

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Indeks Prestasi Kumulatif

a. Pengertian Indeks Prestasi Kumulatif

Menurut Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia Nomor 6 tahun 2022, Indeks Prestasi Kumulatif yang disingkat IPK merupakan hasil penilaian capaian pembelajaran lulusan pada akhir program studi. Indeks Prestasi Kumulatif atau IPK merupakan hasil diperoleh mahasiswa setelah mengikuti rangkaian kegiatan perkuliahan selama satu semester. Menurut Rahmi, dkk (2016:13) Indeks Prestasi Kumulatif adalah angka yang menunjukkan prestasi atau kemajuan belajar mahasiswa secara kumulatif mulai dari semester pertama sampai dengan semester akhir yang telah ditempuh. Indeks Prestasi Kumulatif bisa disebut juga dengan prestasi atau hasil belajar mahasiswa.

Indeks Prestasi Kumulatif merupakan alat ukur kualitas prestasi mahasiswa dalam bidang akademik (Setyawati, dkk., 2017:66). Keberhasilan mahasiswa dalam belajar dapat diukur dengan Indeks Prestasi Kumulatif. Menurut Mulyani, dkk (2019:122) bahwa Indeks Prestasi Kumulatif adalah perhitungan IP dengan menggabungkan semua mata kuliah yang telah ditempuh selama semester tertentu. Dari perhitungan nilai-nilai tersebut akan diperoleh hasil belajar

mahasiswa berupa Indeks Prestasi Kumulatif. Kurnia (2014:97) mengatakan bahwa Indeks Prestasi Kumulatif merupakan nilai kredit rata-rata yang merupakan satuan nilai akhir yang menggambarkan mutu penyelesaian satu program studi pada akhir program pendidikan lengkap satu jenjang.

Berdasarkan pengertian-pengertian tersebut, peneliti merujuk pada Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi bahwa Indeks Prestasi Kumulatif merupakan hasil penilaian capaian pembelajaran mahasiswa pada akhir program studi.

b. Faktor yang Mempengaruhi Indeks Prestasi Kumulatif

Indeks Prestasi Kumulatif adalah hasil belajar atau prestasi belajar mahasiswa. Faktor-faktor yang mempengaruhinya terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal (Riezky dan Sitompul, 2017:72-73) yaitu:

- 1) Faktor internal berasal dari dalam diri mahasiswa, seperti motivasi, regulasi diri, efikasi diri, kesehatan, bakat dan minat, intelegensi.
- 2) Faktor eksternal berasal dari luar diri mahasiswa, seperti dukungan orang tua, masyarakat, lingkungan sekitar, faktor dosen, bahan bacaan, kurikulum, serta saran dan prasarana kampus.

2. Prokrastinasi

a. Pengertian Prokrastinasi

Prokrastinasi berasal dari Bahasa Latin yaitu *Procrastination*, terdiri dari kata *Pro* yang artinya mendorong maju atau bergerak maju dan *crastinus* yang artinya keputusan hari esok (Steel dalam Fauziah, 2015: 125). Berdasarkan arti kata tersebut, prokrastinasi memiliki arti menunda atau menangguhkan sampai hari berikutnya (Ferari, dkk. dalam Ardiasyah, dkk., 2022:9). Menurut Reswita (2018:26), prokrastinasi adalah perilaku yang sering menunda-nunda tugas maupun pekerjaan yang seharusnya dikerjakan sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Dalam kajian etimologis, prokrastinasi merupakan suatu mekanisme individu dalam rangka menghadapi kecemasan yang berhubungan dengan cara memulai atau melengkapi suatu pekerjaan dalam hal membuat keputusan (TATAN dalam Handoyo, dkk., 2020:355).

Prokrastinasi menurut Solomon dan Rothblum (dalam Ursia, dkk., 2013:1) merupakan kecenderungan menunda untuk memulai menyelesaikan tugas dengan melakukan aktivitas lain yang tidak berguna sehingga tugas menjadi terhambat, tidak selesai tepat waktu, dan sering terjadi keterlambatan. Prokrastinasi yang sering dilakukan oleh mahasiswa merupakan prokrastinasi akademik, yaitu prokrastinasi yang terjadi pada area akademik (Fibrianti dalam Ursia, dkk., 2013:1).

