



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 3 Tahun 2023 Page 8263-8270

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Kontribusi *Academic Hardiness* dan *Grit* Terhadap Prokrastinasi Akademik

Sulastri<sup>1✉</sup>, Zulmi Yusra<sup>2</sup>

Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

Email: [sulaas182@gmail.com](mailto:sulaas182@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Skripsi menjadi salah satu penyebab bagi mahasiswa mengalami kemunduran dalam menyelesaikan masa studinya dengan tepat waktu. Salah satu faktor penyebabnya yaitu prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi. Langkah preventif agar mahasiswa tidak memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi yaitu dengan menanamkan kepribadian *hardiness* dan meningkatkan karakter *grit* pada diri mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi *academic hardiness* dan *grit* terhadap prokrastinasi akademik yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang. Metode penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling*. Jumlah sampel penelitian ini adalah 183 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala prokrastinasi akademik dari Saputri (2023), skala *academic hardiness* dari Putri (2014), dan skala *grit* dari (Wahyudi, 2023). Berdasarkan hasil uji psikometrik, ketiga alat ukur memiliki validitas dan realibilitas yang baik. Hasil penelitian secara parsial menunjukkan bahwa *academic hardiness* dan *grit* masing-masing berkontribusi secara negatif terhadap prokrastinasi akademik. Secara simultan diperoleh bahwa *academic hardiness* dan *grit* secara bersamaan berkontribusi secara negatif sebesar 34,1% terhadap prokrastinasi akademik.

Kata kunci: *Prokrastinasi Akademik, Academic Hardiness, Grit, Mahasiswa Tingkat Akhir.*

## Abstract

Thesis is one of the causes for students to experience setbacks in completing their studies on time. One of the contributing factors is academic procrastination in working on the thesis. Preventive steps so that students do not have high academic procrastination are by instilling hardiness personality and increasing grit character in students. This study aims to determine the contribution of academic hardiness and grit to academic procrastination who are working on a thesis at Padang State University. This research method is quantitative research. The sampling technique used is accidental sampling. The sample size of this study was 183 people. The measuring instruments used in this study are the academic procrastination scale from Saputri (2023), the academic hardiness scale from Putri (2014), and the grit scale from (Wahyudi, 2023). Based on the results of psychometric tests, the three measuring instruments have good validity and reliability. The results of the study partially showed that academic hardiness and grit each contributed negatively to academic procrastination. Simultaneously, academic hardiness and grit simultaneously contributed negatively by 34.1% to academic procrastination.

Keywords: *Academic Procrastination, Academic Hardiness, Grit, Final Year Student.*

## PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah sebutan bagi individu yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi. Masa pendidikan bagi mahasiswa strata satu dalam menyelesaikan studinya adalah empat tahun atau delapan semester yang terhitung tepat waktu dan tiga setengah tahun yang terhitung cepat. Disamping itu mahasiswa wajib menyelesaikan penelitian akhir berupa skripsi. Skripsi merupakan sebuah penelitian berupa karya tulis ilmiah yang menjadi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana. Akan tetapi, skripsi menjadi salah satu penyebab bagi mahasiswa mengalami kemunduran dalam menyelesaikan masa studinya dengan tepat waktu (Prihastuti, 2014). Salah satu faktor yang menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan masa studi dengan tepat waktu adalah prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi (Rahayu et al., 2023).

Prokrastinasi akademik merupakan suatu bentuk kebiasaan individu dalam menunda menyelesaikan tugas akademiknya yang dilakukan secara disengaja dan berulang (Jamila, 2020). Ferrari et al. (1995) menyebutkan bahwa penundaan disimpulkan berdasarkan tiga manifestasi perilaku, yaitu kesenjangan waktu antara keinginan untuk memulai maupun perilaku; keinginan yang berbeda dengan perilaku dalam memulai; dan mengutamakan untuk melakukan aktivitas lain. Ferrari et al. (1995) membagi prokrastinasi menjadi dua: (a) *functional procrastination*, yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat, (b) *disfunctional procrastination*, yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek dan menimbulkan masalah.

Ying dan Wei (2012), menyebutkan prokrastinasi akademik telah menjadi fenomena yang meluas dikalangan mahasiswa dalam beberapa dekade. Asmawan (2016) menyebutkan bahwa kebanyakan mahasiswa pada tingkat akhir bermasalah dalam pengerjaan skripsinya sehingga menyebabkan terjadinya prokrastinasi. Permasalahan maupun kesulitan yang dihadapi dalam mengerjakan skripsi yang menyebabkan individu melakukan prokrastinasi sudah menjadi hal umum, jadi tidak dapat dihindari dan disepelekan lagi melainkan sudah menjadi suatu tantangan yang harus dihadapi (Akinsola et al., 2007). Sehingga mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi membutuhkan peran faktor lain yang dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademiknya.

