

# The Relationship of Student Academic Procrastination to Quarter Life Crisis (Case Study of Economic Education Students of Universitas Panca Sakti Bekasi Class of 2020 to 2022)

*Hubungan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa/i terhadap Quarter Life Crisis (Studi Kasus Mahasiswa/i Pendidikan Ekonomi Universitas Panca Sakti Bekasi Tahun Angkatan 2020 s.d 2022)*



**Andita Ramadhani**  
Universitas Panca Sakti Bekasi  
[ramadhanidita807@gmail.com](mailto:ramadhanidita807@gmail.com)

**Chientya Annisa Rahman Putri**  
Universitas Panca Sakti Bekasi

DOI  
<https://doi.org/10.37010/fcs.v4i2.1263>

# FOCUS

Journal of Social Studies

Vol. 4 No. 2

AUGUST

2023



## Abstract

This study partially explores the relationship between student procrastination and quarterly crises among undergraduates in the business education program at Pancasakti University Bekasi from 2020 to 2022. while judging empirically. This type of study is a descriptive study that explains or shows the relationship or influence between independent and dependent variables. The research subject consists of students who have completed a course of business education between 2020 and 2022. This study included a sample of 82 respondents, who distributed surveys in batches or via Google From, and each survey via his WhatsApp group. Sampling using non-probative sampling methods using targeted sampling techniques. Hypothesis testing using a simple linear regression test was performed in SPSS 20.0. The results of this study showed that the independent variable of academic procrastination was positively, though not significantly, associated with the dependent variable, quarter-century crisis. The results of this study show that  $t_{hitung} < t_{tabel}$  value  $0,67 < 1,990$  then with a decent degree  $0,947 > 0,05$  Thus, the hypothesis of this study is  $H_0$  accepted and  $H_a$  rejected. It can be concluded that "academic procrastination is positively and slightly associated with quarter-life crises."

**Keywords:** prokrastinasi akademik, quarter life crisis

## Abstrak

Penelitian ini sebagian mengeksplorasi hubungan antara prokrastinasi mahasiswa/i terhadap *quarter life crisis* di kalangan mahasiswa program sarjana pendidikan ekonomi di Universitas Panca Sakti Bekasi tahun 2020-2022. dan pada saat yang sama untuk membuat penilaian empiris. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang menjelaskan atau menunjukkan hubungan atau pengaruh antara variabel independen dan dependen. Populasi penelitian terdiri dari mahasiswa yang telah mengambil prodi pendidikan ekonomi dari tahun 2020 hingga 2022. Penelitian ini mencakup sampel sebanyak 82 responden yang menyebarkan kuesioner baik secara batch atau angkatan melalui *Google From* yang didistribusikan oleh masing-masing melalui grup *WhatsApp*. Pengambilan sampel menggunakan metode *non-probability sampling* menggunakan teknik pengambilan *purposive sampling*. Pengujian hipotesis menggunakan uji regresi linier sederhana dijalankan di SPSS 20.0. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel independen prokrastinasi akademik memiliki hubungan positif meskipun tidak signifikan berhubungan terhadap variabel dependen *quarter life crisis*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  sebesar  $0,67 < 1,990$  kemudian dengan taraf signifikansi  $0,947 > 0,05$  yang berarti bahwa hipotesis dalam penelitian ini  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Dari sini, kita dapat menyimpulkan bahwa "Prokrastinasi Akademik berhubungan positif dan tidak signifikan terhadap *Quarter Life Crisis*".

**Kata kunci:** prokrastinasi akademik, quarter life crisis



## PENDAHULUAN

Mahasiswa sering mengalami masalah selama kuliah, yang paling umum adalah penundaan. Penundaan disebut penundaan dalam istilah psikologis pendidikan dan ini disebut *Prokrastinasi* akademik. Dalam dunia pendidikan, kaum muda dalam perjalanan menuju kedewasaan biasanya melewati tahap seperempat abad atau *quarter life crisis* ini dengan banyak masalah dan kurangnya dukungan dari diri mereka sendiri dan orang lain. Faktor-faktor bervariasi dari orang ke orang. Adapun faktor emosional dapat mencakup situasi keluarga, lingkungan, dan teman sebaya.

Mengingat latar belakang di atas, peneliti tertarik pada penelitian berjudul "Hubungan *Prokrastinasi* akademik mahasiswa/I terhadap *quarter life crisis*". Studi Kasus oleh Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Panca Sakti Bekasi tahun Angkatan 2020 sampai dengan 2022. Berdasarkan pernyataan di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperjelas hubungan dengan *Prokrastinasi* akademik mahasiswa/i yang mengalami *quarter life crisis*.

Menurut Lay sitat dalam LaForge, 2005(Saverus, 2019) *Prokrastinasi* berarti menunda-nunda sesuatu yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu karena sulit ataupun tidak menyenangkan dan tidak menarik. (Schafer, disitat dalam Pahala, 2004) menjelaskan penundaan ini atau *Prokrastinasi* bukan hanya unsur penundaan, tetapi juga mencakup *Prokrastinasi* terencana kerja akademik yang diprioritaskan atau penting. Orang menunda tugas prioritas tinggi ketika imbalan langsung atau tindakan lain yang dapat mengakibatkan kerugian kecil mungkin terjadi. ("April, 2008," 2008). Faktor yang menyebabkan *Prokrastinasi* akademik menurut Ghufron dan Risnawati 2016 (dalam daulay 2019:20-21) *Prokrastinasi* akademik dapat diklasifikasikan menjadi dua jenis: faktor internal kondisi fisik, dan kondisi mental, sesuai dengan karakteristik individu. Mereka juga mempengaruhi *Prokrastinasi* dan perkembangan penundaan. Dan ada aspek – aspek *Prokrastinasi* akademik menurut Tektonika (Wicaksono, 2017). Waktu yang dirasakan, kesenjangan antara niat dan tindakan, stres emosional. Mereka hanya fokus pada saat ini, bukan masa depan, dan ketidakpastian tentang berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas membuat tepat waktu menjadi sulit. Dampak negative menurut Ferrari( dalam Juliyanti dan Aisyah 2015:19) terdapat 3, membuang banyak waktu dan mengabaikan tugas dapat menyebabkan hilangnya peluang di masa depan.

Berdasarkan teori di atas yang dikembangkan oleh beberapa pendapat ahli, *Prokrastinasi* akademik adalah perilaku dalam menunda menyelesaikan tugas belajar, dan tidak banyak perbedaan antara pola *Prokrastinasi*. Hal ini menunjukkan bahwa efek *Prokrastinasi* akademik dalam menyelesaikan tugas meliputi efek sebagai berikut: Menyelesaikan kegiatan lain yang memiliki celah waktu untuk diselesaikan dan membutuhkan lebih banyak kesenangan daripada menyelesaikan tugas tepat waktu.

Selain itu, salah satu faktor atau faktor pendorong *Prokrastinasi* akademik adalah tahap *quarter life crisis*, menurut beberapa ahli. Pada awal masa dewasa, banyak orang merasa sulit untuk menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang memengaruhi karier, keuangan, dan pembangunan hubungan mereka. Tantangan-tantangan ini membuat kita merasa tidak berdaya, tidak yakin, dan gelisah. Gangguan ini dikenal dengan nama "*Quarter-Life Crisis*" atau sering disingkat menjadi QLC Robinson & Wilner, 2001 (Utami et al., 2023).

Sedangkan Menurut Rahmatika dalam (Karpika & Segel, 2021) krisis emosional yang timbul dari kesedihan, isolasi, keraguan diri, kecemasan, kurangnya motivasi, kebingungan, dan ketakutan akan kegagalan biasanya hanya dialami oleh anak muda. Ketika seseorang mulai memasuki tahap dewasa melakukan hal-hal ini dengan keras kepala, kami menyebut ini sebagai krisis seperempat kehidupan bagi individu atau dengan kata lain *quarter life crisis*. Selanjutnya ada faktor – faktor *quarter life crisis* menurut Arnett 2004 ( dlm larasati 2021:3), faktor *internal Identity-exploration, instability, era of self-focus, possibility*. dan faktor eksternal seperti teman, hubungan, hubungan keluarga, pekerjaan dan kehidupan profesional. tantangan akademik. Semakin banyak orang bertanya-tanya apakah bidang studi mereka akan membantu mereka dalam karir masa depan mereka.

Dan juga ada aspek *quarter life crisis* menurut Robbins dan Wilner (Habibie et al., 2019) Kesulitan dalam mencari pekerjaan, kurangnya dukungan, perasaan kecewa, perasaan ragu, eksplorasi diri. dan masa *quarter life crisis*. serta ada fase – fase *quarter life crisis* ada lima fase menurut Robinson dalam Machfudh,M.S

(2020:14) Ketika seseorang memilih untuk melepaskan, mendefinisikan kembali tahap ini, dan memulai hidup baru, ada rasa kurungan dan keinginan untuk kebebasan. .

