

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Mahasiswa merupakan individu yang berada pada jenjang pendidikan tinggi yang memiliki peran penting dalam pengembangan ilmu pengetahuan serta diharapkan mampu menjadi agen perubahan dalam masyarakat (Hamadi, Wiyono, & Rahayu, 2018). Dalam menjalankan perannya, mahasiswa dituntut untuk memiliki kemampuan berpikir kritis, tanggung jawab akademik, serta kedisiplinan dalam menyelesaikan berbagai tugas perkuliahan yang diberikan (Mardelina & Muhson, 2017). Selain itu, mahasiswa juga diharapkan mampu mengelola waktu, energi, dan prioritas secara efektif agar dapat mencapai prestasi akademik yang optimal (Mardelina & Muhson, 2017). Kemampuan tersebut menjadi indikator penting keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan studinya secara tepat waktu dan berkualitas (Mardelina & Muhson, 2017).

Namun demikian, kondisi ideal tersebut tidak selalu dapat diwujudkan oleh seluruh mahasiswa karena adanya berbagai faktor yang mempengaruhi proses akademik yang dijalani. Salah satu kondisi yang banyak ditemui adalah mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai mahasiswa sekaligus pekerja untuk memenuhi kebutuhan ekonomi maupun memperoleh pengalaman kerja (Utami, 2020). Mahasiswa yang bekerja merupakan individu yang selain menjalankan aktivitas akademik juga melakukan pekerjaan untuk memperoleh penghasilan atau pengalaman kerja (Hamadi et al., 2018). Fenomena mahasiswa yang bekerja bukan merupakan hal baru di Indonesia, di mana mahasiswa memilih bekerja dengan berbagai alasan seperti menambah pengalaman, belajar mandiri, serta membantu memenuhi kebutuhan finansial diri maupun keluarga (Perdani, 2015).

Selain itu, faktor ekonomi menjadi salah satu penyebab utama mahasiswa memilih untuk bekerja sambil kuliah, karena biaya pendidikan dan kebutuhan hidup yang semakin meningkat tidak selalu dapat sepenuhnya ditanggung oleh keluarga

(Dudija, 2011). Kondisi tersebut mendorong mahasiswa untuk mencari pekerjaan tambahan guna memenuhi kebutuhan finansial sekaligus mempertahankan keberlangsungan studinya (Dudija, 2011). Dengan demikian, mahasiswa yang bekerja memiliki tanggung jawab yang lebih kompleks dibandingkan mahasiswa pada umumnya. Menurut Arnett (2000), usia mahasiswa umumnya berada pada fase *emerging adulthood*, yaitu rentang usia 18–29 tahun yang merupakan masa transisi menuju kedewasaan. Fase ini ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan dalam pengambilan keputusan, fokus terhadap diri sendiri, serta munculnya berbagai tuntutan baru terkait pendidikan, pekerjaan, dan hubungan sosial (Arnett, 2000). Individu pada fase ini sering mengalami kebingungan dalam menentukan prioritas hidup sehingga rentan mengalami stres, konflik peran, serta perilaku penundaan dalam menyelesaikan tanggung jawab akademik (Arnett, 2000). Dalam konteks mahasiswa yang bekerja, kondisi tersebut dapat menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan tuntutan akademik dan pekerjaan sehingga meningkatkan kecenderungan melakukan *prokrastinasi akademik*.

Kondisi sebagai mahasiswa yang bekerja menuntut individu untuk mampu menjalankan dua peran sekaligus secara seimbang, yaitu sebagai mahasiswa yang memiliki kewajiban akademik dan sebagai pekerja yang memiliki tanggung jawab profesional (Mardelina & Muhson, 2017). Secara ideal, mahasiswa yang bekerja diharapkan mampu mengatur jadwal secara terstruktur, menjaga kesehatan fisik, serta tetap fokus dalam menyelesaikan tugas akademik tanpa menunda-nunda pekerjaan (Mardelina & Muhson, 2017). Selain itu, mahasiswa juga diharapkan memiliki motivasi yang tinggi serta kemampuan manajemen diri yang baik agar dapat menjalankan kedua peran tersebut secara optimal (Mardelina & Muhson, 2017).