Sejalan dengan itu, di dalam faktor internal juga dijelaskan bahwa *trait* kepribadian seperti regulasi diri dan kecemasan dalam bersosial serta kontrol diri dan motivasi mempengaruhi prokrastinasi akademik (Ghufron & S, 2010). Berdasarkan gambaran ini, langkah preventif agar mahasiswa tidak memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi yaitu dengan menanamkan kepribadian *hardiness* Abror (2019) dan meningkatkan karakter *grit* pada diri mahasiswa (Septania et al., 2020). *Hardiness* merupakan salah satu kepribadian yang mengacu pada ketahanan individu dalam bidang akademik atau disebut sebagai *academic hardiness* (Benishek & Lopez, 2001). Sedangkan individu dengan tingkat *grit* yang tinggi akan tetap konsisten dan bertanggung jawab pada tujuan yang ingin mereka capai sebelumnya tanpa teralihkan oleh hal lain (Indraswari, 2020).

Dari paparan diatas dan berdasarkan beberapa penelitian menjelaskan *academic hardiness* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik, sama halnya dengan *grit* yang juga memberikan kontribusi terhadap prokrastinasi akademik. Sehingga menjadikan peneliti tertarik melihat kontribusi keduanya yaitu *academic hardiness* dan *grit* terhadap prokrastinasi.

## METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Variabel penelitian dalam penelitian ini meliputi variabel independen yaitu *Academic hardiness* dan *Grit* dan variabel dependen yaitu Prokrastinasi Akademik. Adapun yang menjadi populasi adalah mahasiswa/i yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang. Teknik sampling yang digunakan yaitu teknik *accidental sampling*. Teknik *accidental sampling* adalah teknik pengambilan sampel secara kebetulan, yaitu siapapun yang dianggap peneliti sesuai dengan sumber data yang ditemui peneliti secara kebetulan (Sugiyono, 2015). Karakteristik yang ditetapkan peneliti adalah mahasiswa/i yang tidak bekerja dan tidak berperan aktif dalam suatu organisasi kampus.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu berupa kuesioner atau angket penelitian. Instrumen penelitian ini terdiri dari tiga skala dengan masing-masing menggunakan skala likert. Skala prokrastinasi akademik yang digunakan adalah skala yang disusun oleh Saputri (2023) yang mengacu pada teori (Ferrari et al., 1995). Skala *academic hardiness* yaitu skala yang disusun oleh Putri (2014) yang terdiri dari tiga komponen yaitu *commitment*, *challenge*, dan *control*. Skala terakhir yang digunakan adalah skala *Short Grit Scale* (GRIT-S) yang dikembangkan oleh A. L. Duckworth et al. (2007) yang sudah diterjemahkan oleh Wahyudi (2023) dengan bantuan *expert judgment* yaitu dosen dari Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang yaitu Bapak Zulian Fikry, S. Psi., M.A. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis regresi berganda (dua prediktor). Sebelum dilakukannya uji regresi berganda, ada tahapan uji asumsi klasik seperti uji normalitas dan uji Multikolinearitas.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Prokrastinasi Akademik	15	60	37,5	7,5	20	59	36,46	6.520
<i>Academic Hardiness</i>	15	75	45	10	38	75	61,75	8.079
<i>Grit</i>	8	40	24	5,3	10	36	26,81	4.013

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa variabel prokrastinasi akademik memiliki nilai mean empirik yang lebih rendah dibandingkan mean hipotetik ( $36,46 < 37,5$ ). Hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki prokrastinasi akademik lebih rendah dari perkiraan alat ukur. Skala *academi hardiness* memiliki mean empirik lebih besar dibandingkan mean hipotetiknya ( $61,75 > 45$ ). Hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki *academic hardiness* lebih tinggi dari perkiraan alat ukur. Selanjutnya, mean empirik skala *grit* lebih besar dibandingkan mean hipotetiknya ( $26,81 > 40$ ). Hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki *grit* lebih tinggi dari perkiraan alat ukur.

Selanjutnya berdasarkan kategorisasi pada variabel penelitian, diketahui bahwa subjek penelitian pada umumnya memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang berada pada kategori sedang yaitu dengan jumlah 141 orang, kategori tinggi 19 orang dan rendah 23 orang. Sedangkan untuk tingkat *academic hardiness* didominasi oleh kategori tinggi yaitu dengan jumlah 150 orang dan kategori sedang 33 orang. Dan tingkat *grit* berada pada

kategori sedang yaitu dengan jumlah 138 orang, kategori tinggi 42 orang dan kategori rendah 3 orang.

