

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Prokrastinasi adalah tindakan dengan tujuan menunda tugas atau pekerjaan dengan melakukan hal-hal diluar tugas yang tidak berguna dan akan mengakibatkan tugas atau pekerjaan menjadi terhambat, tidak selesai tepat waktu dan sering terlambat ( Salomon dan Rotblum 31, 1984 ). Prokrastinasi juga dapat dikatan sebagai penghindaran tugas karena tidak senang dengan tugas yang diberikan atau takut gagal dalam mengerjakannya ( Ghunfron 13, 2003 ). Prokrastinasi akan diikuti dengan rasa malas dan keterlambatan ( Pangestuti 12, 3003 ). Kebiasaan yang dilakukan ini akan memiliki dampak yang besar dan buruk bagi setiap kalangan (prokrastinator) yang melakukan tindakan ini. Salah satunya adalah mahasiswa.

Menurut Fibrianti (2009), Prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa dalam era akademik disebut prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik ini akan berkutat seputar penyelesaian tugas dan masa akademik mahasiswa. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ellis & Knaus 1977 dalam Ferrari dkk 71, 1995 sejak awal memang sangat banyak tindakan prokrastnasi yang dilakukan dalam era akademik. Yaitu sekitar 70% mahasiswa melakukan tindakan prokrastinasi. Penelitian lainnya menyatakan bahwa prokrastinasi dilakukan 50%-95% mahasiswa ( Janssen & Carton 1999, Kachgal, Hansen, dan Nutter, dkk dalam Ackerman & Gross 5, 2005 ). Dari angket awal yang peneliti sebar pada 49 orang mahasiswa sebagai responden, 26 orang pernah melakukan prokrastinasi. 21 orang sering melakukan prokrastinasi dan hanya 2 yang tidak melakukan prokrastinasi.

Tindakan prokrastinasi ini lama kelamaan menjadi sebuah kebiasaan dan budaya di kalangan mahasiswa. Biasanya dilakukan karena melakukan hal hal yang lebih menyenangkan daripada membuat tugas yang sudah diberikan ( penelitian pribadi, 2018 ). Kebiasaan ini akan memberikan dampak buruk kepada mahasiswa, bagi orang lain atau lingkungan dengan memberikan hasil yang tidak optimal pada pekerjaannya. ( Ferarri dkk, 14, 1995 ). Selain itu, prokrastinasi juga memberikan dampak stres dan merasa bersalah ketika tugas sudah hampir mendekati deadline yang diberikan walaupun tadinya prokrastinasi membantu mengurangi stress akibat tuntutan tugas ( Tice & Baumeister 457, 1997 ).

Tindakan prokrastinasi merupakan permasalahan yang dari jaman dahulu masih ada hingga kini. Dan semakin modern, semakin banyak hal yang dapat menjadi penghambat penyelesaian tugas dan menjadi pendukung prokrastinasi, seperti penggunaan media sosial, game, tempat nongkrong yang semakin lama semakin marak, terutama di Semarang.

Mahasiswa pada dasarnya menginginkan untuk berhenti dari tindakan prokrastinasi, namun mereka tidak menemukan cara yang tepat yang dapat membuat prokrastinasi ini berakhir ( penelitian pribadi , 2018 ). Prokrastinasi dilakukan oleh semua kalangan mahasiswa, bahkan mereka yang memiliki kemampuan yang baik. Sayangnya, prokrastinasi membuat orang dengan kemampuan baik ini memiliki hasil yang tidak optimal, terlambat mengumpulkan tugas, hingga terlambat lulus ( penelitian pribadi, 2018 ). Selain itu, prokrastinasi juga membuat seorang mahasiswa yang baru saja memasuki dunia kerja masih terbawa dengan kebiasaan prokrastinasi mereka sehingga mereka mengalami kesulitan di dunia kerja ( penelitian pribadi 2018 ). Maka dari itu, diperlukan adanya tindakan yang diambil untuk mengatasi masalah prokrastinasi akademik yang terjadi di kalangan mahasiswa melalui perancangan desain kampanye sosial.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Permasalahan penelitian yang penulis ajukan ini dapat diidentifikasi permasalahannya sebagai berikut:

- a. Prokrastinasi adalah halangan yang besar bagi mahasiswa
- b. Prokrastinasi membuat mahasiswa menjadi tidak maksimal dalam mengerjakan tugas.
- c. Mahasiswa ingin berhenti melakukan prokrastinasi dengan cara yang tidak sulit bagi mereka.

