

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Tingkat pendidikan tertinggi pada pendidikan di Indonesia adalah Perguruan Tinggi (PT) dengan peserta didik yang dinamakan mahasiswa. Mahasiswa mengambil peran sentral dalam kehidupan perguruan tinggi atau universitas (Husnia, 2015). Mahasiswa mempunyai peranan penting dalam pengembangan diri dalam bidang keilmuan yang ditekuninya, sehingga mahasiswa memiliki kemampuan untuk bertanggung jawab atas ilmunya (Wahyuningtiyas, Fasikhah, & Amalia, 2019). Perguruan Tinggi membantu mahasiswanya dalam mengembangkan diri secara optimal. Mahasiswa yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi tidak jauh dari aktivitas pembelajaran dan tugas. Hal tersebut merupakan kewajiban yang harus dihadapi seorang mahasiswa dalam menempuh gelar sarjana nanti.

Universitas mempunyai syarat umum untuk menyelesaikan pendidikan sarjana, yaitu dengan menyusun Tugas Akhir (TA) atau yang biasa dikenal sebagai Skripsi. Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu kasus yang dilakukan secara seksama (Darmono & Hasan, 2003). Oleh karena itu, kebenaran ilmiahnya wajib dapat diuji, bukan karya yang sifatnya spekulatif dan perlu memenuhi persyaratan ilmiah. Dalam menyelesaikan skripsi, mahasiswa harus mempunyai totalitas yang tinggi untuk melakukan penelitian, wawancara, pengumpulan data dan sumber literasi. Semua mahasiswa wajib mengambil mata kuliah skripsi.

Dinamika kampus yang beragam membawa berbagai dampak bagi mahasiswa akhir, baik positif maupun negatif, secara fisik dan psikologis selama proses menyelesaikan skripsi. Secara umum, mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu dua semester atau kurang lebih sekitar satu tahun (Wulan & Abdullah, 2014). Menurut Darmono dan Hasan (dalam Aini & Mahardayani, 2011) pada kenyataannya mahasiswa banyak yang memerlukan waktu lebih dari enam bulan untuk menyusun skripsi. Tidak semudah itu mahasiswa bisa menyelesaikan skripsi dengan lancar. Banyak permasalahan yang muncul, menghambat proses dalam penyusunan skripsi. Salah satu hal yang menghambat yaitu prokrastinasi.

Prokrastinasi adalah perilaku atau tindakan menunda suatu pekerjaan dengan sengaja dan lebih memilih melakukan aktivitas yang lain meski mengetahui konsekuensi buruk yang akan dihadapi kemudian hari Steel (dalam Julianda, 2012). Menurut Ghufron (dalam Andarini & Fatma, 2013) Prokrastinasi adalah suatu penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu kerja, namun prokrastinasi juga bisa dikatakan sebagai penghindaran tugas dan ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas. Mahasiswa yang mengerjakan skripsi lebih dari dua semester dikatakan prokrastinasi (Wulan & Abdullah, 2014). Fenomena penundaan ini terjadi di setiap bidang kehidupan, salah satunya adalah bidang akademik. Prokrastinasi akademik pada mahasiswa menjadi sebuah strategi ketika berhadapan dengan masalah atau situasi yang menimbulkan tekanan. Menurut Tuckman (dalam Wahyuningtiyas dkk., 2019) prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menghindari aktivitas atau tugas yang harus diselesaikan. Dari uraian para ahli di atas, dapat peneliti simpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu penundaan yang dilakukan di bidang

akademik secara sengaja yang berhubungan dengan penghindaran tugas-tugas kampus dan lebih memilih melakukan aktivitas lain.

Ada beberapa indikator mengapa seseorang melakukan perilaku prokrastinasi. Menurut Schouwenberg (dalam Andarini & Fatma, 2013) : (a) penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, (b) seorang prokrastinator menunda-nunda mengerjakan walaupun ia tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, (c) keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Prokrastinator melakukan hal-hal yang tidak diperlukan dalam penyelesaian tugas, tanpa memperhitungkan waktu yang terbatas, (d) kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual prokrastinator. Prokrastinator mempunyai kesulitan dalam menyelesaikan sesuatu dalam batas waktu yang telah ditentukan, (e) melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas yang harus individu kerjakan.

