



**RINGKASAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN  
PROKRASINASIPADA MAHASISWA  
YANG MENYUSUN SKRIPSI**

**WALIDAH NUDHAR ANHAR  
1271041040**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
MAKASSAR  
2017**

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar  
Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat  
Guna Memeroleh Derajat Sarjana Psikologi

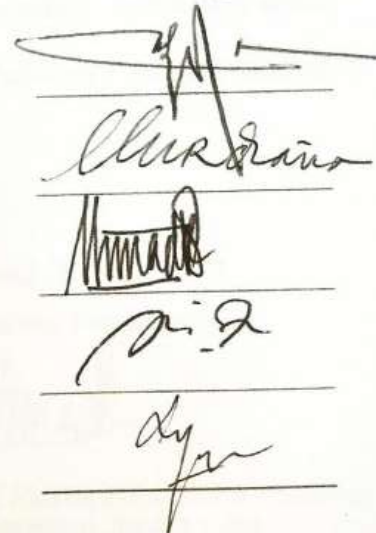
**Walidah Nudhar A.**  
**1271041040**

Pada Tanggal **6 Juli 2017**

### Panitia Ujian

1. Drs. Muh. Daud, M.Si  
Ketua
2. Dr. Hj. Sitti Murdiana, S.Psi, M.Psi, Psikolog  
Pembimbing Utama
3. Ahmad Ridfah, S.Psi., M.Psi, Psikolog  
Pembimbing Pendamping
4. Widyastuti, S.Psi., M.Si., Psikolog  
Penguji I
5. Harlina Hamid, S.Psi., M.Si., M.Psi., Psikolog  
Penguji II


### Tanda Tangan



Mengesahkan:

Dekan Fakultas Psikologi UNM,



  
**Prof. Dr. Muh. Jufri, S.Psi., M.Si**  
**NIP. 19680202 199403 1 003**

# HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN PROKRASTINASI PADA MAHASISWA YANG MENYUSUN SKRIPSI

**Walidah Nudhar Anhar**

(nudhaaar@gmail.com)

**Sitti Murdiana**

(sittimurdiana@gmail.com)

**Ahmad Ridfah**

(ridfah@yahoo.com)

*Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar*

*Jl. AP Pettarani Makassar, 90222*

## ABSTRAK

Kendala yang dihadapi ketika menyusun skripsi dapat menyebabkan menurunnya semangat mahasiswa sehingga melakukan prokrastinasi, prokrastinasi tidak lepas dari optimisme mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *purposive sampling*. Subjek penelitian berjumlah 70 mahasiswa, dengan kriteria subjek yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar yang memprogram skripsi, angkatan 2010-2012, dan telah mendapatkan pembimbing. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar  $-0,4404$  dan nilai  $p$  sebesar  $0,000137$  ( $p < 0,01$ ), dengan demikian maka hipotesis diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara optimisme dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Semakin tinggi tingkat optimisme, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi mahasiswa yang menyusun skripsi. Penelitian ini bermanfaat bagi mahasiswa agar menanamkan pola pikir yang optimisme ketika menyusun skripsi sehingga tidak melakukan prokrastinasi.

Kata kunci: optimisme, prokrastinasi, mahasiswa yang menyusun skripsi

Skripsi merupakan tugas akhir sebagai salah satu syarat kelulusan. Namun, sebagian mahasiswa menganggap skripsi sebagai tugas yang tidak mudah, menakutkan, dan menghambat kelulusan (Hedrianur, 2015). Mahasiswa yang pada

awalnya semangat dalam menyusun skripsi, seiring dengan kendala-kendala yang dihadapi dalam menyusun skripsi mengakibatkan menurunnya semangat tersebut.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada 7 mahasiswa yang

memprogram skripsi, didapatkan bahwa kendala-kendala yang sering ditemui ketika menyusun skripsi adalah malas, motivasi rendah, mudah menyerah dan putus asa, sulit bertemu dengan dosen pembimbing, tekanan dari keluarga, kesulitan mencari referensi dan mengembangkan teori, perbedaan persepsi antar pembimbing, masalah kesehatan, dan kesulitan dalam manajemen waktu. Kendala-kendala dalam menyusun skripsi membuat mahasiswa memandang skripsi sebagai hal yang berat dilakukan dan tidak menyenangkan. Hal tersebut mengakibatkan mahasiswa akan terbiasa untuk menunda-nunda pekerjaannya.

Penundaan pengerjaan tugas yang dimaksud di atas disebut dengan prokrastinasi. Rumiani (2006) mengemukakan bahwa prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai, melaksanakan, dan mengakhiri tugas. Pengerjaan skripsi yang sering dihadapi oleh berbagai permasalahan menyebabkan mahasiswa cenderung untuk beralih ke aktivitas lain, sehingga melakukan prokrastinasi.

Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) menjelaskan bahwa populasi yang paling banyak melakukan prokrastinasi adalah mahasiswa. Fenomena tersebut tampak pula dari pengambilan data awal yang dilakukan terhadap 33 mahasiswa yang memprogram skripsi.

Pengambilan data awal memperoleh hasil bahwa 82%, yaitu sebanyak 27 mahasiswa memiliki prokrastinasi tinggi, sedangkan 18%, yaitu sebanyak 6 mahasiswa memiliki prokrastinasi rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa dari subjek pengambilan data awal melakukan prokrastinasi dalam menyusun skripsi.

Prokrastinasi memberikan dampak negatif bagi mahasiswa, sebagaimana yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) bahwa bahwa prokrastinasi menimbulkan dampak negatif secara fisiologis yaitu kelelahan, sedangkan secara psikologis dapat menimbulkan stres, depresi, dan kecemasan. Hal ini bertentangan dengan dampak dari optimisme. Optimisme menyebabkan hidup bebas stres, kesehatan, hubungan sosial, dan fungsi sosial yang baik (Daraei & Ghaderi, 2012).

