

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pendidikan merupakan suatu metode yang digunakan untuk memperoleh ilmu pengetahuan dari berbagai bidang keilmuan (Araihim, Arneliwati & Misrawati, 2014). Menurut (Pratiwi, 2017) Salah satu wadah proses pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas adalah lembaga pendidikan, dalam hal ini universitas. (Fauziah, 2015) Peran kampus sebagai penghasil intelektual mudajuga sangat penting. Kampus sebagai tempat mencari ilmu tidak hanya menawarkan materi dan teori yang membosankan, namun juga membangkitkan kemampuan nalar dalam diri mahasiswa.

Menurut Rara (2023) Mahasiswa merupakan pelajar pendidikan tinggi untuk mengejar ilmu pengetahuan. Mereka sering dianggap sebagai individu yang telah mencapai kedewasaan fisik dan mental serta memiliki pemahaman yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Dalam lingkungan perkuliahan, mahasiswa memiliki tanggung jawab dan kewajiban tertentu, salah satunya adalah menyelesaikan tugas-tugas akademik yang diberikan (Akbar & Nurhayati, 2022). Semua mahasiswa diharapkan mencapai prestasi akademik yang baik dalam setiap mata kuliah yang diambil. Untuk mencapai hal tersebut, mahasiswa perlu terlibat secara aktif dalam proses belajar-mengajar di kelas, termasuk menghadiri kelas secara teratur, mematuhi aturan kampus, menyelesaikan semua tugas yang diberikan untuk setiap mata kuliah, dan melakukan presentasi di depan dosen (Munthe & Lase, 2022).

Tugas seorang mahasiswa di perguruan tinggi tidak hanya semata-mata untuk belajar. Terdapat banyak keterampilan yang perlu diraihinya hingga mereka siap menghadapi tuntutan di dunia kerja. Salah satu keterampilan yang diharapkan dimiliki mahasiswa adalah perilaku yang terorganisir. Perilaku terorganisir tidak hanya membantu mahasiswa untuk berada pada jalurnya, tetapi juga membantu mahasiswa untuk menyiapkan diri menghadapi dunia kerja (Ray, 2016). Organisasi kampus memiliki peran strategis dalam pengembangan mahasiswa, dengan tiga fungsi utama sebagai wadah untuk menyampaikan nilai-nilai kebenaran, sebagai agen perubahan, dan sebagai penyiap generasi penerus masa depan. Selain itu, melalui keanggotaan dalam organisasi, mahasiswa juga memiliki kesempatan untuk mengembangkan soft skill yang tidak diajarkan secara khusus dalam lingkup akademis (Bessie dkk., 2024).

Menurut (Huda, 2019) Organisasi mahasiswa adalah wadah untuk memungkinkan mahasiswa untuk berlatih mengembangkan keterampilan kepemimpinan, komunikasi, dan kerja sama. Organisasi ini bertujuan untuk meningkatkan partisipasi mahasiswa dalam berbagai kegiatan yang berhubungan dengan akademik, sosial, dan kemasyarakatan. Pemaparan di atas memberikan gambaran bahwa keberadaan organisasi kemahasiswaan di perguruan tinggi merupakan hal penting dalam rangka pengembangan diri mahasiswa. Hal tersebut dipertegas dengan adanya Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi pasal 77 mengenai Organisasi Kemahasiswaan. Menurut (Kartikasari, 2017) Lembaga kemahasiswaan di kampus merupakan wadah resmi yang memiliki otoritas untuk menampung dan memperjuangkan

aspirasi mahasiswa, baik di dalam maupun di luar kampus. Organisasi mahasiswa yang ada meliputi Himpunan Mahasiswa (HIMA), Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM), Badan Legislatif Mahasiswa (BLM), Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), Majelis Perwakilan Mahasiswa (MPM), dan Dewan Legislatif Mahasiswa (DLM). Keberagaman organisasi ini diharapkan dapat memfasilitasi mahasiswa dalam beraktivitas sesuai dengan minat dan potensi mereka. Namun, situasi tersebut juga menuntut manajemen waktu yang efektif, karena banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam membagi waktu mereka antara tugas perkuliahan dan tanggung jawab di dalam organisasi. Mahasiswa yang secara aktif terlibat dalam kegiatan organisasi sering menghadapi tantangan dalam memprioritaskan waktu antara tugas kuliah dan keterlibatan organisasi (Pertiwi, 2020).

