

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Teknologi semakin berkembang pesat di zaman modern ini dan menimbulkan dampak positif bagi kemajuan banyak sektor di beberapa Negara (Rahardjo, 2002). Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang mengalami kemajuan teknologi. Salah satu dampak dari perkembangan teknologi ialah memberikan kemudahan di segala sektor, tidak terkecuali pada sektor pendidikan. Kemudahan pada sektor pendidikan diharapkan mampu membentuk individu yang siap bersaing. Selain didukung oleh kemajuan teknologi, individu yang mampu bersaing cenderung mampu menghargai waktu, disiplin, dan pekerja keras. Individu yang mampu bersaing tentu tidak terlepas dari suatu peran yaitu pendidikan.

Undang-Undang No 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 1 UU Sisdiknas No 20 Tahun (2003), mengemukakan pendidikan merupakan bentuk daya upaya terstruktur guna menciptakan situasi belajar, proses belajar mengajar yang dapat membentuk siswa secara aktif membangun potensi diri. Pendidikan agama, pengaturan diri, pribadi yang positif, memiliki kemampuan kognitif yang tinggi, berakhlak, serta memiliki keterampilan merupakan potensi yang dibutuhkan suatu bangsa dan negara. Pendidikan yang berjenjang diharapkan mampu membuat individu berkualitas yang nantinya menjadi fondasi bangsa, melalui bimbingan dan konseling.

Badan Pusat Statistik (2019) menyatakan bahwa jumlah pengangguran kerja mengalami kenaikan dibanding tahun sebelumnya, ditinjau dari beberapa jenjang pendidikan. Jenjang pendidikan yang mengalami kenaikan antara lain, di jenjang diploma I/II/III dan jenjang universitas. Faktor yang dinilai dapat menyebabkan peningkatan pengangguran yang terdidik salah satunya adalah persaingan kerja. Hal ini menunjukkan bahwa persaingan kerja menyebabkan angka pengangguran semakin meningkat di jenjang pendidikan tersebut. Persaingan kerja memerlukan lulusan perguruan tinggi yang berkualitas dan siap menghadapi dunia kerja. Jumlah pengangguran yang terus bertambah seharusnya mampu mendorong kesadaran para mahasiswa untuk segera menyelesaikan pendidikan dengan tepat waktu atau

bahkan sebelum masa studi yang telah ditetapkan. Di dalam suatu universitas tentu terdapat mahasiswa yang mengalami kesulitan dan hambatan-hambatan dalam menyelesaikan studinya. Timbul suatu hambatan pada mahasiswa tentu dapat diakibatkan oleh beberapa factor yang salah satunya ialah faktor penundaan. Penundaan tersebut biasanya disebut prokrastinasi akademik. Penundaan yang dilakukan memiliki efek negatif tentang kesuksesan akademik (Baumeister, 1997). Penundaan dan penangguhan tugas didefinisikan sebagai tugas akademik yang sengaja ditunda, berujung pada hal lebih buruk (Steel, 2007).

Prokrastinasi akademik merupakan suatu bentuk ketidakmampuan dalam menjalankan suatu kegiatan akademik dalam bentuk penundaan kegiatan akademik dan lebih mengutamakan menyelesaikan kegiatan lain yang diinginkan (Jackson, 2012). Solomon dan Rothblum (Rumiani, 2006) menyatakan simptom dalam penundaan akademik dapat diketahui melalui berapa lama masa studi seorang mahasiswa yaitu 5 tahun atau lebih. Masa studi yang terselesaikan lebih lama dari waktu studi yang telah ditetapkan akan semakin meningkatkan angka prokrastinasi di suatu universitas. Ellis dan Knaus (Rumiani, 2006) mendapati bahwa hampir 70% mahasiswa atau pelajar melakukan tindakan penundaan atau prokrastinasi.

Ferrari & Tice (2001) menyatakan individu yang melakukan prokrastinasi atau dikatakan menunda tugas akan menggunakan hambatan dan rintangan lingkungan sebagai alasan menunda tugas. Hardhana (1994) menjelaskan bahwa prokrastinasi mampu membawa dampak negatif seperti stres pada seseorang atau mahasiswa yang melakukan tindakan penundaan tersebut. Dampak negatif ini didapatkan sebab prokrastinator tersebut tidak melaksanakan hal-hal yang seharusnya dikerjakan pada saat itu sehingga akan cenderung terdesak dan tertekan saat waktu yang dimiliki terbatas. Ketidakpuasan muncul pada prokrastinator atas perilaku menyia-nyaiakan atau membuang waktu yang dimiliki dan berakhir dengan perasaan frustrasi, menyesal, hingga berdampak stres. Pertanyaan mengenai perkembangan kemajuan tugas ataupun kewajiban, prokrastinator akan cenderung meluapkan emosi. Perilaku yang kurang efisien akan muncul saat pelaku prokrastinasi mengatur waktu yang terbatas. Waktu penyelesaian masa studi mahasiswa yang melebihi waktu yang ditetapkan menunjukkan adanya kemungkinan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik pada umumnya juga dialami pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2017. Hasil tersebut didapatkan dari wawancara yang dilakukan terhadap salah satu Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula angkatan 2017 yang berinisial B menuturkan sebagai berikut:

