

HUBUNGAN *GRIT* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA AKTIF DI KOTA MEDAN

Rizky Bersahaya Siketang¹, Asina Christina Rosito²

¹Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen Medan, Indonesia

²Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen Medan, Indonesia

Corresponden E-mail First Author; rizky.bersahaya@student.uhn.ac.id

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Diterima: 15 Maret 2026 Direvisi: 27 Maret 2026 Disetujui: 28 Juni 2026 Tersedia Daring: 02 Juli 2026 Kata Kunci: <i>Grit; Prokrastinasi Akademik; Mahasiswa; Kota Medan</i>	Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda pengerjaan maupun penyelesaian tugas akademik yang dapat berdampak pada menurunnya kualitas hasil belajar. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan rendahnya prokrastinasi akademik adalah grit, yaitu ketekunan dan konsistensi individu dalam mencapai tujuan jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara grit dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif di Kota Medan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 348 mahasiswa aktif berusia 18–25 tahun yang berasal dari berbagai perguruan tinggi di Kota Medan dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Short Grit Scale (Grit-S) yang dikembangkan oleh Duckworth dan Quinn (2009) untuk mengukur grit serta skala prokrastinasi akademik yang disusun berdasarkan aspek-aspek Ferrari dkk. (1995). Data dianalisis menggunakan uji korelasi untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara grit dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif di Kota Medan. Semakin tinggi tingkat grit yang dimiliki mahasiswa, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah grit, semakin tinggi kecenderungan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Temuan penelitian ini menunjukkan pentingnya pengembangan grit sebagai salah satu upaya untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi mahasiswa, dosen, dan perguruan tinggi dalam merancang strategi untuk meningkatkan ketekunan, konsistensi, serta tanggung jawab akademik mahasiswa.
ABSTRACT	
Keywords: <i>Grit, Academic Procrastination, University Students, Medan City.</i>	<i>Academic procrastination is the behavior of delaying the initiation or completion of academic tasks, which may negatively affect students' academic performance. One factor that is assumed to be associated with lower levels of academic procrastination is grit, defined as an individual's perseverance and consistency in pursuing long-term goals. This study aims to examine the relationship between grit and academic procrastination among active university students in Medan City. This study employed a quantitative approach with a correlational research design. The participants consisted of 348 active university students aged 18–25 years from various public and private universities in Medan City, selected using a purposive sampling technique. Data were collected using the Short Grit Scale (Grit-S) developed by Duckworth and Quinn (2009) to measure grit, and an Academic Procrastination Scale developed based on the dimensions proposed by Ferrari et al. (1995). The collected data were analyzed using a correlation test to determine the relationship between the two variables. The results indicated a significant negative relationship between grit and academic procrastination among active university students in Medan City.</i>

Students with higher levels of grit tended to exhibit lower levels of academic procrastination. Conversely, students with lower levels of grit were more likely to engage in academic procrastination. The findings suggest that strengthening grit may serve as an effective strategy for reducing academic procrastination. This study is expected to provide valuable insights for students, lecturers, and higher education institutions in developing programs that foster perseverance, consistency, and academic responsibility among university students.

© 2023
This is an open access article under CC-BY license



1. Pendahuluan

Perguruan tinggi merupakan tingkat pendidikan formal paling tinggi dibandingkan jenjang pendidikan lainnya. Pendidikan tinggi dilaksanakan setelah pendidikan menengah dan meliputi berbagai program, seperti diploma, sarjana, magister, doktor, profesi, serta spesialis. Seluruh program tersebut diselenggarakan oleh perguruan tinggi dan berlandaskan pada nilai-nilai serta kebudayaan Indonesia sebagaimana diatur dalam (Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012).

Moustakas & Robrade (2022) mengatakan peralihan dari masa pandemi ke endemi membawa banyak perubahan, termasuk kembalinya sistem pendidikan ke pembelajaran tatap muka. Kondisi ini menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa yang sebelumnya sudah terbiasa mengikuti kuliah secara daring sejak awal. Mahasiswa, sebagai individu yang sedang dalam tahap peralihan menuju kehidupan dewasa, sering kali dihadapkan pada berbagai tantangan akademik yang semakin rumit. Mahasiswa juga dituntut untuk menunjukkan prestasi akademik yang baik dengan memperoleh hasil belajar yang optimal pada setiap mata kuliah yang diikuti. Mahasiswa tidak hanya memiliki kemampuan intelektual, tetapi juga kematangan psikologis dalam mengelola tuntutan akademik jangka panjang.

