

PROKRASTINASI AKADEMIK DAN ALIENASI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO ANGKATAN 2019 YANG MENERJAKAN SKRIPSI

Doddy Afrizal^{1*}, Muhammad Zulfa Alfaruqy¹, YF La Kahija¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

[*doddyafrizal@gmail.com](mailto:doddyafrizal@gmail.com)

Abstrak

Mahasiswa tingkat akhir kerap mengalami tekanan psikologis saat menyusun skripsi, termasuk kecenderungan menunda pekerjaan (prokrastinasi akademik) dan merasa terasing dari lingkungan sosialnya (alienasi). Studi ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara prokrastinasi akademik dan alienasi pada mahasiswa Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2019 yang sedang menyelesaikan skripsi. Penelitian ini melibatkan 143 mahasiswa dan menggunakan dua alat ukur: Skala Prokrastinasi Akademik ($\alpha = 0,959$) dan Skala Alienasi ($\alpha = 0,898$). Analisis regresi linier menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara prokrastinasi akademik dan alienasi ($r = 0,452$, $p < 0,05$), dengan kontribusi sebesar 20,4%. Meskipun sebagian besar mahasiswa menunjukkan tingkat prokrastinasi dan alienasi yang tergolong sangat rendah, hasil ini tetap mengindikasikan pentingnya pengelolaan dua aspek tersebut untuk mencegah gangguan akademik dan sosial. Temuan ini memperkuat teori Seeman (1959) mengenai keterkaitan dimensi alienasi dengan perasaan ketidakberdayaan akibat penundaan. Studi ini berkontribusi dalam penguatan kajian psikologi pendidikan dan sosial, serta menggarisbawahi perlunya intervensi dini terhadap mahasiswa dengan kecenderungan prokrastinasi agar tidak berkembang menjadi kondisi alienasi yang lebih kompleks.

Kata kunci: alienasi; mahasiswa; prokrastinasi akademik; skripsi

Abstract

Final-year students often experience psychological pressure while writing their undergraduate thesis, including a tendency to delay tasks (academic procrastination) and feelings of disconnection from their social environment (alienation). This study aims to examine the relationship between academic procrastination and alienation among 2019 Psychology students at Diponegoro University who are currently working on their thesis. The study involved 143 students and utilized two measurement tools: the Academic Procrastination Scale ($\alpha = 0.959$) and the Alienation Scale ($\alpha = 0.898$). Linear regression analysis revealed a positive and significant correlation between academic procrastination and alienation ($r = 0.452$, $p < 0.05$), with a contribution of 20.4%. Although the majority of students demonstrated very low levels of both procrastination and alienation, the findings still indicate the importance of managing these aspects to prevent academic and social disruption. These results support Seeman's (1959) theory regarding the link between alienation and feelings of powerlessness resulting from procrastination. This study contributes to the development of educational and social psychology and highlights the need for early intervention for students with a tendency to procrastinate, to prevent further progression into more severe alienation.

Keywords: alienation; university students; academic procrastination; thesis

PENDAHULUAN

Salah satu tahap yang krusial dalam perjalanan studi bagi mahasiswa program Sarjana adalah tahap penyusunan skripsi di semester akhir. Hal tersebut menyebabkan mahasiswa tidak lagi melakukan perkuliahan bersama dalam satu kelas melainkan beralih menjadi metode konsultasi yang dilakukan bersama dengan dosen pembimbing. Mahasiswa juga akan mengalami kondisi di mana harus meninggalkan ataupun ditinggalkan terlebih dahulu oleh mahasiswa lainnya.

Kondisi keterpisahan yang dialami mahasiswa akibat ditinggalkan oleh mahasiswa lain yang telah lulus menyebabkan mahasiswa semakin terasing dan dapat menimbulkan permasalahan psikologis yaitu alienasi (Caglar, 2013).

Mahasiswa yang mengalami alienasi adalah mahasiswa yang tidak lagi saling mengenal, memahami, dan mengerti secara mendalam satu sama lainnya (Situmorang, 2021). Bagi mahasiswa yang sudah memiliki perilaku kaku, kurang aktif, dan cenderung menutup diri dari sekitarnya, maka akan semakin memiliki batasan serta dapat membuat mahasiswa tersebut semakin mengalami keterasingan. Kondisi ini sejalan dengan pernyataan bahwa alienasi dapat terjadi sebagai akibat dari sikap angkuh, kaku, dan keras kepala sehingga dijauhi oleh kelompoknya (Amri, 2021). Bagi mahasiswa aktif dan memiliki sikap sosial yang tinggi, maka akan mengalami keterpisahan jarak, ruang, dan waktu apabila sudah memasuki semester akhir serta dapat menimbulkan suatu kondisi yang sama yaitu alienasi.

