

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan tinggi menurut UU Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 (2019) merupakan jenjang pendidikan yang mencakup program diploma, sarjana, magister, doktor, dan profesi serta spesialis yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi. Peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi disebut mahasiswa, berusia 18 – 25 tahun yang terdaftar dan sedang menjalani pendidikannya di perguruan tinggi (Hulukati & Djibran, 2018). Dalam perguruan tinggi, skripsi adalah karangan ilmiah yang wajib dibuat oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2020).

Pada umumnya, enam bulan merupakan jangka waktu yang diberikan untuk mahasiswa dapat menyelesaikan skripsi, akan tetapi banyak mahasiswa yang membutuhkan waktu yang lebih lama dari waktu yang telah ditentukan untuk bisa menyelesaikan skripsi. Hal ini dikarenakan proses pengerjaan skripsi yang cukup sulit dan membutuhkan banyak waktu, biaya, tenaga serta perhatian yang tidak sedikit dalam proses mengerjakannya (Aini & Mahardayani, 2011). Proses pengerjaan skripsi yang terlambat dan tekanan dari luar untuk segera menyelesaikan skripsi membuat mahasiswa merasa cemas dan tertekan yang mengakibatkan skripsi tidak dapat diselesaikan (Herdiani, 2012).

Dalam proses pengerjaan skripsi, mahasiswa sering kali memilih untuk menunda mengerjakan maupun menyelesaikan skripsi, penundaan ini disebut dengan Prokrastinasi. Menurut Küchler, Albus, Ebert & Baumeister (2019), Prokrastinasi sendiri merupakan penundaan tugas yang dilakukan secara sukarela

dan memiliki persentase yang tinggi di kalangan mahasiswa. Pendapat lain yang dikemukakan oleh Ellis & Knaus (dalam Santoso, 2009) Prokrastinasi merupakan kebiasaan menunda yang bertujuan sebagai penghindaran tugas karena perasaan takut akan kegagalan serta adanya pemikiran bahwa tugas yang dibuat harus diselesaikan secara sempurna.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Gunawita (Sutjipto, 2012) pada mahasiswa psikologi Universitas Surabaya angkatan 2005 – 2006, terdapat sebanyak 79,7% mahasiswa yang melakukan prokrastinasi. Lebih lanjut, Onwuegbuzie (2004) menyatakan bahwa terdapat 95% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik terhadap tugas, baik untuk memulai maupun menyelesaikannya. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Indah dan Shofiah (2012) pada mahasiswa psikologi UIN Suska Riau, terdapat sebanyak 78,06% mahasiswa yang melakukan prokrastinasi. Dari penelitian – penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, dapat dilihat bahwa prokrastinasi merupakan masalah yang sering terjadi dikalangan mahasiswa.

Pada pendapat yang dikemukakan oleh Feng, Huang dan Liu (2018) prokrastinasi merupakan perilaku untuk menghindari tugas yang memiliki dua ciri utama yaitu penundaan dan irasionalitas. Penundaan sering dilakukan dengan mengerjakan tugas yang tidak mendesak dan sederhana, hal ini dapat dilakukan hingga mendekati batas waktu yang ditentukan. Sedangkan irasionalitas merupakan perasaan negatif, seperti rasa bersalah, depresi, ketidakpuasan dan keraguan diri yang diakibatkan oleh penundaan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Rizvi (dalam Kusuma, 2010) di Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta menunjukkan bahwa

terdapat 69% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik, dengan 11% diantaranya masuk pada golongan berat. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Muyana (2018), diperoleh 6% mahasiswa dengan kategori sangat tinggi, 81% kategori sedang, 13% kategori sedang, dan 0% kategori rendah. Pada penelitian yang dilakukan pada 42 orang mahasiswa program studi bimbingan konseling universitas sanata dharma Yogyakarta, terdapat 5 mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi sangat tinggi, 19 mahasiswa berada ditingkat tinggi, 13 mahasiswa ditingkat sedang, dan 5 mahasiswa yang berada pada prokrastinasi rendah (Nainggolan, 2018).

Menurut Ferrari & Tice (dalam Muyana, 2018) prokrastinasi berkaitan dengan kecemasan dan ketakutan akan kegagalan yang berdampak negatif pada kesuksesan akademis yang akan diraih oleh mahasiswa. Kecemasan merupakan salah satu fenomena umum yang sering terjadi di kalangan mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Menurut Sari (2017), kecemasan merupakan suatu kekhawatiran atau rasa takut yang menyebabkan kegelisahan karena ketidakpastian yang terjadi pada situasi tertentu. Pada pendapat lain yang dikemukakan oleh Tarigan (2017), rasa khawatir yang dialami mahasiswa merupakan kecemasan karena ketidakmampuannya dalam mengontrol kejadian yang akan terjadi.

Milgram dan Naaman (dalam Sutjipto, 2012) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang mengalami kecemasan cenderung melakukan prokrastinasi untuk menghindari perasaan cemas. Kecemasan sendiri diakibatkan adanya perasaan tegang yang membuat mahasiswa merasa terbebani, sulit berkonsentrasi dan merasa tidak berdaya (Halgin & Whitbourne dalam Jannah,

2019). Pada kenyataannya, kecemasan yang dialami oleh mahasiswa bukan hanya karena proses pengerjaan skripsi yang sulit, tetapi juga rasa khawatir terhadap dosen pembimbing yang tidak sesuai dengan harapan mahasiswa (Lukmantoro dalam Fatmawati, 2017).

Selain pada data diatas, peneliti juga melakukan wawancara kepada beberapa mahasiswa aktif Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang sedang mengerjakan skripsi pada tanggal 02 november 2021 yang dilakukan secara online melalui pesan *whatsapp*. Hasil dari wawancara yang dilakukan kepada enam orang subjek terdapat tiga mahasiswa Angkatan 2015, satu mahasiswa Angkatan 2016, satu mahasiswa Angkatan 2017 dan satu mahasiswa Angkatan 2018. Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan 6 orang mahasiswa, dua diantaranya telah memasuki bab tiga, satu mahasiswa baru saja mengganti judul, ada yang telah mengambil skripsi selama tiga bulan tetapi masih belum mengerjakan bab satu, ada yang telah memulai dari agustus 2020 tetapi belum melanjutkan lagi, dan ada mahasiswa yang telah melakukan uji plagiasi untuk persiapan ujian akhir.

Kendala saat mengerjakan tugas akhir yang ditemui para subjek sehingga melakukan penundaan berasal dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi suasana hati yang buruk, tidak ada semangat atau malas untuk mengerjakan skripsi, memilih mengerjakan hal lain yang lebih menyenangkan, sering merasa lelah, dan seringkali merasa bosan. Sedangkan faktor eksternal meliputi dosen pembimbing yang sulit dihubungi, sibuk bekerja, banyak pekerjaan rumah, kurangnya teman untuk berdiskusi dan sering mengganti dosen pembimbing. Dampak dari kendala yang adapun dampak yang ditimbulkan, yaitu adanya kecemasan yang timbul, suasana hati yang buruk, merasa sedih,

terbebani, berdampak pada kesehatan, pola makan dan pola tidur, menjadi tidak fokus, merasa takut serta menjadi tidak fokus.

Lamanya kecemasan yang dialami setiap subjek berbeda – beda, ada yang lama dan ada juga yang sebentar saja tetapi kecemasan yang dialami sering kembali. Pada setiap subjek, cara untuk menghilangkan kecemasan yang dialami berbeda, ada yang olah raga, menyalurkannya ke *hobby*, keluar untuk berkumpul dengan teman – teman dan jalan – jalan, melakukan *me time*, tidur, bermain game ataupun menghubungi pasangannya.

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa kecemasan berperan besar dalam prokrastinasi yang dirasakan pada saat mengerjakan skripsi. Hal ini dikarenakan semakin seseorang merasakan kecemasan, semakin lama tugas diselesaikan, semakin banyak waktu yang terbuang dan semakin besar prokrastinasi akan dilakukan. Perilaku menunda tugas ini tidak terjadi secara langsung tetapi secara bertahap, awalnya penundaan ini terjadi pada sesuatu hal yang cenderung kecil dan kemudian mengarah menjadi sesuatu yang besar.

Fenomena kecemasan dan prokrastinasi akademik menjadi hal yang perlu diperhatikan dikarenakan banyak mahasiswa yang mengerjakan skripsi mengalami kecemasan yang cukup tinggi. Hal ini mengakibatkan adanya penundaan yang dilakukan terus – menerus karena mahasiswa menganggap pengerjaan skripsi yang dilakukannya tidak maksimal. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui adakah Hubungan Antara Kecemasan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan diadakan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Antara Kecemasan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang dapat mendukung perkembangan ilmu pengetahuan psikologi pendidikan yang berhubungan dengan kecemasan terhadap prokrastinasi akademik.

1.3.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang kecemasan yang disebabkan oleh prokrastinasi akademik yang dapat bermanfaat bagi Universitas, mahasiswa dan peneliti.

