

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Skripsi disebut juga sebagai tugas akhir bagi beberapa jurusan atau program studi. Pembuatan skripsi bertujuan agar mahasiswa mampu menulis dan menyusun sebuah karangan ilmiah yang sesuai dengan bidang studinya. Ketika mahasiswa mampu menggabungkan antara keterampilan dan pengetahuannya dalam menganalisis, menjelaskan, menggambarkan dan memahami masalah yang memiliki hubungan dengan bidang studi yang diambil maka mahasiswa dianggap mampu menulis skripsi. Skripsi adalah satu tahap akhir yang menjadi prasyarat seorang mahasiswa yang telah menyelesaikan beban studinya agar dapat lulus dan mendapatkan status sarjana S1 baik di Perguruan Tinggi Negeri atau PTN ataupun Perguruan Tinggi Swasta atau PTS di Indonesia (Andarini & Fatma, 2013).

Skripsi merupakan proses pembelajaran bagi mahasiswa untuk mengasah kemampuan analisisnya dalam mengkaji, menganalisis, memecahkan dan menyimpulkan masalah yang ditelitinya. Penyusunan skripsi yang diaplikasikan dalam bentuk karangan ilmiah merupakan kendala terbesar yang menyebabkan mahasiswa merasa terbebani dalam menyelesaikan pendidikan akademis. Penyusunan skripsi merupakan perjalanan yang melewati beberapa tahapan di dalamnya, seperti pengajuan judul penelitian, bimbingan dosen, pencarian sumber-sumber yang diperlukan, kelengkapan administrasi, ujian proposal, pengambilan data di lapangan dan sidang akhir (Hidayat dalam Yulia, Afrianti & Octaviani, 2015).

Begitu panjang dan rumitnya proses pengerjaan skripsi ini sehingga membutuhkan biaya, tenaga, waktu, dan perhatian yang tidak sedikit. Biasanya untuk menyelesaikan skripsi mahasiswa diberi tenggat waktu sekitar enam bulan atau satu semester. Tetapi pada kenyataannya, banyak mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari enam bulan untuk mengerjakan skripsi (Darmono dan Hasan, dalam Aini & Mahardayani, 2011).

Godfrey (dalam Rumiani, 2006) mengemukakan bahwa program studi yang semestinya dapat diselesaikan dalam waktu 4 tahun, terpaksa diperpanjang menjadi 7-10 tahun. Solomon dan Rothblum (dalam Rumiani

2006) mengidentifikasi penundaan akademik yaitu masa studi lebih dari lima tahun. Indikasi yang disebutkan oleh Solomon dan Rothblum tersebut mengarah pada apa yang disebut sebagai prokrastinasi akademik.

Sebagaimana tertuang dalam Pasal 17 ayat 1.d Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi, mengenai masa dan beban belajar penyelenggaraan program pendidikan, yang berbunyi “paling lama 7 (tujuh) tahun akademik untuk program sarjana, program diploma empat/ sarjana terapan, dengan beban belajar mahasiswa paling sedikit 144 (seratus empat puluh empat) SKS”. Pada Buku Pedoman Fakultas Psikologi Tahun Ajaran Akademik 2020-2021 tertulis bahwa kurikulum mahasiswa dalam menyelesaikan studi S-1nya terdiri dari 7 semester. Pada semester 7 terdapat SKS mata kuliah skripsi, sehingga semestinya mahasiswa pada semester ini sudah mengambil mata kuliah skripsi dan mulai mengerjakan skripsi. Oleh karena itu, diharapkan mahasiswa pada semester 8 sudah selesai mengerjakan skripsinya.

Berdasarkan uraian di atas diperoleh gambaran bahwa masa studi mahasiswa S-1 adalah 4-5 tahun (dan paling lama adalah 7 tahun akademik), dengan lama proses penyusunan skripsi adalah 1-2 semester. Meski demikian, terdapat mahasiswa yang sampai dengan lebih dari 5 tahun belum lulus studi S-1nya, dan proses pengerjaan skripsinya lebih dari 2 semester tetapi belum juga menyelesaikannya.