Alienasi yang terjadi meliputi perasaan ketidakberdayaan, perasaan ketidakberartian, perasaan ketiadaan norma, perasaan isolasi sosial, dan perasaan keterasingan diri (Seeman, 1959). Menurut Heidegger (2010), kodrat manusia sebagai pribadi adalah bersama dengan pribadi-pribadi yang lain. Sebagai “pribadi” ada bersama dengan orang lain menjadi kodrat mutlak seorang manusia. Terdapat suatu potensi alienasi yang dimiliki oleh sebagian mahasiswa yang belum menyelesaikan skripsinya. Potensi alienasi semakin hari semakin bertambah parah terlebih ketika banyak mahasiswa lain telah lulus dan mulai meninggalkannya. Kondisi demikianlah yang menjadi salah satu penyebab mahasiswa mengalami alienasi.

Deskripsi kondisi alienasi yang dialami oleh mahasiswa di masa perkuliahan seperti yang telah dijelaskan sebelumnya dapat ditemukan dan relevan dengan kondisi yang terjadi pada salah satu mahasiswa yang ada di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Dalam wawancara pendahuluan yang dilakukan pada hari Rabu, 1 Februari 2023, pada salah seorang mahasiswa psikologi angkatan 2019 didapatkan bahwa mahasiswa yang bersangkutan mengalami alienasi seperti keterasingan diri akibat kurangnya intensitas waktu bertemu dengan teman satu angkatan dan membuatnya memilih untuk melakukan isolasi diri dan jarang melakukan pertemuan dengan teman satu angkatannya.

Terdapat beberapa faktor yang mampu mempengaruhi terjadinya alienasi (Seeman, 1959). faktor kondisi sosial, adanya kesenjangan sosial yang terjadi pada mahasiswa membuat individu dengan status sosial yang rendah menjadi cenderung pasif dalam menghadapi persoalan yang terjadi di lingkungan perkuliahan. Adanya perasaan berbeda strata pada mahasiswa dapat membuat mahasiswa merasa berbeda dan dikucilkan oleh mahasiswa lainnya sehingga membatasi interaksi antar individu. Sumber individu yang berasal dari sumber internal versus eksternal juga turut menjadi salah satu faktor munculnya alienasi pada individu. Sumber internal merupakan kemampuan dari dalam diri individu untuk berfokus pada hal positif yang dimiliki dalam menghadapi suatu tugas atau permasalahan. Sumber eksternal yaitu sumber dari luar berupa keadaan fisik atau keadaan tertentu yang mempengaruhi aktivitas sehari-hari seperti faktor kebetulan, keberuntungan, atau manipulasi orang lain (Seeman, 1959).

Menurut Hasanah (2017), jenis kelamin dapat menjadi faktor yang berhubungan dengan alienasi. Perempuan yang merasa teralienasi dari lingkungannya akan cenderung lebih mudah untuk mengalami stres karena perempuan akan lebih melibatkan emosi dalam pola pikirnya dibandingkan dengan laki-laki. Hasanah (2017), juga menyebut bahwa umur menjadi faktor yang berhubungan dengan alienasi. Semakin dini seseorang mengalami alienasi maka akan

membuat individu semakin sulit dalam menjalin hubungan dengan orang di sekitarnya. Perbedaan umur berhubungan dengan alienasi (Lee, dkk 2015). Persepsi ketidakmampuan dalam mengerjakan penugasan merupakan bagian dari keadaan psikologis seseorang yang mengalami alienasi (Barndhardt, 2014).

Menurut Cremer (2013), prokrastinasi adalah merubah, mengganti, atau menunda jadwal yang telah disusun sendiri terhadap aktivitas yang sifatnya penting. Penundaan tersebut diikuti dengan penolakan terhadap perbaikan untuk menghentikan kecemasan yang muncul akibat tindakannya. Kondisi yang demikian akan mengantarkan seseorang ke dalam situasi yang tidak dapat dibenarkan lagi karena prokrastinasi yang dilakukan secara terus menerus akan menyebabkan prokrastinator atau orang yang melakukannya merasa tidak ada jalan kembali dan merasakan keputusasaan atau mengalami suatu ketidakberdayaan yang merupakan salah satu aspek alienasi dari Seeman (1959).