Berdasarkan teori di atas, kita dapat menyimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki perilaku *Prokrastinasi* akademik terhadap tugas kuliahnya tak menyadari bahwa mereka termasuk dalam kategori *Prokrastinasi* akademik. Oleh karena itu sangat penting untuk memiliki sistem pendukung untuk semua mahasiswa. Menghilangkan masalah dan pikiran yang dialami seorang mahasiswa adalah salah satu tahap krisisnya dalam kehidupan kuartal disebut *quarter life crisis*. Faktanya, *quarter life crisis* tidak seseram kedengarannya. Karena istilah itu, tanpa sadar, memberdayakan kita untuk menjalani hidup terus-menerus dengan menghindari pemicu dan faktor-faktor yang mencegah kita melakukannya untuk menikmati hidup. Setiap moment perjalanan saat belajar dimasa perkuliahan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan di Universitas Panca Sakti Bekasi dalam hal ini, penelitian menggunakan metode kuantitatif asosiatif. Populasi mahasiswa berjumlah 442, dan sampel yang diambil sebanyak 82 responden. metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengambilan *purposive sampling* dimana pengambilan sampel dilakukan berdasarkan pertimbangan tertentu. Dimana sampel diambil dari mahasiswa pendidikan ekonomi untuk periode 2020 s.d 2022

Selain itu, metodologi yang digunakan untuk pengumpulan data adalah skala *linkert* dengan lima kategori respons: Sangat Setuju, Setuju, Netral, Tidak Setuju, dan Tidak Setuju. Peneliti menyiapkan dua instrumen penelitian dengan masing-masing pernyataan berdasarkan variable *Prokrastinasi* akademik dan *quarter life crisis*.

Instrumen pertama yaitu instrumen variable *Prokrastinasi* akademik dengan jumlah pernyataan 15 pernyataan dengan masing-masing dimensi menunda- menunda pekerjaan atau tugas faktor – faktor yang mempengaruhi *Prokrastinasi* akademik, aspek – aspek *Prokrastinasi* akademik dan dampak dari *Prokrastinasi* akademik. Selanjutnya variable *quarter life crisis* dengan jumlah pernyataan 15 pernyataan dengan masing-masing dimensi, faktor – faktor *quarter life crisis*, fase-fase *quarter life crisis*, dan *fear of failure*. Model statistik yang digunakan yaitu dengan hipotesis  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$  atau nilai signifikan (Sig.)  $> 0,05$ .  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau nilai signifikan (Sig.)  $< 0,05$ .

**Tabel 1. Jumlah Populasi**

Jumlah Populasi Mahasiswa/I Pendidikan Ekonomi		
No.	Tahun Angkatan	Jumlah Mahasiswa
1.	2020	140 Mahasiswa
2.	2021	229 Mahasiswa
3.	2022	73 Mahasiswa
4.	<b>Jumlah</b>	442 Mahasiswa

Sumber Data : Universitas Panca Sakti Bekasi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil distribusi kuesioner, peneliti dapat sepenuhnya mengklasifikasikannya ke dalam beberapa kategori, termasuk penggunaan uji normalitas oleh *Kolmogorov Smirnov* dapat dilihat di table 1.

**Tabel 2. One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		82
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0E-7



	Std. Deviation	6.01307723
Most Extreme Differences	Absolute	.131
	Positive	.131
	Negative	-.065
Kolmogorov-Smirnov Z		1.188
Asymp. Sig. (2-tailed)		.119

Diperoleh nilai *Asymp. Sig.* 0,119 > 0,05 Berdasarkan hasil pembagian kuesioner, dapat dibedakan menjadi beberapa kategori antara lain penggunaan uji normalitas dan sehingga dapat disimpulkan bahwa data sampel dari populasi yang diuji dinyatakan berdistribusi normal dan dapat dilakukan penelitian lebih lanjut. termasuk penggunaan uji normalitas oleh *Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji linearitas dapat dilihat di tabel 2.

**Tabel 3. Hasil Uji Linearitas**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
Y * X	(Combined)	52.090	3	17.363	.471	.704	
	Between Groups	Linearity	.165	1	.165	.004	.947
		Deviation from Linearity	51.925	2	25.962	.704	.498
	Within Groups		2876.800	78	36.882		
	Total		2928.890	81			

Diperoleh *Deviation from Linearity* nilai  $F_{hitung}$  sebesar 0,704 dengan tingkat signifikansi 0,498 > 0,05 kesimpulan terhubungan linier yang signifikan antara variabel menunda tugas sekolah *Prokrastinasi* akademik dan krisis seperempat kehidupan yaitu *quarter life crisis*. Dan, uji homogenitas mengungkapkan bahwa nilai signifikan variabel *quarter life crisis* didasarkan pada variabel *Prokrastinasi* akademik 0,339 > 0,05 Kesimpulannya data variabel *quarter life crisis* berdasarkan variabel *Prokrastinasi* akademik menunjukkan distribusi data yang bersifat homogen dapat dilihat di tabel 3.

**Tabel 4. Test of Homogeneity of Variances**

QUA			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.098	2	78	.339

Selanjutnya yaitu analisis regresi linear sederhana. Didapatkan antara lain :

**Tabel 5. Analisis Regresi Linear Sederhana**

Coefficients <sup>a</sup>				
Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
B	Std. Error	Beta		
62.727	4.651		13.487	.000
.005	.072	.008	.067	.947

Nilai konstanta a sebesar 62,727 nilai *Prokrastinasi* akademik ( b/ regresi ) sebesar 0,005. persamaan regresinya dapat ditulis :

$$Y = \alpha + bX$$

$$Y = 62,727 + 0,005X$$

Pengambilan keputusan dalam Uji Regresi Sederhana :

- Berdasarkan nilai signifikansi: tabel koefisien diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,947 > 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel X *Prokrastinasi* akademik tidak berhubungan secara signifikan terhadap variabel Y *quarter life crisis*.



- b. Berdasarkan nilai  $t$  diketahui  $T$  hitung sebesar  $0,067 < T$  tabel 1,990, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel  $X$  *Prokrastinasi* akademik tidak berhubungan secara signifikan terhadap variabel  $Y$  *quarter life crisis*.

**Tabel 6.**

Coefficients <sup>a</sup>		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	62.727	4.651		13.487	.000
	<i>PROKRASTINASI</i>	.005	.072	.008	.067	.947

a. Dependent Variable: QUA

Dari hasil pengolahan data di atas terlihat bahwa hasil nilai  $t_{hitung}$  sebesar  $0,067 < t_{tabel}$  sebesar 1,990 dan nilai signifikansi sebesar  $0,947 > 0,05$ . Besarnya *Prokrastinasi* Akademik terhadap *Quarter Life Crisis* ( $Y$ ) ditunjukkan oleh persamaan regresi sebagai berikut  $Y = 62,727 + 0,005X$ . Maka dapat disimpulkan  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, artinya “*Prokrastinasi* Akademik tidak berhubungan secara signifikan terhadap *Quarter Life Crisis*”.

## KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan temuan penelitian, temuan penelitian *Prokrastinasi* akademik menyimpulkan positif dan tidak menunjukkan korelasi yang signifikan terhadap *Quarter Life Crisis*. Variabel *Prokrastinasi* Akademik memiliki nilai  $t_{hitung}$  sebesar 0,067 dengan nilai signifikansi sebesar 0,947 lebih besar dari 0,05 (0,947 > 0,05), karena nilai  $t_{hitung}$  lebih kecil dari nilai  $t_{tabel}$  ( $0,067 < 1,990$ )  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, artinya “*Prokrastinasi* Akademik berhubungan positif dan tidak signifikan terhadap *Quarter Life Crisis*”.

## DAFTAR PUSTAKA

- Prosedur, (2016). *The Lancet Neurology*, 7(7), 579. [https://doi.org/10.1016/S1474-4422\(08\)70132-7](https://doi.org/10.1016/S1474-4422(08)70132-7)
- Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa. *Gadiah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 129. <https://doi.org/10.22146/gamajop.48948>
- Karpika, I. P., & Segel, N. W. W. (2021). Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia. *Widyadari*, 22(2), 513–527. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5550458>
- Saverus. (2019). No. 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *Jurnal Kajian Pendidikan Ekonomi Dan Ilmu Ekonomi*, 2(1), 1–19. [http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84865607390&partnerID=tZOtx3y1%0Ahttp://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=2LI-MMD9FVXkC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+funda+mental+techniques&ots=HjrHeuS\\_](http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84865607390&partnerID=tZOtx3y1%0Ahttp://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=2LI-MMD9FVXkC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+funda+mental+techniques&ots=HjrHeuS_)
- Utami, S. E., Ihsani, H., Titisemita, A., Handayani, S., Putra Indonesia, U., Lubuk Begalung, J., Begalung, L., Xx, N., Padang, K., & Barat, S. (2023). Peran Religious Coping terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa. *Journal on Education*, 05(03), 8299–8307.
- Wicaksono, L. (2017). *Prokrastinasi* akademik mahasiswa. *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, 2(2), 67–73. [www.luhurwicaksono@yahoo.com](http://www.luhurwicaksono@yahoo.com)