Optimisme merupakan kecenderungan untuk mengharapkan hasil yang terbaik dan berpikir positif dalam menghadapi situasi tertentu (Matsumoto, 2009). Optimisme sangat penting untuk ditanamkan pada mahasiswa dalam menghadapi kendala-kendala ketika menyusun skripsi. Optimisme membantu individu untuk mengatasi kendala atau hambatan yang muncul dalam mencapai tujuan (Ekasari & Susanti, 2009). Hal ini disebabkan karena individu optimisme cenderung tidak mudah putus asa, merencanakan tindakan yang akan dilakukan, dan

tetap berusaha untuk mencari jalan keluar ketika menghadapi kegagalan (Seligman, 2006).

Lay (1992) menjelaskan bahwa individu dengan optimisme rendah merupakan salah satu ciri dari prokrastinator. Hal tersebut disebabkan individu optimisme rendah lebih ragu-ragu terhadap masa depan dan cenderung melakukan prokrastinasi seperti perilaku menghindar, menyangkal, dan melarikan diri. Ningrum (2011) mengemukakan bahwa mahasiswa yang optimisme dalam menyusun skripsi akan menghentikan segala pemikiran negatif dan yakin dengan kemampuan yang dimiliki untuk dapat menyelesaikan skripsi.

Optimisme dan prokrastinasi sangat penting untuk diteliti karena merupakan hal yang sering dialami oleh mahasiswa. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Jackson, Weiss, dan Lundquist (2000) menunjukkan bahwa individu yang memiliki tingkat optimisme rendah, cenderung melakukan prokrastinasi. Individu dengan optimisme tinggi cenderung lebih tekun dalam menghadapi masalah dan jarang melakukan prokrastinasi, dibandingkan individu dengan optimisme rendah.

## **METODE**

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah optimisme dan prokrastinasi. Optimisme yang dimaksud adalah dorongan individu untuk tetap berusaha menghadapi

dan mengatasi kendala-kendala dalam menyusun skripsi. Adapun prokrastinasi yang dimaksud adalah perilaku menunda ketika memulai dan menyelesaikan skripsi, secara sadar, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak berhubungan dengan skripsi.

Populasi dalam penelitian ini adalah 85 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar, memprogram skripsi, telah mendapatkan pembimbing skripsi, dan merupakan mahasiswa angkatan 2010 sampai angkatan 2012. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Berdasarkan tabel Krejcie, populasi berjumlah 85, maka sampel yang dianggap mewakili adalah sebanyak 70 subjek.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala ordinal model Likert. Skala yang digunakan yaitu:

- a. Skala optimisme yang diadaptasi dari Yolanda (2016), mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Seligman (2006), yakni *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*. Daya diskriminasi aitem skala setelah dilakukan uji coba diperoleh hasil bahwa terdapat 5 aitem yang gugur dari 21 aitem, sehingga tersisa 16 aitem yang digunakan dalam penelitian. Adapun validitas skala menggunakan validitas faktorial CFA, dan memperoleh hasil bahwa aspek *permanence*

memiliki nilai sebesar 0,79, aspek *pervasiveness* sebesar 0,69, aspek *personalization* sebesar 0,80. Seluruh aspek memiliki nilai *loading factor* > 0,5 sehingga dinyatakan valid. Hasil uji reliabilitas skala memperoleh nilai sebesar 0,772 tergolong cukup baik.

- b. Skala prokrastinasi yang diadaptasi dari Saputri (2014), mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) yakni penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Daya diskriminasi aitem skala setelah dilakukan uji coba diperoleh hasil bahwa tidak terdapat aitem yang gugur, sehingga aitem tetap berjumlah 33. Adapun validitas skala menggunakan validitas faktorial CFA, dan memperoleh hasil bahwa aspek 1 memiliki nilai sebesar 0,90, aspek 2 sebesar 0,84, aspek 3 sebesar 0,90, dan aspek 4 sebesar 0,73. Keempat aspek memiliki nilai *loading factor* > 0,5 sehingga dinyatakan valid. Hasil uji reliabilitas skala memperoleh nilai sebesar 0,939 dan tergolong sangat baik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar yang memprogram

skripsi dan telah mendapatkan pembimbing berjumlah 70 orang.

Hasil analisis deskriptif data prokrastinasi menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki prokrastinasi dalam kategori sedang.

Variabel	(%)	Kategori
Prokrastinasi	7	Tinggi
	60	Sedang
	33	Rendah
<b>Total</b>	<b>100</b>	

Data pada tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat 5 (7%) subjek yang memiliki tingkat prokrastinasi tinggi, 42 (60%) subjek memiliki tingkat prokrastinasi sedang, dan 23 (33%) subjek memiliki tingkat prokrastinasi rendah.

Berdasarkan hasil tersebut, maka mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar yang sedang menyusun skripsi, memiliki potensi untuk melakukan prokrastinasi, meskipun tidak menjadikan prokrastinasi sebagai kebiasaan. Ciri-ciri prokrastinasi yang muncul dapat dilihat berdasarkan aspek prokrastinasi yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) bahwa aspek prokrastinasi adalah penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Aspek penundaan terdiri dari 10 aitem. Pada aspek penundaan, terdapat 5 subjek (7%) yang tergolong tinggi, 47 subjek (67%) tergolong sedang, dan 18 subjek (26%) tergolong rendah. Subjek dengan aspek penundaan yang tergolong tinggi, menunjukkan bahwa subjek menunda ketika memulai dan mengerjakan tugas. Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) menyatakan bahwa individu sadar akan pentingnya untuk menyelesaikan tugas, namun tetap melakukan prokrastinasi. Subjek dengan aspek penundaan yang tergolong rendah menunjukkan bahwa subjek tidak melakukan penundaan ketika memulai dan menyelesaikan tugas. Sebagian besar subjek memiliki aspek penundaan yang sedang menunjukkan bahwa lebih banyaknya jawaban N pada aitem dari aspek penundaan. Berdasarkan hal tersebut, maka subjek berpotensi untuk melakukan penundaan ketika memulai dan menyelesaikan tugas, namun tidak menjadikan hal tersebut sebagai kebiasaan.