Sejalan dengan penjelasan tersebut, Miswanto (2022) menyatakan tuntutan yang tinggi seringkali menyebabkan mahasiswa mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan dan menyerahkan tugas mereka. Banyak mahasiswa yang cenderung mengandalkan pola kerja 'SKS' atau sistem kebut semalam, sering membolos, dan terlambat dalam menghadiri perkuliahan. Dampaknya, ada yang terpaksa menunda proses kelulusannya. Perilaku menunda pekerjaan termasuk tugas kuliah dalam istilah psikologi disebut prokrastinasi yaitu suatu ketidakmampuan dalam mengatur waktu dengan efektif, yang mengakibatkan penundaan dalam penyelesaian suatu tugas. Prokrastinasi mencakup kecenderungan untuk menunda memulai atau menyelesaikan pekerjaan secara keseluruhan demi melakukan aktivitas lain yang kurang produktif. Akibatnya,

kinerja terhambat, tugas sering tidak selesai tepat waktu, dan seringkali menghadiri pertemuan terlambat. (Solomon & Rothblum, 1984).

Prokrastinasi sebetulnya tidak mengacu pada ketidakmampuan untuk melakukan tugas sama sekali, melainkan lebih kepada menunda pekerjaan dengan melakukan aktivitas lain yang mengakibatkan kinerja terhambat karena tidak dapat menyelesaikannya tepat waktu (Jatikusumo, 2018). Dalam khasanah akademik, perilaku prokrastinasi disebut prokrastinasi akademik. Menurut Schouwenburg dan Lay (1995) prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda pekerjaan dalam lingkungan belajar meskipun mengetahui dampak negatifnya bagi diri sendiri. Ferrari (1995) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik terjadi ketika seseorang menunda-nunda pekerjaan yang bersifat formal dan terkait dengan dunia akademis, seperti tugas-tugas sekolah, kuliah, atau kursus. Sementara itu, prokrastinasi non-akademik terjadi ketika penundaan dilakukan pada tugas-tugas yang bersifat informal atau terkait dengan kehidupan sehari-hari, seperti pekerjaan rumah tangga, sosial, atau kantor. Dengan demikian, prokrastinasi akademik dapat dipahami sebagai kecenderungan untuk menunda-nunda tugas-tugas formal seperti tugas-tugas kuliah atau sekolah yang memiliki relevansi dengan bidang akademik. Berdasarkan pandangan prokrastinasi menurut Ferrari (1995) terkait aspek prokrastinasi dalam konteks akademik meliputi penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas yang dihadapi, lambatnya pelaksanaan tugas, perbedaan waktu antara rencana dan pencapaian aktual, serta, memilih aktivitas yang lebih menyenangkan dari pada melaksanakan tugas yang seharusnya dilakukan.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum (2014) menunjukkan bahwa mahasiswa yang berada di salah satu Universitas di Amerika Serikat melakukan prokrastinasi akademik sebanyak 46% dari jumlah responden sebanyak 342. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Burka dan Yuen (2018) menunjukkan bahwa ada 90% mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik dan 25% diantaranya dikeluarkan dari kuliah karena tidak mampu untuk memenuhi tanggung jawab perkuliahan. Penelitian yang dilakukan oleh Haryanti dan Santoso (2020) diketahui bahwa sebanyak 74% mahasiswa yang mengikuti organisasi berada dalam kategori sedang untuk melakukan prokrastinasi akademik. Sebanyak 13,4% mahasiswa berada pada kategori tinggi untuk melakukan prokrastinasi akademik. Selanjutnya sebanyak 12,6% mahasiswa pada kategori rendah yang melakukan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian Ahmaini (2010) yang dilakukan di Universitas Sumatera Utara diperoleh bahwa mahasiswa aktif PEMA (Pemerintahan Mahasiswa) memiliki prokrastinasi lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak aktif organisasi. Alaihami, Arneliwati, dan Misrawati (2014) menemukan bahwa kegiatan organisasi menyebabkan mahasiswa menunda pengerjaan tugas akademik dan lebih mengutamakan organisasi.