Menurut Burka dan Yuen (2008), prokrastinasi akademik terjadi karena individu memiliki keyakinan irasional. Individu salah mempersepsikan tugas akademik yang didapatkan dengan cara pandang terhadap penugasan sebagai pekerjaan yang memberatkan dan tidak adanya unsur yang menyenangkan (*aversiveness of the task and fear of failure*). Kondisi yang demikian juga dapat terjadi pada mahasiswa semester akhir, mahasiswa merasa tidak berdaya dan kesulitan dalam menyelesaikan skripsi sehingga sering melakukan penundaan pada setiap tahap pengerjaannya. Sebagaimana penelitian yang dilakukan Pratiwi (2015) semakin tinggi dan bertambahnya lama studi maka semakin prokrastinasi akademik.

Menurut Steel (2007), mahasiswa yang terlibat dalam prokrastinasi akademik diperkirakan mencapai sebesar 80%-95% mahasiswa. Kondisi yang demikian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Apabila perilaku prokrastinasi tidak diperhatikan, kemungkinan besar jumlah mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akan meningkat dan hal ini dapat berdampak negatif terhadap hasil akademik. Selain itu, perilaku prokrastinasi juga dapat mempengaruhi lama studi mahasiswa. Buku Informasi Akademik Program Sarjana Psikologi tahun 2022 menyebutkan bahwa rata-rata lama studi mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro antara tahun 2012-2022 masih berada di angka 4 tahun 8 bulan. Hal ini diperparah dengan pandemi COVID-19 mempengaruhi berbagai sektor kehidupan, termasuk sektor pendidikan. Mahasiswa menjalani perubahan dari pembelajaran luring menjadi pembelajaran daring selama dua tahun terakhir (Alfaruqy & Sari, 2023).

Penelitian Burka dan Yuen (2008) menyebutkan bahwa terdapat gambaran yang menjelaskan tentang keterkaitan antara prokrastinasi akademik dengan alienasi yaitu mengenai dampak negatif lainnya yang muncul dari perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa diantaranya yaitu munculnya perasaan menyesal dan bersalah pada diri sendiri, tidak dapat mengoptimalkannya penugasan karena ketiadaan waktu untuk memperbaiki sehingga dapat disebut sebagai ketidakberdayaan dalam menyelesaikan penugasan. Dampak negatif lainnya yaitu diperolehnya sanksi atau hukuman ketika gagal mengerjakan penugasan sesuai waktu yang telah diberikan. Apabila kondisi ini terus dilakukan dengan sengaja artinya mahasiswa telah mengalami ketiadaan norma atau *normlessness* dalam menjalani perkuliahan sehari-hari (Burka & Yuen, 2008). Keterkaitan antara dua variabel yang akan dibahas dalam penelitian ini juga telah dilakukan oleh penelitian lainnya seperti Maghari (2021) yang meneliti tentang hubungan antara prokrastinasi akademik dan alienasi di kalangan mahasiswa Palestina. Dalam penelitian terkait juga menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan yang memiliki arah positif atau hubungan searah antara prokrastinasi akademik dengan alienasi pada mahasiswa.

Sayangnya, penelitian yang menghubungkan antara prokrastinasi akademik dan alienasi pada mahasiswa, baru ditemukan di luar negeri. Penelitian sejenis yang membahas topik mengenai alienasi juga masih terlalu umum dan luas karena topik alienasi mencakup dalam dua bidang keilmuan yaitu sosiologi dan psikologi sehingga peneliti ingin memfokuskan penelitian ini pada bidang psikologi salah satunya dengan topik yang erat kaitannya dengan psikologi yaitu prokrastinasi akademik. Penelitian ini juga berfokus pada ruang lingkup mahasiswa yang mencoba melakukan pendalaman mengenai topik alienasi di bidang pendidikan dan bukan pada para pekerja yang lebih menonjol dalam pembahasan pada teori terkait.

Berdasar uraian permasalahan yang disampaikan, rumusan masalah yang diajukan yaitu: Apakah terdapat hubungan antara prokrastinasi akademik dengan alienasi pada mahasiswa psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2019 yang mengerjakan skripsi? Penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan bukti empirik mengenai hubungan antara kedua variabel dalam penelitian yaitu prokrastinasi akademik dengan alienasi pada mahasiswa psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2019 yang mengerjakan skripsi.

