

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan yang memiliki banyak manfaat bagi individu di masa yang akan datang. Pendidikan meliputi proses perubahan, pembelajaran serta perkembangan. Proses perubahan yang awalnya tidak tahu menjadi tahu mengacu pada perkembangan individu ke arah yang lebih baik. Di Indonesia, universitas merupakan suatu tahapan pendidikan yang paling tinggi. Individu yang menempuh pendidikan di universitas disebut dengan mahasiswa (Livita, 2019).

Mahasiswa adalah individu yang sedang menjalani masa perkuliahan pada perguruan tinggi. Rata-rata usia mahasiswa berkisar antara 18 hingga 25 tahun. Menurut Santrock (2012), masa dewasa awal dimulai dari usia 18 hingga 25 tahun, sehingga dapat diartikan bahwa mahasiswa berada pada masa perkembangan dewasa awal. Pada masa ini mahasiswa cenderung melakukan perubahan baik secara fisik, kecerdasan, hubungan sosial, bahkan mental. Perubahan yang dilakukan meliputi kemandirian, perasaan bebas berpendapat, serta pola pikir yang lebih realistis (Santrock, 2012).

Dalam menyelesaikan pendidikan di universitas, mahasiswa sangat berkaitan dengan kegiatan belajar. Kegiatan belajar ini bertujuan untuk mencapai target akademik yang telah ditetapkan oleh perguruan tinggi. Target akademik meliputi nilai tugas, nilai UTS, dan nilai UAS. Tugas yang diberikan dosen menjadi faktor penting dalam menyelesaikan target

akademik, karena nilai tugas memiliki persentase paling besar selain nilai UTS dan UAS. Mahasiswa tentunya sering menghadapi tugas akademik yang diberikan oleh dosen. Pada kenyataannya tidak sedikit mahasiswa yang malas dan cenderung enggan mengerjakan tugas sehingga, menyebabkan terjadinya penundaan (Giovanni, Deetje & Dewo, 2021). Kondisi ini diakibatkan oleh lamanya batas akhir pengumpulan tugas, tanggung jawab lain selain perkuliahan, serta kecenderungan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan (Livita, 2019). Perilaku penundaan pengerjaan tugas dapat disebut dengan prokrastinasi.

Kata prokrastinasi berasal dari bahasa latin yaitu *pro* yang memiliki arti maju atau gerakan masa yang akan datang dan *crastinus* yang memiliki arti penangguhan atau penundaan. Kedua kata ini memiliki arti penundaan hingga kemudian hari (Afriansyah, 2019). Prokrastinasi merupakan suatu bentuk perilaku menunda dalam menyelesaikan tugas atau pekerjaan secara sengaja. Prokrastinasi dibagi menjadi dua jenis yaitu, prokrastinasi akademik dan non akademik. Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan tugas yang ada pada lingkup pendidikan seperti tugas dari dosen, sedangkan prokrastinasi non akademik lebih berfokus pada tugas-tugas di kehidupan sehari-hari (Harmalis, Nuzmi, Naidarti, Juliawati & Hengki, 2021). Penelitian ini akan menggunakan variabel prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh Muyana (2018), pada mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling pada salah satu universitas swasta di Yogyakarta sebanyak 229 responden, ditemukan bahwa tingkat prokrastinasi akademik sebesar 3

mahasiswa atau 1% pada kategori sangat tinggi, 161 mahasiswa atau 70% yang berada pada kategori tinggi, dan kategori rendah sebanyak 65 mahasiswa atau 29%. Dari paparan hasil penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa pada kategori tinggi lebih mendominasi jika dibandingkan dengan kategori lainnya.

Menurut Suhadianto dan Nindia (2019), dampak prokrastinasi akademik yang dirasakan mahasiswa antara lain, pertama, kategori afektif seperti perasaan tidak tenang, takut, cemas, stres, panik. Kedua, kategori kognitif seperti terus memikirkan tugas yang belum selesai dan munculnya perasaan gagal pada diri sendiri. Ketiga, kategori perilaku seperti malas mengerjakan tugas, terburu-buru mengerjakan tugas, dan terlambat mengumpulkan tugas. Keempat, kategori fisik seperti tidak nafsu makan, *insomnia*, kelelahan, berujung pada kondisi sakit. Kelima, kategori moral seperti meniru pekerjaan teman. Terakhir, kategori interpersonal seperti dimarahi dosen, dicemooh oleh orang lain.