Pada Sabtu 11 Mei 2024, peneliti juga melakukan studi pendahuluan dengan wawancara pada mahasiswa yang sedang mengikuti organisasi didasarkan pada definisi dari aspek prokrastinasi dari Ferrari dkk. (1995) pada aspek penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas yang dihadapi mahasiswa yang diwawancarai mengakui mengalami penundaan dalam memulai tugas. dengan

banyaknya tugas yang harus diselesaikan, yang menyebabkan mereka kesulitan untuk memulai. Kegita mahasiswa mengakui bahwa ia kadang-kadang merasa malas untuk memulai tugas yang tidak menarik. Hal ini menunjukkan bahwa penundaan dalam memulai tugas adalah masalah umum yang dihadapi mahasiswa, terutama ketika mereka merasa tertekan atau tidak tertarik dengan materi. Pada aspek kedua keterlambatannya dalam mengerjakan tugas, ditemukan mahasiswa sering menyelesaikan tugas saat mendekati deadline, yang berdampak pada kualitas pekerjaan mereka. Mahasiswa mengakui bahwa ia mengerjakan tugas dengan santai, yang menyebabkan keterlambatan dalam penyelesaian. Pada aspek ketiga kesenjangan antara waktu rencana dan kinerja aktual, didapati mahasiswa mengaku dirinya sering kali merencanakan waktu yang tidak realistis untuk menyelesaikan tugas. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa sering kali tidak dapat memenuhi rencana yang telah mereka buat, yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk manajemen waktu yang buruk dan tekanan dari tugas yang menumpuk. Pada aspek keempat didapati 3 dari 1 mahasiswa mengakui bahwa mereka kadang memilih untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas seperti menonton film mendengarkan musik , 3 dari 2 mahasiswa mengaku dirinya lebih senang mengikuti event dari organisasi daripada kegiatan perkuliahan, mereka sering mengalami kebosanan saat didalam kelas hal Ini menunjukkan bahwa daya tarik aktivitas yang lebih menyenangkan dapat menjadi faktor signifikan dalam perilaku prokrastinasi, yang mengalihkan perhatian mahasiswa dari tugas akademik yang harus diselesaikan.

Menurut Asri dan Dewi (2014) prokrastinasi akademik menyebabkan berbagai dampak negatif kaitannya dengan akademik yaitu beban tugas yang semakin menumpuk, prestasi belajar rendah, dan kemungkinan pemutusan hubungan studi. Hal sepadan juga diungkapkan Ferrari (dalam Maria, Rosmawati, dan Arifin 2024), bahwa prokrastinasi akademik terjadi dikarenakan adanya perasaan yang tidak nyaman yang memberikan dampak negatif seperti banyaknya waktu yang terbuang dengan sia-sia, tugas menjadi terbengkalai bahkan bila diselesaikan hasilnya tidak menjadi maksimal. Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi menurut Ferrari, dkk (1995) dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal yang merupakan faktor dari dalam individu dan faktor eksternal adalah faktor dari luar individu.