Medan merupakan kota terbesar keempat di Indonesia sekaligus pusat pemerintahan Provinsi Sumatera Utara. Kota ini memiliki peran strategis dalam dunia pendidikan di tingkat nasional. Selain menjadi pusat aktivitas ekonomi, Medan juga berkembang sebagai kota pendidikan dengan hadirnya berbagai perguruan tinggi negeri maupun swasta. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Medan tahun 2018 mengenai pendidikan pada tahun 2017, tercatat bahwa Angka Partisipasi Kasar (APK) pendidikan tinggi mencapai 37,74%, sedangkan Angka Partisipasi Murni (APM) berada pada angka 55,25%. Data tersebut mengindikasikan bahwa minat masyarakat untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi di kota ini cukup tinggi.

Trifiriani & Agung (2017) menjelaskan bahwa berbagai permasalahan yang dialami oleh mahasiswa tidak hanya berkaitan dengan interaksi atau hubungan sosial dengan orang lain, seperti teman, dosen, maupun lingkungan sekitar. Selain itu, mahasiswa juga kerap menghadapi permasalahan yang bersumber dari dalam diri mereka sendiri. Permasalahan internal tersebut dapat berupa kesulitan dalam mengelola emosi, tekanan

akademik, rendahnya kepercayaan diri, kebingungan dalam menentukan tujuan, hingga ketidakmampuan dalam mengatur waktu dan tuntutan akademik. Dengan demikian, tantangan yang dihadapi mahasiswa bersifat kompleks karena melibatkan faktor eksternal maupun internal yang saling memengaruhi selama proses menjalani kehidupan perkuliahan.

Assafi'i et al. (2023) dalam menjalani proses pembelajaran di perguruan tinggi, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tanggung jawab, baik yang bersifat akademik maupun nonakademik. Tugas akademik umumnya berkaitan langsung dengan kegiatan perkuliahan dan diberikan oleh dosen pada setiap mata kuliah, seperti membaca bahan ajar, menyusun makalah, mempersiapkan ujian, mengurus keperluan administrasi akademik, serta mengikuti kegiatan perkuliahan di kelas. Sementara itu, tugas nonakademik berasal dari aktivitas di luar perkuliahan, misalnya keterlibatan dalam organisasi kemahasiswaan atau kegiatan penunjang lainnya.

Khotimah et al. (2022) mengatakan bahwa mahasiswa juga diharapkan mampu menguasai materi perkuliahan, menyelesaikan tugas-tugas praktikum atau laboratorium, serta mengembangkan berbagai keterampilan yang dimiliki. Hal ini selaras dengan penerapan kurikulum pendidikan tinggi yang dirancang untuk mempersiapkan mahasiswa agar memiliki keterampilan yang relevan dan dibutuhkan dalam menghadapi tantangan di masa depan (Manggali et al., 2024).

Barus (2022) Tugas merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan mahasiswa. Baik tugas yang mudah maupun yang sulit seharusnya dapat diselesaikan secara optimal agar memperoleh hasil yang memuaskan. Namun, masih banyak mahasiswa yang enggan mengerjakan tugas yang dianggap sulit. Selain itu, sebagian besar dari mereka merasa bosan dan lebih memilih menunda penyelesaian tugas, serta melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan. Tidak jarang mahasiswa hanya belajar ketika akan menghadapi ujian, sementara tugas yang sebenarnya dapat dikerjakan justru tertunda karena berbagai alasan. Idealnya, mahasiswa mampu mengumpulkan tugas tepat waktu, tetapi pada kenyataannya banyak yang menunda hingga melewati batas waktu pengumpulan, bahkan ada yang tidak mengumpulkannya sama sekali. Penelitian yang dilakukan (Nabila & Sugiarti, 2023) menemukan bahwa mahasiswa lebih memilih situasi yang membuatnya merasa senang seperti bermain game atau pergi bersama teman. Kondisi ini berpotensi menyebabkan penurunan prestasi akademik.

Tingginya tingkat prokrastinasi akademik telah menjadi fenomena yang banyak ditemukan di berbagai negara. Sejalan dengan temuan tersebut, sejumlah penelitian di Indonesia juga melaporkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik masih banyak dijumpai, khususnya di kalangan mahasiswa dikota medan, Penelitian pada mahasiswa kesehatan di STIKes Santa Elisabeth Medan menunjukkan bahwa sekitar 60% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi tinggi, sekitar 30% berada pada tingkat sedang, dan kurang dari 15% tergolong rendah. Temuan ini menandakan perilaku menunda tugas masih cukup dominan. Hasil penelitian juga dilakukan oleh Suhadianto & Ananta (2022), yang menunjukkan bahwa 83% mahasiswa menunjukkan penundaan

akademik tingkat sedang hingga tinggi. Akibatnya, hanya 17% mahasiswa yang termasuk dalam kategori penundaan akademik rendah hingga sangat rendah.

Hasil penelitian juga yang dilakukan oleh Putri et al. (2023) di Riau menunjukkan bahwa lebih dari setengah jumlah mahasiswa, yakni sebesar 53,2%, termasuk dalam kategori tinggi dalam perilaku prokrastinasi akademik. Didukung juga oleh penelitian yang dilakukan oleh Huda (2015) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa Di kalangan mahasiswa Indonesia, perilaku prokrastinasi masih tergolong tinggi yaitu 78% mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga teridentifikasi mengalami kecenderungan prokrastinasi dalam menjalankan tugas-tugas akademik. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ananta (2021) mengungkapkan bahwa sekitar 83% mahasiswa berada pada tingkat prokrastinasi akademik kategori sedang hingga tinggi.

Berdasarkan wawancara dengan mahasiswa di Kota Medan, terlihat adanya perbedaan perilaku dalam menghadapi tugas akademik. Sebagian mahasiswa cenderung menunda pengerjaan tugas karena distraksi penggunaan ponsel, rasa lelah setelah kuliah, dan kecenderungan menunggu mood untuk mulai mengerjakan tugas. Kondisi ini membuat tugas sering dikerjakan mendekati tenggat waktu dan hasilnya dirasakan kurang maksimal.

Sebagaimana yang dipaparkan dalam latar belakang, prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang cukup sering dialami oleh mahasiswa dalam proses perkuliahan. Meskipun sejumlah penelitian telah mengkaji hubungan antara grit dan prokrastinasi akademik, sebagian besar penelitian tersebut dilakukan pada wilayah dan populasi yang berbeda. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan antara grit dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif di Kota Medan masih perlu dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih spesifik pada konteks tersebut.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang dapat dikatakan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada suatu filsafat positivism, yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel yang sudah ditetapkan. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang semua informasi atau datanya diolah dalam bentuk angka dengan metode statistik (Azwar, 2016). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan Grit dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktif Di kota Medan.

Adapun kriteria populasi dalam penelitian ini yaitu:

- a. Mahasiswa PTN/PTS Di Kota Medan
- b. Mahasiswa aktif yang terdaftar diperguruan tinggi di kota medan
- c. Berumur 18-25 Tahun

Menurut Sugiyono (2015), populasi merupakan wilayah generalisasi yang mencakup objek atau subjek penelitian yang memiliki karakteristik dan kualitas tertentu sebagaimana ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. Populasi tidak hanya terbatas pada individu manusia, tetapi juga dapat mencakup benda maupun fenomena alam lainnya. Selain itu, populasi mencerminkan keseluruhan karakteristik atau sifat yang melekat pada subjek atau objek penelitian, bukan semata-mata jumlahnya. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang berada

di Kota Medan, dengan jumlah yang belum diketahui secara pasti. Data yang digunakan merujuk pada jumlah mahasiswa aktif di Kota Medan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Utara, jumlah mahasiswa tercatat sebanyak 282.794 orang yang berasal dari perguruan tinggi negeri maupun swasta.

Penelitian ini melibatkan 348 mahasiswa aktif di Kota Medan sebagai responden. Jumlah sampel tersebut ditentukan berdasarkan tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan (signifikansi) sebesar 5%, sehingga dinilai telah memenuhi jumlah minimum sampel yang representatif untuk penelitian. Responden dipilih berdasarkan kriteria tertentu, yaitu mahasiswa yang masih berstatus aktif pada perguruan tinggi negeri maupun swasta di Kota Medan serta berusia 18–25 tahun. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, karena pemilihan sampel didasarkan pada karakteristik khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian, sehingga responden yang terlibat benar-benar mampu memberikan informasi yang relevan dengan variabel yang diteliti. Sebelum digunakan dalam penelitian, seluruh instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan kelayakannya sebagai alat ukur. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa item-item yang digunakan memenuhi kriteria validitas yang telah ditetapkan, sedangkan hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang baik, sehingga layak digunakan untuk mengukur variabel grit dan prokrastinasi akademik dalam penelitian ini.

Dalam proses pengambilan sampel, diperlukan teknik khusus dalam pengumpulan data. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berupa pemberian skala kepada responden yang dianggap mewakili populasi. Pengumpulan data tersebut bertujuan untuk memperoleh data empiris yang berkaitan dengan variabel yang diteliti (Azwar, 2017). Penelitian ini berfokus pada pengukuran Grit serta Prokrastinasi Akademik dengan merancang dua alat ukur psikologi. Untuk alat ukur variabel Grit mengacu pada teori dan aspek-aspek yang dijelaskan oleh A. Duckworth (2016) dan untuk alat ukur variabel Prokrastinasi Akademik juga mengacu pada teori dan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ferrari et al., (1995).