Aspek kedua dari prokrastinasi adalah keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Pada aspek keterlambatan yang terdiri dari 7 aitem, terdapat 2 subjek (3%) yang tergolong tinggi, 45 subjek (64%) tergolong sedang, dan 23 subjek (33%) tergolong rendah. Subjek dengan aspek keterlambatan yang tinggi menunjukkan bahwa subjek

mengalami keterlambatan ketika mengerjakan tugas, sebagaimana yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) bahwa individu melakukan persiapan yang berlebihan tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu sehingga individu membutuhkan waktu yang lebih lama untuk menyelesaikan tugas. Subjek dengan aspek keterlambatan rendah menunjukkan bahwa subjek tidak mengalami keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Sebagian besar subjek memiliki aspek keterlambatan yang tergolong sedang. Hal ini terbukti dengan lebih banyaknya jawaban N pada aitem dari aspek keterlambatan. Berdasarkan hal tersebut, maka subjek berpotensi untuk melakukan keterlambatan dalam mengerjakan tugas, namun tidak menjadikan hal tersebut sebagai kebiasaan.

Aspek ketiga dari prokrastinasi adalah kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Pada aspek kesenjangan yang terdiri dari 8 aitem, terdapat 13 subjek (19%) yang tergolong tinggi, 38 subjek (54%) tergolong sedang, dan 19 subjek (27%) tergolong rendah. Subjek dengan aspek kesenjangan yang tinggi menunjukkan bahwa subjek mengalami kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, sebagaimana yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) bahwa individu merencanakan pengerjaan tugas, namun individu tidak melakukan

apa yang telah direncanakan ketika telah mendekati batas waktu. Subjek dengan aspek kesenjangan rendah menandakan bahwa subjek tidak mengalami kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Sebagian besar subjek memiliki aspek kesenjangan yang tergolong sedang. Hal ini terbukti dengan lebih banyaknya jawaban N pada aitem dari aspek kesenjangan. Berdasarkan hal tersebut, maka subjek berpotensi untuk mengalami kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, namun tidak menjadikan hal tersebut sebagai kebiasaan.

Aspek terakhir adalah melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Pada aspek aktivitas yang terdiri dari 8 aitem, terdapat 8 subjek (11%) yang tergolong tinggi, 49 subjek (70%) tergolong sedang, dan 13 subjek (19%) tergolong rendah. Subjek dengan aspek aktivitas yang tergolong tinggi menunjukkan bahwa subjek lebih memilih untuk melakukan aktivitas yang menyenangkan dibandingkan mengerjakan tugas, sebagaimana yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) bahwa individu menunda dengan sengaja dan memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Subjek dengan aspek aktivitas yang rendah menandakan bahwa subjek memilih untuk mengerjakan tugas dibandingkan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Sebagian besar

subjek memiliki aspek aktivitas yang tergolong sedang. Hal ini terbukti dengan lebih banyaknya jawaban N pada aitem dari aspek aktivitas. Berdasarkan hal tersebut, maka subjek berpotensi untuk memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan tugas, namun tidak menjadikan hal tersebut sebagai kebiasaan.

Hasil analisis deskriptif data optimisme menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat optimisme yang berada pada kategori tinggi.

Variabel	(%)	Kategori
Optimisme	77	Tinggi
	23	Sedang
	0	Rendah
<b>Total</b>	<b>100</b>	

Data pada tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat 54 (77%) subjek yang memiliki tingkat optimisme tinggi, 16 (23%,) subjek memiliki tingkat optimisme sedang, dan tidak ada subjek dengan tingkat optimisme rendah. Berdasarkan hasil tersebut, maka mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar yang sedang menyusun skripsi, memiliki tingkat optimisme yang tergolong tinggi. Optimisme terdiri dari tiga aspek.

*Permanence* merupakan cara individu memandang peristiwa yang bersifat menetap dan sementara (Seligman, 2006). Pada aspek *permanence* yang terdiri dari 5



aitem, terdapat 51 subjek (73%) dengan kategori aspek *permanence* yang tinggi, 18 subjek (26%) kategori sedang, dan 1 subjek (1%) kategori rendah. Subjek dengan aspek *permanence* tinggi memiliki optimisme yang tinggi. Hal tersebut menandakan bahwa sebagaimana yang dikemukakan oleh Seligman (2006), individu dengan optimisme tinggi melihat peristiwa buruk sebagai hal yang sementara, dan melihat peristiwa baik sebagai hal yang bersifat menetap. Subjek dengan aspek *permanence* rendah yang berjumlah 1 orang menunjukkan bahwa lebih banyaknya jawaban STS dan TS pada aitem dari aspek *permanence*. Subjek dengan aspek *permanence* rendah memiliki optimisme yang rendah, sebagaimana yang dikemukakan oleh Seligman (2006) bahwa individu optimisme rendah memandang peristiwa buruk sebagai hal yang menetap, dan memandang peristiwa baik sebagai hal yang sementara.

*Pervasiveness* merupakan cara individu memandang ruang lingkup peristiwa yang bersifat universal dan spesifik (Seligman, 2006). Pada aspek *pervasiveness* yang terdiri dari 6 aitem, terdapat 58 subjek (83%) tergolong tinggi, 12 subjek (17%) tergolong sedang, dan tidak ada subjek yang tergolong rendah. Subjek dengan aspek *pervasiveness* tinggi memiliki optimisme yang tinggi. Hal tersebut menandakan

bahwa sebagaimana yang dikemukakan oleh Seligman (2006), individu dengan optimisme tinggi memandang peristiwa buruk disebabkan oleh faktor yang spesifik, dan memandang peristiwa baik disebabkan oleh faktor yang bersifat universal. Tidak adanya subjek dengan aspek *pervasiveness* rendah menandakan bahwa tidak adanya subjek dengan optimisme rendah, seperti yang dikemukakan oleh Seligman (2006) bahwa individu optimisme rendah memandang peristiwa buruk disebabkan oleh faktor universal, dan peristiwa baik disebabkan oleh faktor yang spesifik.