Akan tetapi, pada kenyataannya tuntutan ganda tersebut seringkali menimbulkan berbagai permasalahan yang berdampak pada proses akademik mahasiswa. Mahasiswa yang bekerja seringkali menghadapi berbagai kesulitan, seperti kelelahan fisik akibat aktivitas kerja yang padat, kurangnya waktu istirahat, serta kesulitan dalam mengatur waktu antara pekerjaan dan tugas akademik (Abdul,

2015). Selain itu, aktivitas kerja yang dilakukan pada waktu pagi hingga siang hari menyebabkan mahasiswa kehabisan energi sehingga tidak memiliki cukup tenaga untuk mengikuti kegiatan akademik secara optimal (Abdul, 2015). Kondisi tersebut menyebabkan mahasiswa menjadi kurang fokus dalam belajar, mengalami penurunan konsentrasi, serta kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan tepat waktu (Abdul, 2015).

Kesulitan dalam mengelola waktu dan energi tersebut juga menyebabkan mahasiswa mengalami tekanan psikologis, seperti stres dan kecemasan akibat tuntutan yang harus dipenuhi secara bersamaan (Abdul, 2015). Hal tersebut diperkuat oleh hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti terhadap mahasiswa yang bekerja, yang menunjukkan bahwa mahasiswa sering mengalami kelelahan, tekanan dari pekerjaan maupun perkuliahan, serta kesulitan dalam mengatur waktu sehingga berdampak pada keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akademik. Selain itu, mahasiswa juga cenderung merasa terbebani oleh banyaknya tanggung jawab yang harus diselesaikan, yang pada akhirnya mempengaruhi performa akademiknya.

Salah satu bentuk permasalahan akademik yang muncul akibat kondisi tersebut adalah perilaku *prokrastinasi akademik*. *Prokrastinasi akademik* merupakan perilaku menunda pengerjaan tugas akademik secara sengaja meskipun individu mengetahui bahwa penundaan tersebut dapat menimbulkan dampak negatif di kemudian hari (Steel, 2010). *Prokrastinasi* tidak hanya berkaitan dengan penundaan perilaku, tetapi juga berkaitan dengan aspek psikologis seperti kecemasan, rasa bersalah, dan tekanan emosional yang dialami individu (Van Wyk, 2006). Dengan demikian, *prokrastinasi akademik* tidak hanya berdampak pada hasil akademik, tetapi juga pada kondisi psikologis mahasiswa.

Fenomena *prokrastinasi akademik* merupakan masalah yang cukup serius di kalangan mahasiswa. Burka dan Yuen (2008) menyatakan bahwa sekitar 75% mahasiswa pernah melakukan *prokrastinasi*, dan sekitar 50% di antaranya menganggap perilaku tersebut sebagai masalah yang serius. Selain itu, Ellis dan Knaus (dalam Solomon, 1984) memperkirakan bahwa sekitar 95% mahasiswa

pernah melakukan *prokrastinasi* dalam aktivitas akademiknya. Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa *prokrastinasi akademik* merupakan fenomena yang umum terjadi dan perlu mendapatkan perhatian khusus dalam dunia pendidikan tinggi.

Prokrastinasi akademik memiliki berbagai dampak negatif yang dapat mempengaruhi keberhasilan akademik mahasiswa. Dampak tersebut antara lain keterlambatan dalam penyelesaian tugas, penurunan kualitas hasil belajar, serta munculnya kecemasan dan tekanan psikologis (Damri, Engkizar, & Anwar, 2017). Selain itu, *prokrastinasi* juga dapat menurunkan motivasi belajar serta kepercayaan diri mahasiswa dalam menghadapi tugas akademik (Van Wyk, 2006). Dalam jangka panjang, perilaku ini dapat berdampak pada keterlambatan kelulusan, rendahnya pencapaian akademik, serta menurunnya kualitas sumber daya manusia yang dihasilkan oleh perguruan tinggi.