Berdasarkan uji normalitas pada penelitian ini diketahui bahwa nilai  $p > 0,05$  atau lebih besar dari  $0,05$  ( $0,2 > 0,05$ ) yang artinya data dari kedua variabel memiliki residual yang berdistribusi secara normal. Pada masing-masing variabel independen baik itu *academic hardiness* maupun *grit* itu memperoleh nilai VIF  $1,255 < 10$ . Dengan kesimpulan yaitu tidak terjadi multikolinearitas pada kedua variabel independen dalam penelitian ini.

Selanjutnya berdasarkan hasil uji  $t$  parsial diperoleh nilai konstan ( $a$ ) yaitu 68.680, nilai koefisien regresi *academic hardiness* sebesar  $-0,320$  dengan nilai  $\text{sig } 0,001 < 0,05$ , dan *grit* memiliki nilai koefisien regresi  $-0,465$  dengan nilai  $\text{sig } 0,001 < 0,05$ . Sehingga persamaan regresinya dapat dituliskan sebagai berikut :

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2$$
$$Y = 68.680 - 0,320X_1 - 0,465X_2$$

Persamaan regresi diatas dapat diartikan bahwa koefisien konstanta bernilai positif menyatakan bahwa dengan mengasumsikan ketiadaan variabel *academic hardiness* dan *grit* maka prokrastinasi akademik mengalami peningkatan. Selanjutnya yaitu nilai  $t$  negatif menunjukkan bahwa adanya kontribusi secara negatif dari masing-masing variabel independen yaitu *academic hardiness* ( $X_1$ ) dan *grit* ( $X_2$ ) terhadap prokrastinasi akademik ( $Y$ ). Maka keputusan untuk hipotesis ini  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Untuk melihat kontribusi kedua variabel independen yaitu *academic hardiness* dan *grit* terhadap variabel dependen yaitu prokrastinasi akademik, maka dapat dilakukan uji  $F$ . Diketahui bahwa nilai  $F$  hitung yang di dapat yaitu sebesar 46,614 dengan nilai signifikansi uji  $F$  yaitu  $0,001 < 0,05$ . Karena nilai signifikansi jauh lebih kecil dari  $0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa koefisien regresi *academic hardiness* dan *grit* tidak sama dengan nol, atau kedua variabel independen berpengaruh atau berkontribusi secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hasil uji statistik menunjukkan koefisien determinasi  $R^2 = 0,341$  dapat diartikan bahwa 34,1% dari perubahan yang terjadi pada variabel dependen (prokrastinasi akademik) disebabkan oleh pengaruh variabel independen (*academic hardiness* dan *grit*). Adapun sisanya yaitu dipengaruhi oleh variabel lain.

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui kontribusi *academic hardiness* dan *grit* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang. Pada hasil deskripsi skor data dengan membandingkan skor hipotetik dengan skor empirik pada masing-masing variabel, ditemukan bahwa tingkat prokrastinasi akademik subjek lebih rendah dari pada perkiraan. Hal ini berbanding terbalik

dengan skor pada variabel *academic hardiness* dan skor variabel *grit* yang menunjukkan bahwa tingkatan skor rata-rata subjek lebih tinggi dari pada perkiraan. Hal ini sejalan dengan hipotesis penelitian yaitu variabel X berbanding terbalik atau berhubungan negatif dengan variabel Y. Dengan variabel X yaitu *academic hardiness* dan *grit*, sedangkan variabel Y adalah prokrastinasi akademik.

Adanya kontribusi dari *academic hardiness* terhadap prokrastinasi akademik mendukung penelitian yang dilakukan (Abror, 2019; Heni, 2021; Trifiriani & Agung, 2017). Menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *academic hardiness* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Dimana yang menjadi salah satu alasan terjadinya prokrastinasi akademik adalah ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi tugas dan tantangan yang tidak bisa diselesaikan (Trifiriani & Agung, 2017).

*Academic hardiness* diartikan sebagai kemampuan individu untuk bertahan dalam situasi atau tantangan di bidang akademik dengan memiliki tiga komponen hardiness yaitu kontrol, komitmen dan tantangan (Benishek & Lopez, 2001). Pertama kontrol, individu yang memiliki kemampuan untuk mengontrol perilaku untuk lebih mendahulukan yang penting cenderung memiliki prokrastinasi rendah. Kedua komitmen, individu yang memiliki komitmen akan berusaha melaksanakan tugas yang diberikan dengan baik dan tepat waktu. Ketiga tantangan, yaitu keyakinan individu bahwa perubahan yang terjadi dalam hidup merupakan suatu hal yang menguntungkan terhadap perkembangan diri (Trifiriani & Agung, 2017).

Selanjutnya yaitu adanya kontribusi *grit* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa sejalan dengan penelitian yang dilakukan Jio (2022) yang menunjukkan bahwa *grit* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa secara signifikan yaitu sebesar 29,3%. Selain itu penelitian Septania et al. (2020) juga mendukung dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *grit* yang tinggi memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah dan begitupun sebaliknya.

*Grit* akan menumbuhkan sikap ketahanan terhadap tantangan dengan tetap konsisten terhadap usaha maupun tujuan yang ingin dicapai terlepas dari tantangan maupun kegagalan yang akan dilalui (Septania et al., 2020). Individu dengan *grit* yang baik tidak hanya menyelesaikan pekerjaan saat ini saja tetapi berusaha mencapai tujuan lebih besar dalam jangka waktu yang lama, serta adanya kontrol diri dalam menjaga konsistensi tujuan dan minat (Septania et al., 2020). Adanya kontrol diri dalam *grit* membuat seseorang mampu bertahan dalam perilaku-perilaku berulang, membosankan, ataupun membuat frustrasi (A. Duckworth & Gross, 2014).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil olah data diperoleh prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang berada pada kategori sedang, academic hardiness berada pada kategori tinggi dan grit berada pada kategori sedang. Selanjutnya diketahui bahwa terdapat kontribusi secara negatif antara academic hardiness dan grit terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang, dimana semakin tinggi tingkat academic hardiness dan grit maka semakin rendah tingkat perilaku prokrastinasi akademiknya, begitu juga sebaliknya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abror, M. A. (2019). Hubungan Hardiness dan Prokrastinasi Akademik Penyusunan Skripsi dengan Variabel Jenis Kelamin sebagai Moderator pada Mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Akinsola, M. K., Tella, A., & Tella, A. (2007). Correlates of Academic Procrastination. 3(4), 363–370.
- Asmawan, M. C. (2016). Analisis Kesulitan Mahasiswa Menyelesaikan Skripsi. 26(2), 51–57.
- Benishek, L. A., & Lopez, F. G. (2001). Development and Initial Validation of a Measure of Academic Hardiness. *Journal of Career Assessment*, 9(4), 333–352. <https://doi.org/10.1177/106907270100900402>
- Duckworth, A., & Gross, J. J. (2014). Self-control and grit: Related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 319–325. <https://doi.org/10.1177/0963721414541462>
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., Kelly, D. R., Farah, M., Latham, G., Rozin, P., & Shell, R. (2007). Grit : Perseverance and Passion for Long-Term Goals. 92(6), 1087–1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Ferrari, J. R., Jonson, Judith L., & McCown, W. G. (1995). Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment.
- Ghufron, M. N., & S, R. R. (2010). Teori-teori Psikologi.
- Heni, N. T. A. (2021). Hubungan Hardiness dengan Prokrastinasi Akademik Penyelesaian Tugas Akhir pada Mahasiswa Teknik Informatika Universitas Widya Dharma Klaten.
- Indraswari, C. (2020). Penyusunan dan pengembangan alat ukur pada skala pendek grit. 10(2), 46–58.
- Jamila. (2020). Konsep prokratinasi akademik mahasiswa. 6(2), 257–261.
- Jio, P. (2022). Pengaruh grit terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa kelas karyawan

fakultas psikologi di universitas X.

- Prihastuti, I. G. (2014). Hubungan Persepsi Mahasiswa terhadap Harapan Orangtua dalam Penyelesaian Studi S1 dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi. 3(3), 134–139.
- Putri, G. A. (2014). Penyusunan Alat Ukur Psikologi "Academic Hardiness."
- Rahayu, S. A., Setyowati, R., & Fitriani, A. (2023). Peran Resiliensi dalam Memediasi Hubungan antara Persepsi Dukungan Sosial Dosen Pembimbing dengan Prokrastinasi Akademik selama Mengerjakan Skripsi. 14(1), 1–11.
- Saputri, G. (2023). Hubungan Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Poltekkes Kemenkes Aceh. 4(1), 88–100.
- Septania, S., Ishar, M., & Sulastri. (2020). Pengaruh grit terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas psikologi universitas muhammadiyah lampung. 16–28. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Pendidikan. Alfabeta.
- Trifiriani, M., & Agung, I. M. (2017). Academic Hardiness dan Prokrastinasi pada Mahasiswa. 13(2), 143–149. <https://doi.org/10.24014/jp.v13i2.3626>
- Wahyudi. (2023). Hubungan antara Kegigihan dengan Strategi Coping pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir Skripsi.