Skala yang diterapkan adalah skala likert, skala ini umumnya banyak digunakan peneliti untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi atau kejadian sosial lainnya. Skala ini terdiri atas empat (4) pilihan alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Penilaian untuk jawaban yang bersifat positif atau favorable diberikan skor mulai dari 4 untuk sangat setuju hingga 1 untuk sangat tidak setuju, sedangkan untuk jawaban yang bersifat negatif atau unfavorable, skornya bergerak dari 1 hingga 4.

Tabel 1. Karakteristik Penilaian Skala Likert

Pernyataan <i>Favorable</i>		Pernyataan <i>Unfavorable</i>	
Pilihan Jawaban	Bobot	Pilihan Jawaban	Bobot
Sangat setuju (SS)	4	Sangat setuju (SS)	1
Setuju (S)	3	Setuju (S)	2
Tidak Setuju (TS)	2	Tidak Setuju (TS)	3
Sangat tidak setuju (STS)	1	Sangat tidak setuju (STS)	4

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 348 mahasiswa aktif yang sedang menempuh pendidikan di berbagai perguruan tinggi di Kota Medan dengan rentang usia 18–25 tahun. Sebelum pengukuran variabel grit dan prokrastinasi akademik dilakukan, peneliti terlebih dahulu mengumpulkan data demografis responden melalui kuesioner. Data demografis yang diperoleh meliputi jenis kelamin, usia, asal perguruan tinggi, kategori perguruan tinggi (PTN/PTS), fakultas, semester, dan stambuk. Data tersebut digunakan untuk memberikan gambaran karakteristik subjek penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian, dari 348 responden, sebanyak 257 orang (73,9%) berjenis kelamin perempuan dan 91 orang (26,1%) berjenis kelamin laki-laki. Data tersebut menunjukkan bahwa responden perempuan lebih mendominasi dibandingkan responden laki-laki. Dominasi responden perempuan menunjukkan bahwa partisipasi mahasiswa perempuan dalam penelitian ini lebih tinggi sehingga hasil penelitian lebih banyak menggambarkan karakteristik kelompok tersebut.

Berdasarkan kelompok usia, responden terbanyak berada pada usia 21 tahun, yaitu sebanyak 84 orang (24,1%), kemudian diikuti usia 20 tahun sebanyak 73 orang (21,0%), usia 19 tahun sebanyak 62 orang (17,8%), usia 22 tahun sebanyak 57 orang (16,4%), usia 23 tahun sebanyak 30 orang (8,6%), usia 18 tahun sebanyak 29 orang (8,3%), usia 24 tahun sebanyak 9 orang (2,6%), dan usia 25 tahun sebanyak 4 orang (1,1%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia mahasiswa aktif program sarjana.

Responden berasal dari dua kategori perguruan tinggi, yaitu Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan Perguruan Tinggi Swasta (PTS). Sebanyak 148 orang (42,5%) berasal dari PTN, sedangkan 200 orang (57,4%) berasal dari PTS. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan mahasiswa dari perguruan tinggi swasta, sehingga penelitian ini memperoleh gambaran yang cukup beragam dari kedua jenis institusi pendidikan tinggi di Kota Medan.

Responden berasal dari 19 perguruan tinggi di Kota Medan. Jumlah responden terbanyak berasal dari Universitas HKBP Nommensen Medan sebanyak 66 orang (18,9%), diikuti Universitas Sumatera Utara sebanyak 61 orang (17,5%), Universitas Negeri Medan sebanyak 40 orang (11,5%), UIN Sumatera Utara Medan dan Universitas Katolik Santo Thomas masing-masing 27 orang (7,8%). Sisanya berasal dari berbagai perguruan tinggi lainnya dengan jumlah yang lebih sedikit. Keberagaman asal perguruan tinggi menunjukkan bahwa sampel penelitian cukup representatif untuk menggambarkan kondisi mahasiswa di Kota Medan.

Berdasarkan fakultas, responden paling banyak berasal dari Fakultas Psikologi sebanyak 58 orang (16,6%), disusul Fakultas Teknik sebanyak 57 orang (16,3%), dan Fakultas Ekonomi dan Bisnis sebanyak 38 orang (10,9%). Selain itu, responden juga berasal dari berbagai fakultas lain seperti FKIP, Hukum, Ilmu Sosial, Kesehatan, Pertanian, hingga Kedokteran. Variasi asal fakultas menunjukkan bahwa penelitian melibatkan mahasiswa dari berbagai disiplin ilmu sehingga meningkatkan keberagaman karakteristik responden.