*Personalization* merupakan cara individu memandang sumber penyebab terjadinya peristiwa yang bersifat internal dan eksternal. Pada aspek *personalization* yang terdiri dari 5 aitem, terdapat 46 subjek (66%) tergolong tinggi, 24 subjek (34%) tergolong sedang, dan tidak ada subjek yang tergolong rendah. Subjek dengan aspek *personalization* tinggi memiliki optimisme yang tinggi pula. Hal tersebut menandakan bahwa sebagaimana yang dikemukakan oleh Seligman (2006), individu dengan optimisme tinggi memandang peristiwa buruk disebabkan oleh faktor eksternal, memandang peristiwa baik disebabkan oleh faktor internal. Tidak adanya subjek dengan aspek *personalization* yang rendah menunjukkan bahwa tidak ada subjek yang memiliki optimisme

rendah, sebagaimana yang dikemukakan oleh Seligman (2006) bahwa individu dengan optimisme rendah memandang peristiwa buruk disebabkan oleh faktor internal, dan peristiwa baik disebabkan oleh faktor eksternal.

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Spearman* dengan bantuan *SPSS 23*. Hasil analisis uji hipotesis dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Variabel	r	p-value
Optimisme	-0,4403	0,000137
Prokrastinasi		7

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara optimisme dengan prokrastinasi yakni sebesar  $r = -0,4403$  dengan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000137$ , ( $p < 0,01$ ). Nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara optimisme dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Semakin tinggi tingkat optimisme, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Jackson, Weiss, dan Lundquist (2000) yang menunjukkan hasil bahwa individu yang memiliki tingkat optimisme tinggi maka tingkat prokrastinasi akan rendah, sedangkan individu yang memiliki tingkat optimisme rendah cenderung melakukan prokrastinasi. Individu

dengan optimisme tinggi cenderung lebih tekun dalam menghadapi masalah dan jarang melakukan prokrastinasi, dibandingkan individu dengan optimisme rendah. Lay (1992) menjelaskan bahwa individu dengan optimisme rendah merupakan salah satu ciri dari prokrastinator. Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Carver, Scheier, dan Segerstrom (2010), menunjukkan hasil bahwa individu yang memiliki tingkat optimisme tinggi, maka tingkat prokrastinasi rendah, begitu pula sebaliknya.

Mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi rendah cenderung tidak menunda ketika memulai dan menyelesaikan skripsi. Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) menjelaskan bahwa prokrastinasi terjadi karena keyakinan irasional individu yang memandang bahwa segala hal yang dilakukan harus sempurna, hanya melakukan tugas yang mudah dan tidak memerlukan banyak usaha, serta tidak ingin mengambil resiko dan takut menghadapi kegagalan. Mahasiswa memandang skripsi sebagai beban berat dan tidak menyenangkan untuk dilakukan, sehingga hal tersebut dapat diasosiasikan dengan mahasiswa yang memiliki optimisme rendah.

Matsumoto (2009) menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat optimisme tinggi mengharapkan hasil yang terbaik dan akan berpikir positif dalam

menghadapi situasi tertentu, dalam hal ini, untuk menyelesaikan skripsi. Optimisme memberikan dampak yang positif bagi individu, menurut Daraei dan Ghaderi (2012) optimisme menyebabkan hidup bebas stres, kesehatan, hubungan sosial, dan fungsi sosial yang baik. Dampak tersebut bertentangan dengan dampak dari prokrastinasi yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown (1995), bahwa prokrastinasi menimbulkan dampak fisiologis berupa kelelahan dan dampak psikologis berupa stres, depresi, dan kecemasan.

Selain temuan diatas, peneliti juga menemukan temuan tambahan yaitu sebagai berikut:

Aspek	r	p
O1 dan P1	-0,317	0,007
O1 dan P2	-0,380	0,001
O1 dan P3	-0,348	0,003
O1 dan P4	-0,466	0,000
O2 dan P1	-0,180	0,137
O2 dan P2	-0,260	0,030
O2 dan P3	-0,229	0,057
O2 dan P4	-0,377	0,001
O3 dan P1	-0,361	0,002
O3 dan P2	-0,446	0,000
O3 dan P3	-0,401	0,001
O3 dan P4	-0,560	0,000

Berdasarkan tabel hasil uji korelasi *Spearman* diatas, maka:

- a. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *permanence* (O1) dengan aspek penundaan (P1)
- b. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek

- permanence* (O1) dengan aspek keterlambatan (P2)
- c. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *permanence* (O1) dengan aspek kesenjangan (P3).
- d. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *permanence* (O1) dengan aspek aktivitas (P4)
- e. Tidak ada hubungan negatif yang signifikan antara aspek *pervasiveness* (O2) dengan aspek penundaan (P1)
- f. Ada hubungan negatif yang signifikan antara aspek *pervasiveness* (O2) dengan aspek keterlambatan (P2).
- g. Tidak ada hubungan negatif yang signifikan antara aspek *pervasiveness* (O2) dengan aspek kesenjangan (P3)
- h. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *pervasiveness* (O2) dengan aspek aktivitas (P4)
- i. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *personalization* (O3) dengan aspek penundaan (P1)
- j. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *personalization* (O3) dengan aspek keterlambatan (P2)
- k. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *personalization* (O3) dengan aspek kesenjangan (P3)
- l. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *personalization* (O3) dengan aspek aktivitas (P4)

## KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil uji hipotesis antara variabel optimisme dengan prokrastinasi adalah nilai koefisien korelasi  $r = -0,4403$  dan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000137$ , ( $p < 0,01$ ). Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara optimisme dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

Berdasarkan hasil uji korelasi di temuan tambahan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *permanence* (O1) dengan aspek penundaan (P1), ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *permanence* (O1) dengan aspek keterlambatan (P2), ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *permanence* (O1) dengan aspek kesenjangan (P3), ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *permanence* (O1) dengan aspek aktivitas (P4), tidak ada hubungan negatif yang signifikan antara aspek *pervasiveness* (O2) dengan aspek penundaan (P1), ada hubungan negatif yang signifikan antara aspek *pervasiveness* (O2) dengan aspek keterlambatan (P2), tidak ada hubungan negatif yang signifikan antara aspek *pervasiveness* (O2) dengan aspek kesenjangan (P3), ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *pervasiveness* (O2) dengan aspek aktivitas (P4), ada hubungan negatif yang sangat

signifikan antara aspek *personalization* (O3) dengan aspek penundaan (P1), ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *personalization* (O3) dengan aspek keterlambatan (P2), ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *personalization* (O3) dengan aspek kesenjangan (P3), dan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara aspek *personalization* (O3) dengan aspek aktivitas (P4).

Adapun saran yang peneliti ajukan yaitu sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa yang memprogram skripsi dan sedang menyusun skripsi agar menanamkan pola pikir optimisme dan yakin akan kemampuan diri untuk mengatasi kendala-kendala dalam penyelesaian skripsi sehingga tidak melakukan prokrastinasi.
2. Bagi peneliti selanjutnya sebaiknya tidak hanya berfokus pada satu fakultas, agar dapat membandingkan optimisme dan prokrastinasi tiap fakultas, peneliti selanjutnya juga sebaiknya tidak mengambil subjek penelitian yang bekerja dan sudah menikah agar subjek hanya memusatkan perhatian pada skripsi, serta menggunakan teknik pengumpulan data wawancara untuk hasil penelitian yang lebih mendalam mengenai optimisme dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

## DAFTAR RUJUKAN

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review, 30*(-), 879-889.
- Daraei, M., & Ghaderi, A. R. (2012). Impact of education on optimism/pessimism. *Journal of Indian Academy of Applied Psychology, 38*(2), 339-343.
- Ekasari, A., & Susanti, N. D. (2009). Hubungan antara optimisme dan penyesuaian diri dengan stres pada narapidana kasus NAPZA di lapas kelas II A Bulak Kapal Bekasi. *Jurnal Soul, 2*(2), 1-32.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York: Plenum Press.
- Hedrianur. (2015). Hubungan dukungan sosial dan regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi. *EJournal Psikologi, 3*(2), 528-542.
- Jackson, T., Weiss, K. E., & Lundquist, J. J. (2000). Does procrastination mediate the relationship between optimism and subsequent stress?. *Journal of Social Behavior and Personality, 15*(5), 203-212.
- Lay, C. H. (1992). Trait procrastination and the perception of person task characteristics. *Journal of Social Behavior and Personality, 7*(3), 483-494.
- Matsumoto, D. (2009). *The Cambridge Dictionary of Psychology*. USA: Cambridge University Press.
- Ningrum, D. W. (2011). Hubungan antara optimisme dan coping stres pada mahasiswa UEU yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi, 9*(1), 41-47.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, 3*(2), 37-48.
- Saputri, S. J. (2014). Hubungan optimisme dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa UIN SUSKA Riau. *Skripsi*. Pekanbaru: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. New York: Vintage Books.
- Yolanda, K. A. (2016). Hubungan antara optimisme dengan pengambilan keputusan menikah pada mahasiswi strata 1 di kota Makassar. *Skripsi*. Makassar: Universitas Negeri Makassar.

# **THE CORRELATION BETWEEN OPTIMISM AND PROCRASTINATION AMONG COLLEGE STUDENTS WHO WORKING ON THESIS**

**Walidah Nudhar Anhar**

(nudhaaar@gmail.com)

**Sitti Murdiana**

(sittimurdiana@gmail.com)

**Ahmad Ridfah**

(ridfah@yahoo.com)

*Faculty of Psychology State University of Makassar  
Jl. AP Pettarani Makassar, 90222*

## **ABSTRACT**

Obstacles when preparing the thesis can lead to a decline in college students spirit so that students will do procrastination, procrastination can not be separated from college students optimism. This research aims to determine correlation between optimism and procrastination among college students who working on thesis. This research uses quantitative method with purposive sampling technique. Subject of this research were 70 students, with subject criterion is a student of Faculty of Psychology in State University of Makassar who program the thesis course, members of the class of 2010-2012, and have obtained a thesis supervisor. Data analysis in this research using Spearman correlation test. The result of data analysis shows that the correlation coefficient value is -0,4404 and p value is 0.000137 ( $p < 0,01$ ), thus the hypothesis is accepted, so it can be concluded that there is a very significant negative correlation between optimism and procrastination among college students who working on thesis. The higher the level of optimism, the lower the level of procrastination of college students who working on thesis. This research is helpful for college students to instill an optimistic mindset when preparing thesis, so that they will not do procrastination.

Keyword: Optimism, procrastination, college students who working on thesis

Thesis is the final project as one of the requirements of graduation. However, some students consider the thesis as a task that is not easy, scary, and inhibit the graduation (Hedrianur, 2015). Students who initially the spirit in preparing the

thesis, along with the constraints faced in preparing the thesis resulted in the decline of the spirit.

Based on interviews conducted on 7 students who took the thesis course, it was found that the obstacles that are often encountered

when preparing the thesis are laziness, difficult to meet with mentors, family pressure, difficulty finding reference and developing theory, difference in perception between supervisor, health problems, and difficulty in time management. Constraints in preparing the thesis causes students to consider the thesis as a difficult task and unpleasant to do. This causes the students to get used to procrastinate their work..