Penelitian lain yang dilakukan pada mahasiswa keperawatan pada salah satu universitas negeri di Bali, ditemukan bahwa mahasiswa cenderung melakukan penundaan pengerjaan tugas ketika mengetahui batas akhir pengumpulan masih jauh atau lama (Komang, Manangkot & Rahajeng, 2022). Penelitian ini sesuai dengan fakta yang penulis dapatkan bahwa terdapat kecenderungan mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademik pada salah satu universitas swasta di Semarang. Hal ini dapat dibuktikan dengan wawancara informal yang penulis lakukan terhadap beberapa mahasiswa.

Hasil pengumpulan fakta lapangan yang penulis lakukan pada tanggal 31 September 2022 terhadap lima mahasiswa aktif Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi angkatan 2019 mengenai perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa mendapatkan hasil sebagai berikut,

Subjek TJ menyatakan “biasanya menunda pengerjaan tugas karena tidak mood dan malas akibat pengumpulan tugas yang masih lama, jika telat mengumpulkan tugas nilai dikurangi dosen, lupa mengumpulkan ujian karena kurang teliti dan terpaksa mengulang di semester kemarin”

Subjek AR menyatakan “aku biasa menunda pengerjaan tugas dan mengerjakan tugas beberapa jam sebelum pengumpulan karena walaupun telat akan diberikan kesempatan untuk mengumpulkan tugas walaupun telat”

Subjek EA menyatakan “aku mengerjakan tugas kuliahku jika sudah tidak sibuk berkegiatan lain, aku punya banyak kegiatan diluar kampus jadi sering melakukan penundaan pengerjaan tugasku karena sibuk dengan kegiatan lain, kadang kala lupa mengumpulkan tugas walau sudah lewat *deadline* tapi tetap dikumpulkan saja”

Subjek FT menyatakan “aku biasanya mengerjakan tugas kalau ada waktu, tapi ku usahakan sebelum pengumpulan aku sudah mengerjakan. Pernah telat mengumpulkan juga tapi diberi kesempatan untuk mengumpulkan”

Subjek JA menyatakan “aku punya kesibukan diluar kampus, membantu keluargaku berjualan, aku mengerjakan tugas kalau sempat dan seringkali melewati batas pengumpulan tugas, aku sering tidak masuk kelas dan berakibat tugas dan absenku terbengkalai, akibatnya aku mengulang mata kuliah di semester 5 dan 7”

Berdasarkan kumpulan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi yang terjadi disebabkan oleh *deadline* pengumpulan tugas yang lama, sibuk mengerjakan pekerjaan lain hingga lupa mengerjakan tugas, lupa mengumpulkan tugas yang telah dikerjakan, dan adanya kesempatan pengumpulan tugas bagi mahasiswa yang telah melewati *deadline*. Masalah ini berdampak pada nilai mahasiswa yang kurang memuaskan, tidak lulus pada mata kuliah tersebut, mengulang mata kuliah yang tidak lulus, dan menghambat mahasiswa untuk mengambil mata kuliah selanjutnya.

Menurut Bernard (dikutip Jatikusumo, 2018), terdapat faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik terdiri dari kecemasan, perasaan rendah diri, rendahnya toleransi terhadap perasaan tidak nyaman, pencari kesenangan, manajemen waktu yang buruk, kondisi lingkungan yang tidak teratur, kondisi stres serta kelelahan, hubungan yang kurang baik dengan orang lain, kurangnya komitmen serta tanggungjawab, dan ketidaktahuan untuk memulai pengerjaan tugas.

Menurut Irwansyah, Meitriana, dan Istiqomah (2022), Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri sendiri, dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kondisi fisik, kondisi psikologis, manajemen waktu, dan efikasi diri. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar, dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pola asuh orangtua, kondisi lingkungan, serta dukungan sosial.

Menurut Mediastuti dan Nurhadianti (2022), dukungan sosial merupakan salah satu bentuk komunikasi verbal maupun non verbal yang menimbulkan perasaan nyaman pada individu. Dukungan sosial terdiri dari beberapa macam antara lain, dukungan sosial dari orangtua, dukungan sosial dari kerabat, dukungan sosial dari pasangan hidup, dan dukungan sosial dari teman sebaya (Livita, 2019).