Penelitian diharapkan bermanfaat dan memberikan sumbangan ilmu untuk perkembangan teori di bidang psikologi, khususnya psikologi pendidikan dan psikologi sosial. Selain itu, penelitian diharapkan memberikan informasi mengenai alienasi dan prokrastinasi akademik beserta hubungan di antara keduanya pada ruang lingkup mahasiswa sehingga mahasiswa dapat melakukan pengelolaan terhadap kondisi alienasi dan prokrastinasi akademik yang akan berpotensi mengganggu aktivitas perkuliahan serta dapat melakukan upaya pencegahannya.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah 238 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang sedang mengerjakan skripsi. Jumlah tersebut digunakan untuk menentukan jumlah sampel minimal. Merujuk pada Isaac dan Michael (Sugiyono, 2017), dengan tingkat kesalahan 5% maka jumlah minimal subjek adalah 142 mahasiswa. Pada penelitian ini subjek penelitian berjumlah 143 atau lebih satu mahasiswa dari batas sampel minimal. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Prokrastinasi Akademik (31 aitem, $\alpha = 0,959$) yang disusun berdasarkan aspek alienasi yang dikemukakan oleh Schouwenburg (1995), yaitu penundaan terhadap tugas atau aktivitas, kelambanan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana dengan kinerja aktual, serta melakukan aktivitas lain selain pengerjaan tugas. Skala Alienasi (33 aitem, $\alpha = 0,898$) yang disusun berdasarkan aspek alienasi yang dikemukakan oleh Seeman (1959), yaitu *powerlessness*, *meaninglessness*, *normlessness*, *social isolation*, dan *self-estrangement*. Analisis data penelitian akan dilakukan menggunakan uji korelasi parametrik Pearson Product Moment jika data terdistribusi normal, tetapi akan menggunakan uji korelasi nonparametrik Kendall's tau-b jika data tidak terdistribusi normal dengan bantuan program Statistical Packages for Social Science (SPSS) versi 25 .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilakukan uji hipotesis, maka terlebih dahulu perlu dilakukan uji asumsi. Uji normalitas menggunakan analisis uji *Kolmogorov-Smirnov*, dan didapatkan signifikansi nilai residualnya sebesar 0,200 sehingga bisa disimpulkan bahwa data tersebut bersifat normal. Uji linearitas untuk mengetahui hubungan linear atau tidaknya antara variabel prokrastinasi akademik dengan variabel alienasi. bahwa nilai signifikansi *linearity* adalah sebesar 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang linear antara variabel prokrastinasi akademik dengan variabel alienasi. Berdasarkan uji asumsi yang

telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa syarat uji normalitas dan uji linearitas telah terpenuhi. Hal ini menunjukkan bahwa teknik analisis regresi linear sederhana dapat digunakan untuk mengetahui hubungan antara prokrastinasi akademik dan alienasi.

Tabel 1.

Tabel Koefisien Persamaan Regresi Linear Sederhana

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	<i>t</i>	Sig.
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>		
1 (Constant)	37.785	4.011		9.420	.000
Prokrastinasi	.372	.062	.452	6.009	.000

Berdasarkan hasil analisis regresi, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,452. Nilai koefisien korelasi positif menunjukkan adanya hubungan searah antara kedua variabel. Hasil ini menunjukkan semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa, maka semakin tinggi pula alienasi mahasiswa tersebut. Hasil *r square* yang diperoleh dalam analisis regresi menunjukkan angka sebesar 0,204 yang berarti sumbangan efektif yang diberikan variabel prokrastinasi akademik terhadap alienasi yaitu sebesar 20,4% dan sisanya yaitu 79,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian.

Peneliti mengelompokkan sampel ke dalam empat tingkatan kategori prokrastinasi akademik untuk memudahkan analisis, yaitu sangat rendah, rendah, tinggi, dan sangat tinggi. Pengelompokan tingkatan prokrastinasi akademik tersebut dilakukan dengan memperhatikan nilai rata-rata (*mean/M*) dan simpangan baku (*Standard deviation/SD*). Berdasarkan Tabel 2, terlihat bahwa sebesar 47,5 persen mahasiswa (68 orang) memiliki tingkat prokrastinasi akademik sangat rendah, 41,2 persen mahasiswa (59 orang) memiliki tingkat prokrastinasi akademik rendah, 11,2 persen mahasiswa (16 orang) memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi, dan sebesar 0 persen mahasiswa atau tidak ada mahasiswa dengan prokrastinasi akademik sangat tinggi. Berdasar kategorisasi yang dilakukan menunjukkan sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik sangat rendah.

Tabel 2.

Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik

Kategori	Rumus Penghitungan	Rentang	Frekuensi	Persen
Sangat Rendah	$X \leq \mu - 1SD$	$X \leq 62$	68	47,5
Rendah	$\mu - 1SD < X \leq \mu$	$62 < X \leq 77$	59	41,2
Tinggi	$\mu < X \leq \mu + 1SD$	$77 < X \leq 93$	16	11,2
Sangat Tinggi	$X > \mu + 1SD$	$X > 93$	0	0
Jumlah			143	100

Keterangan: μ = Mean Hipotetik, SD = Standar Deviasi Hipotetik, X = Skor Subjek, n = jumlah subjek

Skor skala alienasi juga dikelompokkan menjadi empat tingkatan untuk memudahkan analisis, yaitu sangat rendah, rendah, tinggi, dan sangat tinggi. Berdasarkan Tabel 3, terlihat bahwa sebesar 75,5 persen mahasiswa (108 orang) memiliki tingkat alienasi sangat rendah, 23 persen mahasiswa (23 orang) memiliki tingkat alienasi rendah, 1,4 persen mahasiswa (2 orang) memiliki tingkat alienasi tinggi, dan 0 persen mahasiswa atau tidak ada mahasiswa yang

memiliki tingkat alienasi sangat tinggi. Berdasarkan kategorisasi yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat alienasi sangat rendah.

Tabel 3.

Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik

Kategori	Rumus Penghitungan	Rentang	Frekuensi	Persen
Sangat Rendah	$X \leq \mu - 1SD$	$X \leq 66$	108	75,5
Rendah	$\mu - 1SD < X \leq \mu$	$66 < X \leq 82$	33	23
Tinggi	$\mu < X \leq \mu + 1SD$	$82 < X \leq 99$	2	1,4
Sangat Tinggi	$X > \mu + 1SD$	$X > 99$	0	0
Jumlah			143	100

Keterangan: μ = Mean Hipotetik, SD = Standar Deviasi Hipotetik, X = Skor Subjek, n = jumlah subjek

Pada umumnya, remaja membangun dua jenis hubungan pertemanan, yaitu hubungan teman biasa yang memberikan kenyamanan untuk beraktivitas bersama, dan hubungan persahabatan yang ditandai dengan penghargaan terhadap sifat-sifat seperti kebaikan hati, sensitivitas, kejujuran, serta kemampuan untuk saling berbagi dan menjadi diri sendiri (Sari & Kustanti, 2020). Dalam konteks mahasiswa, alienasi sebagaimana dijelaskan Seeman (1959), merujuk pada bentuk keterasingan yang dialami oleh mahasiswa dari segi relasi atau hubungan dengan orang lain dan juga adanya keterpurukan yang dialami oleh mahasiswa akibat memiliki persepsi yang salah dengan menganggap bahwa dirinya sendiri tidak berdaya, tidak berarti, dan terasing dari lingkungannya.

Penjelasan tersebut terkait dengan hubungan antara kedua variabel dalam penelitian yaitu ketika mahasiswa memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi maka mahasiswa memiliki karakteristik seperti melakukan penghindaran untuk mengurangi tekanan akibat dari ketidakyakian pada diri untuk menyelesaikan tugas yang akan dihadapi yang kemudian ditunda terlebih dahulu untuk mengurangi perasaan tertekannya dan akan memulainya kembali disaat mahasiswa merasakan pengurangan dari tekanan yang sebelumnya mahasiswa rasakan. Persepsi mahasiswa yang mengarah pada perasaan ketidakyakian akan kemampuan, ketidaan makna, atau perasaan terisolasi secara sosial inilah yang akan mengarahkan mahasiswa pada kondisi yang disebut sebagai alienasi (Seeman, 1959).

Hasil dalam penelitian sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya dari Maghari (2021) yaitu adanya korelasi yang positif antara tingkat prokrastinasi akademik dengan tingkat alienasi di kalangan mahasiswa. Hadi (2021) juga menjelaskan bahwa adanya permasalahan akademik yang berkaitan dengan prokrastinasi dapat menimbulkan permasalahan alienasi.

Berdasarkan hasil kategorisasi skala prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2019 yang mengerjakan skripsi memiliki prokrastinasi akademik yang tergolong sangat rendah dan hasil kategorisasi untuk skala alienasi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2019 yang mengerjakan skripsi memiliki alienasi yang tergolong sangat rendah. Berdasarkan kategorisasi menunjukkan hasil yang sama pada kedua variabel penelitian yaitu pada kategori yang sangat rendah. Kategori sangat rendah pada kedua variabel penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dan alienasi pada mahasiswa psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2019 yang mengerjakan skripsi dalam keadaan yang baik tetapi bukan berarti kondisi prokrastinasi akademik dan alienasi yang sangat rendah ini dapat dibiarkan.

Kondisi prokrastinasi akademik dan alienasi ini tetap perlu mendapatkan perhatian karena kategori sangat rendah yang dihasilkan dalam penelitian ini merupakan hasil penelitian yang dilakukan pada tahun atau masa studi yang normal yaitu kurang dari empat tahun. Kondisi tersebut dapat berubah setiap saat melihat hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antar kedua variabel dalam penelitian. Beberapa mahasiswa yang tergolong tinggi dalam kedua variabel penelitian juga dapat menunjukkan bahwa kondisi prokrastinasi akademik dan alienasi yang terjadi pada mahasiswa psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2019 yang mengerjakan skripsi benar benar ada dan terjadi di sebagian mahasiswa. Hal ini mungkin saja terjadi, karena mahasiswa generasi digital memiliki keterampilan dalam situasi perubahan yang begitu cepat dan tidak pasti (Alfaruqy & Sari, 2023).

Analisis tambahan yang dilakukan peneliti untuk mengetahui perbedaan tingkat alienasi apabila dilihat berdasarkan kelompok umur dan jenis kelamin mendapatkan hasil yaitu tidak ada perbedaan baik dari kelompok umur maupun jenis kelamin terhadap alienasi. Analisis tambahan yang dilakukan tersebut menunjukkan nilai $p > 0,05$. Analisis peneliti terhadap hasil alienasi apabila dilihat dari jenis kelamin dari data penelitian yang didapatkan yaitu terdapat skor yang berbeda tetapi dengan rentang yang tidak terlalu jauh sehingga masih dalam kategori tidak ada perbedaan yang signifikan, hasil ini juga terjadi pada alienasi apabila dilihat dari umur.

Hasil yang menunjukkan tidak terdapat perbedaan juga dapat terjadi karena subjek penelitian memiliki rentang umur yang tidak jauh berbeda yaitu pada rentang 20 hingga 24 tahun. Data penelitian juga menunjukkan bahwa persebaran subjek berdasarkan umur terlihat tidak merata yaitu sebagian besar berada pada umur 21 tahun dan 22 tahun yaitu sejumlah 120 mahasiswa atau sebesar 85,7% dari total subjek penelitian. Jumlah subjek perempuan yang jauh lebih besar daripada subjek laki-laki yaitu sejumlah 107 subjek perempuan atau sebesar 74,8% juga turut berperan dalam hasil penelitian yang menyatakan tidak terdapat perbedaan alienasi berdasar umur dan jenis kelamin. Dari data demografi subjek penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak adanya perbedaan yang signifikan pada subjek penelitian terjadi karena persebaran atau jumlah subjek berdasarkan umur dan jenis kelamin tidak seimbang. Hasil penelitian sesuai dengan penelitian yang telah ada dan pernah dilakukan sebelumnya oleh beberapa peneliti lain diantaranya dalam penelitian dari Hasanah (2017), tidak ada perbedaan tingkat alienasi yang terjadi pada individu apabila dilihat dari jenis kelamin.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, penelitian hanya berfokus pada satu angkatan, satu fakultas, dan satu universitas, sehingga konteks sosial, akademik, dan budaya belajar yang lebih beragam belum sepenuhnya terwakili. Kedua, penggunaan desain korelasional menjadikan penelitian ini tidak mampu menjelaskan hubungan sebab-akibat antara prokrastinasi akademik dan alienasi, melainkan hanya menunjukkan keterkaitan keduanya. Keterbatasan ini membuka peluang bagi penelitian selanjutnya untuk menggunakan sampel yang lebih heterogen, pendekatan metodologis yang lebih beragam, serta cakupan institusi yang lebih luas.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis mengenai adanya hubungan positif antara prokrastinasi akademik dan alienasi pada mahasiswa Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2019 yang sedang mengerjakan skripsi terbukti dan diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kecenderungan mahasiswa menunda tugas, semakin tinggi pula tingkat keterasingan psikologis yang mereka alami. Temuan ini memiliki implikasi