Delays in the work of the task referred to above are called procrastination. Rumiani (2006) argues that procrastination is a tendency to delay in starting, executing, and ending tasks. Thesis work is often faced by various problems cause students tend to switch to other activities, so doing procrastination.

Ferrari, Johnson, and McCown (1995) explain that the most procrastinating population is students. The phenomenon is also visible from the initial data retrieval conducted on 33 students who program thesis. Initial data retrieval resulted 82%, ie 27 students had high procrastination, while 18%, ie 6 students had low procrastination. These results indicate that most of the students from the initial data collection subject did the procrastination in preparing the thesis.

Procrastination has a negative impact on college students, as Ferrari, Johnson and McCown

(1995) point out that procrastination has a physiological negative effect of fatigue, while psychologically stressful, depressed, and anxious. This is contrary to the impact of optimism. Optimism leads to stress-free living, health, social relations, and good social functioning (Daraei & Ghaderi, 2012).

Optimism is a tendency to expect the best results and always think positive when dealing with certain situations (Matsumoto, 2009). Optimism is very important to instill in students in facing obstacles while preparing the thesis. Optimism helps individuals overcome obstacles or obstacles that arise in achieving goals (Ekasari & Susanti, 2009). This is due to optimistic individuals tend not to despair, plan actions to be taken, and keep trying to find a way out when facing failure (Seligman, 2006).

Lay (1992) explains that individuals with low optimism are one of the hallmarks of procrastinators. This is because individuals with low optimism are hesitant about the future and tend to make delays such as avoidance, denial, and runaway behavior. Ningrum (2011) argues that optimistic students in preparing the thesis will stop all negative thinking and confident with the ability to complete the thesis.

Optimism and procrastination is very important to be studied because it is often experienced by students.

Results of research conducted by Jackson, Weiss, and Lundquist (2000) show that people who have low levels of optimism, tend to do procrastination. Individuals with high optimism tend to be more diligent in dealing with problems and rarely do procrastination, rather than individuals with low optimism.

## METHOD

The variables used in this research are optimism and procrastination. Optimism in question is the impetus of individuals to keep trying to overcome the obstacles in preparing the thesis. The procrastination referred to in this study is delaying behavior when starting and completing the thesis, consciously, by doing activities that are not related to the thesis.

The population of this study were 85 students of the Faculty of Psychology, University of Makassar, the thesis program, has gained thesis supervisor, and a student of class 2010 to class 2012. The sampling technique used purposive sampling *adalah*. Based on the Krecjie table, the population numbered 85, then the sample is considered as 70 subjects.

Data collection techniques used in this study is to use ordinal scale Likert model. The scale used is:

- c. The scale of optimism adapted from Yolanda (2016), refers to the aspect presented by Seligman (2006) namely permanence, pervasiveness, and personalization. The item

discrimination on the scale after the test obtained results that there are 5 items that falls from 21 items, so the remaining 16 items used in this study. The scale validity uses the CFA factorial validity, and obtains the result that the permanence aspect has a value of 0.79, the pervasiveness aspect of 0.69, the personalization aspect of 0.80. All aspects have a loading factor value  $> 0.5$  so that all aspects are valid. The results of the scale reliability test obtained Cronbach alpha value of 0.772 and classified as good enough.

- d. The scale of procrastination adapted from Saputri (2014), refers to the aspect presented by Ferrari, Johnson and McCown (1995), which is a delay to start and complete the task, delays in doing the task, time gaps between actual plans and performance, and choosing to perform activities that are more fun than doing tasks. The item discrimination on the scale after the test obtained results that There is no falling aitem, so the aitem remains 33. The scale validity uses the factorial validity of CFA, and obtains the result that aspect 1 has a value of 0.90, aspect 2 is 0.84, aspect 3 is 0.90, and aspect 4 is 0.73. The four aspects have a loading factor value  $> 0.5$  so it is declared valid. The results of the scale reliability test obtained a value of 0.939 and classified as very good.



## RESULT AND DISCUSSION

Subjects in this study are students of Faculty of Psychology, State University of Makassar who program thesis and has received supervisor amounted to 70 people.

The result of descriptive analysis of procrastination data shows that most of research subjects have procrastination in medium category.

Variable	(%)	Category
Procrastination	7	High
	60	Medium
	33	Low
<b>Total</b>	<b>100</b>	

The data in the table above show that there are 5 (7%) subjects with high procrastination rate, 42 (60%) subjects have moderate procrastination rate, and 23 (33%) subjects have low procrastination rates.

Based on these results, the students of the Faculty of Psychology of Makassar State University who are preparing the theses, have the potential to conduct procrastination, although not make procrastination as a habit. The characteristics of procrastination that appear on the aspect of procrastination proposed by Ferrari, Johnson, and McCown (1995) that aspect of procrastination is a delay to start and complete tasks, delays in doing the task, time gaps between plans and actual performance, choosing to perform activities that are more fun than doing tasks.

The delay aspect consists of 10 items. In the delay to start and complete the task aspect, there were 5 subjects (7%) which were high, 47 subjects (67%) were moderate, and 18 subjects (26%) were low. Subjects with a high delay aspect, indicating that the subject is delaying when starting and doing the task. Ferrari, Johnson, and McCown (1995) state that individuals are aware of the importance of accomplishing tasks, yet still doing procrastination. Subjects with a low delay aspect indicate that the subject does not make delays when starting and completing tasks. Most subjects have a delayed aspect which is indicating that more of the N's answer to the item is from the delay aspect. Based on that, then the subject has the potential to make a delay when starting and completing the task, but not make it as a habit.

The second aspect of procrastination is the delay in doing the task. In the delay aspect consisting of 7 items, 2 subjects (3%) were high, 45 subjects (64%) were moderate, and 23 subjects (33%) were low. Subjects with a high category indicate that the subject is experiencing delays while performing the task, as suggested by Ferrari, Johnson, and McCown (1995) that individuals take excessive preparations without taking into account the time constraints so that the individual takes longer to complete the task.