Berdasarkan definisi-definisi tersebut, penulis sependapat dengan Solomon dan Rothblum yang menyatakan bahwa prokrastinasi adalah kecenderungan menunda untuk memulai menyelesaikan tugas dengan melakukan aktivitas lain yang tidak berguna sehingga tugas menjadi terhambat, tidak selesai tepat waktu, dan sering terjadi keterlambatan.

b. Faktor Penyebab Prokrastinasi

Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi adalah kontrol diri, kesadaran diri, harga diri, keyakinan diri (*Self Efficacy*), motivasi, kecemasan sosial dan dukungan sosial, keyakinan rasional dalam diri, dan gaya penyelesaian masalah yang berfokus pada masalah (Saraswati, 2017:213). Selain itu, Lumongga (dalam Handoyo, dkk., 2020:356) menyampaikan bahwa prokrastinasi terjadi akibat dipengaruhi oleh *self-regulatory failure* (kegagalan dalam pengaturan diri), rendahnya *self efficacy*, *self control*, dan keyakinan irasional (takut akan gagal dan perfeksionis).

Hayyinah (dalam Zuraida, 2017:32) menyatakan bahwa dari beberapa faktor penyebab prokrastinasi yang disampaikan oleh para tokoh seperti Binner, Ellis dan Knaus, Ferrari dkk., Solomon dan Rothblum dapat ditarik kesimpulan bahwa ada dua faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu.

1) Faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi. Faktor internal terdiri dari kondisi fisik dan kondisi psikologis individu.

2) Faktor eksternal, yaitu faktor yang datang dari luar diri individu, seperti tugas yang terlalu banyak dan menuntut untuk dikerjakan pada waktu yang bersamaan. Selain itu, gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan juga mempengaruhi.

Menurut Patrzek (dalam Handoyo, dkk., 2020:357), beberapa faktor yang melatarbelakangi prokrastinasi pada mahasiswa antara lain.

- 1) Faktor yang berkaitan dengan kepribadian yang meliputi *negative self-image, avoidance, perfectionism*.
- 2) Faktor yang berkaitan dengan kompetensi individu, meliputi rendahnya *self-regulation*, kurangnya keterampilan manajemen waktu, rendahnya keterampilan belajar, dan kurangnya pengetahuan.
- 3) Faktor afeksi meliputi kecemasan, frustrasi, dan perasaan tertekan.
- 4) Faktor kognitif meliputi kekhawatiran, *fear of failure, irrational beliefs*.
- 5) Faktor *learning history* meliputi perilaku belajar, dan pengalaman belajar yang negatif.
- 6) Faktor kesehatan fisik dan mental, meliputi *illness* dan *impairment*.
- 7) Faktor persepsi terhadap karakteristik tugas, meliputi tingkat kesulitan tugas, beban tugas, serta tugas yang tidak menarik dan tidak menyenangkan.

c. Aspek dan Dampak Prokrastinasi

Aspek prokrastinasi yang dituliskan oleh Ghufron & Risnawati (dalam Nisa, dkk., 2019:30) menurut Ferarri & Steel antara lain.

- 1) *Perceived time*, yaitu kegagalan menyelesaikan tugas tepat waktu.
- 2) *Intention action*, yaitu tindakan niat yang muncul ketika tenggat waktu semakin dekat.
- 3) *Emotional distress*, yaitu tekanan emosional dimana seorang merasa cemas saat melakukan penundaan.
- 4) *Perceived ability*, yaitu ragu terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga cenderung menghindari pengerjaan tugas.

Berdasarkan pendapat Ferrari (Lubis, 2018:92) prokrastinasi memberikan dampak negatif yaitu banyak waktu terbuang akibat melakukan penundaan. Selain itu, tugas menjadi terbengkalai bahkan penyelesaiannya menjadi tidak maksimal, serta seseorang akan kehilangan kesempatan dan peluang akibat melakukan penundaan.

Lubis (2018:92) juga menuliskan pendapat Solomon dan Rothblum tentang dampak negatif prokrastinasi antara lain:

- 1) Tugas tidak terselesaikan, atau terselesaikan tetapi hasilnya tidak maksimal.
- 2) Menimbulkan rasa cemas yang dapat berujung depresi, baik saat mengerjakan tugas maupun saat menghadapi ujian.
- 3) Menjadi kurang teliti dalam pengerjaan tugas sehingga kemungkinan terjadi kesalahan sangat tinggi.
- 4) Banyak waktu terbuang sia-sia.

- 5) Sulitnya berkonsentrasi akibat munculnya perasaan cemas.
- 6) Menurunkan motivasi belajar dan kepercayaan diri.

Berdasarkan beberapa uraian di atas, diperoleh indikator sebagai berikut.

Tabel 2.1 Indikator Prokrastinasi

Variabel	Aspek	Indikator
Prokrastinasi	<i>Perceived Time</i>	Menunda belajar
		Menunda mengerjakan tugas
	<i>Intention Action</i>	Melakukan aktivitas lain
		Ketidaksesuaian rencana dengan kenyataan
	<i>Emotional Distress</i>	Kesulitan memahami materi
		Kesulitan mengerjakan tugas
	<i>Perceived Ability</i>	Keraguan terhadap kemampuan yang dimiliki
		Bergantung pada orang lain

3. Regulasi Diri

a. Pengertian Regulasi Diri

Regulasi diri atau pengelolaan diri merupakan upaya seorang individu untuk mengatur dirinya dalam melakukan suatu aktivitas dengan mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku aktif (Ghufron, 2014:141). Regulasi diri disebut juga kemampuan mengatur diri. Menurut Manab (2016:7), regulasi diri adalah proses individu untuk mengatur dan memperbaiki diri serta mempunyai tujuan yang ingin dicapai atau target, dan ketika selesai pada pencapaian maka akan ada proses evaluasi.

