artinya prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk.²

Menurut Solomon dan Rothblum Prokrastinasi adalah penundaan mulai mengerjakan atau penyelesaian tugas yang disengaja. dari definisi tersebut dapat dilihat bahwa perilaku prokrastinasi adalah perilaku yang disengaja, maksudnya faktor-faktor yang menunda penyelesaian tugas

¹ Kartadinata, I, & Sia, T, "Prokrastinasi Akademik Dan Manajemen Waktu", *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 23 (2), 2008, Hal.110.

² Kartadinata, I, & Sia, T, *Prokrastinasi...*Hal.112.

berasal dari putusan dirinya sendiri.³ Prokrastinasi sendiri merupakan perilaku tidak perlu yang menunda kegiatan walaupun orang itu harus atau berencana menyelesaikan kegiatan tersebut. Perilaku menunda ini akan dapat dikategorikan sebagai prokrastinasi ketika perilaku tersebut menimbulkan ketidaknyamanan emosi seperti rasa cemas.

Vestervelt berpendapat bahwa secara umum diyakini bahwa selain meliputi komponen perilaku, prokrastinasi juga meliputi komponen afektif dan kognitif. komponen perilaku prokrastinasi diindikasikan dengan kecenderungan kronis atau kebiasaan menunda dan bermalas-malasan sehingga baru memulai, mengerjakan dan menyelesaikan tugas mendekati tenggang waktu. Terkait komponen kognitif, Vestervelt mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu kekurangsesuaian kronis antara intensi, prioritas, atau penentuan tujuan terkait mengerjakan tugas yang sudah ditetapkan. Vestervelt juga mengingatkan individu tidak dianggap berprokrastinasi apabila salah mengingat jadwal atau tidak menyadari penundaan yang dilakukannya. Vestervelt mengatakan pula bahwa prokrastinasi haruslah disertai afeksi negatif, misalnya merasa tertekan atau tidak nyaman.⁴

Menurut Silver, seorang prokrastinator tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi, akan tetapi mereka hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya sehingga menyita

³ Suriyah, E, & Sia, T, "Mahasiswa Versus Tugas : Prokrastinasi Akademik Dan Conscientiousness", *Anima, Indonesian Psychological Journal*, Vol. 22, No. 4, 2007, Hal 356

⁴ Sia Tjundjing, "Apakah Penundaan Menurunkan Prestasi?", *Anima, Indonesia Psychological Journal*, Vol. 22, No. 1, 2006, Hal. 18

waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Penundaan tersebut sering kali menyebabkan dia gagal menyelesaikan tugas tepat waktu. Lain halnya dengan Watson yang menyatakan bahwa prokrastinasi berkaitan dengan takut gagal, tidak suka pada tugas yang diberikan, menentang dan melawan control, mempunyai sifat ketergantungan dan kesulitan dalam membuat keputusan.⁵

Dari berbagai pendapat yang dikemukakan para ahli tentang prokrastinasi, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi merupakan kecenderungan seseorang untuk menunda-nunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas yang sedang ia hadapi yang pada akhirnya akan mengakibatkan kecemasan karena pada akhirnya dia tidak dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan maksimal atau bahkan gagal menyelesaikannya.

Karena penelitian ini dilakukan pada para siswa yang berada di lingkungan akademik, dengan demikian sepanjang penelitian ini menggunakan istilah prokrastinasi akademik. Ferrari, Johnson dan McCown mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk selalu atau hampir selalu menunda pengerjaan tugas-tugas akademik dan selalu atau hampir selalu mengalami kecemasan yang mengganggu terkait prokrastinasi.⁶

⁵ Ferrari J. R., "Self Handicapping By Procrastinator : Academic Procrastination", <http://www.carleton.ca/rpychl/interner.html>, diakses 28 Mei 2009

⁶ Sia Tjundjing, "Apakah penundaan... Hal. 20

2. Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Secara umum faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor internal, yaitu faktor-faktor yang ada pada diri individu yang melakukan prokrastinasi, meliputi:

1) Kondisi fisik individu.

Faktor dari dalam yang turut mempengaruhi prokrastinasi pada individu adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan seseorang.

2) Kondisi psikologis individu.

Millgran dan Tenne menemukan bahwa kepribadian khususnya ciri kepribadian *locus of control* mempengaruhi seberapa banyak orang melakukan prokrastinasi ⁷

b. Faktor eksternal, yaitu faktor-faktor yang terdapat diluar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor itu antara lain:

1) Gaya pengasuhan orang tua.

Hasil penelitian Ferrari menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi.⁸

⁷Hamptom, Amber, E., 2005, "Locus Of Control And Procrastination," www.capital.edu.com, diakses 23 Oktober 2009

⁸ M. N. Ghufro, "Hubungan Control Diri Dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik", www.mitrapedulicenter.multiply.com, diakses 23 April 2009

2) Kondisi lingkungan.

Prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah pengawasan dari pada lingkungan yang penuh pengawasan. Pergaulan siswa pun turut mempengaruhinya.