Belum terselesaikannya skripsi tersebut dapat saja dikarenakan adanya perilaku yang suka menunda-nunda dalam pengerjaannya. Sebagaimana yang dikemukakan Mu'tadin (dalam Andarini & Fatma, 2013), banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam penyelesaian skripsi dan merasa seolah diberikan beban berat. Beban berat ini tentunya menimbulkan banyak masalah psikologis yang disadari atau tidak oleh mahasiswa seperti, munculnya perasaan negatif yang akhirnya dapat menimbulkan sikap pesimis, inferior, kekhawatiran yang berlebihan, dan tak jarang yang merasa stres bahkan frustrasi. Sehingga mahasiswa memutuskan untuk menunda, menghindari, atau meninggalkan tanggung jawabnya sebagai seorang mahasiswa.

Sikap menunda-nunda suatu pekerjaan ini lantas disebut sebagai prokrastinasi. Berdasarkan temuan yang peneliti paparkan pada paragraf sebelumnya, prokrastinasi menjadi penting untuk diteliti karena memiliki efek negatif apabila dibiarkan dan dapat membantu apabila dicegah sedini mungkin. Prokrastinasi yang dibiarkan tentunya akan memiliki dampak negatif yang merusak, baik secara materiil ataupun imateriil (Ursia, Siaputra, dan Sutanto, 2013). Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi dalam bidang akademik akan memberikan dampak negatif, seperti menghabiskan banyak waktu untuk melakukan sesuatu yang tidak berguna. Prokrastinasi menyebabkan menurunnya produktivitas serta etos kerja seseorang sehingga kualitas orang tersebut menjadi rendah. Studi lain menekankan bahwa efek negatif dari prokrastinasi akademik dapat berupa tekanan psikologis, kecemasan, berdampak negatif untuk kesehatan, menurunnya kesejahteraan, performa akademik yang buruk, penyesalan di kemudian hari serta menghindari untuk bersosialisasi (Hen, 2018). Hal lain yang terkait dengan prokrastinasi meliputi berkurangnya hak pilihan, ketidakteraturan untuk mengontrol diri, kurangnya pengendalian emosi, perencanaan dan pencapaian target yang buruk, berkurangnya keterampilan metakognitif untuk mengendalikan perilaku dalam hal pembelajaran, mengalihkan perhatian, kegigihan untuk menyelesaikan tugas yang buruk, keterbatasan waktu untuk menyelesaikan tugas, dan melakukan tindakan untuk mengalihkan penyelesaian tugas secara disengaja. (Rabin, Fogel, & Nutter-Upham, 2010)

Prokrastinator, merupakan seseorang yang secara sengaja dengan alasan tertentu menunda penyelesaian suatu tugas, pekerjaan atau apapun yang menjadi tanggung jawabnya (Hardjana, 2002). Hal ini menimbulkan efek *snowball*, dimana prokrastinator akan mulai merasa bersalah, dihantui oleh kewaspadaan dan perasaan tidak tenang karena tugasnya belum selesai. Hal ini berdampak pula pada kebahagiaan individu tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Surijah (dalam Ursia, Siaputra, dan Sutanto, 2013), pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya yang melakukan prokrastinasi tergolong tinggi sampai sangat tinggi yaitu 30,9% (dari 316 mahasiswa). Maka dari itu, Ursia, Siaputra, dan Sutanto menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan hal yang penting untuk diteliti karena memiliki frekuensi kemunculan yang tinggi,

terutama pada mahasiswa. Khoirunnisa, R.N., dkk (2021), melakukan penelitian di suatu Universitas Negeri di Surabaya pada 194 mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengambil skripsi, dengan hasil penelitian 140 mahasiswa atau sebesar 72% melakukan prokrastinasi dalam kategori sedang, 27 mahasiswa atau 14% mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam kategori tinggi, dan 27 mahasiswa atau 14% yang termasuk dalam kategori rendah. Setiani dan Hastuti (2010), dengan menggunakan metode wawancara dan observasi kepada mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, ditemukan adanya penundaan pada mahasiswa berupa, penundaan penyelesaian tugas, penundaan belajar atau segala sesuatu yang berkaitan dengan akademik mahasiswa. Prokrastinasi terjadi lantaran banyak dari mahasiswa menggantikan kegiatan akademik dengan kegiatan yang bersifat hiburan, seperti bermain sosial media, *chatting-an* dengan teman atau kekasih, *hang out* di kantin dan lain sebagainya. Sehingga urusan akademik jadi terabaikan.

Prokrastinasi akademik tidak hanya sekedar lamanya waktu dalam menyelesaikan pengerjaan skripsi tetapi juga perilaku penundaan yang dilakukan konsisten oleh mahasiswa dimana ada kesenjangan antara niat dan perilaku yang dilakukan. Perilaku ini tidak efisien namun sering dipilih oleh mahasiswa (Khoirunnisa, R.N., dkk, 2021). Demikian pula ketika mahasiswa diharuskan mengerjakan skripsi, kesulitan mengerjakan skripsi membuat mahasiswa dengan cepat menyerah ketika mengerjakan skripsi, termasuk ketika memikirkan judul, namun karena terlalu rumit dan tidak kunjung mendapat ide, membuat mahasiswa menunda dan lebih memilih melakukan hal yang lain.

Seperti data yang diperoleh oleh peneliti ketika wawancara dengan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Melalui observasi dan wawancara pada bulan Februari 2020 terhadap empat mahasiswa, ditemukan bahwa mahasiswa banyak yang sudah mengambil mata kuliah skripsi lebih dari dua semester. Bahkan ada yang sudah sampai empat semester akan tetapi belum selesai juga dalam mengerjakan skripsinya. Mahasiswa tersebut sering kali melakukan prokrastinasi, seperti menunda mencari tema atau judul skripsi, malas membaca materi atau bahan pembuatan skripsi. Pada

mahasiswa yang telah maju bimbingan dan mendapat revisi dari dosen pembimbing, tidak segera melakukan revisi. Mahasiswa tersebut lebih banyak melakukan kegiatan yang tidak berhubungan dengan proses penyelesaian skripsi. Kegiatan yang sering dilakukan mahasiswa adalah duduk santai di kantin dan mengobrol dengan teman dalam waktu yang cukup lama, sering mengakses jejaring sosial di *gadget* (perangkat *smartphone*). Mahasiswa tersebut mempunyai kecenderungan untuk terus *online* dan sering kali lupa atau lalai terhadap tugas akademiknya.

Selain itu, ada mahasiswa saat di depan komputer malah bermain *game*, padahal niatnya akan mengerjakan skripsi. Mahasiswa lebih suka menonton televisi daripada menyelesaikan skripsi, saat bertemu dengan teman malah keasikan mengobrol dan lupa kalau akan mencari bahan untuk skripsi. Beberapa mahasiswa melakukan penundaan lainnya dengan lebih asik bekerja mencari uang dari pada harus membuat skripsi, dan ada pula lebih asik jalan-jalan atau *nongkrong* di sebuah kafe daripada harus mengerjakan skripsinya.

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tersebut mengeluhkan bahwa pengerjaan skripsi merupakan tugas yang memiliki beban yang cukup tinggi. Keluhan tersebut seperti sulit mencari atau menentukan tema penelitian (judul), pemahaman akan penelitian masih rendah, seperti masih bingung dengan konsep variabel. Keluhan lainnya adalah sulitnya menyusun latar belakang masalah (harus memulai dari mana, apa saja yang harus dituliskan dalam naskah, dan bingung dalam menyusun kata-katanya), dan tidak percaya diri bahkan cemas ketika akan menghadap dosen pembimbing.

Karakter mahasiswa yang lebih senang menunda dan melakukan hal-hal yang tidak efisien daripada berusaha untuk mengatasi kesulitan membuat skripsi, membuat peneliti ingin menggali lebih dalam terkait prokrastinasi akademik dalam pembuatan skripsi pada mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

Prokrastinasi dapat disimpulkan sebagai sebuah kecenderungan menunda-nunda atau penundaan untuk memulai pekerjaan. Prokrastinasi juga dapat dikatakan penghindaran tugas yang diakibatkan karena perasaan tidak senang terhadap tugas dan takut gagal dalam mengerjakan tugas. Prokrastinasi bisa juga dianggap sebagai suatu kebiasaan atau *trait*

seseorang terhadap respons individu dalam mengerjakan tugas (Ghufron & Risnawita, 2011).

Ghufron dan Risnawita (2011) berpendapat bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh dua faktor besar yaitu, faktor internal dan eksternal. Faktor internal antara lain kondisi fisik dan psikologis individu, faktor eksternal antara lain gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Pada faktor kondisi lingkungan, dikatakan bahwa prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan.

Pada faktor lingkungan sebagaimana disebutkan di atas, lingkungan yang dimaksud dapat berupa lingkungan fisik maupun lingkungan sosial. Lingkungan sosial merupakan individu yang berada di sekitar prokrastinator, di mana ketika lingkungan sosial tersebut memberi dukungan maka akan membantu prokrastinator dalam mengurangi perilaku penundaannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Nugrasanti (2006), bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik membutuhkan bantuan orang lain (orang yang berada di lingkungan sekitarnya) untuk mengerjakan tugas.

Bantuan dari orang lain tersebut merupakan gambaran dari adanya dukungan sosial. Sebagaimana dikemukakan oleh Ivancevich, Konopaske dan Matteson (2006), bahwa dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai bantuan atau informasi yang diterima seseorang melalui kontak formal maupun informal dengan individu atau kelompok.

Berdasarkan pada faktor lingkungan tersebut, peneliti ingin meneliti dukungan sosial sebagai variabel bebas. Hal ini dengan jelas disampaikan oleh Santrock (2009), bahwa strategi untuk membantu siswa dalam mengatasi prokrastinasi akademik dengan memberikan dorongan dan dukungan kepada siswa untuk mengidentifikasi nilai-nilai dan tujuannya, membantu siswa mengelola waktu secara lebih efektif, membuat siswa membagi tugas ke dalam bagian-bagian yang lebih kecil, serta mengajar siswa untuk menggunakan strategi ilmu perilaku dan kognitif.

Uraian Santrock di atas menunjukkan pentingnya keberadaan dukungan sosial bagi seorang pelajar termasuk mahasiswa untuk mengatasi prokrastinasi akademik. Hal ini selaras dengan penjelasan yang dikemukakan Hardjana (2002), keterlibatan orang lain dalam bentuk bantuan dapat

memperkecil kecenderungan individu untuk menunda pekerjaannya. Apapun bentuk dukungan sosial yang diberikan, setidaknya berfungsi untuk meringankan beban kerja, juga menciptakan suasana yang lebih menyenangkan.

Peneliti menemukan jurnal penelitian terdahulu yang dapat dijadikan salah satu alasan pemilihan variabel bebas dukungan sosial, penelitian dilakukan oleh Setiani dan Hastuti (2010), berdasarkan hasil di lapangan, ditemukan bahwa dukungan sosial berperan dalam kecenderungan untuk prokrastinasi akademik seorang peserta didik.

Dukungan sosial dapat dijadikan faktor yang membantu mahasiswa melewati beberapa masalah yang dihadapi di dalam kehidupan kampus (Lepore, dalam Taylor, Peplau & Sears, 2009). Terutama saat mahasiswa sedang dalam keadaan yang kurang baik atau berada dalam masa yang sulit dan cenderung penuh ketegangan ataupun stres (Broman, dalam Taylor, Peplau & Sears, 2009).

Dukungan sosial merupakan variabel lingkungan yang mempunyai hubungan yang positif dengan kesehatan. Dalam menghadapi peristiwa-peristiwa yang menekan, individu yang memiliki dukungan sosial yang tinggi tidak hanya mengalami stres yang rendah, tetapi juga dapat mengatasi stres secara lebih berhasil bila dibandingkan dengan mereka yang kurang memperoleh dukungan sosial (Taylor, dalam Pramudiani, Hardjanto & Hadriami, 2001). Bentuk dukungan sosial biasanya berasal dari anggota keluarga, teman, dosen pembimbing, dan lain sebagainya. Berbagai bentuk dari dukungan positif yang tercipta dari suatu hubungan, tampaknya menjadi faktor yang mempengaruhi perasaan kebahagiaan, bagi mereka yang memiliki dukungan sosial yang tinggi biasanya akan mudah menghadapi situasi yang banyak tekanan (Yu, 2021).

Dukungan sosial membuat orang sadar akan pentingnya dan nilai masyarakat. Dukungan sosial yang dirasakan memberikan rasa penerimaan terhadap individu bahwa mereka dihargai dan diperhatikan, jika mereka membutuhkan bantuan, mereka dapat menerima bantuan dari jaringan sosial mereka. Dukungan sosial yang dirasakan memberikan keyakinan kepada individu bahwa dukungan yang cukup akan tersedia pada saat dibutuhkan pada masa-masa sulit. Dukungan sosial menciptakan rasa keamanan yang

pada akhirnya menuntun orang untuk membuat keputusan yang lebih baik (Younis, et al., 2020)

Dalam perkembangan sosial remaja akhir, mahasiswa mulai memisahkan diri dari orang tua dan mulai memperluas hubungan dengan teman sebaya. Pada umumnya remaja akhir akan menjadi anggota kelompok usia sebaya (*peer group*). Kelompok sebaya menjadi begitu berarti dan sangat berpengaruh dalam kehidupan sosial remaja akhir. Kelompok sebaya juga merupakan wadah untuk belajar kecakapan-kecakapan sosial, karena melalui kelompok remaja akhir dapat mengambil berbagai peran (Nurhayati, 2015).

Dukungan teman, teman adalah sumber dukungan yang terpenting selain keluarga. Teman memberi rasa senang dan dukungan pada saat-saat tertekan (Kail dan Nelson dalam Yenny, 2010). Teman juga bisa memberikan solusi ketika individu memiliki masalah atau hambatan yang dihadapi. Memiliki teman yang mendukung berhubungan pula dengan penyesuaian psikologis, sosial, dan akademik yang berhasil. Dukungan sosial teman mempunyai relasi yang mendalam sehingga ada kebersamaan dalam suatu kelompok kerja yang pada akhirnya dapat meningkatkan persahabatan, kehangatan, dan kedekatan secara emosi.

Penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pernah dilakukan oleh peneliti terdahulu, yaitu Pambudi (2017) terhadap mahasiswa Jurusan Ilmu Sejarah FIB UNDIP. Kriteria pada subjek tersebut adalah telah melewati masa studi lebih dari 5 (lima) tahun, masih tercatat sebagai mahasiswa aktif secara akademik, dan diterima sebagai mahasiswa pada tahun akademik 2009 hingga 2012. Hasil penelitian tersebut menemukan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Hal yang berbeda pada penelitian yang akan dilakukan selanjutnya adalah pada subjeknya, yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, dan prokrastinasi akademiknya lebih spesifik pada pengerjaan skripsi.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka pertanyaan dalam penelitian ini adalah "Apakah ada hubungan antara dukungan teman dengan prokrastinasi mahasiswa dalam menyusun skripsi?"

1.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empirik hubungan antara dukungan teman dengan prokrastinasi mahasiswa dalam menyusun skripsi.

1.3 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Diharapkan dari penelitian ini dapat memberi manfaat teoritis bagi sumbangan ilmu pada psikologi pendidikan yang berkaitan dengan dukungan teman dan prokrastinasi mahasiswa dalam menyusun skripsi.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan dari penelitian ini dapat memberi manfaat praktis yang dapat menjadi acuan bagi mahasiswa mengenai prokrastinasi mahasiswa dalam menyusun skripsi dan dukungan teman.