Regulasi diri menurut Bandura adalah kemampuan individu untuk mengontrol perilaku (Yasdar & Mulyadi, 2018: 54). Menurut

Shelley, dkk. (dalam Aisyah, 2016:5), regulasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengatur pencapaian dan aksi, menentukan target, mengevaluasi kesuksesan, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut. Regulasi diri menunjuk pada pola pikir, perilaku, dan perasaan yang mengarah pada perolehan tujuan yang dimiliki tiap-tiap individu (Park dan Sperling dalam Febritama dan Sanjaya, 2018:95).

Berdasarkan pengertian-pengertian tersebut, peneliti sependapat dengan Shelley yang menyampaikan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengatur aksi, menentukan target, mengevaluasi keberhasilan, dan memberikan penghargaan kepada diri sendiri atas keberhasilan yang telah dicapai.

b. Aspek dan Tahapan Regulasi Diri

Tiga unsur regulasi diri atau *self-regulation* menurut Baumeister dan Heatherton (1996:2) yaitu.

- 1) *Standards*, yang merupakan cita-cita, tujuan, atau konsepsi lain tentang kemungkinan keadaan.
- 2) *Monitoring*, yaitu fase pengujian dengan memonitor diri dalam menentukan tindakan yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

3) *Operate*, yaitu ketika fase pengujian gagal dilakukan dan tidak sesuai tujuan, maka perlu mengadakan perubahan agar tercapai tujuan yang diharapkan.

Hasanah, dkk., (2016:80) menuliskan pendapat Zimmerman & Schunk tentang beberapa aspek yang mendasari regulasi diri pada setiap individu antara lain.

1) Metakognisi, yaitu kemampuan individu dalam berpikir untuk merancang atau merencanakan tindakan yang akan dilakukan.

2) Motivasi, yaitu faktor yang menentukan tindakan atau serangkaian usaha yang mungkin berasal dari rangsangan luar maupun berasal dari individu itu sendiri.

3) Perilaku, yaitu tindakan yang dilakukan individu ketika telah menyeleksi dan menghasilkan perilaku yang dapat diterima oleh lingkungan masyarakat ataupun sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Manab (2016:8) menuliskan tahapan-tahapan regulasi setiap individu hingga tercapai tujuannya, yaitu:

1) Penerimaan informasi awal (*Receiving*).

2) Pengolahan informasi (*Evaluating*).

3) Pencarian solusi (*Searching*).

4) Penetapan tujuan (*Formulating*).

5) Pelaksanaan rencana (*Implementing*).

6) Pengukuran (*Assesing*)

Tabel 2.2 Indikator Regulasi Diri

Variabel	Aspek	Indikator
Regulasi Diri	Metakognitif	Memiliki perencanaan untuk mencapai tujuan
		Mampu menilau kemampuan diri
	Motivasi	Memiliki kepercayaan diri
		Mampu menghadapi tantangan
	Perilaku	Memeriksa ketercapaian tujuan
		Merenungkan kegagalan dan keberhasilan

B. Kajian Penelitian yang Relevan

1. Penelitian Meta Ika Andrayani, Ratih Hesty Utami Puspitasari, dan Dian Apradika Kusumawati (2022) dengan judul “Pengaruh Manajemen Waktu, Motivasi Belajar, dan Perilaku Prokrastinasi terhadap Keberhasilan Akademik Mahasiswa (Studi Kasus pada Mahasiswa Kelas Karyawan Semester III dan V FEB Universitas PGRI Semarang Tahun Akademik 2020/2021)”.

Menunjukkan hasil analisis regresi pada variabel prokrastinasi menunjukkan koefisien regresi negatif (-0,115). Hasil yang diperoleh menunjukkan angka negatif, artinya variabel prokrastinasi memiliki arah yang berlawanan dengan variabel keberhasilan akademik. Sehingga variabel prokrastinasi tidak berpengaruh positif terhadap keberhasilan akademik. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah sama-sama menggunakan variabel prokrastinasi. Perbedaanya adalah pada penelitian ini menggunakan variabel regulasi diri dan Indeks Prestasi Kumulatif, sedangkan pada penelitian sebelumnya menggunakan variabel

manajemen waktu, motivasi belajar, dan keberhasilan akademik mahasiswa.

2. Penelitian Arganeta Ayu Suciningrum (2022) dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri, Regulasi Diri, dan Prokrastinasi terhadap Prestasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Jenderal Soedirman”.

Menunjukkan bahwa regulasi diri berpengaruh positif terhadap prestasi akademik dan prokrastinasi juga berpengaruh positif terhadap prestasi akademik. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah sama-sama menggunakan variabel regulasi diri, prokrastinasi, dan Prestasi Akademik (Indeks Prestasi Kumulatif). Perbedaannya adalah pada penelitian sebelumnya menggunakan variabel efikasi diri sedangkan pada penelitian ini tidak.

3. Penelitian Muhammad Dandi (2022) dengan judul “Pengaruh Keaktifan dalam Berorganisasi dan Prokrastinasi Akademik terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Pendidikan Ekonomi 2018”.

Menunjukkan terdapat pengaruh positif antara prokrastinasi akademik terhadap Indeks Prestasi mahasiswa. Nilai Fhitung sebesar 139,119 > Ftabel 3,153 pada signifikansi 0,05. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah sama-sama menggunakan variabel prokrastinasi dan Indeks Prestasi. Perbedaannya adalah pada penelitian ini

menggunakan variabel regulasi diri sedangkan pada penelitian sebelumnya menggunakan variabel keaktifan berorganisasi.

4. Penelitian M. Ammar Muntazhim (2022) dengan judul “Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi”.

Menunjukkan hasil linearitas signifikansi sebesar 0,000 artinya terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel regulasi diri dengan variabel prokrastinasi. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan variabel regulasi diri dan variabel prokrastinasi. Perbedaannya adalah pada penelitian sebelumnya menggunakan variabel mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sedangkan pada penelitian ini menggunakan variabel Indeks Prestasi Kumulatif.

C. Kerangka Pikir

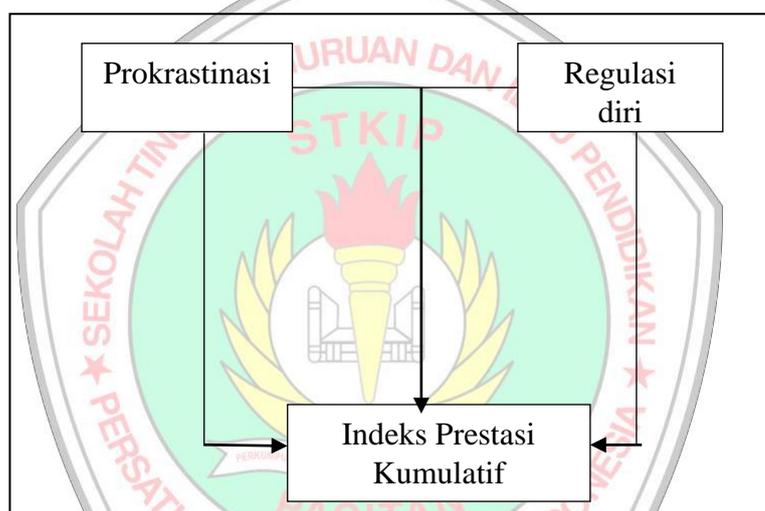
Indeks Prestasi Kumulatif merupakan nilai akhir dari proses perkuliahan selama satu semester tertentu. Nilai-nilai yang diperoleh selama satu semester akan diperhitungkan sehingga diperoleh Indeks Prestasi Kumulatif. Tinggi rendahnya Indeks Prestasi Kumulatif tentu dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor internal maupun faktor eksternal.

Prokrastinasi merupakan kecenderungan untuk menunda pekerjaan. Hal ini tentu akan berpengaruh pada perolehan Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa. Meskipun bukan faktor satu-satunya, namun prokrastinasi akan berdampak pada perolehan nilai apabila mahasiswa sampai gagal mengumpulkan tugas.

Regulasi diri merupakan kemampuan untuk mengatur diri dalam mencapai suatu tujuan. Seorang mahasiswa tentu membutuhkan regulasi diri yang baik agar dapat mencapai tujuan perkuliahan yang diinginkan. Regulasi diri mahasiswa menjadi salah satu faktor yang akan mempengaruhi Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa.

Berdasarkan pemikiran-pemikiran di atas, kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut.

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir



D. Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono (2017: 96) hipotesis merupakan jawaban sementara dari rumusan masalah yang telah diajukan atau dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah, belum jawaban empirik dengan data. Sehingga, hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

- 1) Terdapat pengaruh yang signifikan Prokrastinasi terhadap Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa.

- 2) Terdapat pengaruh yang signifikan Regulasi Diri terhadap Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa.
- 3) Terdapat pengaruh yang signifikan Prokrastinasi dan Regulasi Diri terhadap Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa.