Di samping itu faktor-faktor lain yang menyebabkan timbulnya prokrastinasi akademik, antara lain:

a. Problem Time Management

Lakein mengatakan bahwa manajemen waktu melibatkan prose menentukan kebutuhan (*determining needs*), menetapkan tujuan untuk mencapai kebutuhan (*goal setting*), memprioritaskan dan merencanakan (*planning*) tugas yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Sebagian besar prokrastinator memiliki masalah dengan manajemen waktu. Steel menambahkan bahwa kemampuan estimasi waktu yang buruk dapat dikatakan sebagai prokrastinasi jika tindakan itu dilakukan dengan sengaja.⁹

b. Penetapan Prioritas

Hal ini penting agar kita bisa menangani semua masalah atau tugas secara runtut sesuai dengan kepentingannya. Hal ini tidak diperhatikan oleh siswa pelaku prokrastinasi, sebagai siswa prioritas mereka harusnya adalah belajar tapi nyatanya mereka lebih memilih aktifitas lain yang kurang bermanfaat bagi kelangsungan proses belajar mereka.

⁹ Kartadinata, I, & Sia, T, *Prokrastinasi...*Hal.115

c. Karakteristik Tugas

Adalah bagaimana karakter atau sifat tugas sekolah atau pelajaran yang akan diujikan tersebut. Jika terlalu sulit, cenderung siswa akan menunda mengerjakan tugas atau menunda mempelajari mata pelajaran tersebut. Hal ini juga dipengaruhi motivasi baik intrinsik maupun ekstrinsik siswa.

d. Karakter Individu

Karakter disini mencakup kurang percaya diri, moody dan irrasional. Orang yang cenderung menunda pekerjaan jika kurang percaya diri dalam melaksanakan pekerjaan tersebut ia takut terjadi kesalahan. Siswa yang berkarakter moody merupakan orang yang hampir sering menunda pekerjaan. Burka dan Yuen menegaskan kembali dengan menyebutkan adanya aspek irrasional yang dimiliki seorang prokrastinator. Mereka memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga dia merasa lebih aman untuk tidak mengerjakannya dengan segera karena itu akan menghasilkan sesuatu yang kurang maksimal.¹⁰

3. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Ferrari, dkk dan Stell mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut berupa:

¹⁰ M. N. Ghufron, "Hubungan Control Diri Dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik", www.mitrapedulicenter.multiply.com, diakses 23 April 2009

- a. *Perceived time*, seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati deadline.

Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika ia sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

- b. *Intention-action*. Celah antara keinginan dan tindakan

Perbedaan antara keinginan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan siswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun siswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. seorang siswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah ia rencanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.

- c. *Emotional distress*, adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi.

Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Pada mulanya siswa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak. tanpa terasa waktu sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.

- d. *Perceived ability*, atau keyakinan terhadap kemampuan diri.

Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sebagai yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas sekolah karena takut akan pengalaman kegagalan.¹¹

4. Jenis-Jenis Tugas Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan. Peterson mengatakan bahwa seseorang dapat melakukan penundaan hanya pada hal-hal tertentu saja atau pada semua hal. Sedang jenis-jenis tugas yang sering ditunda oleh prokrastinator yaitu pada tugas pembuatan keputusan, aktivitas akademik, tugas rumah tangga dan pekerjaan kantor.

¹¹ Suriyah, E, & Sia, T, *Mahasiswa Versus Tugas...*Hal. 357

Istilah yang sering digunakan para ahli untuk membagi jenis-jenis tugas tersebut adalah prokrastinasi akademik dan non akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah, tugas kursus dan tugas kuliah. Prokrastinasi non akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor dan sebagainya.

Dalam hal ini yang menjadi subyek adalah siswa sekolah sehingga selanjutnya dalam penelitian ini yang dibahas adalah prokrastinasi akademik. Solomon dan Rothblum membagi enam area akademik dimana biasa terjadi prokrastinasi pada pelajar. Enam area akademik tersebut, yaitu:

- a. Tugas menulis, contohnya antara lain keengganan dan penundaan pelajar dalam melaksanakan kewajiban menulis makalah, laporan, dan tugas menulis lainnya.
- b. Belajar menghadapi ujian, contohnya pelajar melakukan penundaan belajar ketika menghadapi ujian, baik ujian tengah semester, ujian akhir semester, kuis-kuis, maupun ujian yang lain.
- c. Tugas membaca per minggu, contohnya antara lain penundaan dan keengganan pelajar membaca buku referensi atau literatur-literatur yang berhubungan dengan tugas sekolahnya.

- d. Tugas administratif, meliputi penundaan pengerjaan dan penyelesaian tugas-tugas administratif, seperti menyalin catatan materi pelajaran, membayar SPP, mengisi daftar hadir (presensi) sekolah, presensi praktikum, dan lain-lain.
- e. Menghadiri pertemuan, antara lain penundaan dan keterlambatan dalam masuk sekolah, praktikum dan pertemuan lainnya.
- f. Tugas akademik pada umumnya, yaitu penundaan pelajar dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik lainnya secara umum.¹²

B. *Locus Of Control*

1. Pengertian *Locus Of Control*

Pemahaman tentang konsep *locus of control* pertama kali dikembangkan oleh Jullian Rotter pada tahun 1954, dan sejak itu menjadi aspek penting dari studi kepribadian.¹³ Menurutnya *locus of control* merupakan efek penguatan mengikuti perilaku tertentu, bukan sekedar proses pencapaian melainkan tergantung apakah orang itu memandang hubungan kasual antara perilakunya dan akibat dari perilaku tersebut.¹⁴ *Locus of control* adalah suatu konsep yang merupakan pengembangan dari teori belajar sosial (*social learning theory*), yang menyangkut kepribadian dan mewakili harapan umum mengenai masalah faktor-faktor yang

¹² M. N. Ghufron, "Hubungan Control Diri Dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik", www.mitrapedulicenter.multiply.com, diakses 23 April 2009

¹³ Wikipedia, "Locus Of Control", www.en.wikipedia.org/wiki/locus_of_control, diakses 20 Oktober 2009

¹⁴ Anne Anastasi, *Tes Psikologi*, Jilid II, (Jakarta : PT. Prenhalindo, 1997), Hal. 44

menentukan keberhasilan pujian dan hukuman terhadap kehidupan seseorang.

Lebih lanjut Rotter menjelaskan bahwa seseorang yang mempunyai keyakinan bahwa ia mampu melakukan control atas nasibnya sendiri, atau beranggapan bahwa apa-apa yang terjadi dalam hidupnya semata-mata disebabkan oleh hal-hal yang ada dalam dirinya sendiri (misalnya usaha dan kemampuannya) disebut sebagai orang yang memiliki orientasi kontrol internal. Dan sebaliknya, orang-orang yang beranggapan bahwa yang terjadi dalam hidupnya merupakan akibat dari atau ditentukan oleh hal-hal yang ada di luar dirinya, seperti faktor kebetulan, keberuntungan, takdir atau karena kekuasaan orang lain, sehingga mereka merasa tidak mampu, disebut sebagai orang yang mempunyai orientasi control eksternal.¹⁵ *locus of control* adalah istilah dalam psikologi yang mengacu pada keyakinan seseorang tentang apa yang menyebabkan hasil yang baik atau buruk dalam hidupnya, baik secara umum atau di bagian tertentu seperti kesehatan atau akademik.

Menurut Lefcourt *locus of control* mengacu pada derajat dimana individu memandang peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya sebagai konsekuensi dari perbuatannya.¹⁶ *locus of control* mengacu pada sejauh mana orang percaya bahwa mereka dapat mengendalikan peristiwa-peristiwa yang mempengaruhi mereka. Selanjutnya menurut Sarason *locus*

¹⁵ Weiner, "Finding Your Locus Of Control", <http://wik.ed.uiuc.edu/locus-of/control>, diakses 23 Oktober 2009

¹⁶ Bart Smet, , *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta :PT. Grasindo, 1997) Hal. 181

of control merupakan suatu konsep tentang bagaimana individu memandang dirinya dalam mengontrol kejadian dalam kehidupannya antara usaha yang telah dilakukan dengan akibat yang diterimanya. Sedangkan Thompson mendiskripsikannya sebagai keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai hasil-hasil yang diinginkan lewat tindakannya sendiri.¹⁷

Locus of control merupakan karakter individu yang kontinum, artinya dua aspek yang ada di dalamnya tersebut tidak dikotomis melainkan dua sisi yang saling berbanding terbalik (di satu sisi *internal locus of control* dan eksternal di sisi lain), di mana setiap individu memiliki kedua aspek tersebut. Hal itu dapat kita lihat dalam kehidupan sehari-hari dimana tidak ada individu yang memiliki *internal locus of control* murni maupun *external locus of control* murni, dalam hal ini *locus of control* merupakan suatu yang bervariasi sifatnya. Munandar dan Sukhirman menyatakan bahwa setiap individu memiliki orientasi eksternal dan internal sekaligus. Perbedaannya terletak pada tingkat perbandingan antara keduanya, bila orientasi eksternal lebih besar maka orientasi internal akan lebih kecil demikian sebaliknya, bila orientasi internal lebih besar maka orientasi eksternal yang lebih kecil.¹⁸

¹⁷ Bart Smet, *Psikologi Kesehatan*...Hal. 186

¹⁸ Wangmuba, "Komponen Locus Of Control", www.wangmuba.com/locus-of-control, diakses 2 April 2009

2. Sumber Pembentukan *Locus Of Control*

Locus of control merupakan hasil belajar individu dan timbul berdasarkan pengalaman masa lalunya sehingga akan mempengaruhi kepercayaan atau keyakinannya mengenai sumber-sumber penyebab dari peristiwa yang terjadi dalam hidup individu.

Harley London mengungkapkan bahwa skala *locus of control* bersifat kontinum, dalam artian adakalanya seseorang mempunyai kecenderungan *internal locus of control* dan adakalanya kecenderungan *external locus of control*. Hal ini dapat ditentukan oleh kondisi yang mempengaruhi perubahan-perubahan keyakinan *internal-external locus of control*.¹⁹ Adapun faktor-faktor yang menjadi sumber pembentukan dan atau perubahan *locus of control* pada diri individu antara lain :

a. Pola Asuh Orang Tua

Menurut Monks, dalam pola asuh yang diterapkan oleh orang tua berupa pemberian tanggapan atau reaksi pada saat-saat yang tepat terhadap perilaku anak dapat memberikan pengaruh yang penting terhadap perkembangan rasa percaya dirinya.²⁰ Anak-anak yang memperoleh tanggapan dari orang tuanya atas tindakan yang ia lakukan, akan melihat bahwa perilakunya dapat mengakibatkan sesuatu pada lingkungannya sesuai dengan keinginannya. Hal ini menimbulkan sesuatu dorongan yang dipelajari sehingga dapat

¹⁹ Aulia Iskandarsyah, "Hubungan Antara Health Locus Of Control Dan Tingkat Depresi Pada Pasien", *www.wisegeek.com*, diakses 25 Oktober 2009

²⁰ F. J.Monks, & Siti Rahayu Hadinoto, *Psikologi Perkembangan....*hal.183

menimbulkan *internal locus of control*, dan ini menunjukkan bahwa anak merasa dirinya mampu menguasai dan menentukan suatu akibat. Sebaliknya, bila anak sering tidak memperoleh tanggapan atas tindakannya atau bahkan sering dikekang dan diatur akan menyebabkan anak merasa bahwa perilakunya tidak mengakibatkan sesuatu dan tidak memberikan pengaruh pada lingkungannya, sehingga anak merasa tidak memiliki kuasa untuk menentukan suatu akibat karena keadaan diluar dirinya yang lebih banyak menentukan. Keadaan ini akhirnya akan menimbulkan *external locus of control*.

b. Faktor Usia

Seiring dengan bertambahnya usia diharapkan keyakinan *locus of control* dapat berkembang lebih tinggi. Dari hasil penelitian Peng dan Crandal didapat bahwa dalam perkembangan seorang anak, sejalan dengan bertambahnya usia ia akan bertambah efektif dalam mengaktualisasikan dirinya dan semakin *internal locus of control*. Lain halnya apabila individu yang di dalamnya berkembang rasa cemas, hal tersebut dapat menghilangkan kontrol internal menjadi *external locus of control*.

c. Pengalaman Dalam Suatu Lembaga

Adanya peraturan-peraturan atau adanya unsur-unsur kekuasaan di dalam suatu lembaga, secara umum dapat membentuk kecenderungan *external locus of control* pada seseorang. Seorang siswa yang kurang

suka dengan adanya peraturan-peraturan yang mengikat di sekolahnya cenderung memiliki *external locus of control*.

d. Stabilitas Perubahan

Menurut Schneider situasi yang cenderung sensitif, seperti konflik pelajar dengan teman sebayanya dapat mempengaruhi peningkatan *external locus of control*.²¹

3. Jenis Orientasi *Locus Of Control*

Locus of control diyakini sebagai konsep yang memberi kontribusi terhadap kualitas performansi atau kinerja individu. Artinya orientasi *locus of control* pada seseorang merupakan satu bentuk respon awal yang menjadi dasar dari respon selanjutnya yang merupakan rangkaian kinerja aktivitas individu dalam upaya mencapai suatu tujuan pada dirinya.

Konsep ini pada awalnya dikembangkan oleh Rotter. Menurutnya *locus of control* memiliki dua orientasi sebagai unidimensional, yaitu internal dan *external locus of control*.

a. *Internal locus of control*

Karakter individu dengan kecenderungan orientasi internal adalah lebih aktif mencari informasi dan menggunakannya untuk mengontrol lingkungan. Mereka lebih suka menentang pengaruh-pengaruh kontrol dari luar dan bertanggung jawab terhadap kemungkinan-kemungkinan kegagalan dalam upaya pencapaian tujuan.

²¹ Aulia Iskandarsyah, "Hubungan Antara Health Locus Of Control Dan Tingkat Depresi Pada Pasien", *www.wisegeek.com*, diakses 25 Oktober 2009

Penner mengatakan bahwa individu dengan orientasi internal mempunyai pandangan dunia yang berbeda dengan individu yang berorientasi eksternal. Perbedaan ini tampak dalam tingkah laku sosialnya, prediksi ini dibuat berdasarkan pernyataan yang menunjukkan bahwa kehidupan mereka diatur oleh faktor-faktor di luar kontrolnya, sehingga mereka memiliki usaha yang kurang dalam mengendalikan lingkungannya dibandingkan dengan orang-orang yang memiliki kontrol internal.²² Liebert dan Nelson mengatakan bahwa orang-orang dengan *internal locus of control* cenderung memiliki karakteristik seperti rasa tanggung jawab terhadap tindakan mereka dan berusaha keras untuk melaksanakan motivasi mereka. Mereka menganggap bahwa masing-masing orang dapat menciptakan kesuksesan dan kegagalan mereka. Mereka tidak takut menanggung resiko dari tindakannya.²³

Lebih lanjut Cride mengemukakan bahwa individu dengan *internal locus of control* memiliki kesadaran akan kemampuan dirinya, mau bertanggung jawab atas tindakannya sehingga hati-hati dalam melakukan suatu tindakan karena mereka mengetahui bahwa tindakannya akan menimbulkan atau menghasilkan akibat. Mereka cenderung suka bekerja, memiliki inisiatif tinggi, selalu berusaha

²² Weiner, "Finding Your Locus Of Control", [http://wik.ed.uiuc.edu/index.php/locus of control](http://wik.ed.uiuc.edu/index.php/locus_of_control), diakses 27 September 2009

²³ Weiner, "Finding Your Locus Of Control", [http://wik.ed.uiuc.edu/index.php/locus of control](http://wik.ed.uiuc.edu/index.php/locus_of_control), diakses 27 September 2009

menguasai masalah yang dihadapi dengan mencari sebab dari masalah tersebut.²⁴

Individu dengan *internal locus of control* berpendapat bahwa dirinya adalah otonom, yang berarti mereka dapat menguasai dan menentukan nasib mereka sendiri. Oleh karena itu mereka memikul tanggung jawab pribadi mengenai apa yang terjadi pada diri mereka. Mereka juga melihat pengendalian atas kehidupannya berasal dari dalam diri mereka sendiri. Individu dengan *internal locus of control* mempunyai kebebasan dalam menentukan apakah dia akan melakukan suatu tindakan atau tidak, dan bertanggung jawab atas perbuatan tersebut serta mau menerima akibat-akibatnya.

Seseorang dengan *internal locus of control* adalah mereka yang merasa bertanggung jawab atas kejadian-kejadian tertentu, ia terbiasa memikul tanggung jawab atas peristiwa-peristiwa yang dialaminya. Hasil adalah akibat dari tindakan-tindakannya. kemauan untuk bertanggung jawab terbawa keluar.

b. *External locus of control*

Seseorang dengan *external locus of control* adalah mereka yang sering menyalahkan (atau bersyukur) atas keberuntungan, petaka, nasib, keadaan dirinya, atau kekuatan-kekuatan lain diluar kekuasaannya. Mereka memahami bahwa tindakan-tindakan yang dialami lebih disebabkan oleh faktor-faktor diluar kendalinya.

²⁴ Wangmuba, "Komponen Locus Of Control", www.wangmuba.com/locus-of-control, diakses 2 April 2009

Individu dengan kecenderungan *external locus of control* berpendapat bahwa keberhasilan dan kegagalan ditentukan oleh faktor keberuntungan sehingga mereka tidak mampu mengontrol dan menguasai kejadian yang dialaminya. Individu juga berusaha untuk menghindari dan menunda penyelesaian pekerjaan yang dihadapinya dengan mencari-cari kesalahan pada faktor di luar dirinya, sehingga mereka merasa cemas dan tidak berdaya.

Pada individu dengan orientasi *external locus of control* mereka cenderung menghindar dari situasi pengambilan keputusan dan takut menghadapi tanggung jawab yang lebih besar. Karena itu mereka sangat mengharapkan kontrol dari orang lain secara langsung atas dirinya. Pada dasarnya mereka bukan pekerja keras dan kurang memiliki inisiatif. Mereka sering menunda masalah-masalah yang dihadapi dan penyelesaiannya tidak dilakukan secara tuntas.

Davidoff berpendapat bahwa bila individu berada dalam situasi yang menimbulkan stres, maka individu dengan orientasi *external locus of control* lebih mudah merasa murung dan putus asa dibandingkan dengan individu yang berorientasi *internal locus of control*.²⁵

Lebih lanjut Levenson mengembangkan teori Rotter dengan membagi orientasi *locus of control* ke dalam tiga faktor, yaitu :

²⁵ Linda I. Daviidoff, *Psikologi Suatu Pengantar*, (Jakarta : Airlangga, 1991), Hal. 123

- a. *Internal (I)*; adalah keyakinan seseorang bahwa kejadian-kejadian dalam hidupnya ditentukan oleh kemampuan dirinya sendiri.
- b. *Powerfull-Others (P)*; adalah keyakinan seseorang bahwa kejadian-kejadian dalam hidupnya ditentukan terutama oleh orang lain yang berkuasa.
- c. *Chance (C)*; adalah keyakinan seseorang bahwa kejadian-kejadian dalam hidupnya ditentukan terutama oleh nasib, peluang dan keberuntungan.²⁶

Aspek 1 merupakan *internal locus of control* sedangkan aspek 2 dan 3 merupakan *external locus of control*. Sebenarnya yang dilakukan Levenson adalah membedakan *external locus of control* kedalam kontrol oleh orang lain yang berkuasa (*powerfull other*) dan kontrol oleh hal-hal yang bersifat kebetulan (*chance*). Sehingga individu dengan orientasi *external locus of control* dapat dibedakan dalam dua tipe, yaitu individu yang mempunyai keyakinan bahwa kejadian-kejadian dalam hidupnya terutama ditentukan oleh orang lain yang berkuasa (*powerfull other*) dan individu yang mempunyai keyakinan bahwa kejadian-kejadian yang terjadi pada dirinya disebabkan oleh faktor-faktor yang bersifat kebetulan atau *chance*. Yang selanjutnya ketiga aspek tersebut akan menjadi indikator dalam penelitian ini berdasarkan skala *IPC* yang dikembangkan oleh Levenson.

²⁶ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2006), Hal. 137

4. Karakteristik *Locus Of Control*

Levenson membagi pusat kendali atau *locus of control* yang merupakan orientasi atribusi ke dalam tiga faktor, yaitu *internal*, *powerfull others* dan *chance*. Selanjutnya ia mengklasifikasikan faktor *internal* termasuk pada orientasi *internal locus of control* sedangkan faktor *powerfull others* dan *chance* merupakan *external locus of control*. Melihat kedua bentuk orientasi tersebut maka konsekuensi karakteristik yang dibawa oleh masing-masing individu akan berbeda sesuai dengan *locus of control* yang dimiliki atau yang diyakininya.

a. *Internal locus of control*, secara umum karakteristik yang dihasilkan antara lain :

1) Bertanggung jawab

Seseorang yang cenderung memiliki *internal locus of control* tidak mudah menyalahkan faktor-faktor luar, ia terbiasa memikul tanggung jawab atas peristiwa-peristiwa yang dialaminya.

2) Mudah diberi motivasi

Seorang yang berorientasi pada *internal locus of control* sangat responsif terhadap motivasi, mampu menghasilkan self motivation yang baik

3) Gigih dan pantang menyerah

Karena ia merasa bahwa nasibnya bukan ditentukan oleh faktor-faktor diluar dirinya, maka otomatis seorang dengan *internal locus of control* akan memiliki daya juang yang tinggi dan pantang

menyerah. Ia mendapatkan segala sesuatunya dengan berusaha, bukan hanya dengan mengharap datangnya keberuntungan. Sikap gigih adalah faktor penentu dalam menggapai keberhasilan. Sukses berkorelasi positif dengan kegigihan.

4) Berani mengambil resiko

Seorang dengan *internal locus of control* berani mengambil resiko karena ia punya keyakinan untuk mengendalikan kehidupannya.²⁷

b. *External locus of control*, secara umum karakteristik yang dimiliki antara lain:

1) Sikap Yang Cenderung Pasif

Hal ini dikarenakan sikap seorang dengan orientasi *external locus of control* ini dilandasi oleh kerangka berpikir bahwa kejadian-kejadian dalam hidupnya ditentukan oleh situasi atau orang yang berkuasa (*powerfull others*) dan adanya masalah peluang keberuntungan atau nasib (*chance*).

2) Kurang Berinisiatif

Seorang dengan *external locus of control* yakin bahwa apa yang terjadi padanya diakibatkan oleh sesuatu yang ada diluar dirinya, ia juga merasa peristiwa yang telah terjadi bukan menjadi tanggung jawabnya. Hal ini menyebabkan ia kurang memiliki inisiatif guna mengusahakan suatu keadaan agar menjadi lebih baik pada dirinya.

²⁷ Hadiano, "Menstabilkan Internal Dan *External locus of control*", www.Geocities.com, diakses 24 Oktober 2009

3) Motivasinya Lemah

Seorang dengan *external locus of control* tidak memiliki daya juang yang tinggi, ia cenderung mudah menyerah. Ini menyebabkan dirinya sulit diberi motivasi dari luar, karena dalam dirinya sendiri kurang memberikan respon baik atas dorongan dari luar begitu pula oleh dirinya sendiri.

4) Kurang Berani Mengambil Resiko

Seorang dengan *external locus of control* kurang berani mengambil resiko karena ia tidak yakin dapat mengendalikan kehidupannya, justru faktor di luar dirinya yang lebih mengendalikannya.²⁸

C. Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari *Locus Of Control*

Hampir semua orang pernah melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas, tinggal bagaimana hal tersebut menjadi suatu kebiasaan dan sering dilakukan dengan sengaja atau tidak, dari situ dapat terlihat apakah orang tersebut benar-benar melakukan hal yang disebut prokrastinasi ataupun hanya penundaan biasa. Menurut Solomon dan Rothblum, suatu tindakan baru bisa disebut prokrastinasi manakala hal tersebut dilakukan dengan sengaja secara berulang-ulang dan pada akhirnya akan menimbulkan ketidaknyamanan emosi seperti rasa cemas.²⁹ Prokrastinasi itu sendiri dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan diantaranya tugas membuat keputusan, aktivitas

²⁸ Hadianto, "Menstabilkan Internal Dan *External locus of control*", *www.Geocities.com*, diakses 24 Oktober 2009

²⁹ Suriyah, E., & Sia Tjundjing, *Mahasiswa Versus Tugas...* Hal. 356

akademik, tugas rumah tangga dan tugas kantor. Dalam hal ini yang menjadi fokus penelitian adalah siswa yang berada di lingkup akademik, sehingga istilah yang dipakai adalah prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi tampak sebagai sesuatu yang umum terjadi di dunia akademik. orang akan cenderung menghindari tugas yang menurutnya tidak menyenangkan. Walau tampak umum terjadi, sebenarnya prokrastinasi dapat menimbulkan konsekuensi yang serius bagi pelajar yang hidup di dunia akademik. Ini dapat berpengaruh pada perfomansi akademiknya dan juga pada prestasi belajarnya.