Mayoritas responden merupakan mahasiswa Semester 8 sebanyak 105 orang (30,1%), diikuti Semester 6 sebanyak 85 orang (24,4%), Semester 4 sebanyak 77 orang (22,1%), Semester 2 sebanyak 71 orang (20,4%), dan Semester 10 sebanyak 10 orang (2,8%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada tahap akhir masa studi sehingga telah memiliki pengalaman akademik yang cukup untuk menggambarkan perilaku grit maupun prokrastinasi akademik.

Berdasarkan stambuk, responden terbanyak berasal dari angkatan 2022 sebanyak 103 orang (29,5%), diikuti angkatan 2023 sebanyak 85 orang (24,4%), 2024 sebanyak 78 orang (22,4%), 2025 sebanyak 69 orang (19,8%), dan 2021 sebanyak 13 orang (3,7%). Dengan demikian, mayoritas responden merupakan mahasiswa angkatan 2022.

Berdasarkan analisis deskriptif, diperoleh bahwa skor mean empirik variabel grit adalah 53,99, lebih tinggi dibandingkan mean hipotetik sebesar 50. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat grit mahasiswa dalam penelitian ini cenderung tinggi. Sementara itu, pada variabel prokrastinasi akademik, diperoleh mean empirik sebesar 52,44, lebih rendah dibandingkan mean hipotetik sebesar 57,5, yang menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik responden relatif rendah. Secara umum, hasil ini mengindikasikan bahwa mahasiswa memiliki ketekunan dan konsistensi yang baik dalam mencapai tujuan, serta kecenderungan yang lebih rendah untuk menunda penyelesaian tugas akademik.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian memenuhi asumsi distribusi normal atau tidak (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini, pengujian normalitas menggunakan metode One-Sample Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan program SPSS versi 20. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05). Sebaliknya, apabila nilai signifikansi kurang dari 0.05 (Sig. <0.05), maka data tersebut dinyatakan tidak berdistribusi normal. bahwa residual terdistribusi secara normal.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Sig	Keterangan
<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>	0,132	Terdistribusi normal
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0,071	Terdistribusi normal

Berdasarkan tabel 2, hasil uji normalitas menggunakan SPSS for windows melalui teknik Kolmogorov smirnov test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.132 lebih besar dari 0.071 maka dapat dikatakan bahwa data terdistribusi secara normal dan asumsi terpenuhi.

Uji Linearitas

Menurut Sugiyono (2015) uji linearitas bertujuan untuk memastikan adanya hubungan linear yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat. Pengujian linearitas dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 20.0 dengan metode Tes For Linearity. Keputusan pengujian didasarkan pada nilai signifikansi (Sig) dari Deviation

from Linearity: apabila nilai Sig >0,05, hubungan antar variabel dinyatakan linear; jika sig <0,05, hubungan tersebut tidak linear.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Sig. Deviation from Linearity	Keterangan
Grit * Prokrastinasi Akademik	0,000	Tidak Linear

Berdasarkan pada tabel 3, hasil uji linearitas, diperoleh nilai signifikansi pada komponen Linearity sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan antara grit dan prokrastinasi akademik. Namun, nilai signifikansi pada komponen Deviation from Linearity sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya penyimpangan yang signifikan dari bentuk hubungan linear. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara grit dan prokrastinasi akademik tidak linear.

Uji Korelasi

Menurut Sugiyono (2013), Uji korelasi dilakukan untuk mengetahui apakah hipotesis penelitian diterima atau ditolak. Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya hubungan antara grit dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif di Kota Medan. Berdasarkan hasil uji linearitas yang telah dilakukan, diperoleh nilai signifikansi pada kedua variabel kurang dari 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa data tidak linear pengujian hipotesis tidak dapat dilakukan menggunakan analisis parametrik, seperti korelasi Pearson. Oleh karena itu, digunakan uji korelasi Spearman's Rho sebagai metode nonparametrik (Sugiono, 2013). Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara grit dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi

Variabel	Sig. Deviation from Linearity	Keterangan
Grit * Prokrastinasi Akademik	-0,344	Hipotesa Diterima

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman's Rho, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,344 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara grit dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif di Kota Medan. Arah hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi grit yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah grit mahasiswa, maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

Nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,344$ menunjukkan bahwa hubungan antara grit dengan prokrastinasi akademik berada pada kategori rendah. Selain itu, nilai koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,118 menunjukkan bahwa grit memberikan kontribusi sebesar 11,8% terhadap variasi prokrastinasi akademik, sedangkan 88,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dengan demikian, hipotesis penelitian (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara grit dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif di Kota Medan. Arah

hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat grit yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki tingkat grit rendah cenderung lebih sering menunda memulai maupun menyelesaikan tugas akademik. Berdasarkan nilai koefisien korelasi yang diperoleh, hubungan antara kedua variabel tersebut berada pada kategori rendah hingga sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa grit memang memiliki peran dalam menjelaskan variasi perilaku prokrastinasi akademik, namun kekuatan hubungannya belum cukup besar. Dengan demikian, grit bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan tinggi rendahnya prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Temuan ini sejalan dengan teori Duckworth (2016) yang menyatakan bahwa grit merupakan karakter yang ditandai oleh ketekunan (*perseverance of effort*) dan konsistensi minat (*consistency of interest*) dalam mencapai tujuan jangka panjang. Mahasiswa yang memiliki grit tinggi cenderung mampu mempertahankan usaha, tetap fokus pada tujuan akademik, serta tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam proses belajar. Karakteristik tersebut membuat mahasiswa lebih mampu mengelola tuntutan akademik, menyelesaikan tugas sesuai dengan target yang telah ditentukan, dan tidak mudah terdistraksi oleh aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat grit yang rendah cenderung mudah kehilangan motivasi, kurang konsisten dalam mempertahankan tujuan akademik, serta lebih mudah menunda pengerjaan tugas ketika menghadapi hambatan atau kesulitan.

Meskipun demikian, kekuatan hubungan yang berada pada kategori rendah hingga sedang menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor selain grit. Hal ini diperkuat oleh hasil analisis koefisien determinasi yang menunjukkan bahwa grit hanya memberikan kontribusi sebesar 11,8% terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan 88,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Persentase tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat berbagai variabel lain yang memiliki pengaruh lebih besar terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Beberapa faktor yang diduga turut memengaruhi prokrastinasi akademik antara lain motivasi belajar, kemampuan manajemen waktu, kontrol diri, tingkat stres akademik, efikasi diri, regulasi diri, kecemasan akademik, serta dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, maupun dosen. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi akan lebih terdorong untuk menyelesaikan tugas tepat waktu meskipun menghadapi berbagai kesulitan. Sebaliknya, motivasi belajar yang rendah dapat menyebabkan mahasiswa kehilangan semangat sehingga lebih mudah menunda pekerjaan akademik. Selain itu, kemampuan manajemen waktu juga berperan penting dalam membantu mahasiswa menyusun prioritas, mengatur jadwal belajar, dan menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditetapkan.

Kontrol diri juga merupakan faktor yang tidak kalah penting dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik akan lebih mampu mengendalikan keinginan untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan, seperti bermain media sosial, bermain gim, atau aktivitas hiburan lainnya ketika memiliki tugas akademik yang harus diselesaikan. Sebaliknya, mahasiswa dengan

kontrol diri yang rendah cenderung lebih mudah terdistraksi sehingga sering menunda pengerjaan tugas. Di samping itu, stres akademik yang tinggi akibat banyaknya tuntutan perkuliahan, tugas, ujian, maupun tekanan untuk memperoleh prestasi akademik yang baik juga dapat meningkatkan kecenderungan mahasiswa melakukan prokrastinasi sebagai bentuk penghindaran terhadap situasi yang dianggap menekan.

Faktor lingkungan juga tidak dapat diabaikan. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan dosen dapat memberikan dorongan emosional maupun akademik yang membantu mahasiswa tetap termotivasi dalam menyelesaikan tugas. Mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial yang baik umumnya memiliki semangat belajar yang lebih tinggi, mampu mengatasi kesulitan akademik dengan lebih baik, serta memiliki kecenderungan prokrastinasi yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang kurang mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitarnya.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa grit merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik, tetapi bukan merupakan faktor yang dominan. Oleh karena itu, upaya untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa tidak hanya difokuskan pada peningkatan grit, tetapi juga perlu disertai dengan pengembangan motivasi belajar, kemampuan manajemen waktu, kontrol diri, regulasi diri, serta penciptaan lingkungan akademik yang mampu memberikan dukungan positif kepada mahasiswa. Pendekatan yang komprehensif tersebut diharapkan dapat membantu mahasiswa mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dan meningkatkan keberhasilan dalam mencapai tujuan akademiknya.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara grit dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif di Kota Medan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat grit yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka melakukan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah tingkat grit, maka semakin tinggi kecenderungan mahasiswa untuk menunda penyelesaian tugas-tugas akademik. Hubungan antara kedua variabel berada pada kategori rendah hingga sedang, dengan kontribusi grit sebesar 11,8% terhadap prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa selain grit, masih terdapat faktor-faktor lain yang turut memengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa.