## **1.3 Pembatasan Masalah**

### **1.3.1 Lingkup Pembahasan**

Agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus, sempurna, dan mendalam maka penulis memandang permasalahan penelitian yang diangkat

perlu dibatasi variabelnya. Oleh sebab itu, penulis membatasi diri hanya berkaitan dengan ‘*prokrastinasi akademik pada mahasiswa Semarang*’.

Dengan target *audience* kisaran usia 18-20 tahun mahasiswa semester 1,2,3.

### 1.3.2 Lingkup Demografi

Mahasiswa di Kota Semarang, sebagai *pilot sampling* untuk kota lainnya.

## 1.4 Perumusan Masalah

Bagaimana perancangan kampanye sosial yang tepat untuk mencegah kebiasaan prokrastinasi akademik melalui desain komunikasi visual?

## 1.5 Tujuan Penelitian

### 1.5.1 Tujuan Khusus

Penelitian ini bertujuan untuk :

Mengedukasi mahasiswa agar dapat mencegah tindakan prokrastinasi akademik. Memberikan pemahaman bahwa prokrastinasi dapat berdampak buruk bagi masa depan.

### 1.5.2 Tujuan Umum

Tujuan adanya penelitian dan perancangan kampanye sosial ini adalah agar kebiasaan prokrastinasi yang sudah dari dahulu ada ini dapat di cegah.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat untuk :

### 1.6.1 Masyarakat

Masyarakat khususnya mahasiswa, dapat dengan jelas memahami bahwa prokrastinasi merupakan hal yang harus dikurangi bahkan dihindari. Dengan adanya perancangan ini, mahasiswa diharapkan dapat mencegah kebiasaan menunda nunda pekerjaan agar

menjadi pribadi yang lebih on time dalam menyelesaikan pekerjaan dalam deadline, sehingga dapat mendapatkan hasil yang lebih optimal.

### 1.6.2 Institusi

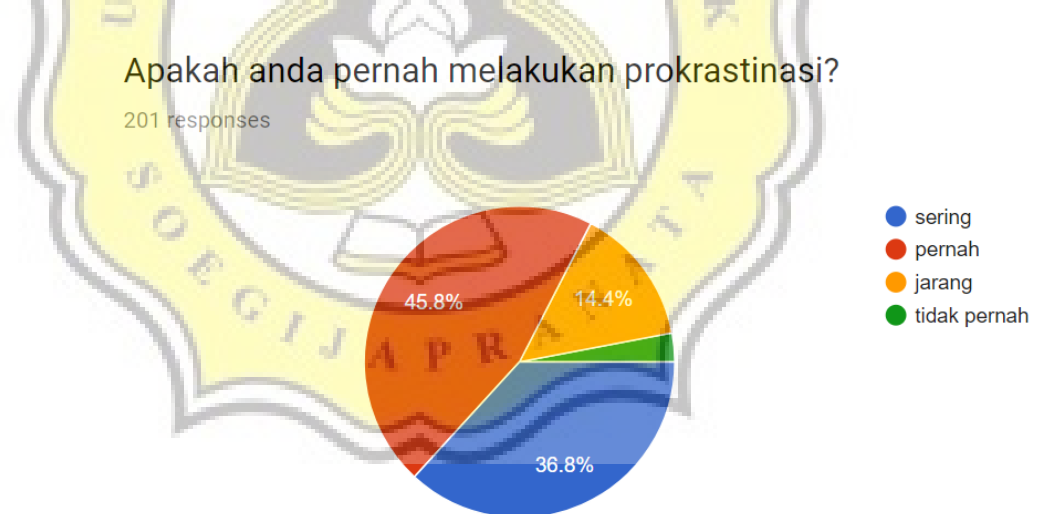
Institusi dapat mendapatkan prestasi mahasiswa yang meningkat karena berkurangnya tingkat prokrastinasi yang terjadi dengan adanya perancangan ini.

### 1.6.3 Diri Sendiri

Sebagai seorang mahasiswa, peneliti diharapkan dapat membantu mencegah permasalahan yang ada dikalangan mahasiswa, salah satunya prokrastinasi. Dan menggunakan ilmu-ilmu yang telah didapat untuk diterapkan dalam kehidupan sehari hari.

## 1.7 Metodologi Perancangan

### 1.7.1 User Research



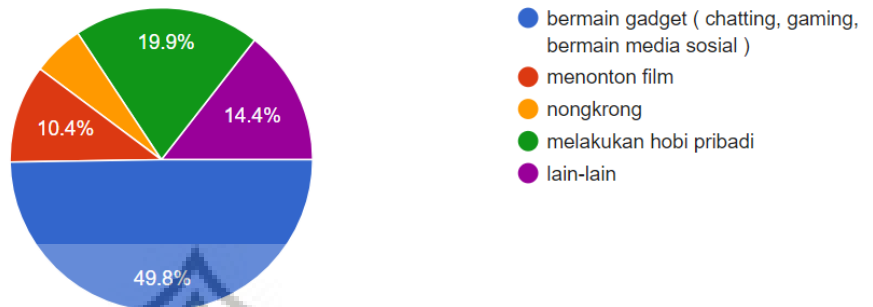
Bagan 1.1 Bagan Jumlah Prokrastinator

( Sumber : Dokumen Pribadi )

Dari data di atas, 45,8% pernah melakukan prokrastinasi, dan 36,8% sering melakukannya. Dari 200 responden mahasiswa, mayoritas pernah dan sering menjadi prokrastinator.

## Biasanya, kegiatan apa yang anda lakukan ketika melakukan prokrastinasi ?

201 responses



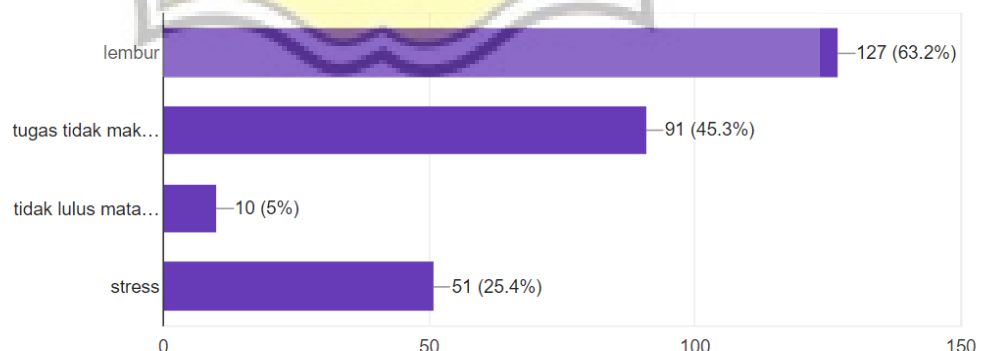
Bagan 1.2 Bagan Kegiatan Prokrastinator

( Sumber : Dokumen Pribadi )

Kemalasan adalah sebab utama tindakan prokrastinasi, dan didukung dengan kegiatan – kegiatan lainnya yang lebih menyenangkan. Presentase terbanyak ada pada bermain gadget, yaitu sebanyak 49,8% mahasiswa. Tegnologi memang sangat dekat dengan remaja jaman sekarang.

## Apa dampak yang sering terjadi ketika anda melakukan prokrastinasi ?

201 responses



Bagan 1.3 Bagan Dampak Prokrastinasi

( Sumber : Dokumen Pribadi )

Selain itu berdasarkan wawancara dengan beberapa mahasiswa yang sudah lulus dan memiliki pekerjaan, mengatakan bahwa kebiasaan prokrastinasi sangat berpengaruh saat di dunia kerja.

a. Behaviour

1. Mahasiswa setiap hari melakukan prokrastinasi
2. Mahasiswa sangat suka bermain gadget ( *handphone* )

b. Need

1. *Refreshing* dari tugas yang banyak
2. Menghindari stress

c. Problem

1. Membuat mahasiswa menjadi lembur
2. Membuat tugas jadi tidak maksimal
3. Dapat memiliki dampak di dunia kerja

d. Attitude

1. Malas mengerjakan tugas sebelum mendekati *deadline*
2. Malas melakukan aktifitas

1.7.2 Insight

Berdasarkan data yang telah didapat, pada jaman sekarang sangat banyak mahasiswa yang “ketagihan” dengan kebiasaan prokrastinasi ini. Pemahaman mereka akan dampak buruk prokrastinasi, belum cukup untuk membuat mereka berhenti melakukan kebiasaan ini. Banyak yang karena sudah nyaman melakukannya, ada pula yang sudah berusaha keluar dari kebiasaan namun belum berhasil.

Insight :

- a. Prokrastinasi adalah halangan yang besar bagi mahasiswa

- b. Prokrastinasi membuat mahasiswa menjadi tidak maksimal dalam mengerjakan tugas dan dapat terbawa ke dunia kerja sebagai kebiasaan yang merugikan.
- c. Mahasiswa ingin berhenti melakukan prokrastinasi dengan cara yang tidak sulit bagi mereka.

### 1.7.3 Background Research

Permasalahan user adalah mereka ingin lepas dari kebiasaan prokrastinasi, agar didunia kerja nanti tidak berkepanjangan kebiasaan ini. Namun belum menemukan cara yang tepat sehingga kebiasaan ini membuat tugas yang mereka kerjakan tidak maksimal.

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan 5 cara. Yang pertama adalah angket, angket ini ditujukan untuk mahasiswa dari semua jurusan di kota Semarang yang berada pada usia 18-23 tahun yang telah menduduki bangku semester akhir. Angket ini digunakan untuk mengetahui seberapa banyak tingkat prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa di kota Semarang. Penggunaan angket ini dirasa efektif karena dapat menjangkau banyak orang.

Yang kedua menggunakan wawancara yang ditujukan kepada psikolog yang memahami prokrastinasi dan juga kondisi psikologis remaja tingkat akhir. Wawancara kepada psikolog digunakan untuk memahami lebih dalam dari sudut pandang profesional apa itu prokrastinasi akademik dan bagaimana dampaknya pada psikologis mahasiswa. Penggunaan wawancara ini efektif digunakan karena dapat secara dalam mengetahui prokrastinasi dan psikologis mahasiswa melalui kaca mata profesional.

Cultural probing menjadi pilihan metode primer, karena untuk memahami keseharian dan kebiasaan prokrastinator harus menggunakan pendekatan yang mendalam, dan memahami karakter mereka setiap hari. Untuk mengetahui apakah mereka melakukan penundaan pengerjaan ataukah mereka menepati deadline. Cultural Probing ini dilakukan kepada prokrastinator mahasiswa usia 20-23 tahun (semester akhir), yang menjadikan prokrastinasi sebagai sebuah kebiasaan setiap hari.

Studi literatur akan dilakukan dengan mencari buku, jurnal, maupun artikel terkait tentang prokrastinasi dan desain komunikasi visual itu sendiri. Studi literatur dilakukan untuk mengetahui teori-teori yang mendasari penelitian ini, teori mengenai prokrastinasi akademik, dan mengenai desain komunikasi visual itu sendiri.

Pencarian melalui internet mengenai topik permasalahan seputar prokrastinasi dan menggunakan sumber yang valid. Digunakan untuk mengetahui teori dan berita terkini mengenai prokrastinasi melalui sumber yang dapat dipercaya.

#### 1.7.4 Timeline research

Pada bulan Februari pada minggu ke 2, peneliti mulai menyebarkan angket online dan offline kepada mahasiswa di Semarang. Kemudian, pada bulan Februari minggu ke 3 juga akan memulai melakukan wawancara dan cultural probing. Lalu, minggu terakhir bulan Februari mulai mencari data pendukung melalui pustaka dan internet.

#### 1.7.5 Initial Concept

Peneliti menemukan 3 masalah utama, yaitu prokrastinasi merupakan hambatan bagi mahasiswa, prokrastinasi memberikan dampak tidak maksimal bagi tugas mahasiswa, dan mahasiswa ingin menyudahi kebiasaan prokrastinasi ini namun tidak dapat menemukan cara yang mudah dan tepat untuk mereka. Dari tiga masalah ini, peneliti kemudian akan memecahkan permasalahan menggunakan 5 metode penelitian. Dimana kelima metode ini memiliki tujuan dan sasaran yang berbeda beda. Setelah mendapatkan hasil dari metode, kemudian dianalisa menggunakan what to say dan how to say lalu di selesaikan menggunakan A.I.S.A.S.

Peneliti menggunakan cara kampanye sosial untuk menyelesaikan masalah ini karena kampanye dirasa dapat menyampaikan pesan guna menyelesaikan permasalahan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dibantu dengan media-media yang akan digunakan sebagai media utama dan pendukung.



Media yang peneliti sarankan sementara berdasarkan riset awal, adalah membuat sebuah media yang sangat disukai anak muda. Yang dekat dengan anak muda. Yaitu melalui media gadget. Karena dengan hal ini, maka media ini akan setiap hari menemani mereka, menemani mahasiswa ini dan tidak mungkin tidak dilihat. Mau tidak mau, gadget adalah hal utama yang akan mereka lihat di keseharian mereka. Dengan pendekatan ini diharapkan kebiasaan prokrastinasi akan berkurang, tidak secara langsung namun secara bertahap dengan memberikan pengaruh melalui media yang dekat dengan target.

#### 1.7.6 Dokumentasi target

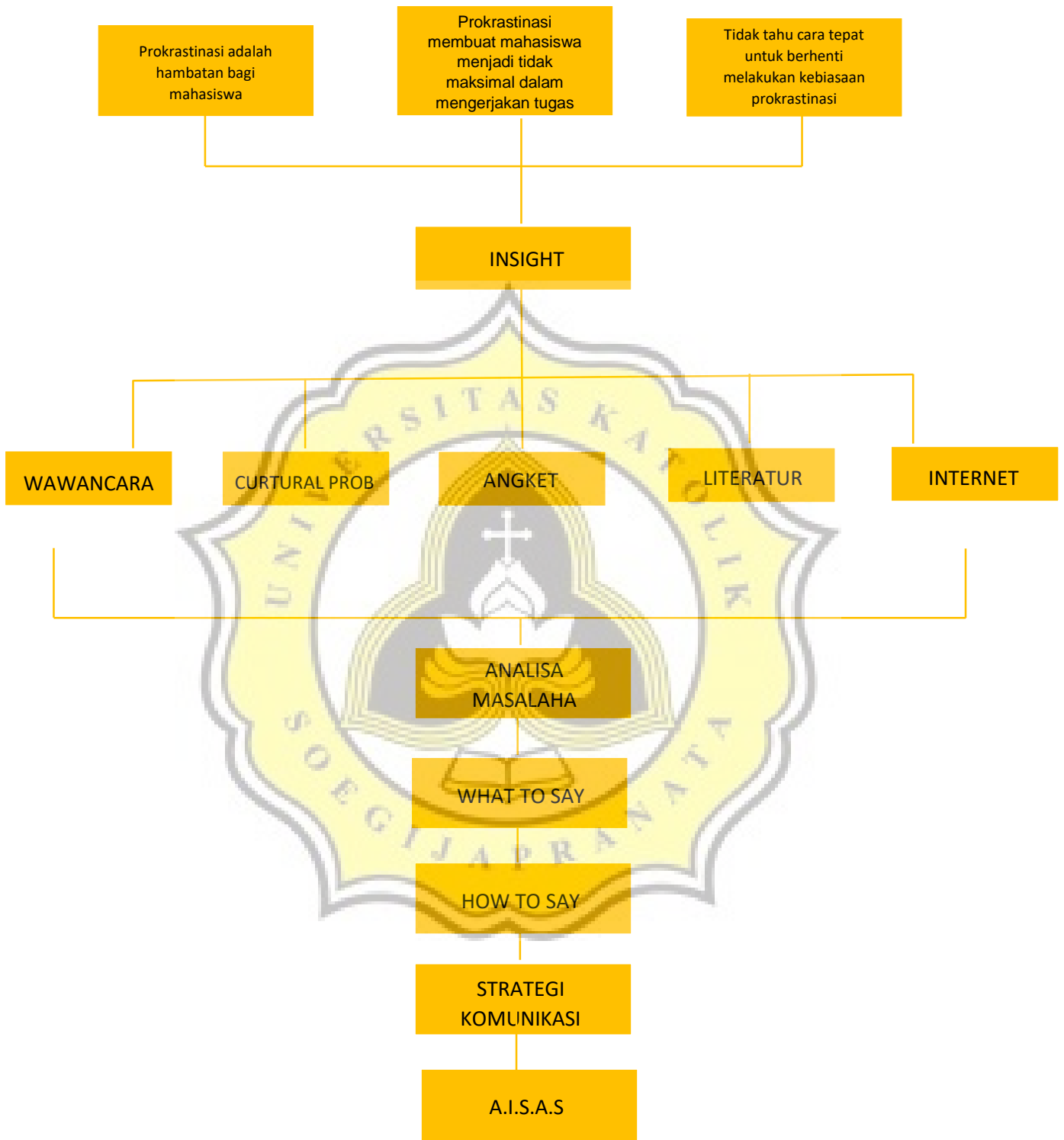


Gambar 1.4 Target User

( Sumber : Dokumen Pribadi )

Foto – foto ini diambil untuk menunjukkan target user.

## 1.8 Skema Perancangan



Bagan 1.1 Skema Perancangan

( Sumber : Dokumen Pribadi )

## **1.9 Tinjauan Pustaka**

### **1.9.1 Jurnal Hubungan Asertivitas dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang oleh Yemima Husetiya**

Jurnal ini membahas mengenai hubungan Prokrastinasi Akademik dengan asertivitas, yaitu cara seseorang mengekspresikan diri dengan jujur. Seseorang dikatakan asertiv jika ia dapat dengan jujur mengekspresikan diri mereka. Seseorang dapat menjadi tidak asertiv karena adanya tuntutan dari orang tua.

Seseorang yang memiliki tingkat asertivitas yang tinggi, cenderung memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah karena mereka dapat memanfaatkan waktu mereka dengan strategi.

Dari jurnal ini dapat diketahui mengenai salah satu penyebab seseorang melakukan tindakan prokrastinasi adalah karena rendahnya tingkat asertivitas dalam diri mereka. Dan juga melalui jurnal ini, peneliti mengetahui bahwa seorang mahasiswa adalah mereka yang memiliki kehendak bebas dalam mengambil keputusan sehingga dituntut untuk dapat belajar mandiri. Keputusan untuk prokrastinasi merupakan sepenuhnya kesadaran seorang mahasiswa untuk memilih.

### **1.9.2 Jurnal Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Diponegoro Semarang oleh Irmawati Dwi**

Jurnal ini membahas mengenai dampak gaya asuh orang tua terhadap kebiasaan prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa saat menyelesaikan skripsi.

Dari jurnal ini dapat diketahui bahwa dukungan sosial dari orang tua ternyata berpengaruh terhadap kebiasaan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang besar dari orang tua nya, cenderung menyelesaikan skripsi tepat waktu.

### **1.9.3 Jurnal Mahasiswa vs Tugas : Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness oleh Edwin Adrianta Surijah dan Sia Tjundjing**

Jurnal ini membahas mengenai hubungan antara prokrastinasi akademik dengan sifat conscientiousness yaitu tekun, rajin, serta memiliki kendali diri yang baik.

Dari jurnal ini dibuktikan bahwa seseorang yang memiliki tingkat conscientiousness yang tinggi cenderung terhindar dari prokrastinasi akademik. Maka salah satu cara menghindari prokrastinasi akademik adalah dengan membangun sifat conscientiousness dalam diri seseorang.

#### **1.9.4 Jurnal I Love You Tomorrow : Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu oleh Iven Kartadinata dan Sia Tjundjing**

Jurnal ini meneliti tentang bagaimana pengaruh manajemen waktu seseorang dengan prokrastinasi akademik.

Ternyata, dengan pengelolaan waktu yang baik seseorang dapat terhindar dari prokrastinasi akademik.

Selain itu ditemukan pula faktor penyebab prokrastinasi lainnya, seperti malas, kewalahan, tidak mampu mengatur waktu dengan baik, serta sulit mengambil keputusan.

