

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan hal utama yang dibutuhkan dalam peningkatan SDM. Jenjang pendidikan terbagi menjadi beberapa tahapan, salah satunya perguruan tinggi. Pendidikan menjadi hal yang penting dan wajib bagi setiap individu, sehingga banyak yang ingin menempuh pendidikan sarjana dan menjadi mahasiswa. Mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi (Depdiknas, 2012). Mahasiswa juga dapat di definisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi (Siswoyo, 2007).

Mahasiswa sebagai bagian yang luas dari institusi pendidikan diwajibkan untuk mengembang setiap potensi diri yang dimiliki secara maksimal, mahasiswa akan selalu mendapatkan tugas-tugas, baik yang bersifat akademik maupun non akademik (Saman, 2017). Saat mengasah potensi diri tersebut, tentunya sebagai mahasiswa wajib melaksanakan tanggung jawab akademiknya seperti belajar, mengerjakan tugas, mengerjakan ujian, tidak menunda nunda dalam mengerjakan tugas serta rajin mengikuti perkuliahan (Puspita, 2014). Ketika mahasiswa memiliki perasaan senang dan bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas selama perkuliahan berlangsung sesuai dengan *deadline* yang diberikan, maka akan menciptakan kelulusan tepat waktu di perguruan tinggi. Namun di kenyataannya,

mahasiswa terkadang saat menghadapi tugas yang diberikan muncul rasa enggan atau malas untuk menyelesaikannya. Rasa enggan yang timbul berasal dari kondisi psikologi individu yang sedang dialami dan mendorongnya untuk menghindari tugas yang menjadi kewajiban. Hal ini merupakan ciri dari bentuk perilaku yang biasa disebut dengan prokrastinasi (Saman, 2017).

Prokrastinasi akademik menurut McCloskey (2015) adalah kecenderungan untuk menunda-nunda aktivitas yang berkaitan dengan lingkungan sekolah. Rosario dkk. (2009) menyebutkan bahwa ketidakmampuan mengelola serta memanfaatkan waktu merupakan salah satu ciri dari prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan Wahyuningsih, rahmawati, dan Handoyo (2021) dapat diambil sebuah kesimpulan bahwa mahasiswa banyak melakukan prokrastinasi akademik dengan berbagai macam alasan yang diungkapkan yaitu lebih banyak menggunakan waktunya untuk melakukan hal-hal lain. Mahasiswa juga beranggapan bahwa jika melakukan pengerjaan tugas diakhir waktu akan lebih efektif dan menemukan ide-ide yang tidak dipikirkan sebelumnya dan merasa tugas harus bisa selesai saat itu juga dan pada akhirnya bisa diselesaikan. Walaupun terdapat beberapa mahasiswa yang mengaku bahwa hasil tugas yang didapatkan tidak maksimal namun tetap melakukan penundaan. Ferrari (1995) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik terdiri dari 4 aspek yaitu ; a) penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas; b) keterlambatan dalam menyelesaikan tugas; c) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual; serta d) melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Berdasarkan hasil survey yang telah dilaksanakan oleh Khumairah, Matulessy, dan Suhadianto (2022) menyebutkan bahwa mahasiswa yang melakukan penundaan untuk mulai mengerjakan tugas kuliah dan menunda untuk segera menyelesaikan tugas kuliah, didapatkan data bahwa mahasiswa yang melakukan penundaan untuk memulai mengerjakan tugas kuliah dengan kategori sangat tinggi sebanyak 38% mahasiswa, dalam kategori tinggi sebanyak 24% mahasiswa, dalam kategori sedang sebanyak 24% dan sebanyak 14% termasuk dalam kategori rendah. Sedangkan sebagian mahasiswa yang melakukan penundaan untuk segera mengakhiri tugas kuliah, dalam kategori sangat tinggi sebanyak 24%, dalam kategori tinggi sebanyak 31%, dalam kategori sedang sebanyak 35% dan yang termasuk dalam kategori rendah sebanyak 10%. Penelitian yang dilakukan oleh Purnama dan Muis (2014) menyatakan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 275 mahasiswa mendapatkan 170 mahasiswa (62%) tergolong melakukan perilaku prokrastinasi akademik pada kategori sedang, sebanyak 59 mahasiswa (21%) tergolong pada kategori tinggi, dan 46 mahasiswa (17%) tergolong pada kategorisasi rendah melakukan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian yang ditemukan Muyana (2018) menyatakan terdapat 3 (1%) mahasiswa yang memiliki prokrastinasi pada kategori sangat tinggi, sebanyak 161 (70%) mahasiswa yang berada pada kategori tinggi, sebanyak 65 (29%) mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik pada kategori rendah, serta tidak ada mahasiswa pada kategori sangat rendah. Berdasarkan data hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa masih banyak mahasiswa yang

melakukan penundaan dalam memulai mengerjakan tugas ataupun menyelesaikan tugas.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan melalui media *whatsapp* pada November 2023 pada beberapa narasumber. Diperoleh 8 narasumber, diantaranya terdapat 4 diantaranya yang melakukan penundaan atau prokrastinasi. Bentuk prokrastinasi yang dilakukan ialah menunda pengerjaan tugas dengan alasan waktu pengumpulan tugas yang diberikan lama. Penundaan juga dilakukan dengan alasan tugas yang diberikan sulit sehingga untuk mengakses sumber materi sulit, mood yang kurang baik, kurang motivasi, dan tidak percaya diri dalam memahami tugas yang diberikan sehingga takut mengalami kesalahan saat mengerjakan. Mahasiswa merasa cemas saat tidak mengumpulkan atau tidak menyelesaikan tugas pada saat *deadline* diberikan. Prokrastinasi yang dilakukan oleh narasumber sepenuhnya dilakukan dalam keadaan sadar, dan tahu konsekuensi yang dialami. Namun pada akhirnya akan dikerjakan karena merupakan tanggung jawab yang harus diselesaikan.