Implikasi praktis dari penelitian ini menunjukkan bahwa upaya untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik tidak hanya dilakukan melalui penguatan grit, tetapi juga perlu disertai dengan pengembangan kemampuan manajemen waktu dan regulasi diri mahasiswa. Perguruan tinggi, dosen, maupun layanan bimbingan dan konseling diharapkan dapat menyelenggarakan program atau pelatihan yang berfokus pada peningkatan ketekunan, konsistensi dalam mencapai tujuan, kemampuan mengatur waktu, serta pengendalian diri dalam menghadapi tuntutan akademik. Dengan demikian, mahasiswa diharapkan mampu mengurangi kecenderungan menunda tugas, meningkatkan kedisiplinan belajar, dan mencapai hasil akademik yang lebih optimal.

5. Daftar Pustaka

- Ananta, S. & A. (2021). Bagaimana prokrastinasi akademik mahasiswa indonesia pada masa pandemi covid-19?: pengujian deskriptif dan komparatif. 32(3), 167–186.
- Anggerahma, S., & Suryadi, D. (2025). Peran Grit terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta di Jakarta. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), 306–320. <https://doi.org/10.37481/jmh.v5i1.1169>
- Astuti, Y., Nisa, H., Sari, K., & Kumala, I. D. (2021). Perbedaan Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Mahasiswa. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(2), 169-184.
- Assafi'i, D., Anuar, A. Bin, Galugu, N. S., & Kadir, A. (2023). Hubungan Antara Self-Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 9(1), 123. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v9i1.11618>
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi (Edisi ke-2)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Badan Pusat Statistik Kota Medan. (2018). Kota Medan dalam angka 2018 (No. Publikasi 12750.1703). Badan Pusat Statistik Kota Medan.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Utara. (2023, Maret 30). Jumlah perguruan tinggi, mahasiswa, dan tenaga pendidik (negeri dan swasta) di bawah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi menurut kabupaten/kota Provinsi Sumatera Utara, 2024. Diakses 30 Januari 2026, dari <https://sumut.bps.go.id/id/statistics-table/1/MzA0NyMx/jumlah-perguruan-tinggi1-mahasiswa-dan-tenaga-pendidik-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-pendidikan-kebudayaan-ri-set-dan-teknologi-menurut-kabupaten-kota-provinsi-sumatera-utara-2023-dan-2024.html>
- Christopher, S. (2021). Hubungan Antara Mindfulness Dengan Grit Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Makassar. 6.
- Clark, K. N., & Malecki, C. K. (2019). Academic Grit Scale: Psychometric Properties and Associations With Achievement and Life Satisfaction. *Journal of School Psychology*, 72, 49–66. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2018.12.001>
- Darmawati, A. (2016). Pengaruh Motivasi Belajar Intrinsik Dan Pengaturan Belajar Individu Terhadap Prestasi Akademik. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 13(2), 119-128.
- Dewi, N. L. O. W., Yanti, N. P. E. D., & Sawitri, N. K. A. (2023). Efikasi Diri Berhubungan Dengan Tingkat Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Coping*, 11(1). <https://jurnal.harianregional.com/coping/full-96518>
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the Short Grit Scale (GRIT-S). *Journal of personality assessment*, 91(2), 166-174.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Duckworth, A. (2016). *Grit The Power of Passion and Perseverance* by Angela Duckworth (z-lib.org).epub. 292.
- El-Salam, A. S. A., Metwally, F., & Abdeen, M. (2022). Academic Procrastination and Self-control of Faculty Nursing Students. *Zagazig Nursing Journal*, 18(2), 15–29.

- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. Plenum Press.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2016). *Teori-teori Psikologis* (p. 202).
- Hanifah Fauziah, H. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SGD Bandung (Hana Hanifah Fauziah). *Journal.Uinsgd.Ac.Id*, 2(105), 123–132.
- Harun, R. M. (2021). Hubungan antara Grit dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Hidayah, N., & Atmoko, A. (2014). *Landasan Sosial Budaya dan Psikologi Pendidikan*. Gunung Samudera.
- Huda, M. J. N. (2015). Perbandingan Prokrastinasi akademik menurut Pilahan Jenis kelamin di uin sunan kalijaga yogyakarta. *Palastren*, 8(2), 423–438.
- Husain, A. R., Wantu, T., & Pautina, M. R. (2023). Perilaku prokrastinasi akademik dan faktor penyebabnya pada mahasiswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 145-157.
- Hochanadel, A., & Finamore, D. (2015). Fixed and Growth Mindset in Education and How Grit Helps Students Persist in the Face of Adversity. *Journal of International Education Research (JIER)*, 11(1), 47–50. DOI: 10.19030/jier.v11i1.9099
- Izzulhaq, B. D., Feronika, T., & Herpi, A. N. (2023). Hubungan grit dengan prestasi akademik mahasiswa. *Journal of Educational Learning and Innovation (ELIa)*, 3(1), 165-174.
- Jiang, W., Tang, X., Ye, J., & Jiang, J. (2023). What drives daily perseverance and passion? Grit, conscientiousness, and goal pursuit experiences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 49(5), 727-743.
- Khotimah, K., Suratmi, S., & Qowi, N. H. (2022). Relationship of Time Management with The Habit of Academic Procrastination in Nursing Students. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 1(2), 1–8. <https://doi.org/10.54771/jnms.v1i2.643>
- McCloskey, J., & Scielzo, S. A. (2015). Finally!: The development and validation of the academic procrastination scale. Manuscript Submitted for Publication, March, 1–38. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.23164.64640>
- Mccloskey, J. D. (2011). FINALLY, MY THESIS ON ACADEMIC PROCRASTINATION. 11(2), 10–14.
- Moustakas, L., & Robrade, D. (2022). The Challenges and Realities of E-Learning during COVID-19: The Case of University Sport and Physical Education. *Challenges*, 13(1), 9. <https://doi.org/10.3390/challe13010009>
- Nora Mahdy Attia¹, Aish Elsayed-El Araby Abdelwahid. (2020). Grit, Self-Regulation and Self-Efficacy as Predictors of Academic Procrastination among Nursing Students. *International Journal of Nursing Education*, 12(1), 130–135. <https://doi.org/10.37506/ijone.v12i1.3720>
- Puiu, A. I. (2017). Grit: The Power of Passion and Perseverance. *International Journal of Applied Behavioral Economics*, 6(3), 55–57.

- Putri, K. P. D., Nauli, F. A., & Aziz, A. R. (2023). Hubungan Burnout terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Riau. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa*, 2(2), 164–177. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol2.iss2.896>
- Rusli, R., Ainy Fardana, N., & Hendriani, W. (2021). Grit in Medical Professional Education Students. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.22146/jpki.57068>
- Saman, A. (2017). Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 55. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v0i0.3070>
- Santika, W. S., & Sawitri, D. R. (2016). Self-Regulated Learning Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 2 Purwokerto. *Jurnal EMPATI*, 5(1), 44–49. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.14946>
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Sovi Septania, Meilia Ishar, S. (2018). Pengaruh Grit Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung Sovi. 16–28.
- 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>
- Sugiyono. (2013). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (edisi revisi). Alfabeta.
- Suhadianto, & Ananta, A. (2022). Bagaimana prokrastinasi akademik mahasiswa indonesia pada masa pandemi covid-19?: pengujian deskriptif dan komparatif. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 71–81.
- Sulistiyo, T. A., & Qudsyi, H. (2024). Grit and Academic Procrastination among Undergraduate. *Proceedings of the International Conference on Islamic Social Sciences and Humanities*, 2, 40–52. https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/53685%0Ahttps://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/53685/4.-PSI_Triska-Anjas-Sulistiyo_Hazhira-Qudsyi.pdf?sequence=1
- Taqiyah, I., & Amani, D. Z. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa (dewasa awal): Tinjauan sistematis. *Intellektika: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 3(1), 216–227. <https://doi.org/10.59841/intellektika.v3i1.2113>
- Takiuddin, M., & Husnu, M. (2020). Grit Dalam Pendidikan. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 4(2), 52–58.

- Tiara, S. (2018). Peran Kualitas Kehidupan Kerja Dan Grit Terhadap. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 342–349.
- Trifiriani, M., & Agung, I. M. (2017). Academic Hardiness dan Prokrastinasi pada Mahasiswa | Trifiriani | *Jurnal Psikologi*. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 13(2), 143–149. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/3626/pdf>
- Vargas, M. A. P. (2017). Academic Procrastination: The Case of Mexican Researchers in Psychology. *American Journal of Education and Learning*, 2(2), 103–120. <https://doi.org/10.20448/804.2.2.103.120>
- Wejkum, P. (2018). Procrastination , grit and self-efficacy for self-regulation: A correlational study in a student sample. 28.