Subjects with low category indicate that the subject does not experience delays in the task. Most subjects have an moderate aspect of delays in working on tasks of the category. This is evidenced by more N responses to the item from the delay aspect. Based on that, then the subject has the potential to make delays in doing the task, but does not make it as a habit.

The third aspect of procrastination is the time gap between the plan and the actual performance. In the aspect consisting of 8 items, 13 subjects (19%) were high, 38 subjects (54%) were moderate, and 19 subjects (27%) were low. Subjects with a high category showed that subjects experienced a time gap between actual plans and performance, as suggested by Ferrari, Johnson, and McCown (1995) that individuals planned tasks, but individuals did not do what was planned when they were close to the deadline. Subjects with a low category indicate that the subject does not experience a time gap between the plan and the actual performance. Most of the subjects had a moderate category. This is evidenced by more N responses to the item from the aspect. Based on this, the subject has the potential to experience the time gap between the plan and actual performance, but does not make it as a habit.

The last aspect is to do a more enjoyable activity. In the aspect

consisting of 8 items, there were 8 subjects (11%) which were high, 49 subjects (70%) were moderate, and 13 subjects (19%) were low. Subjects with high category indicate that subjects prefer to perform fun activities than do tasks, as suggested by Ferrari, Johnson, and McCown (1995) that individuals deliberately postpone and choose to do more fun activities. Subjects with low category indicate that the subject chooses to do the tasks rather than doing other activities that are more enjoyable. Most subjects have a moderate category. This is evidenced by more N responses to aitem from aspects of activity. Based on this, then the subject has the potential to choose to do other activities that are more fun than doing the task, but does not make it as a habit.

The result of descriptive analysis of optimism data shows that most subjects have optimism level which is in high category.

<b>Variable</b>	<b>(%)</b>	<b>Category</b>
	77	High
Optimism	23	Medium
	0	Low
<b>Total</b>	<b>100</b>	

The data in the table above show that there are 54 (77%) subjects with high optimism, 16 (23%,) subjects have moderate optimism rates, and no subjects with low optimism. Based on these results, the students of the Faculty of Psychology of Makassar State University who are

preparing the thesis, have a high level of optimism. Optimism consists of three aspects.

Permanence is the way individuals perceive event is permanence and temporary (Seligman, 2006). In the aspect of permanence that consists of 5-item, there are 51 subjects (73%) with a high permanence aspect category, 18 subjects (26%) medium category, and 1 subject (1%) lower category. High category indicates that more number of answers SS and S on item-item aspect of permanence, so that subjects with high permanence aspects have high optimism. This indicates that as Seligman (2006) puts it, individuals with high optimism see bad events as temporary, and see good events as permanence. Subjects with lower categories indicate more STS and TS responses in aitem from the permanence aspect. Subjects with low permanence aspects have low optimism, as Seligman (2006) argues that low optimism individuals view bad events as permanence, and view events as temporary.

Pervasiveness is an individual way of looking at the scope of the events that are universal and specific (Seligman, 2006). In the aspect pervasiveness consisting of 6 item, there were 58 subjects (83%) is high, 12 subjects (17%) were moderate, and no subject is low. Subject with high pervasiveness aspects have high optimism. This indicates that as

Seligman (2006) puts it, individuals with high optimism perceive adverse events are caused by specific factors, and view good events as a universal factor. The absence of a subject with a low pervasiveness aspect indicates that the absence of a subject with a low optimism, as proposed by Seligman (2006) that looked at the low optimism individual adverse event caused by a universal factor, and both events are caused by specific factors.

Personalization is the way individuals perceive the root cause of the events that are internal and external. In the aspect of personalization that consists of 5-item, there are 46 subjects (66%) is high, 24 subjects (34%) were moderate, and no subject with low category. Subjects with high personalization aspect have high optimism. This indicates that as Seligman (2006) puts it, individuals with high optimism perceive adverse events are caused by external factors, view the good events are caused by internal factors. The absence of a subject with a low personalization aspect shows that there is no subject that has a lower optimism, as proposed by Seligman (2006) that individuals with low optimism looking at the adverse event caused by internal factors, and good events are caused by external factors.

Testing the hypothesis in this study using Spearman correlation technique with SPSS 23. The results

of hypothesis test analysis can be seen in the table below:

<b>Variables</b>	<b>r</b>	<b>P-value</b>
Optimism	-0,4403	0,0001
Procrastination		37

Result of hypothesis test show that correlation coefficient value between optimism with procrastination that is equal to  $r = -0,4403$  with significance value equal to  $p = 0.000137$ , ( $p < 0,01$ ). The value of correlation coefficient and significance value indicate that there is a very significant negative relationship between optimism with procrastination on students who make thesis. The higher the level of optimism, the lower the procrastination rate.

The results of this study are in accordance with the results of research conducted by Jackson, Weiss, and Lundquist (2000) which shows the results that individuals who have high levels of optimism then the level of procrastination will be low, while individuals who have low optimism tend to do procrastination. Individuals with high optimism tend to be more diligent in dealing with problems and rarely do procrastination, than individuals with low optimism. Lay (1992) explains that individuals with low optimism are one of the hallmarks of procrastinators. Similarly, research conducted by Carver, Scheier, and Segerstrom

(2010), showed that individuals with high levels of optimism, low procrastination rates, and vice versa.

Students who have low levels of procrastination tend not to delay when starting and completing the thesis. Ferrari, Johnson and McCown (1995) explain that procrastination occurs because of the irrational belief of the individual who sees that everything that is done must be perfect, just doing the task easily and does not require much effort, and do not want to take risks and afraid of failure. Students view thesis as a heavy burden and unpleasant to do, so it can be associated with students who have low optimism.