“kuliah ku tak gawe santai mas jadwalku akeh mas. Kadang organisasi ki diatas segalanya mas, angger tugas kumpulke nek mumet yo njiplak kancane, lupute aku ora iso garap yo tak lossne. Tugas sing akeh tur aku dassare males nek dikon tugas mandiri, biasane nggarapku asal-asalan mas iso ne iso, mbuh lapo gaiso pas koyo koncoku liyane mas. Beberapa sih nek dikatakan tak tunda-tunda tak tinggalne mergo kadang rasempat males tur ramudeng mas. Aku kan mlebu fakultass asline ora karepku mas, lhawong aku ki daftaran treakhir, sing daftarne mbak ku. Nek ibarat kasar e dudu minat bakatku ning fakultas, meh sak semester mas aku ki mahasiswa gelap. Jenengku ono, nimku ga metu, kelas pindahan. Yo semester iku kadang aku tugas ra ngerti endinge ngertio aku garap pas meh dikumpulke, iku nek dosen angel, sekirane dosen luwes kontrak kuliah nilai gede ne ujian karo absen akeh tugas aku gak gawe mas. Opo maneh tugas kelompok mung melu pupuk bawang.”
(B, 2019)

Dari pernyataan diatas, menunjukkan bahwa penyelesaian tugas mahasiswa tersebut belum memenuhi standart. Ditinjau dari kontrak kesepakatan kuliah dikelas yang berkaitan dengan batas pengumpulan. Kemampuan pemahaman materi kelas pembelajaran tidak mengalami kendala berarti, akan tetapi kedisiplinan berupa tepat waktu mengumpulkan tugas juga mendapat penilaian. Nilai standar kelulusan yang sesuai kontrak kuliah seorang individu harus memiliki cara dan metode yang pas dalam peklaksanaanya. Rasa malas dalam pengumpulan tugas menyebabkan tidak terealisasinya tugas sesuai jadwal.

Penundaan dapat muncul ketika kurangnya prioritas dalam menyelesaikan tugas dari mata kuliah tertentu. Melakukan kegiatan diluar perkuliahan yang menyita banyak waktu dan tenaga menyebabkan munculnya rasa malas dan pengalihan focus. Waktu luang yang seharusnya banyak digunakan untuk mengerjakan tugas, akan tetapi hanya digunakan untuk bermain *Game* dan *Gadget*. Subjek kedua yang merupakan salah satu mahasiswa fakultas Psikologi Univertistas Sultan Agung berinisial CH menuturkan sebagai berikut:

“setauku mas kalau masalah penyelesaian tugas, pribadi aku akeh sing ngewangi mas, lha iki yo iso nggawekne, ibarat blokone aku meneng gari copy paste iso. Tapi akhira mas aku tugas sing akhira malah keteran. Imbas e yo nilaiku kadang mas melu mudun, biasane liane wis ngumpulke aku nyusulne, jatah presentasi misale, suk senin kudu bar digabungke perbagian aku bagian iki kae iki, sopo neh ini. Nah aku kadang ki sui dewe mas, pas wayah maju kan akhira diroling kelompok liyane sing wis siap to mas, kan ono kadang dosen ngono kui. Menurutku sih, aku maniak mobile legend mas, wis tah nek sepaneng sitik mlayune ngegame, suwung sitik mlayune hape, behhh ngoono wae nganti tuo mas.”(CH, 2019)

Wawancara lain yang diungkapkan oleh salah satu Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula angkatan 2017 berinisial AR sebagai berikut:

“nek cumlaude ora mungkin, ora muluk muluk mas kuliahku, iso jupuk SKS mentok terus sak ben semestere kan akhira aku lulus 3 tahun 4 tahunan. Iso gasik. Lha saiki, tugas wae telat, nilai elek, otomatis ngulang nek raono semester antara, yok an, otomatis IPK mudun, nek mudun jupuk KRS ku sitik ra? Kui secara global. Kudune semester genap jupuk makul genap akhira nyempil urung iso jupuk beberapa makul. Tur maneh ono makul makul pilihan nggo syarat minimal yo. Lha kui kan urung kejupuk, wajib e urung po maneh pilihan. Yo nek aku sih Inshaallah 4,5 tahun lah lulus e, telat setahun rong tahunan ben penting lulus.”

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan beberapa subjek penelitian maka dapat disimpulkan bahwa, penundaan yang terjadi akibat kurangnya kedisiplinan mahasiswa guna menuntaskan tugas tepat waktu. Mahasiswa yang mengalami penundaan dalam melaksanakan tugas, salah satunya disebabkan kurangnya kontrol diri terhadap jadwal penyelesaian tugas yang terganggu akibat pemakaian *gadget* untuk bermain dalam waktu cukup lama, aktifitas diluar proses pendidikan, kurangnya manajemen waktu sehingga banyak waktu terpakai untuk hal yang kurang bermanfaat. Pemanfaatan waktu yang baik atau regulasi diri yang baik adalah ketika mahasiswa menjadwalkan waktu untuk menyelesaikan tugas agar cepat selesai dan dikumpulkan. Tugas yang dikumpulkan tepat waktu akan mempercepat masa studi perkuliahan sehingga kelulusan dianggap ideal menurut perencanaan mahasiswa pada umumnya.

Keterlambatan merupakan bagian dari sebuah penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa. Mahasiswa yang menunda disebut prokrastinator. Prokrastinasi adalah

kegiatan penundaan yang dilakukan selama proses perkuliahan, prokrastinasi akademik muncul karena beberapa faktor, regulasi diri adalah bagian dari faktor yang menyebabkan penundaan atau prokrastinasi akademik. Masril (2011) menjelaskan bahwa gejala-gejala seperti menyelesaikan tugas tidak sesuai waktu yang ditetapkan dan tertunda dalam aktivitas akademik dapat diakibatkan oleh faktor internal serta faktor eksternal. Faktor internal dapat dianggap dengan minimnya kemampuan regulasi-diri pada mahasiswa. Masril (2011) menjelaskan lebih terperinci bahwa regulasi diri dan *self awareness* berfungsi sebagai eksekutif dari cara kerja otak manusia. Regulasi diri dinilai mempengaruhi proses seorang mahasiswa dalam kegiatan perkuliahan dari waktu ke waktu, mengingat regulasi diri bersumber dari pribadi masing-masing mahasiswa.

Regulasi diri adalah proses dinamis seseorang dalam mengatur diri yang terungkap dari waktu ke waktu dan di berbagai tingkatan kondisi lingkungan (Sitzmann & Ely, 2010). Waktu yang dinamis akan berbuah hasil efisiensi dalam menjalankan segala tugas. Friedman & Shucstock (2008) menyatakan bahwa regulasi diri adalah proses seseorang untuk dapat mengatur target dan keputusan atas tindakan yang akan dilakukan. Penghargaan akan didapat dari diri sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut. Regulasi diri merupakan kemampuan mencapai hasil atas suatu hal yang di pertanggung jawabkan, rasa tanggung jawab itulah yang membuat seseorang akan merencanakan sebuah tindakan, dan mengatur seluruh pelaksanaan rencana tersebut (Husna & Ariyanti, 2014)

Beberapa penelitian dengan variabel dan subjek penelitian yang sama yaitu terkait prokrastinasi akademik, telah dikaji oleh Wicaksana (2014) dengan judul “*Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Tugas Akhir Skripsi Pada Mahasiswa Prodi BK UNY*”. Wicaksana (2014) menemukan bahwa terdapat korelasi antara regulasi diri dengan prokrastinasi pada mahasiswa prodi BK di UNY.

Zakiah (2010) dalam penelitiannya yang berjudul “*Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Berasrama SMP 3 Peterongan Jombang*” Hasil penelitian tersebut diperoleh bahwa terdapat korelasi

antara penyesuaian diri dengan prokrastinasi siswa sekolah berasrama SMP 3 Peterongan Jombang.

Lukmawati (2016) dalam penelitiannya yang berjudul “*Hubungan antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mitra Adiguna*”. Perolehan penelitian tersebut membuktikan bahwa terdapat korelasi antara regulasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES).

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang telah dipaparkan, ketidaksamaan yang ada didalam penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada responden penelitian dan teknik pengambilan data dengan menggunakan sampel jenuh. Perbedaan responden dalam penelitian yaitu Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang (UNISSULA) Angkatan 2017. Fokus penelitian ini adalah salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yakni regulasi diri. Beberapa faktor mempengaruhi prokrastinasi, menurut Masril (2011) regulasi diri merupakan salah satu faktor yang ada. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik mengambil judul “*Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung (Unissula) Semarang angkatan 2017*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan dalam latar belakang mengenai pokok permasalahan penelitian maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Adakah hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik Mahasiswa fakultas Psikologi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari dilaksanakannya penelitian ini secara umum yaitu guna mengetahui korelasi atau hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Pada suatu penelitian yang dilakukan, tentu peneliti berharap dapat memberikan suatu kontribusi atau manfaat penelitian. Pada penelitian ini, diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan referensi bagi ilmu pengetahuan, untuk menyelesaikan persoalan, khususnya di bidang akademik terkait prokrastinasi mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Penelitian yang dilakukan ini bermaksud untuk mengatasi persoalan yang terjadi di lingkup Mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang, yang mengalami prokrastinasi akademik. Peneliti berharap, Penelitian dengan variabel regulasi diri dan prokrastinasi ini mampu menjadi rujukan atau pertimbangan bagi peneliti selanjutnya dengan variabel atau sampel yang sama. Penelitian ini juga diharapkan mampu menjadi sumber informasi bagi mahasiswa agar menciptakan regulasi diri agar tidak melakukan prokrastinasi akademik guna meningkatkan kualitas pendidikan.