Pada mahasiswa yang bekerja, kecenderungan *prokrastinasi akademik* menjadi lebih tinggi karena adanya tuntutan ganda yang harus dipenuhi. Mahasiswa harus membagi waktu antara pekerjaan dan perkuliahan sehingga seringkali mengalami kesulitan dalam menentukan prioritas (Assholekhah et al., 2023). Ketidakmampuan dalam mengelola waktu dan energi tersebut menyebabkan mahasiswa lebih rentan menunda pengerjaan tugas akademik. Selain itu, tekanan dari pekerjaan serta beban akademik yang tinggi semakin memperkuat kecenderungan mahasiswa untuk melakukan *prokrastinasi*.

Secara teoritis, *prokrastinasi akademik* dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan psikologis seperti kelelahan, stres, serta rendahnya motivasi, sedangkan faktor eksternal meliputi tuntutan pekerjaan, lingkungan sosial, serta beban akademik yang tinggi (Rusmaini et al., 2021; Husain et al., 2023). Interaksi antara faktor-faktor tersebut dapat memperkuat kecenderungan mahasiswa untuk melakukan *prokrastinasi* dalam menyelesaikan tugas akademik. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi *prokrastinasi akademik*, khususnya pada mahasiswa yang bekerja.

Penelitian mengenai *prokrastinasi akademik* pada mahasiswa sebelumnya lebih banyak menggunakan pendekatan kuantitatif yang berfokus pada hubungan antar variabel, seperti motivasi belajar, regulasi diri, dan stres akademik (Kim & Seo, 2015). Namun, penelitian yang secara khusus menggali pengalaman subjektif mahasiswa yang bekerja dalam menghadapi *prokrastinasi akademik* masih terbatas. Padahal, mahasiswa yang bekerja memiliki dinamika yang berbeda karena harus menjalankan dua peran sekaligus, yaitu sebagai mahasiswa dan pekerja. Kondisi tersebut menyebabkan pengalaman *prokrastinasi akademik* tidak dapat dipahami hanya melalui angka atau hubungan statistik semata. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *prokrastinasi akademik* pada mahasiswa yang bekerja di Yogyakarta.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang bekerja memiliki risiko lebih tinggi mengalami *prokrastinasi akademik* akibat tuntutan ganda yang dihadapinya, baik dari aspek akademik maupun pekerjaan. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengkaji secara lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *prokrastinasi akademik* pada mahasiswa yang bekerja. Mahasiswa yang bekerja di Yogyakarta memiliki karakteristik yang khas dibandingkan mahasiswa di daerah lain karena Yogyakarta dikenal sebagai kota pelajar dengan jumlah perguruan tinggi dan mahasiswa pendatang yang tinggi (BPS DIY, 2024). Kondisi tersebut menyebabkan banyak mahasiswa di Yogyakarta menjalani peran ganda sebagai mahasiswa sekaligus pekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup, biaya pendidikan, maupun kebutuhan pribadi (Utami, 2020). Selain itu, sebagian besar mahasiswa berada pada rentang usia *emerging adulthood*, yaitu masa transisi dari remaja menuju dewasa yang ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan peran, serta pencarian kemandirian finansial dan karier (Arnett, 2000). Pada fase ini, individu cenderung mengalami konflik antara tuntutan akademik, pekerjaan, dan pengembangan diri sehingga lebih rentan mengalami *prokrastinasi akademik* (Arnett, 2000). Oleh karena itu, Yogyakarta dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki dinamika mahasiswa bekerja yang cukup tinggi dan relevan dengan fenomena *prokrastinasi*

akademik. Dengan demikian, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi *prokrastinasi akademik* pada mahasiswa yang bekerja?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi *prokrastinasi akademik* pada mahasiswa yang bekerja.

2. Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan terkait *prokrastinasi akademik* pada mahasiswa yang bekerja. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi *prokrastinasi akademik*.

2) Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa dan institusi pendidikan dalam memahami faktor-faktor yang mempengaruhi *prokrastinasi akademik*, sehingga mahasiswa dapat mengelola waktu dan tanggung jawab secara lebih efektif. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi institusi pendidikan dalam merancang kebijakan yang mendukung mahasiswa yang bekerja.