Berdasarkan penjelasan di atas, prokrastinasi mempunyai ciri-ciri antara lain : mempunyai kecenderungan hampir selalu atau selalu menunda tugas-tugas yang ada, hampir atau selalu mengalami masalah karena tingkat kecemasan yang tinggi, berhubungan dengan penundaan tugas atau meninggalkan tugas tersebut, penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu yang dimilikinya antara rencana dengan kinerja aktual, melakukan kegiatan yang lebih menarik dibandingkan menyelesaikan tugasnya.

Riset terdahulu menjelaskan adanya prokrastinasi akademik di *Department Of Educational Innovation University Of West Georgia* bahwa, lebih dari 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik, dan 50% di antaranya melakukan prokrastinasi secara konsisten pada setiap tugas yang diperoleh (Cao, 2012).

Kecenderungan prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa tersebut berkaitan dengan penyelesaian tugas rutin, penulisan karya ilmiah, dan penundaan untuk belajar pada saat ujian. Penelitian yang dilakukan oleh Steel (dalam Aziz, 2015) menyatakan bahwa 80% sampai 95% mahasiswa terlibat dalam menunda pekerjaan. Dari jumlah tersebut ada sekitar 75% yang menganggap dirinya prokrastinator. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi adalah masalah yang umum yang terjadi dan tidak sulit ditemukan dalam dunia akademik.

Peneliti menemukan riset terdahulu yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik dengan efikasi diri. Penelitian ini dilakukan oleh Parameswari (2019) dengan subjek mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis jurusan akuntansi angkatan 2014 Universitas Katolik Soegijapranata. Hasil penelitian diatas sebanyak 18 responden (dari 60 responden). Perilaku penundaan terbesar di dapat dari mahasiswa jurusan akuntansi. Sebanyak 18 responden menjawab sering melakukan penundaan dalam menyelesaikan skripsi. Untuk penelitian prokrastinasi akademik dengan kecemasan akademik di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang belum ada. Prokrastinasi akademik penting untuk diteliti karena memberikan gambaran mengenai prokrastinasi akademik yang dialami mahasiswa. Menunda pekerjaan dianggap sebagai hambatan mahasiswa dalam mencapai keberhasilan akademik karena dapat menurunkan kualitas dan kuantitas pembelajaran, menambah tingkat kecemasan, dan berdampak negatif pada mahasiswa itu sendiri.

Pada tanggal 2-5 Desember 2019, peneliti melakukan pra-survei untuk mendapatkan informasi adanya prokrastinasi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Pengambilan data ini menggunakan google formulir. Peneliti menyebarkan *link*

google formulir menggunakan aplikasi *Whatsapp* dan *Line* lewat grup angkatan dan *personal message* ke teman-teman peneliti. Hasilnya, terdapat 38 responden yang mengisi. Hasilnya adalah sebanyak 50% mahasiswa melakukan prokrastinasi karena dapat dilihat dari berapa lama proses pengerjaan skripsi pada mahasiswa.

Peneliti kemudian melakukan wawancara singkat dengan 2 narasumber yang berbeda fakultas. Narasumber pertama berinisial SN dari Fakultas Hukum dan Komunikasi. Peneliti melakukan wawancara dengan SN pada tanggal 3 Desember 2019 pada jam 15.00 WIB di Gedung Albertus lantai 3 Unika Soegijapranata Semarang. SN menjelaskan bahwa ia sudah mengambil mata kuliah skripsi dan sudah menyusun lebih dari 2 semester. SN menceritakan kendala yang dirasakan SN ketika mengerjakan skripsi adalah rasa malas, capek fisik, cemas, mood yang berubah-ubah, dan tidak adanya motivasi dalam diri sendiri.

Narasumber kedua berinisial CBJ dari Fakultas Arsitektur. Peneliti melakukan wawancara dengan CBJ pada tanggal 4 Desember 2019 di Gedung Henricus Constant. CBJ sudah mengambil mata kuliah skripsi selama 2 semester. Kendala yang dialami narasumber adalah deadline yang masih terasa jauh, tidak konsentrasi, mood yang kurang baik, terlalu banyak pertimbangan, cemas karena tanggung jawab yang harus diselesaikan, mudah menyepelkan skripsi, tidak konsisten dalam mengerjakan target. Berdasarkan penjelasan pra-survei dan wawancara di atas, dapat peneliti simpulkan bahwa ada beberapa responden yang merasa bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi adalah kecemasan. Hasil pra-survei peneliti sesuai dengan hasil penelitian dari Ferrari dan Tice (dalam Faruqi, 2013) Kecemasan adalah salah satu penyebab terjadinya

penundaan atau prokrastinasi. Kecemasan yang timbul membuat mahasiswa merasa tertekan dan merasa kesulitan dalam proses penyusunan skripsi.

Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa dapat menyebabkan dampak negatif yaitu banyak waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna bagi mahasiswa. Selain itu, prokrastinasi akademik dapat menyebabkan menurunnya produktivitas serta etos kerja mahasiswa sehingga membuat kualitas mahasiswa menjadi rendah (Khotimah, Radjah, & Handarini, 2016). Pada pra-survei diatas, peneliti menemukan dampak negatif melakukan prokrastinasi akademik di antaranya adalah, banyak waktu yang terbuang sia-sia, kehilangan kesempatan dan peluang di masa yang akan datang, mahasiswa harus membayar administrasi UKP dan SKS, dan hasil pengerjaan skripsi tidak maksimal. Peneliti melihat bahwa masalah kecemasan terhadap prokrastinasi ini sangat penting untuk diangkat menjadi sebuah topik skripsi, karena dilihat dari lingkungan sekitar dan teman-teman terdekat peneliti melakukan prokrastinasi. Kemudian peneliti mencari faktor-faktor yang mempengaruhi mahasiswa melakukan prokrastinasi. Hasil survei mengatakan salah satu faktor prokrastinasi adalah kecemasan.

Penelitian tentang kecemasan akademik dan prokrastinasi akademik pernah dilakukan oleh Sutjipto (2012) yang hasilnya menunjukkan adanya korelasi positif yang sangat signifikan antara prokrastinasi dan kecemasan. Subjek penelitiannya adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya tahun 2008-2011 berjumlah 385 mahasiswa. Penelitian juga dilakukan oleh Anggawijaya (2013) di Fakultas Psikologi Surabaya angkatan 2012, ia menemukan sebanyak 58,5% dari keseluruhan subjek melakukan prokrastinasi.

Menurut Rosário et al., (2009) faktor yang menyebabkan mahasiswa melakukan penundaan adalah karena kurangnya percaya diri, cemas, bahkan stres. Muhid (dalam Aini & Mahardayani, 2011) sebuah studi menemukan beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan tindakan prokrastinasi, antara lain rendahnya *self control*, *self conscious*, *self esteem*, *self efficacy*, dan kecemasan.

Kecemasan adalah perasaan yang dimiliki seseorang pada waktu tertentu dalam hidupnya. Kecemasan merupakan reaksi normal individu terhadap situasi yang sangat menekan dalam kehidupannya. Kecemasan dapat muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai faktor dan gangguan emosi. Rasa cemas yang dirasakan membuat seseorang tidak nyaman. Mahasiswa merasa cemas dengan penyusunan skripsinya sehingga mahasiswa memillih untuk menunda mengerjakan skripsi. Menurut Ghufron & Risnawita (2017) Kecemasan merupakan suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental dan tekanan yang menimbulkan masalah atau ancaman pada seseorang yang mengalami kecemasan. Prawitasari (dalam Istiantoro, 2018) mengatakan bahwa kecemasan akademik yaitu kecemasan yang disebabkan oleh ketidakyakinan akan kemampuan diri mahasiswa untuk mengatasi tugas-tugas akademik. Kecemasan yang muncul pada diri mahasiswa akan membuat mereka berpikiran tentang keberhasilannya dalam mengerjakan skripsinya. Faruqi (2013) menjelaskan bahwa mahasiswa yang mempunyai kecemasan yang tinggi dalam mengerjakan skripsi akan mengalami ketakutan dan ketidakmampuan mahasiswa untuk mengerjakan skripsinya karena terhambat oleh pemikiran tentang dirinya. Hal tersebut menyebabkan prokrastinasi atau penundaan dalam pengerjaan skripsi.

Fenomena kecemasan akademik dengan prokrastinasi akademik perlu diperhatikan karena jika mahasiswa mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi dalam pengerjaan skripsi, mahasiswa tersebut tidak akan maksimal dan akan melakukan penundaan terhadap tugas tersebut. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui adakah hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa aktif tingkat akhir dalam menyusun skripsi di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

1.2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara kecemasan akademik dengan prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmiah pada bidang ilmu pengetahuan psikologi, khususnya psikologi pendidikan mengenai prokrastinasi.

1.3.2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, data atau acuan bagi mahasiswa mengenai hubungan antara kecemasan akademik terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa.