

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1. Kajian Pustaka

2.1.1. Prokrastinasi Akademik

2.1.1.1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik menurut Ferrari dkk., (1995) dalam Nurjan (2020 : 63), “Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastinare* yang terdiri dari kata ”*pro*” berarti “maju” dan “*crastinus*” berarti “keputusan hari esok” atau jika digabungkan menjadi menunda sampai hari berikutnya.” Maka dapat diartikan jika prokrastinasi adalah suatu sikap untuk menunda suatu pekerjaan yang hendaknya segera dimulai maupun diselesaikannya. Dari pola pikir untuk menunda sampai hari esok, ketika hari esok tiba tidak tutup kemungkinan pola pikir untuk menunda muncul kembali dan menjadi pola kebiasaan.

Menurut Lay (1986) dalam Akpur (2020 : 681) “Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda apa yang diperlukan dengan membuat beberapa tambahan aktivitas”. Orang yang melakukan prokrastinasi disebut dengan prokrastinator. Seorang prokrastinator menyadari penuh mengenai perilakunya yaitu menunda untuk menyelesaikan pekerjaannya tetapi cenderung lebih memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Perilaku menunda dalam lingkup akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Kegiatan menunda yang sering ditemukan diantaranya dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas, membuat ringkasan materi perkuliahan, serta saat mempersiapkan materi untuk ujian.

Prokrastinasi akademik dapat menimbulkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, maupun akibat lainnya seperti keterlambatan dalam menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas. Sebagaimana menurut Rothblum, Solomon dan Murakami (1986) dalam Balkis dan Duru (2017 : 108) jika “Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda hingga mengalami kecemasan”.

2.1.1.2. Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik

Faktor yang memengaruhi individu melakukan prokrastinasi akademik menurut Ferrari (1995 : 74) mengungkapkan jika “*Fear of failure* memengaruhi seseorang untuk berperilaku prokrastinasi”. Individu yang memiliki rasa takut akan kegagalan yang tinggi cenderung lebih memilih untuk menunda dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Hal tersebut dilakukan untuk mengalihkan fokus dari rasa takut.

Menurut Solomon dan Rothblum dalam Ferrari (1995: 50) terdapat 13 faktor yang menjadi alasan timbulnya prokrastinasi akademik yaitu :

1. Kecemasan terhadap evaluasi (*Evaluation anxiety*)
2. Perfeksionisme (*Perfectionism*)
3. Kesulitan untuk membuat keputusan (*Difficulty making decisions*)
4. Ketergantungan dan mencari bantuan (*Dependency and help-seeking*)
5. Keengganan terhadap tugas (*Task aversiveness*)
6. Kurang percaya diri (*Lack of self-confidence*)
7. Kemalasan (*Laziness*)
8. Kurangnya penegasan (*Lack of assertion*)
9. Ketakutan akan kesuksesan (*Fear of success*)
10. Merasa kewalahan dan tidak mampu untuk memanaage waktu (*Feeling overwhelmed and poor time management*)
11. Memberontak terhadap kontrol (*Rebellion against control*)
12. Pengambilan risiko (*Risk taking*)
13. Pengaruh teman sebaya (*Peer influence*)

Menurut Solomon dan Rothblum (1984) dalam Ferrari (1995 : 51) “Berdasarkan analisis faktor alasan penundaan terdapat dua faktor yang paling memengaruhi prokrastinasi akademik. Faktor pertama, *fear of failure* sedangkan faktor kedua yaitu keengganan terhadap tugas”.

Menurut Solomon dan Rothblum dalam Nurjan (2020 : 74) terdapat tiga faktor mendasar yang memengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu :

1. Takut gagal (*fear of failure*), suatu kecenderungan merasa bersalah apabila tidak memperoleh tujuan yang ingin dicapai.
2. Tidak menyukai tugas (*aversive of the task*), perasaan dibebani atas tugas atau pekerjaan, tidak senang mengerjakan tugas atau pekerjaan yang diberikan ataupun perasaan negatif lainnya terhadap tugas yang dihadapi.
3. Faktor yang ketiga terdiri dari beberapa, antara lain :

- a. Sifat ketergantungan pada orang lain yang kuat dan banyak membutuhkan bantuan
- b. Pengambilan risiko yang berlebihan
- c. Sikap yang kurang tegas
- d. Sikap pemberontak
- e. Kesukaran memilih keputusan

Selain itu terdapat faktor pendukung yang memengaruhi prokrastinasi menurut Ferrari dalam Nurjan (2020 : 72) yaitu :

1. Faktor internal
 - a. Kondisi kodrati, meliputi jenis kelamin, usia dan urutan kelahiran.
 - b. Kondisi fisik dan kondisi kesehatan, memengaruhi munculnya prokrastinasi akademik.
 - c. Kondisi psikologis, seperti kepribadian dan perfeksionis.
2. Faktor eksternal.

Faktor eksternal ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam diri individu. Meliputi faktor pola asuh kedua orang tua, lingkungan keluarga dan masyarakat.

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor yaitu, faktor internal dan faktor eksternal.

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu sehingga memiliki potensi yang lebih besar untuk memengaruhi individu dalam melakukan prokrastinasi akademik, karena pada dasarnya diri sendiri lah yang mampu mendorong maupun menahan diri untuk melakukan suatu perilaku. Seperti tidak menyukai tugas, sifat malas, ketakutan akan kegagalan, perfeksionisme.

Selain itu juga terdapat faktor eksternal sebagai faktor pendukung yang memungkinkan untuk mendorong individu melakukan prokrastinasi akademik. Pengaruh dari teman sebaya maupun lingkungan sekitar dapat memengaruhi perilaku individu.

2.1.1.3. Dampak Prokrastinasi Akademik

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akan berdampak pada beberapa hal, adapun dampak prokrastinasi akademik menurut Asikhia (2010 : 208) yaitu :

1. Ketegangan dan kecemasan, keduanya merupakan keadaan emosional internal yang disebabkan oleh hal-hal yang tidak mampu dilakukan oleh individu. Hal ini diungkapkan oleh Effert dan Ferrari (1989), orang yang suka menunda menjadi emosional, kewalahan dan cemas.
2. Berpengaruh terhadap prestasi akademik. Perilaku prokrastinasi dapat melemahkan kinerja akademis. Hal ini didukung oleh Tice dan Baumeister (1997) yang menemukan bahwa prokrastinator memperoleh nilai ujian lebih rendah daripada yang tidak suka menunda.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan jika mahasiswa yang menunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas akan merasa cemas. Perasaan cemas maupun tegang ini disebabkan dari perilaku menunda yang mana ketika individu melakukan penundaan maka waktu pengerjaannya menjadi lebih singkat. Perilaku menunda membuat aktivitas selanjutnya menjadi tertunda atau tidak terjadwal. Apabila sikap menunda membentuk pola perilaku yang berulang dan menjadi kebiasaan dapat berdampak pada prestasi akademik yang tidak maksimal.

Selain itu, prokrastinasi akademik dapat memberikan dampak negatif lainnya seperti tugas tidak terselesaikan, terselesaikan tetapi hasilnya tidak memuaskan karena pengerjaannya terburu-buru, tingkat kesalahan yang tinggi karena individu sulit berkonsentrasi secara maksimal, banyaknya waktu yang terbuang dan menyebabkan depresi. Seperti yang telah diungkapkan oleh Ferrari jika orang yang suka menunda cenderung menjadi emosional.

2.1.1.4. Indikator Prokrastinasi Akademik

Indikator prokrastinasi akademik menurut Ferrari dkk, dalam Nurjan (2020 : 69) indikator prokrastinasi akademik terdiri dari 4 hal yaitu :

1. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas
Prokrastinator mengetahui bahwa tugas yang dihadapinya merupakan tugas yang harus diselesaikan, tetapi mereka menunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas tersebut.
2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas
Prokrastinator ini membutuhkan waktu yang lebih lama untuk mempersiapkan tugasnya dengan melakukan hal-hal yang tidak diperlukan tanpa memperhitungkan waktu. Tindakan ini terkadang mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan pekerjaan secara optimal.
3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual
Prokrastinator mungkin telah merencanakan untuk memulai pengerjaan tugas tetapi ketika saatnya tiba lebih memilih untuk menunda. Sehingga menyebabkan keterlambatan bahkan kegagalan untuk menyelesaikan tugas dengan baik.
4. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas
Seorang prokrastinator sengaja menunda untuk mengerjakan tugas dan lebih memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Hal tersebut menyita waktu yang seharusnya dapat digunakan untuk menyelesaikan tugas.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa untuk mengukur prokrastinasi akademik dilihat dari bagaimana cara individu menyikapi tugas baik dalam pengerjaan maupun pengumpulan tugas, dari ketepatan waktu dalam penugasan karena seorang prokrastinator cenderung menunda hingga mendekati batas waktu pengumpulan sehingga tidak sedikit dari mereka yang terlambat dalam mengumpulkan tugas.

Selain itu prokrastinasi akademik dapat diukur dari kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, setiap individu memiliki catatan alokasi waktu untuk aktivitas setiap harinya atau hanya memiliki rencana mengenai kegiatan yang akan dilakukan. Bagi orang yang suka menunda tidak tutup kemungkinan akan terjadi ketidak sesuaian antara rencana dan realisasinya. Cara individu dalam menentukan prioritas kegiatan pun dapat dijadikan tolak ukur prokrastinasi akademik, dimana seorang prokrastinator cenderung melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas atau kegiatan akademik lainnya.

2.1.2. Norma Personal

2.1.2.1. Pengertian Norma Personal

Norma personal dapat diartikan sebagai perasaan kewajiban atas perilaku tertentu. Menurut Schwartz (1977) dalam Doran dan Larsen (2016 : 160) “norma pribadi melekat pada konsep diri dan pengalaman sebagai perasaan kewajiban moral untuk melakukan suatu perilaku”. Dengan adanya rasa kewajiban tersebut dapat mendorong individu dalam pengambilan keputusan untuk berperilaku.

Menurut Kim dan Seock (2019 : 84) “Berdasarkan Model Aktivasi Norma, norma pribadi mencerminkan nilai-nilai yang diinternalisasi dan dialami sebagai kewajiban moral untuk terlibat dalam proses pengambilan keputusan”.

Menurut Schwartz dan Howard dalam Groot dan Steg (2014 : 426) “...Norma personal disebut sebagai perasaan kewajiban moral untuk melakukan atau menahan diri dari tindakan tertentu”. Perasaan kewajiban dapat memengaruhi niat individu dalam berperilaku. Dari pengalaman individu hingga munculnya perasaan wajib untuk melakukan atau tidak melakukan dari perilaku tertentu.

Berdasarkan pernyataan dari beberapa ahli maka dapat disimpulkan jika norma personal merupakan perasaan kewajiban moral yang terlibat dalam proses pengambilan keputusan individu untuk melakukan atau menahan diri dalam berperilaku.

2.1.2.2. Faktor-Faktor Norma Personal

Faktor-faktor yang memengaruhi norma personal menurut Schwartz dalam Rahab dan Widiyanto (2015 : 180) “Berpendapat bahwa norma-norma sosial dapat memengaruhi norma-norma personal dan perilaku”.

Menurut Giswa dan Januarti (2015: 3) “Norma personal sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial masyarakat”. Norma sosial sebagai standar moral yang dikaitkan dengan sebuah kelompok sosial atau masyarakat, sehingga dapat memengaruhi norma personal. Norma personal dipengaruhi oleh lingkungan masyarakat karena norma personal muncul akibat norma-norma sosial yang diperhatikannya.

Menurut Schwartz dalam Giswa dan Januarti (2015 : 3) “Terdapat dua kondisi yang diperlukan individu untuk mengaktifkan norma. Pertama, kesadaran konsekuensi atas setiap tindakan pribadinya. Kedua, individu harus menganggap setiap masalah yang dihadapi merupakan tanggung jawab pribadinya”.

Berdasarkan pernyataan dari di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi norma personal diantaranya norma sosial, kesadaran jika dari setiap perilakunya terdapat konsekuensi dan rasa tanggung jawab dalam berperilaku.

2.1.2.3. Aspek-Aspek Norma Personal

Aspek-aspek norma personal terdiri dari tiga aspek yaitu meliputi (Diener, 2016: 182) :

1. Perhatian (*attention*)

Simons dalam Diener (2008: 184) melakukan sebuah eksperimen kepada murid-muridnya untuk memerhatikan permainan bola basket dan meminta untuk menghitung berapa kali bola basket dilempar oleh tim berseragam putih. Ditengah permainan masuklah seorang dengan berkostum gorilla namun para murid tidak menyadari kehadiran gorilla. Sehingga dapat disimpulkan bahwa individu tidak dapat fokus terhadap dua hal dalam waktu bersamaan, serta tetap mengarahkan perhatian pada hal-hal yang positif, pada situasi buruk sekalipun.

2. Interpretasi (*Interpretation*)

Menurut Lyubomirsky dalam Diener (2008: 191) bahwa orang yang optimis cenderung kurang terpengaruh oleh perbandingan sosial. Perbandingan sosial merupakan membandingkan diri sendiri dengan orang lain. Hal tersebut menjadi salah satu sumber dari ketidakbahagiaan. Selain itu pada penelitian yang dilakukan Simons terhadap penilaian yang baik atas sesuatu dapat memengaruhi kebahagiaan individu. Maka perlu dihindari penilaian yang kurang baik seperti meragukan kemampuan diri sendiri, terlalu perfeksionis terhadap sesuatu dan perasaan tidak berdaya.

3. Ingatan (*Memory*)

Dengan mengingat peristiwa baik di masa lalu dapat meningkatkan kesejahteraan individu. Maka luangkan waktu untuk menghargai hal-hal positif yang terjadi disekitar.

Dapat disimpulkan bahwa untuk mengukur norma personal dapat menggunakan tiga aspek yaitu perhatian, interpretasi dan ingatan.

2.1.3. *Fear of Failure*

2.1.3.1. Pengertian *Fear of Failure*

Fear of failure merupakan rasa takut akan menghadapi kegagalan sehingga menimbulkan rasa cemas. Sebagaimana menurut Conroy, Kaye dan Fifer (2007 : 239) menyatakan bahwa “*Fear of failure* merupakan kecenderungan untuk menilai ancaman dan merasa cemas selama situasi yang kemungkinan akan menimbulkan kegagalan”.

Sebastian (2013 : 4) mengatakan “*Fear of failure* merupakan kecemasan atau kekhawatiran yang irasional yang akhirnya menurunkan kepercayaan diri untuk mengerjakan suatu tugas”. Seseorang yang memiliki ketakutan terhadap kegagalan cenderung meragukan akan kemampuan yang dimilikinya sehingga menghambat pengambilan keputusan dalam bertindak.

Menurut Hardiansyah dalam Sebastian (2013 : 3) “*Fear of failure* merupakan interpretasi negatif seseorang terhadap sebuah situasi. Interpretasi negatif itu merupakan keyakinan irasional yang muncul akibat beberapa hal seperti tuntutan dari orang lain...”. Ketakutan akan kegagalan individu dapat disebabkan oleh tuntutan dari lingkungan sekitar.

Sebastian dalam Dita (2018) mengatakan “seseorang yang takut akan kegagalan cenderung menganggap jika tugas merupakan hal yang tidak nyaman dan akan mudah teralihkan dari hal-hal lain sehingga merasa ragu”. Individu yang memiliki rasa takut yang berlebih terhadap kegagalan cenderung mudah mengalihkan perhatiannya dari hal-hal yang membuatnya takut.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *fear of failure* merupakan ketakutan yang berlebih terhadap kegagalan

sehingga merasa cemas kemudian menghambat individu untuk mengambil keputusan dalam bertindak.

Ketakutan akan kegagalan bisa juga berasal dari tuntutan orang lain. Tuntutan mengenai hasil yang harus dicapai atau proses yang harus maksimal, bagi sebagian orang hal tersebut dapat menjadi tekanan dan menimbulkan ketakutan jika tuntutan tersebut tidak dapat dicapai. Terutama setiap individu enggan untuk mengecewakan harapan dari orang yang penting baginya. Dari rasa takut yang berlebih tersebut membuat individu meragukan kemampuan diri sendiri dan menghasilkan pemikiran negatif yang dapat mencegah individu untuk mengerjakan pekerjaannya dengan segera serta dengan mudah mengalihkan perhatian ke aktivitas yang lebih menyenangkan.

2.1.3.2. Faktor-Faktor *Fear of Failure*

Ketakutan akan kegagalan muncul ketika individu merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya. Sehingga merasa tidak yakin atas setiap keputusan yang diambilnya. Sebagaimana menurut Sebastian (2013 : 4) ”*Fear of failure* ini muncul akibat dari rendahnya kepercayaan diri, kecemasan dan perfeksionisme”.

Rendahannya kepercayaan diri individu membuat ragu atas kemampuan yang dimilikinya termasuk dalam pengambilan keputusan tindakan, merasa takut jika keputusan yang diambilnya akan mengakibatkan kegagalan. Rasa cemas dapat memengaruhi ketakutan individu terhadap kegagalan. Kecemasan dapat muncul berawal dari ekspektasi orang lain terhadap individu, takut jika tidak dapat memenuhi ekspektasi tersebut sehingga menimbulkan rasa cemas.

Ketakutan terhadap kegagalan juga dapat dipengaruhi oleh tingkat perfeksionis individu. Seorang yang perfeksionis cenderung takut terhadap kesalahan atau ketidaksempurnaan atas apapun yang dilakukannya sehingga individu akan memandang dirinya sebagai pribadi yang gagal.

2.1.3.3. Aspek-Aspek *Fear of Failure*

Menurut Conroy (2002 : 77) aspek-aspek *fear of failure* terdiri dari 5 hal yaitu :

1. Ketakutan akan dialaminya penghinaan dan rasa malu
2. Ketakutan akan penurunan estimasi dari individu
3. Ketakutan akan ketidakpastian masa depan
4. Ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial
5. Ketakutan akan mengecewakan orang yang penting baginya

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa untuk mengukur *fear of failure* dapat menggunakan lima aspek antara lain takut akan mengalami penghinaan dan rasa malu jika kegagalannya diketahui oleh orang lain. Takut akan penurunan estimasi individu sehingga menjadi tidak percaya diri dan cenderung menyalahkan kurangnya kemampuan yang dimiliki atas kegagalannya.

Takut memiliki ketidakpastian akan masa depan, karena menganggap kegagalan dapat memengaruhi masa depan. Takut kehilangan pengaruh sosial seperti, karena gagal menjadi tidak diakui oleh orang lain maupun memengaruhi penilaian orang lain terhadap diri sendiri. Serta takut mengecewakan orang yang penting baginya seperti keluarga maupun kerabat.

2.2. Hasil Penelitian yang Relevan

Berikut penelitian sebelumnya yang dijadikan sebagai landasan dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 2.1 :

Tabel 2.1
Hasil Penelitian yang Relevan

No.	Sumber	Judul	Hasil
1.	Ivan Sebastian. Vol 2 No 1.2013	<i>Never Be Afraid</i> Hubungan Antara <i>Fear Of Failure</i> Dan Prokrastinasi Akademik	Hasil dari korelasi data yang ada menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara <i>fear of failure</i> dengan prokrastinasi ($r = 0,339; p = 0,000$).
2.	Pratiwi Setyadi dan Endah Mastuti. Vol	Pengaruh <i>Fear of Failure</i> dan Motivasi Berprestasi	Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara <i>fear of failure</i> dan motivasi

	03 No. 01 2014	Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Berasal Dari Program Akselerasi	berprestasi memiliki hubungan yang negatif dengan prokrastinasi akademik berdasarkan persamaan regresi yang diperoleh $Y = 99,634; X1 = -0,028; X2 = -0,614$). Untuk pengaruh masing-masing variabel bahwa tidak terdapat pengaruh antara <i>fear of failure</i> dan prokrastinasi akademik ($p = 0,270; r = 0,096; r^2 = 0,009$), sedangkan untuk motivasi berprestasi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik ($p = 0,000; r = -0,626; r^2 = 0,392$).
3.	Islachul Alimatul Amanah. 2018	Hubungan Antara Perfeksionisme dan <i>Fear of Failure</i> dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Unggulan Tingkat Sekolah Menengah Atas di Sidoarjo	Hasil uji hipotesis pertama, menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan negatif yang signifikan, artinya semakin tinggi perfeksionisme maka prokrastinasi akademik semakin rendah. Uji hipotesis kedua menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara <i>fear of failure</i> dengan prokrastinasi akademik artinya semakin tinggi <i>fear of failure</i> maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademik dan uji hipotesis ketiga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perfeksionisme dan <i>fear of failure</i> terhadap

			prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan.
4.	Vanya Dona Koestanto. 2020	Pengaruh <i>Fear of Failure</i> dan <i>Aversiveness of The Task</i> Terhadap Prokrastinasi Akademik Skripsi	Hasilnya menunjukkan bahwa <i>fear of failure</i> dan <i>aversiveness of the task</i> berpengaruh signifikan dan positif, artinya semakin tinggi <i>fear of failure</i> dan <i>aversiveness of the task</i> , semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademik skripsi
5.	Dita Mariana. Tanpa tahun	Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dan Ketakutan Akan Kegagalan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa	Hasil penelitian menunjukkan bahwa; 1) terdapat hubungan negatif antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik, dimana koefisien korelasi $r = -0.854$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000 < 0,01$. 2) terdapat hubungan positif antara ketakutan akan kegagalan dengan prokrastinasi akademik, dimana koefisien korelasi $r = 0.611$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000 < 0.01$.
6.	Arina Mujahidah. Tanpa tahun	Hubungan Antara Ketakutan Akan Kegagalan dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir	Hasil penelitian menunjukkan $r_{xy} = -0,616$ dan $p = 0.000$ ($p < 0,01$), yang berarti terdapat hubungan negatif sangat signifikan antara ketakutan akan kegagalan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

2.3. Kerangka Pemikiran

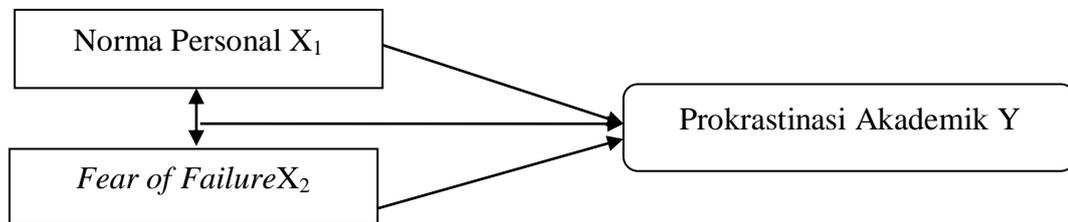
Prokrastinasi akademik adalah kegiatan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas akademik. Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik, diantaranya norma personal. Norma personal merupakan suatu perasaan kewajiban yang melekat pada diri sehingga dapat memengaruhi individu dalam berperilaku. Dari rasa kewajiban tersebut dapat memengaruhi pengambilan keputusan mahasiswa dalam menyikapi suatu tugas.

Adapun faktor lainnya yaitu *fear of failure*. *Fear of failure* ini meliputi rasa takut sehingga menimbulkan rasa cemas. Individu yang memiliki rasa takut terhadap kegagalan yang tinggi akan menurunkan harapan keberhasilannya terhadap suatu tugas, selain itu akan menganggap tugas tersebut tidak menyenangkan yang pada akhirnya memilih melakukan aktivitas lain yang dianggapnya lebih menyenangkan untuk mengalihkan dari rasa takut tersebut.

Berdasarkan NAT (*Norm Activation Theory*) yang dirumuskan oleh Schwartz dijelaskan bahwa norma personal dipengaruhi oleh dua faktor. Pertama, kesadaran bahwa melakukan atau tidak mengerjakan perilaku tersebut akan mendapatkan konsekuensi. Kedua, perasaan tanggung jawab untuk melakukan perilaku tertentu. (Schwartz, 1977 dalam Onwezen, Antonides dan Bartels, 2013 : 142).

Teori aktivasi norma relevan dengan permasalahan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa. Mahasiswa yang merasa takut terhadap kegagalan memiliki kesadaran bahwa melakukan atau tidak melakukan penundaan akan mendapatkan konsekuensi. Sehingga memilih untuk melakukan prokrastinasi akademik sebagai bentuk pengalihan dari rasa takut. Ketakutan tersebut dapat disebabkan karena merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya atau dapat juga disebabkan dari ekspektasi orang lain yang berlebih terhadap individu sehingga menimbulkan rasa cemas jika ekspektasi tersebut tidak dapat terpenuhi. Selain itu mahasiswa akan mengerjakan tugas tepat waktu dan cenderung tidak menunda pengerjaan tugas jika sudah merasa bahwa mengerjakan tugas merupakan kewajiban sebagai mahasiswa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa norma personal dan *fear of failure* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka kerangka pemikiran dalam penelitian ini dapat dilihat pada Gambar 2.1 :



Gambar 2.1
Kerangka Pemikiran

2.4. Hipotesis

Menurut Sugiyono (2015: 64) “Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan”. Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ho : Tidak terdapat pengaruh signifikan Norma Personal terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Angkatan 2018
Ha : Terdapat pengaruh signifikan Norma Personal terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Angkatan 2018
2. Ho : Tidak terdapat pengaruh signifikan *Fear of Failure* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Angkatan 2018
Ha : Terdapat pengaruh signifikan *Fear of Failure* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Angkatan 2018
3. Ho : Tidak terdapat pengaruh signifikan antara Norma Personal dan *Fear*

of Failure terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Angkatan 2018

Ha : Terdapat pengaruh signifikan antara Norma Personal dan *Fear of Failure* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Angkatan 2018