

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di Indonesia, terdapat banyak studi berbasis formal yang memiliki tujuan untuk membekali individu dengan suatu ilmu pengetahuan maupun ilmu teknologi, salah satu studi formal tersebut ialah perguruan tinggi (Aziz, 2013). Peserta didik dari perguruan tinggi tersebut dapat disebut dengan mahasiswa, menurut Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Pendidikan Tinggi. Pada saat menempuh perkuliahan mahasiswa dituntut untuk dapat menyelesaikan tugas – tugas akademik yang di berikan, bermula dari tugas mata kuliah hingga akhirnya mengerjakan tugas akhir untuk memperoleh gelar kesarjanaan bagi mahasiswa sastra satu (Marjan, 2018).

Yogyakarta disebut menjadi miniatur dari Indonesia karena Yogyakarta menyediakan berbagai Pendidikan pada setiap jenjang pendidikannya, Setyaningrum, (2019) mengungkapkan bahwa Yogyakarta memiliki daya tarik tersendiri untuk membuat mahasiswa memilih menuntut ilmu di Yogyakarta, beberapa keunikan yang dimiliki akan membuat lebih banyak mahasiswa yang tertarik menuntut ilmu di kota Yogyakarta. (Sugianto, 2004) mengungkapkan bahwa terdapat beberapa karakter yang dimiliki Yogyakarta sehingga menjadi kota yang

diminati oleh mahasiswa ialah, Yogyakarta tercatat memiliki 489 program studi, hal ini memberikan berbagai pilihan bagi calon mahasiswa yang akan menempuh pendidikannya, Yogyakarta mendukung fasilitas belajar dan infrastruktur yang sangat lengkap, Yogyakarta memiliki predikat lain seperti kota pariwisata, kota budaya, kota perjuangan, dan kota “berhati nyaman”.

Mahasiswa sebagai individu yang sedang menempuh perkuliahan di perguruan tinggi cenderung melakukan penundaan untuk menyelesaikan tugas akademiknya, seperti yang terlampir pada penelitian yang dilakukan Huda, (2016) mengemukakan hasil bahwa sebanyak 78,5% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Suhardianto (2020) pada 500 mahasiswa di Universitas Surabaya ditemukan bahwa terdapat 73% mahasiswa yang menunda untuk menyelesaikan pekerjaan dalam menuliskan makalah, 76,8% terdapat mahasiswa yang menunda tugasnya dalam membaca buku, 61,8% mahasiswa menunda dalam belajarnya, 54,4% mahasiswa menunda dalam penyelesaian administrasi akademik, dan 56,8% terdapat mahasiswa yang menunda ataupun terlambat untuk memasuki kelas.

Prokrastinasi merupakan suatu keinginan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan suatu hal secara keseluruhan dan memilih untuk melakukan kegiatan lain yang tidak berguna yang menyebabkan tidak terselesaikannya pekerjaan maupun keterlambatan dalam menghadiri suatu pertemuan (Solomon, 1984). Fauziah, (2015)

mengatakan bahwa individu yang melakukan prokrastinasi disebut dengan *prokrastinator*. Prokrastinasi ialah perilaku dengan sengaja menunda untuk menyelesaikan tugas penting dan lebih memilih untuk mengerjakan suatu hal yang menyenangkan, Sama halnya dengan McCloskey (2012) mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan suatu kecenderungan dalam perilaku menunda dan mengarah pada beberapa aktivitas seperti, mengerjakan tugas, praktik, serta aktivitas belajar sebelum ujian dimulai.

Ferrari, dkk (1995) mengungkapkan bahwa terdapat 4 aspek yang mempengaruhi prokrastinasi, yakni *perceived time* atau individu yang hanya berorientasi pada masa kini namun tidak mempertimbangkan masa mendatangnya, *intention-action* merupakan adanya perbedaan antara keinginan dengan Tindakan yang menghasilkan kegagalan mahasiswa untuk mengerjakan tugas akademiknya walaupun disamping hal tersebut mahasiswa memiliki keinginan untuk mengerjakannya, *emotional distress* merupakan perasaan tidak nyaman yang ditimbulkan akibat individu melakukan penundaan melakukan suatu pekerjaan, dan *perceived ability* merupakan rasa ragu yang ada pada individu terhadap kemampuan dirinya sendiri.

BPS (2021) mengungkapkan bahwa terdapat 8.956.184 mahasiswa yang tercatat, dan pada Disdipora, (2021) menyatakan di Yogyakarta terdapat 1.204.322 mahasiswa yang sedang menempuh Pendidikan perguruan tinggi, dengan adanya data tersebut mahasiswa

sebagai harapan bangsa diharapkan mampu untuk mempertahankan eksistensi bangsa di era yang akan datang, diharapkan mahasiswa dapat melibatkan dirinya terhadap tugasnya sebagai mahasiswa dan dapat bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan oleh dosen. (Lailiana, 2017).

Berdasarkan hasil survei yang peneliti lakukan terhadap 7 Mahasiswa yang ada di Yogyakarta pada tanggal 13 April 2023, terdapat 7 mahasiswa yang telah mengisi survei, 6 mahasiswa terindikasi mengalami kecemasan sehingga melakukan penundaan untuk menyelesaikan tugas – tugasnya, subjek merasakan ketidaknyamanan pada saat diberikan tugas yang menurutnya tidak penting. Subjek tetap melakukan penundaan dan lebih mengutamakan kegiatan yang lain dibandingkan dengan mengerjakan tugasnya

Berdasarkan penelitian Yosefine, (2014) didapatkan hasil bahwa 4 mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi sangat tinggi, 16 mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi, 22 mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi akademik sedang, 7 mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi akademik rendah dan 15 mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi sangat rendah. Penelitian Jaya, (2016) menunjukkan hasil bahwa semua Angkatan mahasiswa cenderung melakukan prokrastinasi aktif, serta mendapatkan hasil perbedaan yang cukup signifikan antara mahasiswa laki – laki dengan mahasiswa perempuan.

Kiamarsi & Abolghasemi (2014) mengungkapkan bahwa dampak dari mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi harus mendapatkan perhatian yang serius, karena jika tidak akan berdampak pada kerentanan psikologisnya sebagai contoh, mahasiswa akan merasa sangat cemas, stres, hingga depresi. Menurut Burka & Yuen (2008), dampak prokrastinasi akademik dibagi menjadi dua yakni, sebagai contoh *procrastinator* memiliki perasaan takut akan kegagalan namun *procrastinator* melakukan prokrastinasi akan suatu hal. Dan terdapat faktor eksternal yakni pada saat individu tidak melakukan prokrastinasi namun lingkungan dapat membuat individu tersebut melakukan prokrastinasi dengan adanya tugas yang kurang menyenangkan atau tugas yang berlebihan, hal ini akan membuat siapa saja ingin melakukan penundaan dalam mengerjakannya.

Aziz (2013) mengungkapkan bahwa terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik, yakni prokrastinasi akademik primer, hal ini muncul berupa rasa cemas pada individu yang sedang menerima tugas akademiknya. Berikutnya prokrastinasi akademik sekunder, prokrastinasi akademik sekunder terdiri dari *low discomfort tolerance & pleasure seeking*, *self-depreciation*, dan *environmental disorganization*. Penelitian yang dilakukan oleh Aziz (2013) menunjukkan hasil bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh 3 hal yakni, *time disorganization*, *stres and fatigue*, dan kecemasan

Kecemasan merupakan rasa tidak aman, dan ketidakmampuan dalam menghadapi tuntutan lingkungan, kesulitan akan tekanan dari kehidupan sehari-hari, (Syamsu, 2009). Sama halnya dengan yang dikatakan oleh Jeffrey, (2005) bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan emosional yang dirasakan serta merasakan ketegangan yang tidak menyenangkan serta berpikiran bahwa suatu hal yang tidak menyenangkan akan terjadi. Diperkuat oleh Steven Schwartz, (2000) yang mengemukakan bahwa kecemasan berasal dari Bahasa latin *anxius* atau yang berarti penyempitan, kecemasan cenderung sama dengan rasa takut namun lebih spesifik, sedangkan kecemasan ditandai dengan adanya kekhawatiran akan hal buruk yang akan terjadi di masa depan.

Kecemasan memiliki beberapa aspek, Ghufron, (2014) mengungkapkan bahwa kecemasan dibagi menjadi 3 aspek yakni, (a) aspek fisik, seperti rasa pusing, merasakan sakit kepala, keadaan tangan yang selalu mengeluarkan keringat, dan menimbulkan rasa mual pada perut. (b) Aspek emosional atau seperti datangnya rasa panik dan rasa takut pada individu. Dan (c) aspek mental atau kognitif, yakni timbulnya gangguan pada memori, timbul rasa khawatir, tidak teraturnya cara berpikir, dan merasa kebingungan.

Kecemasan yang dirasakan oleh individu berupa bentuk rasa takut akan kegagalannya dalam menyelesaikan tugas, serta dihantui dengan rasa takut jika telah melakukan kesalahan, dan timbulnya ketidakpercayaan diri (Aziz, 2013). Wakhyudin, H, (2020)

mengungkapkan bahwa faktor yang dapat membuat individu mengalami kecemasan dalam kegiatan akademiknya yakni karena adanya suatu hambatan maupun kesulitan yang dirasakan oleh individu tersebut yang bersifat internal dan eksternal, sama halnya dengan yang diutarakan oleh Catrunada (2009) bahwa, kecemasan dapat menjadi salah satu faktor dari prokrastinasi akademik dikarenakan individu dengan kecemasan yang tinggi akan membuat individu tersebut menjadi menunda untuk menyelesaikan tugas – tugasnya. Pada penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya belum banyak terdapat peneliti yang melakukan penelitian mengenai permasalahan atau tema yang sama dalam membahas kecemasan dengan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa khususnya pada wilayah Yogyakarta.

Berdasarkan uraian di atas, maka masalah yang dapat peneliti rumuskan adalah apakah ada hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Yogyakarta.

B. Tujuan Penelitian

penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Yogyakarta

C. Manfaat penelitian

manfaat yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah:

a) manfaat teoritis

hasil penelitian ini dapat diharapkan mampu memberikan sumbangan pemikiran dan dapat memperkaya penelitian yang telah ada bagi ilmu psikologi mengenai kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Yogyakarta

b) manfaat praktis

manfaat yang diharapkan oleh penulis dalam penelitian ini yakni, bagi mahasiswa penelitian ini dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Yogyakarta.