Pada perkembangannya siswa yang berada pada masa perkembangan remaja pertengahan ini (usia 15-18 tahun)³⁰ mengalami banyak perubahan dalam segala aspek hidupnya, baik yang berasal dari dalam dirinya maupun yang berasal dari luar dirinya. Dari berbagai hal yang mempengaruhinya tersebut, ini tidak lepas dari keyakinan atau persepsi individu itu sendiri terhadap apa yang menjadi penyebab dari peristiwa-peristiwa yang terjadi padanya, hal ini dikenal dengan istilah *locus of control*. Menurut Rotter *locus of cotrol* adalah suatu konsep yang mengacu pada keyakinan seseorang tentang apa yang menyebabkan hasil yang baik atau buruk dalam hidupnya, apakah itu berasal dari dirinya sendiri (internal) yang berupa kemampuan dan usahanya sendiri atau berasal dari luar dirinya (eksternal) yang berupa faktor keberuntungan, nasib ataupun orang lain yang berkuasa.³¹

³⁰ F. J. Monks, & Siti Rahayu Hadinoto, *Psikologi Perkembangan...* Hal. 183

³¹ Anne Anastasi, *Tes Psikologi...* Hal. 44

Dalam kaitannya dengan prokrastinasi akademik, *locus of control* merupakan salah satu variabel yang turut mempengaruhinya, hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Millgran dan Tenne bahwa kepribadian khususnya ciri kepribadian *locus of control* mempengaruhi seberapa banyak orang melakukan prokrastinasi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Amber E. Hampton menemukan korelasi yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan *locus of control*. Peserta yang memiliki skor tinggi sebagai prokrastinator menunjukkan orientasi *external locus of control*, dan sebaliknya mereka yang mendapat skor rendah dalam penundaan menunjukkan orientasi *internal locus of control*.³²

Locus of control merupakan karakter individu yang kontinum, di satu sisi internal dan di sisi lain eksternal. Munandar dan Sukhirman menyatakan bahwa setiap individu memiliki orientasi eksternal dan internal sekaligus. Perbedaannya terletak pada tingkat perbandingan antara keduanya, bila orientasi eksternal lebih besar maka orientasi internal akan lebih kecil demikian sebaliknya, bila orientasi internal lebih besar maka orientasi eksternal yang lebih kecil.³³

Individu dengan orientasi *internal locus of control* memiliki karakteristik yang bertanggung jawab, berinisiatif tinggi serta pantang menyerah. Sedangkan individu dengan orientasi *external locus of control* memiliki karakteristik yang mudah menyerah, sulit diberi motivasi serta

³² Amber E. Hampton,, "Prokrastinasi Dan Locus Of Control", www.capital.edu.com, diakses 23 Oktober 2009

³³ Wangmuba, "Komponen Locus Of Control", www.wangmuba.com/locus-of-control, diakses 2 April 2009

kurang berinisiatif. Karakteristik tersebut dapat berpengaruh pada kecenderungan prokrastinasi yang dilakukan individu yang berada di lingkup akademik. Individu yang berorientasi *internal locus of control*, apabila dihadapkan pada tugas maka kecenderungan prokrastinasi akademiknya rendah. Lain halnya dengan individu yang berorientasi *external locus of control*, apabila dihadapkan pada tugas maka kecenderungan prokrastinasi akademiknya lebih tinggi.

D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Penelitian yang dilakukan Sia Tjundjing mengenai hubungan prokrastinasi akademik dan *conscientiousness* menunjukkan adanya hubungan negatif ($r:-0,627$) antara kedua variable. Individu dengan karakteristik kepribadian *conscientiousness* (teratur, bertanggung jawab dan mau bekerja keras) ini akan mampu menahan dorongan diri dengan tetap fokus terhadap tujuan yaitu menyelesaikan tugas sehingga kemungkinan berprokrastinasi kecil.³⁴

Selanjutnya Amber E. Hampton dari hasil penelitiannya menunjukkan korelasi yang signifikan antara prokrastinasi akademik dan *locus of control* ($r:0,301$ dan $p:0,000$). Peserta yang memiliki skor tinggi sebagai procrastinator menunjukkan orientasi *external locus of control*, dan sebaliknya mereka yang

³⁴ Suriyah, E, dan Sia, T, *Mahasiswa Versus Tugas...* Hal 361.

mendapat skor rendah dalam penundaan menunjukkan orientasi *internal locus of control*.³⁵

Penelitian Renni Nugrasanti tentang hubungan antara *locus of control* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, hasil perhitungan korelasi antara kedua variabel adalah $r:+0,551$ dan $p:0,00$ menunjukkan hubungan yang signifikan. Korelasi positif menunjukkan semakin *external locus of control* mahasiswa, maka semakin tinggi kecenderungan prokrastinasi akademik yang dilakukannya.³⁶

Berdasarkan penelitian sebelumnya, peneliti mengetahui bahwa ciri kepribadian *locus of control* dapat mempengaruhi seberapa banyak orang melakukan prokrastinasi. Peneliti melihat bahwa *locus of control* merupakan variabel yang memiliki varian yaitu internal dan eksternal. Oleh karena itu, dalam penelitian ini kami ingin melakukan uji perbedaan kecenderungan prokrastinasi akademik ditinjau dari *locus of control*.