Matsumoto (2009) explains that students who have high levels of optimism expect the best results and will think positively in the face of certain situations, in this case, to complete the thesis. Optimism has a positive impact on individuals, according to Daraei and Ghaderi (2012) optimism leading to a stress free life, health, social relations, and good social function. The impact is contrary to the impact of procrastination proposed by Ferrari, Johnson, and McCown (1995), that procrastination has a physiological impact of fatigue and psychological effects of stress, depression, and anxiety.

In addition to the above findings, researchers also found additional findings are as follows:

Aspct	r	p
O1 and P1	-0,317	0,007
O1 and P2	-0,380	0,001
O1 and P3	-0,348	0,003
O1 and P4	-0,466	0,000
O2 and P1	-0,180	0,137
O2 and P2	-0,260	0,030
O2 and P3	-0,229	0,057
O2 and P4	-0,377	0,001
O3 and P1	-0,361	0,002
O3 and P2	-0,446	0,000
O3 and P3	-0,401	0,001
O3 and P4	-0,560	0,000

Based on Spearman correlation test results table above, then:

- m. There is a significant negative relationship between the aspect of permanence (O1) with aspect of delay (P1)
- n. There is a significant negative relationship between the aspect of permanence (O1) with aspect of delay in doing tasks (P2)
- o. There is a significant negative relationship between the aspect of permanence (O1) with aspects of the gap (P3).
- p. There is a significant negative relationship between the aspect of permanence (O1) with aspects of the activity (P4)
- q. There is no significant negative relationship between aspects of the pervasiveness (O2) with aspect of delay (P1)
- r. There was a significant negative correlation between the aspect of pervasiveness (O2) with aspect of delay in doing tasks (P2).
- s. There is no significant negative relationship between aspect of pervasiveness (O2) with aspects of the gap (P3)

- t. There is a significant negative relationship between aspects of the pervasiveness (O2) with aspects of the activity (P4)
- u. There is a significant negative relationship between aspects of personalization (O3) with aspect of delay (P1)
- v. There is a significant negative relationship between aspects of personalization (O3) with aspect of delay in doing tasks (P2)
- w. There is a significant negative relationship between aspects of personalization (O3) with aspects of the gap (P3)
- x. There is a significant negative relationship between aspects of personalization (O3) with aspects of the activity (P4)

## CONCLUSIONS AND RECCOMENDATIONS

Result of hypothesis test between optimism variable with procrastination is correlation coefficient value  $r = -0,4403$  and significance value equal to  $p = 0.000137$ , ( $p < 0,01$ ). Based on this, it can be concluded that there is a very significant negative relationship between optimism with procrastination on students who make thesis.

Based on the results of correlation in additional findings, it can be concluded that there is a negative correlation is significant between aspects of permanence (O1) with aspect of delay (P1), there is a negative correlation is significant between aspects of permanence (O1)

with aspect of delay in doing tasks (P2), there is a negative correlation very significant between the aspect of permanence (O1) with aspects of the gap (P3), a negative correlation very significant between the aspect of permanence (O1) with aspects of the activity (P4), there is a significant negative relationship between aspect of pervasiveness (O2) with aspects of the delay (P1), there was a significant negative correlation between the aspect of pervasiveness (O2) with aspect of delay in doing tasks (P2), there is a significant negative relationship between aspect of pervasiveness (O2) with aspects of the gap (P3), a negative correlation is very significant among aspects of the pervasiveness (O2) with aspects of the activity (P4), there is a significant negative relationship between aspects of personalization (O3) with aspect delay (P1), there is a negative correlation is significant between aspects of personalization (O3) with aspect of delay in doing tasks (P2), there is a negative correlation is significant between aspects of personalization (O3) with aspects of the gap (P3), and there is a negative relationship among significant aspects of personalization (O3) with aspects of the activity (P4).

The suggestions that researchers put forward are as follows:

3. For students who programmed thesis and is preparing a thesis to instill an optimism mindset and convinced of the ability of self to

overcome the constraints in the completion of thesis so as not to conduct procrastination.

4. For further research should not only focus on the one faculty, in order to compare the optimism and procrastination every faculty, further research should also not take the subject of research who work and married in order to subject only focus on the thesis, as well as using Interview data collection technique for more in-depth research on the optimism with procrastination on student writing his thesis.

## REFERENCES

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review, 30*(-), 879-889.
- Daraei, M., & Ghaderi, A. R. (2012). Impact of education on optimism/pessimism. *Journal of Indian Academy of Applied Psychology, 38*(2), 339-343.
- Ekasari, A., & Susanti, N. D. (2009). Hubungan antara optimisme dan penyesuaian diri dengan stres pada narapidana kasus NAPZA di lapas kelas II A Bulak Kapal Bekasi. *Jurnal Soul, 2*(2), 1-32.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York: Plenum Press.
- Hedrianur. (2015). Hubungan dukungan sosial dan regulasi diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.

- EJournal Psikologi*, 3(2), 528-542.
- Jackson, T., Weiss, K. E., & Lundquist, J. J. (2000). Does procrastination mediate the relationship between optimism and subsequent stress?. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 203-212.
- Lay, C. H. (1992). Trait procrastination and the perception of person task characteristics. *Journal of Social Behavior and Personality*, 7(3), 483-494.
- Matsumoto, D. (2009). *The Cambridge Dictionary of Psychology*. USA: Cambridge University Press.
- Ningrum, D. W. (2011). Hubungan antara optimisme dan coping stres pada mahasiswa UEU yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi*, 9(1), 41-47.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(2), 37-48.
- Saputri, S. J. (2014). Hubungan optimisme dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa UIN SUSKA Riau. *Skripsi*. Pekanbaru: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. New York: Vintage Books.
- Yolanda, K. A. (2016). Hubungan antara optimisme dengan pengambilan keputusan menikah pada mahasiswi strata 1 di kota Makassar. *Skripsi*. Makassar: Universitas Negeri Makassar.