

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa mempunyai bermacam- macam kegiatan baik kegiatan yang berkaitan dengan akademik semacam menyelesaikan praktikum, tugas kuliah, tugas di luar akademik serta menyelesaikan tugas akhir. Dalam implementasinya, mahasiswa dituntut harus sanggup mengatur kedua hal tersebut dengan baik agar bisa berjalan bersama (Septian, 2018). Mahasiswa selaku subjek pembelajaran di tingkat universitas tidak terlepas dari tugas dosen. Biasanya dalam mengumpulkan tugas tersebut, dosen memberikan tengang waktu atau deadline, tetapi realitanya banyak mahasiswa tidak bisa menuntaskannya pada tengang waktu yang sudah diberikan. Mahasiswa juga dituntut untuk sanggup membiasakan, mengatur, serta mengontrol dirinya dikala menghadapi padatnya kegiatan dengan tugas perkuliahan yang terkadang sulit, akan tetapi tidak jarang banyak mahasiswa cenderung memanfaatkan waktu yang dipunyai hanya untuk bersenang- senang daripada harus mempelajari kembali mata kuliah ataupun menyelesaikan tugas yang telah dosen berikan (Herdiati, 2013).

Septian (2018) mengemukakan pada dasarnya mahasiswa mampu mencapai prestasi akademik yang baik, serta sanggup meningkatkan kemampuan lain di luar dunia akademik sebagai kebutuhan internal yang akan dijalani dimasa depan. Akan tetapi pada realitasnya kerap terjalin kasus yang menghambat keberhasilan mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademik. Salah satu aspek yang bisa menghambat mahasiswa untuk meraih prestasi akademik adalah prokrastinasi.

Kenyatannya berdasarkan survai yang telah dilakukan pada mahasiswa angkatan 2017- 2019 Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas X bahwa mahasiswa pada angkatan tahun 2017 melakukan penundaan pada saat proses pengerjaan skripsi dengan berbagai macam alasan, seperti masih merasa

bingung harus mulai dari mana, dosen pembimbing yang sulit untuk ditemui, karena kurang adanya perhatian dan tuntutan dari orang tua hingga faktor lain yang berada di luar akademik seperti mahasiswa yang sudah memiliki pekerjaan dan lebih memprioritaskan pekerjaan sehingga mengesampingkan tugas akademik. Pada mahasiswa angkatan tahun 2018 mahasiswa melakukan penundaan terhadap tugas akademik dikarenakan beberapa faktor seperti, mahasiswa angkatan 2018 mulai aktif mengikuti kegiatan- kegiatan di luar bidang akademik seperti organisasi, himpunan, bahkan komunitas- komiunitas yang berada diluar kampus dan mahasiswa menanggapi kegiatan tersebut lebih asik dibandingkan dengan tugas- tugas akademik yang dimilikinya. Selanjutnya pada angkatan tahun 2019 mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik karena mahasiswa pada angkatan tahun ini masih mengalami masa peralihan dari SMA ke jenjang perkuliahan sehingga mahasiswa masih melakukan proses penyesuaian diri terhadap tugas- tugas dan kegiatan – kegiatan akademik yang dimilikinya.

Prokrastinasi merupakan suatu bentuk penundaan yang dilakukan secara sukarela untuk menunda tindakan yang diharapkan, meskipun mengetahui jika penundaan tersebut akan berakibat buruk (Steel, 2007). Tuckman (2002) mengemukakan pendapatnya mengenai prokrastinasi sebagai ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol diri yang mengakibatkan seseorang untuk menunda pekerjaan yang seharusnya dapat dikendalikan. You (2015) mengemukakan bahwa prokrastinasi yang dilakukan oleh seorang mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akan berdampak negatif terhadap kesuksesan akademis mahasiswa. Dalam menempuh proses pembelajaran mahasiswa menghadapi berbagai permasalahan lain dalam penyesuaian akademik maupun sosial (Balkis, 2009). Bentuk perilaku penundaan yang dilakukan selama proses mengerjakan tugas dengan alasan kurangnya waktu (Ferrari and Tice, 2000). Ferrari (1995) mengemukakan perilaku prokrastinasi dapat diukur dan dikelompokkan menjadi beberapa indikator. Beberapa indikator prokrastinasi diantaranya, yaitu mengundur dalam memulai atau menyelesaikan pekerjaan, ketidaktepatan waktu dalam menyelesaikan tugas, tidak bisa mengelola waktu

antara kegiatan yang baru direncanakan dengan kinerja actual, serta lebih memilih kegiatan- kegiatan yang bersifat hiburan dan lebih menyenangkan.