Usia mahasiswa merupakan usia mencari jati diri, sehingga mahasiswa cenderung lebih dekat dengan teman sebaya dibandingkan dengan keluarga. Hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa fakultas ekonomi di Universitas X, didapatkan bahwa faktor dukungan sosial memiliki fungsi penting dalam menurunkan tingkat prokrastinasi akademik

mahasiswa. Mahasiswa harus menjaga hubungan baik dengan teman dekat, teman sebaya, serta orang lain yang berada disekitarnya. Hubungan yang baik akan memberikan kenyamanan serta manfaat positif pada mahasiswa. Hal ini diakibatkan oleh penerimaan bantuan, saran, maupun arahan dari lingkungan membuat mahasiswa merasa lebih dihargai (Irwansyah, Meitriana & Istiqomah, 2022). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, penulis memilih dukungan sosial dari teman sebaya.

Dukungan sosial teman sebaya merupakan bantuan yang berasal dari teman sebaya akibat kedekatan sosial berupa pemberian informasi verbal maupun non verbal, bantuan nyata atau tidak nyata, serta dukungan secara emosional yang mempengaruhi individu (Harmalis, Nuzmi, Naidarti, Juliawati & Hengki, 2021). Menurut Sherlin & Johannes Dicky (2016), dukungan sosial teman sebaya terbagi dalam 4 dimensi, antara lain (1) dukungan emosi, dimana dukungan yang diberikan berupa empati serta kepedulian terhadap individu, (2) dukungan penghargaan, dimana dukungan yang diberikan lewat penghargaan kepada individu, (3) dukungan instrumental, dukungan berupa bukti nyata yang diberikan secara langsung pada individu, (4) dukungan informatif, berupa pemberian informasi, petunjuk, serta saran kepada individu. Mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademiknya membutuhkan dukungan dari teman sebayanya, khususnya dukungan dalam hal akademik seperti pengerjaan serta pengumpulan tugas-tugas perkuliahannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ibrahim dan Ertina (2019), Faktor dukungan sosial teman sebaya memberikan dampak yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Adanya dukungan sosial

teman sebaya menyebabkan penurunan tingkat prokrastinasi akademik dan berpotensi untuk meningkatkan prestasi akademik. Penelitian lain menyebutkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang didapatkan maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya, begitupun sebaliknya (Mediastuti & Nurhadianti, 2022).

Mahasiswa yang mendapatkan banyak dukungan sosial dari teman sebayanya memiliki pengalaman hidup yang lebih baik, lebih kepercayaan diri, serta pandangan hidup yang lebih positif. Pada kondisi ini tentunya akan membantu mahasiswa dalam mengerjakan tugas-tugas akademiknya. Sedangkan, mahasiswa yang kurang mendapat dukungan sosial dari teman sebayanya akan merasa kecil hati, tidak dianggap, dan menimbulkan perasaan pesimis. Kondisi ini akan membuat mahasiswa kurang termotivasi dalam belajar khususnya pengerjaan tugas akademik (Shinta, Fadilah & Murad, 2022).

Disamping hubungan negatif yang dipaparkan diatas, terdapat pula hubungan positif dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik. Artinya, dukungan sosial teman sebaya dapat memberikan peningkatan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hal ini dapat dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arfah, Tamar, dan Norhafizah (2022) bahwa terdapat hubungan positif dalam dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang mendapat pengaruh negatif teman sebayanya dalam menunda pengerjaan tugas maka akan cenderung mengikuti perilaku tersebut untuk memperlambat kelompok pertemanannya.

Kekhasan penelitian ini dibandingkan penelitian sebelumnya terdapat pada subjek penelitian yaitu Mahasiswa Aktif Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang angkatan 2019-2022 yang berusia 18 hingga 25 tahun. Terdapat kekhasan pada alat ukur dukungan sosial yang dibuat oleh penulis sendiri yang telah diukur validitas dan reliabilitasnya. Selain itu, penelitian ini hendak mengetahui dua sisi hubungan baik negatif maupun positif dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Berdasarkan pembahasan yang dipaparkan diatas, penulis menemukan rumusan masalah penelitian berupa “Apakah ada hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa?”. Harapannya dukungan sosial teman sebaya dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

1.3. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah penelitian khususnya pada bidang psikologi pendidikan mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa serta memberikan informasi kepada penulis lain yang hendak melakukan penelitian mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi bagi masyarakat luas mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