praktis, terutama bagi mahasiswa dan pihak fakultas, yaitu perlunya penguatan kedisiplinan akademik, manajemen waktu, serta dukungan sosial untuk mencegah timbulnya perasaan terisolasi selama proses penyusunan skripsi. Secara teoretis, hasil penelitian ini memperkuat model konseptual Seeman (1959) mengenai keterkaitan antara perasaan ketidakberdayaan yang muncul dari penundaan berulang dengan dimensi-dimensi alienasi, sekaligus menambah bukti empiris dalam konteks mahasiswa Indonesia. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih heterogen dari sisi angkatan, institusi, dan durasi masa studi, khususnya mahasiswa yang telah memasuki tahun kelima atau lebih, serta mempertimbangkan desain longitudinal atau pendekatan campuran untuk menangkap dinamika hubungan prokrastinasi dan alienasi secara lebih mendalam.

REFERENSI

- Alfaruqy, M. Z. & Sari, I. A. (2023). Dinamika psikologis dan harapan mahasiswa sebagai generasi digital. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 9(2), 877-888. <https://doi.org/10.29210/020232084>
- Amri, A. (2021). Pengaruh workplace loneliness terhadap kinerja yang dimediasi oleh work alienation pada perawat RSUD Cut Nyak Dhien Meulaboh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ekonomi Manajemen*, 6(3), 530–545. <https://doi.org/10.24815/jimen.v6i3.17452>
- Barnhardt, B., & Ginns, P. (2014). An alienation-based framework for student experience in higher education: new interpretations of past observations in student learning theory. *Higher Education*, 68, 789–805. <https://doi.org/10.1007/s10734-014-9744-y>
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it*. Da Capo Press.
- Caglar, C. (2013). The relationship between the perceptions of the fairness of the learning environment and the level of alienation. *Eurasian Journal of Educational Research*, 50, 185–206.
- Cremer, D. D. (2013). *The proactive leader: How to overcome procrastination and be a bold decision maker*. Palgrave Macmillan.
- Hadi, K. (2021). Prokrastinasi akademik dan hubungannya dengan adaptasi skolastik di kalangan mahasiswa. *Jurnal Humaniora Internasional dan Ilmu Sosial*. 19(1), 99-115.
- Hasanah, F. A., & Hidayati, F. (2017). Hubungan antara self-compassion dengan alienasi pada remaja (sebuah studi korelasi pada siswa SMK Negeri 1 Majalengka). *Jurnal Empati*, 5(4), 750–756. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15414>
- Heidegger, M. (2010). *Being and time*. SUNY Press.
- Maghari, A. M. A., & Assaf, M. A. M. (2021). Academic procrastination and its relationship to psychological alienation among Palestinian university students. *The Educational Journal of the Faculty of Education in Sohag*, 91(91), 1705–1741. <https://doi.org/10.12816/edusohag.2021>.
- Pratiwi, A. D., & Sawitri, D. R. (2015). Prokrastinasi akademik ditinjau dari efikasi diri akademik dan lama studi pada mahasiswa jurusan desain komunikasi visual Universitas Dian Nuswantoro. *Jurnal Empati*, 4(4), 272–276. <https://doi.org/10.14710/empati.2015.14355>
- Sari, I. A. & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara kontrol diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial instagram. *Jurnal Empati*, 9(1), 52-57. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.26921>
- Schouwenburg, H. C. (1995). Academic procrastination: Theoretical notions, measurement, and research. *Springer Science & Business Media*.
- Seeman, M. (1959). On the meaning of alienation. *American Sociological Review*, 24(6), 783–791. <https://doi.org/10.2307/2088565>

- Situmorang, A. B. A. H. (2021). Alienasi dalam fenomena pembelajaran daring di SMAK St. Albertus Malang (Tinjauan Filsafat Relasionalitas). *Paradigma: Jurnal Filsafat, Sains, Teknologi, dan Sosial Budaya*, 27(2), 1–8.
<https://doi.org/10.33503/paradigma.v27i2.1673>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>