Perilaku penundaan atau prokrastinasi dalam bidang akademik dapat memunculkan berbagai efek negatif. Prokrastinasi akademik yang terjadi di tingkat universitas akan membawa berbagai dampak negatif untuk mahasiswa, antara lain tidak terselesaikannya tugas yang telah diberikan, hasil akhir tugas yang tidak maksimal sebab dikerjakaan mendekati batas tenggang waktu yang telah diberikan (Santika and Sawitri, 2016). Prokrastinasi dapat berdampak pada menurunnya tingkat konsentrasi individu yang mengalaminya karena ada kecemasan yang dapat menurunkan motivasi belajar dan kepercayaan diri (Solomon and Rothblum, 1984). Prokrastinasi bisa jadi penyebab kecemasan yang bisa berujung menjadi tekanan mental baik dikala mengerjakan tugas atau dikala menghadapi ujian, sehingga sepanjang mengerjakan tugas dan ujian mahasiswa menjadi kurang komperhensif yang dapat memungkinkan terjadi banyak kesalahan dan pemanfaatan waktu yang sia-sia (Santika and Sawitri, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan Solomon and Rothblum (1984) di Amerika terhadap 342 mahasiswa diperoleh data bahwa sebanyak 46% subjek selalu menunda- nunda ketika mengerjakan tugas makalah, 27,6% menunda belajar ketika akan ujian, serta 30,1 % menunda- nunda untuk tugas membaca mingguan. Pada tingkat yang lebih rendah subjek melakukan penundaan dalam tugas administrasi sebesar 10,6 %, menunda dalam kehadiran sebesar 23,0 %, serata mendunda kegiatan akademik secara general sebesar 10,2% (Solomon and Rothblum, 1984). Dalam penelitian lain yang dilakukan (Rothblum, Solomon, & Mukarami) sebanyak 154 dari 379 subjek melakukan prokrastinasi yang didasarkan pada kriteria sebesar 40,6% subjek hampir selalu menunda- nunda ujian dan mengalami kecemasan pada setiap melakukan pendundaan ujian (Rothblum and Solomon, 1986).

Hasil penelitian yang dilakukan Solomon and Rothblum (1984) di Amerika terhadap 342 mahasiswa diperoleh data bahwa sebanyak 46% subjek selalu menunda-nunda ketika mengerjakan tugas makalah, 27,6% menunda belajar ketika akan ujian, serta 30,1 % menunda-nunda untuk tugas membaca mingguan. Pada tingkat yang lebih rendah subjek melakukan penundaan dalam tugas administrasi sebesar 10,6 %, menunda dalam kehadiran sebesar 23,0 %, serata mendunda kegiatan akademik secara general sebesar 10,2% (Solomon and Rothblum, 1984). Dalam penelitian lain yang dilakukan (Rothblum, Solomon, & Mukarami) sebanyak 154 dari 379 subjek melakukan prokrastinasi yang didasarkan pada kriteria sebesar 40,6% subjek hampir selalu menunda-nunda ujian dan mengalami kecemasan pada setiap melakukan pendundaan ujian (Rothblum and Solomon, 1986).

Prokrastinasi tidak hanya terjadi di luar negeri, kasus prokrastiasi juga ditemukan di Indonesia. Jannah dan Muis (2014) pada penelitian yang dilakukan terhadap 307 mahasiswa pada Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Surabaya menunjukkan hasil jika terdapat 167 mahasiswa yang melakukan prokrastimasi akademik dengan kategori sedang sebesar 55%, 90 mahasiswa dengan kategori tinggi sebesar 29%, serta 50 mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik dengan kategori rendah sebesar 16%.

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti melakukan wawancara terhadap beberapa mahasiswa, berikut ini merupakan beberapa pernyataan yang diungkapkan oleh mahasiswa yang terkadang masih menunda dalam menyelesaikan dan mengerjakan tugas.

Wawancara I dilaksanakan pada tanggal 7 November 2020, subjek pertama berinisial IN berjenis kelamin laki-laki yang merupakan mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2018 mengatakan:

"saya menunda mengerjakan tugas sesuai penyesuaian deadline, kalau misal dedlinenya masih lama misal satu minggu, saya h-2 atau h-1 baru mengerjakan tugas, tapi itu sesuai dengan kesulitan tugas juga sih dan bisanya hal dan kendala yang membuat menunda-nunda pekerjaan karena yang pertama ada aktivitas lain dan ada lagi karena kemageran diri yang

bisanya diliat dari sesuai kemampuan mengerjakan tugas. Kalo dibilang sadar apa engga ya kadang kita sadar kalo menunda mengerjakan tugas dan semisal kita tidak bisa mengerjakan ya itu merasa berasalah tapi ya gimana ya kadang namanya kegoisan diri senddiril. Dukungan sosial bagi saya itu penting karena ya saya kan makhluk sosial apalagi kan pasti membutuhkan support atau dorongan entah itu dari kaum wanita atau pria supaya bisa salig mengingatkan. Sangat penting mengotrol diri agar kita sadar bahwa masih ada tugas yang harus dikerjakan.

Wawancara II dilaksanakan pada tanggal 08 November 2020, subjek berinisial AAG berjenis kelamin laki-laki yang merupakan mahasiswa angkatan 2017:

"ya saya kadang menunda tugas karena terkadang ada aktivitas di luar kuliah, nomer dua kadang kurang bisa membagi waktu sebenarnya ya suka menyesal karena tidak bisa menyelesaikan tugas kuliah tapi kalua ada yang lebih penting dari tugas yang diberikan ya biasa aja karena kan ya ada prioritas sendir- sendiri kuliah ya punya prioritas sendiri aktivitas diluar kuliah ya punya prioritas sendiri juga. Dukungan sosial ya sangat penting sekali ya bisa menambah motivas semangat lah pokoknya kalao tidak ada dukungan sosial bisa hancur karena tidak ada yang mensupport. Strategi yang bisa dilakukan mungkin kalo ada waktu sengang ya langsung jalan dikejakan jangan entar nanti ah kalo ada waktu dan nyantai langsung dikerjakan dan ingat mau lulus kapan dan ingat umur karena ya juga harus mencari kerja.

Wawancara III dilaksanakan pada tanggal 8 November 2020, Subjek seorang laki- laki yang berinisial EN yang merupakan mahasiswa angkatan 2017:

"pernah karena malesaja buat ngerjakan gara gara tugasnya udah numpuk banget gitu kan kayak hari ini ada tugas terus ada tugas lagi dielesein lama lama jenuh gitu jadi ya males aja gitu. Ya nglakuinnya sadar sadar aja dan gini ya sebenarnya si ada yang sadar ada yang lupa gitu loh lupa kalo udah dapet tugas jadi engga tau kalau ada tugas. Perlu kan karena kan jadi bisa diajari sama temen- temen penting sebenarnya iya heeh sebagai motivasi salah satu faktor juga si. Kontrol diri penting dong untuk meminimalisir buat nggak ngerjain tugas kalo gak ngontrol diri kita kan malah semakin keteruan jadi engga ngerjain tugas kan juga nambah buruk juga kan ke kitanya ya apa tugasnya kan jadi semakin buruk nilainya jelek juga malah nanti ngulang terus kan gak enak juga, jadi ya yang dilakukan untuk minimalisir ya kayak tanya temen terus kalo ada tugas ditulis di note."

Wawancara IV dilaksanakan pada tanggal 08 November 2020, subjek terakhir seorang laki-laki berinisial RE yang merupakan mahasiswa angkatan 2018:

" Emm kalau saya pribadi rasa malas itu ada karena menurut saya itu manusiawi masih manusiawi akan tetapi jika ada sebuah tugas saya menyesuaikan deadlinenya sebagai contoh jika ada tugas yang nantinya akan dikumpulkan pada senin ya misalnya makan mungkin saya akan mengerjakannya maksimal h-1 hari dari deadline pengumpulan tersebut jadi ya kadang sudah tetap diupayakan seperti itu, oh kalau saya pribadi saya dalam mengerjakan tugas menentukan prioritasnya terlebih dahulu ya berdasarkan apa berdasarkan dari deadline pengumpulan namun disisi lain saya memiliki aktivitas di luar kampus yang meliputi pekerjaan pribadi saya jadi terkadang menunda tugas saya tersebut jika deadline waktu pengumpulannya masih lama seperti itu, kalau saya pribadi pasti mengalami seperti itu nah entah itu uts atau kuis kan karena disetiap minggu kan pasti ada kuis kan ya saya pribadi si pasti akan izin dulu keatasan saya atasan dalam pekerjaan loh ya saya minta izin dulu untuk menyelesaikan tugas perkuliahan setelah itu saya kemudian saya mengerjakan tugas kedua tersebut namun ketika saya mengerjakan tugas itu menemui sebuah kesulitan biasanya saya melakukan upaya- upaya untuk menjawab problematika tersebut sebagai salah satu contoh dengan cara mencari tahu referensi yang cukup relevan dan yang biasa digunakan oleh mahasiswa lain dalam mengerjakan soal-soal tersebut nah itu dari ibu mata kuliahnya atau hard cover atau mungkin dari soft file. Cukup penting ya mengingat gini dan menurut aku kenapa kok penting karena itu bisa memotivasi saya sendiri untuk segera menyelesaikan tugas tersebut mengingat saya juga gak mau kalah sama temen- temen yang lain seperti itu. Ya dengan cara melakukan mendisiplinkan diri karena itu juga sangat penting karena itu nantinya dalam kehidupan yang akan datang akan berpengaruh pada diri kita sendiri dan rasa responsibility suatu tanggung jawab suatu pekerjaan."

Berdasarkan dari hasil wawancara maka bisa disimpulkan jika dari beberapa subjek yang diambil dari angkatan 2017-2019 subjek mengalami prokrastinasi akademik dalam hal menunda untuk memulai maupun mengerjakan serta menyelesaikan tugas yang sudah menjadi tanggung jawabnya, kemudian dari beberapa subjek di atas membiasakan dirinya mengerjakan tugas pada saat sudah mendekati tenggang waktu hari pengumpulan, serta beberapa subjek terkendala dengan kesenjangan waktu. Dalam hasil wawancara tersebut juga diperoleh informasi jika dukungan sosial memberi pengaruh pada mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik.

Mahasiswa yang mempunyai dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya, maka akan mempunyai motivasi yang lebih dalam hal akademik, seperti untuk segera menyelesaikan tugas maupun mengurangi rasa tertekan yang diperoleh dari beban-beban tugas akademik yang diberikan. Kemudian berdasarkan wawancara yang telah dilakukan terhadap keempat subjek tersebut juga menunjukkan bahwa mahasiswa belum mengembangkan regulasi diri dalam dengan baik. Mahasiswa lebih sering mengerjakan tugas pada saat sudah mendekati deadline dengan berbagai macam alasan, seperti tugas yang terlalu banyak, mengalami kelelahan, belum dapat melakukan penjadwalan kegiatan dengan baik ataupun masih mencari kesenangan diri, serta masih sulit dalam membagi prioritasnya.

Ferrari (1995) menjelaskan terdapat dua jenis faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi, yaitu faktor internal serta faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang ada pada individu yang mampu berpengaruh atas prokrastinasi, faktor tersebut mencakup keadaan psikologis serta fisik individu. Sedangkan menurut Milgram pribadi seorang individu yang juga dapat mempengaruhi terjadinya prokrastinasi yaitu regulasi diri (Milgram dalam Ghufron and Rini, 2012). Faktor dari luar maupun faktor eksternal yang dapat mempengaruhi prokrastinasi yaitu pola orang tua dan dukungan sosial (Ferrari, 1995).