Menurut Biordy (dalam Ahmaini, 2010), salah satu faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik adalah keterlibatan dalam kegiatan organisasi. Mahasiswa yang aktif dalam organisasi sering mengalami kesulitan dalam mengatur waktu dan tugas antara kuliah dan kegiatan organisasi. Pertiwi (2020) tugas mahasiswa seharusnya bisa secara langsung menyelesaikan tugas agar tidak menjadi beban dan menumpuk dengan tugas-tugas yang lainnya. Sejalan dengan penjelasan tersebut Olejnik dan Holschuh 2007 (dalam Limbong 2020), perilaku prokrastinasi dapat disebabkan oleh stres, dimana seseorang merasa tidak mampu memenuhi tuntutan atau kebutuhan yang ada. Salah satu jenis stres yang dapat dialami adalah stres akademik, yaitu stres yang disebabkan oleh banyaknya tugas akademik yang harus diselesaikan.

Stres akademik adalah perasaan dimana terdapat terlalu banyak tekanan dan tuntutan, khawatir dengan ujian dan tugas kuliah, serta tidak bisa mengelola tugas karena jadwal yang terlalu sibuk (Munir, 2015). Sejalan dengan penjelasan tersebut (Sun., dkk 2011) Stres akademik adalah tekanan akibat persepsi subjektif terhadap suatu kondisi dalam akademik. Mahasiswa yang mengalami stres akademik seringkali kesulitan mengatur waktu antara belajar dan kegiatan lainnya, yang menyebabkan sering membuang waktu oleh karena itu mahasiswa perlu meningkatkan keterampilan manajemen waktu untuk mengatasi stres akademik dan dapat membagi waktu secara efektif antara belajar dan kegiatan lainnya (Khumaerah & Matulesy 2022). Kustanti (2017) menyatakan bahwa mahasiswa yang mengikuti organisasi cenderung mengalami prokrastinasi, sedangkan mahasiswa yang tidak mengikuti organisasi mempunyai tingkat prokrastinasi yang lebih rendah, hal ini disebabkan karena mahasiswa yang mengikuti organisasi lebih cocok dengan kelompok organisasi dibandingkan mahasiswa yang tidak mengikuti organisasi.

Berdasarkan penjelasan para ahli, stres akademik dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi pada mahasiswa yang mengikuti organisasi. Menurut Puspita dan Kumalasari (2022) Yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara stres akademik dan prokrastinasi akademik yang artinya Artinya semakin tinggi stres akademik maka semakin tinggi prokrastinasi akademik, dan sebaliknya semakin rendah stres akademik maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Didukung dengan Penelitian yang dilakukan oleh Izzati (2021) Yang berjudul “Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu

Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo” subjek yang digunakan sebanyak 294 orang menunjukkan bahwa terdapat 72 mahasiswa (24,5%) berkategori tinggi, 222 mahasiswa (75,5%) berkategori sedang, dan 0 mahasiswa berkategori rendah. Artinya prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berkategori sedang (Izzati, 2021). Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa yang menjadi pembeda dari penelitian sebelumnya ialah, Penelitian menggunakan subjek mahasiswa yang mengikuti organisasi.

Berdasarkan penjelasan latar belakang permasalahan tersebut rumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini, apakah terdapat hubungan antara stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengikuti organisasi?

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan

Berdasarkan uraian serta rumusan masalah diatas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengikuti organisasi.

2. Manfaat

Adapun manfaat dari penelitian ini yaitu diantaranya:

a. Manfaat teoritis

Diharapkan peneliti mampu memberikan data guna peningkatan kajian psikologi, khususnya dalam bidang ilmu psikologi pendidikan yang

berhubungan terhadap stres akademik serta prokrastinasi akademik, sehingga penelitian ini bisa menjadi referensi tambahan bagi peneliti di masa depan

b. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi acuan untuk mahasiswa mengenai pentingnya pemahaman stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengikuti organisasi sehingga dapat mencegah munculnya gejala prokrastinasi akademik ketika menyelesaikan tugas yang diberikan dosen dan mahasiswa dapat mencapai tujuan serta berhasil dalam bidang akademiknya.