Dampak yang dapat ditimbulkan dari prokrastinasi dapat berupa mengalami defisit motivasi dan kesulitan dalam menahan godaan sosial disekitar diantara individu lain (Schouwenburg, 2002). Perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa yang berlangsung secara terus menerus maka akan menghambat prestasi akademik mahasiswa (Anisa, dkk, 2023). Perilaku menunda yang dilakukan akan membuat mahasiswa mengalami kekurangan waktu untuk menyelesaikan tugas yang diberikan. Anisa dan Ernawati (2018) juga mengungkapkan ketika mengalami

kekurangan waktu maka tugas yang dikerjakan hasilnya tidak akan maksimal. Keterlambatan dalam pengumpulan tugas serta tugas yang tidak dikerjakan maksimal akan menimbulkan pengurangan nilai yang dilakukan oleh dosen. Mahasiswa yang menyelesaikan tugas dengan terburu-buru atau bahkan hanya menyalin dan melihat tugas yang dimiliki temannya, biasanya mahasiswa tersebut tidak memahami materi secara keseluruhan serta makna yang terkandung dalam materi. Menurut Ferrari et al. (dalam Natalia, Lunanta, dan Safitri, 2023) Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi apabila dilakukan terus-menerus akan menimbulkan terhambat dalam akademik, waktu yang terbuang secara sia-sia dan tidak menghasilkan sesuatu yang berguna, stress, serta akan mengalami tekanan. Dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Suhadianto dan Pratitis (2020) menyatakan terdapat dampak positif dari prokrastinasi itu sendiri ialah merasa tenang serta tertantang sementara. Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menurut Noran (dalam Akinsola, 2007) ialah manajemen waktu, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi dan kesadaran yang rendah, ketakutan dan kecemasan, serta kurangnya efikasi diri.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Steel (2007) mengungkapkan efikasi diri memiliki peranan besar dalam kemunculan prokrastinasi. Ketika terdapat keyakinan didalam diri serta harapan keberhasilan yang tinggi, akan membuat prokrastinasi rendah serta sebaliknya. Bandura (1997) menambahkan keyakinan diri juga mempengaruhi cara dan pilihan dalam tindakan seseorang, seberapa banyak upaya yang dapat seseorang lakukan, seberapa lama individu akan tekun dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, seberapa kuat ketahanan individu menghadapi

kemalangan, seberapa jernih pikiran individu mencari solusi atas rintangan diri, seberapa banyak tekanan dan kegundahan pengalaman individu dalam meniru (*copying*) tuntunan lingkungan, dan seberapa tinggi tingkat pemenuhan yang individu wujudkan. Efikasi diri ialah keyakinan individu pada kemampuan yang dimiliki untuk berhasil dalam situasi yang spesifik dalam menyelesaikan tanggung jawab yang dimiliki (Bandura, 1997). Bandura (1997) membagi efikasi diri menjadi 3 dimensi ; *levels, generality, dan strenght*.

Damri ,Engkizar, dan Anwar (2017) menjelaskan bahwa efikasi diri memiliki peran dalam penentuan berhasil atau tidaknya seseorang disaat proses pelaksanaan tugas yang telah diberikan. Efikasi diri dapat mempengaruhi individu dalam menghadapi permasalahan, pengelolaan stress dan kecemasan yang berlebih, serta dapat mencari solusi yang tepat untuk terus meraih keberhasilan. Individu yang memiliki efikasi diri yang rendah akan mudah untuk goyah saat menghadapi tekanan, serta tidak memiliki kepercayaan diri yang baik. Sebaliknya, apabila individu memiliki efikasi diri yang tinggi akan lebih tenang dalam menghadapi berbagai macam situasi sulit yang dihadapi. Tuaputimain (2021) menyebutkan bahwa efikasi diri sangat berperan dalam pertahanan diri serta penyelesaian masalah yang terjadi saat ini. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki mahasiswa, maka akan menimbulkan rendahnya tingkat prokrastinasi akademik. Penelitian yang telah dilakukan Gaskill dan Murphy (2004) menyatakan bahwa efikasi diri secara signifikan dapat mempengaruhi prestasi akademik serta menjadi

sebuah dasar indikator yang kuat oleh mahasiswa dalam proses penyelesaian tugas-tugas perkuliahan. Dari penelitian sebelumnya, terdapat hasil yang menyatakan bahwa efikasi diri ada kaitannya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Berdasarkan uraian diatas, timbul pertanyaan apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa?.

### **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

### **C. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya penelitian-penelitian pada bidang psikologi pendidikan, khususnya yang memiliki kaitan dengan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

#### **b. Manfaat Praktis**

Dari hasil penelitian ini, diharapkan mampu menjadi masukan terhadap mahasiswa untuk mengurangi atau meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa dengan menerapkan efikasi diri yang tinggi atau baik sehingga mahasiswa dapat mengurangi intensitas untuk melakukan prokrastinasi akademik.