E. Kerangka Teoritik

Locus of control adalah suatu keyakinan yang dimiliki oleh seseorang tentang apa atau siapa yang menjadi penyebab atas kejadian-kejadian yang dialaminya. Dalam artian apakah hal-hal tersebut berasal dari dirinya sendiri yang berupa usaha dan kemampuannya atautkah disebabkan oleh hal-hal diluar

³⁵ Amber E. Hamptom,, "Prokrastinasi Dan Locus Of Control", *www.capital.edu.com*, diakses 23 Oktober 2009

³⁶ Renni Nugrasanti, "Locus Of Control Dan Prokrastinasi", *Jurnal Provitae*, Vol. 2 No.1, (Jakarta, 2006), Hal. 27

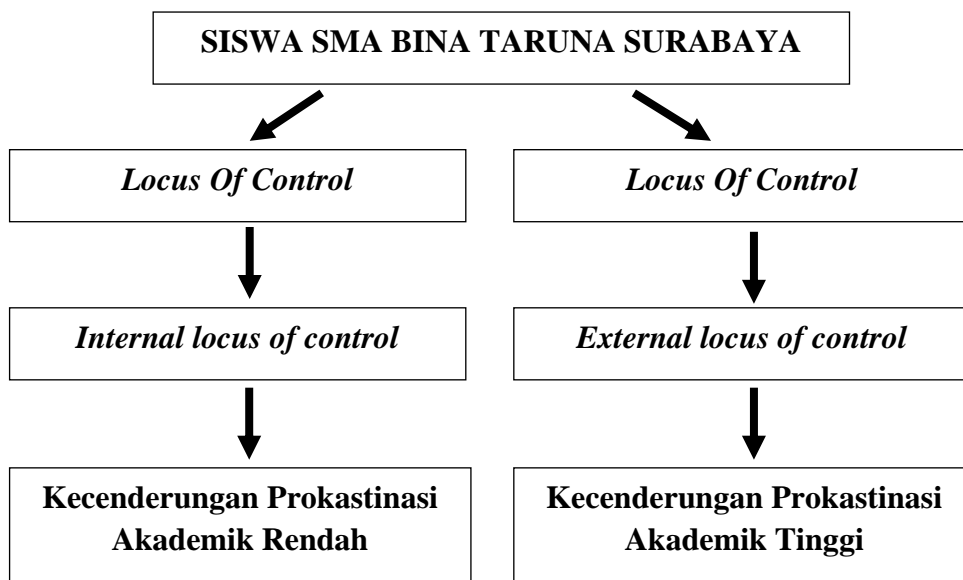
dirinya yang berupa faktor keberuntungan, nasib dan pengaruh orang yang berkuasa di lingkungannya.

Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan seseorang untuk melakukan penundaan mulai mengerjakan atau menyelesaikan tugas yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang. Hal ini akan dapat berdampak buruk pada prestasi belajar siswa di sekolah.

Banyak faktor yang mempengaruhi siswa dalam proses belajarnya baik dari dalam yang berupa fisik dan psikologis maupun dari luar yang berupa lingkungan sosial seperti dukungan keluarga, pengaruh teman sebaya, lingkungan di sekolah atau pengaruh media. Dari berbagai faktor yang mempengaruhi siswa tersebut, semua itu tidak lepas dari keyakinan siswa atas penyebab dari peristiwa-peristiwa yang terjadi padanya atau *locus of control*.

Siswa dengan *internal locus of control* mempunyai motivasi belajar yang tinggi, dengan usahanya yang maksimal itu mereka akan memperoleh prestasi belajar yang baik. Mereka juga memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi, ketika memperoleh tugas mereka segera berinisiatif mengerjakan dan menyelesaikannya, sehingga prokrastinasi akademik kecil kemungkinannya untuk terjadi. Lain halnya pada siswa dengan *external locus of control*, kecenderungan prokrastinasi akademik akan semakin tinggi yang akhirnya dapat berpengaruh pada performa akademiknya dan membuat prestasi belajarnya tidak maksimal.

Gambar 2.1
Kerangka Teori Penelitian



F. Hipotesis

Berdasarkan pada kajian teori di atas, maka yang menjadi hipotesis penelitian ini adalah:

Hipotesis Nihil (Ho) :

Tidak terdapat perbedaan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik ditinjau dari *locus of control* pada siswa SMA Bina Taruna Surabaya

Hipotesis Alternatif (Ha) :

Terdapat perbedaan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik ditinjau dari *locus of control* pada siswa SMA Bina Taruna Surabaya