Untuk meminimalisir efek yang terjadi dari prokrastinasi, maka juga penting untuk mengetahui hal-hal yang apa saja yang mengakibatkan seseorang melakukan prokrastinasi. Menurut Lestariningsih (2007) dukungan sosial salah satu aspek yang dapat menyebabkan prokrastinasi, karena dengan adanya dukungan sosial dapat membantu mahasiswa untuk menyelesaikan studi. Selain dukungan sosial salah satu aspek yang mungkin juga menjadi penyebab mahasiswa melakukan suatu penundaan atau prokrastinasi yaitu kurangnya strategi serta rendahnya regulasi diri yang ada dalam diri individu. Hal ini sesuai dengan riset terdahulu yang mengatakan aspek yang dapat

meningkatkan kecenderungan untuk melaksanakan prokrastinas ialah kesusahan dalam regulasi diri (Steel, 2007).

Penelitian oleh Sayekti (2018) dalam penelitian dengan judul "Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tahun Kelima yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro" diperoleh hasil bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara hubungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Sumbangan efektif dalam hubungan teman sebaya terhadap prokrastinasi 10 % (Sayekti, 2018). Winahyu and Wiryosutomo mengemukakan pada penelitiannya dengan judul "Hubungan Dukungan Sosial dan Student Burnout dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Sidoarjo" terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Sumbangan efektif yang diberikan yaitu 22,2% (Winahyu and Wiryosutomo, 2020).

Dalam penelitian (Santika and Sawitri, 2016) dengan judul "*Self-Regulated Learning* dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Purwokerto" memberikan hasil ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Purwokerto. Sumbangan efektif yang diberikan sebesar 67%. Islam *et al.*, (2019) dengan judul "Hubungan antara Regulasi Diri dan Dukungan Sosial Teman dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifudin Jambi" menunjukkan hasil ada hubungan negatif antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik ketika menyelesaikan tugas skripsi. Sumbangan efektif yang diberikan 26,4%.

Hendrianur (2015) dalam penelitiannya dengan judul " Hubungan Dukungan Sosial dan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi" hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan regulasi diri atas prokrastinasi dengan nilai sumbang efektif sebesar 10%. Penelitian lain yang dilakukan oleh

Afriansyah (2019) dengan judul " Hubungan antara Regulasi Diri dan dukungan Sosial Teman dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan skripsi pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi" diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dan dukungan teman terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai sumbang efektif sebesar 28,3%.

Berdasarkan penjabaran latar belakang diatas yang mana peneliti mendapatkan permasalahan yang serupa dan ingin mengetahui lebih dalam mengenai hubungan antara dukungan sosial dan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik, sehingga peneliti hendak meneliti prokrastinasi akademik berdasarkan dukungan sosial dan regulasi diri. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu dari beberapa reverensi peneletian sebelumnya yang meneliti mengenai prokrastinasi akademik hanya menghubungkan dengan satu variabel bebas saja, seperti hanya hubungan dukungan sosial dengan prokrastinasi maupun hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi, sedangkan dalam penelitian ini menghubungkan dua variabel bebas yaitu dukungan sosial dan regulasi diri dengan prokrastinasi kemudian yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelum, yaitu terletak dalam variabel bebas dukungan sosial dimana dalam penelitian sebelumnya variabel dukungan sosial yang digunakan adalah dukungan sosial secara general serta dukuan sosial dari orang tua sedangkan penelitian yang akan dilakukan mengambil dukungan sosial teman sebaya, selanjutnya yang membedakan penelitian ini danegan penelitian sebelumnya yaitu megenai karateristik subjek pada penelitian sebelumnya mengenai prokrastinasi akademik subjek yang digunakan mahasiswa tingkat akhir atau mahasiswa yang sedang mengambil skripsi sedangkan dalam penelitian ini subjek yang digunakan yaitu mahasiswa dari beberapa angkatan. Oleh karena itu penulis menjadikan penelitian ini dengan judul "Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas X."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas di dapat rumusan masalah dalam penelitian ini, yakni apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas ekonomika dan bisnis universitas X.?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini berguna untuk menguji hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas ekonomika dan bisnis Universitas X.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat berguna dalam perkembangan ilmu psikologi sosial-pendidikan khususnya dukungan sosial teman sebaya, regulasi diri, dan prokrastinasi akademik.
- b. Sebagai sarana informasi, referensi, serta bahan pertimbangan bagi peneliti berikutnya.

2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk memberikan informasi mengenai pentingnya dukungan sosial teman sebaya yang diberikan dan regulasi diri yang dilakukan mahasiswa terhadap muncul prokrastinasi akademik pada mahasiswa.