

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Menunda mengerjakan tugas merupakan masalah yang dihadapi oleh mahasiswa. Kuliah di perguruan tinggi membuat mahasiswa dituntut untuk mengerjakan sesuatu dengan mandiri, kesibukan didalam menuntut ilmu di perguruan tinggi terkadang membuat rasa jenuh muncul dengan sendirinya di dalam benak mahasiswa. Mahasiswa dalam menghadapi tugas-tugas akademik seringkali merasa malas untuk mengerjakan tugas tersebut, sehingga tugas tidak dapat diselesaikan sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan.

Rasa malas untuk mengerjakan tugas membuat mahasiswa menunda mengerjakan tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan, hal inilah yang disebut prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik sendiri menurut Ferrari, Johnson dan McCown (1995) adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan bidang akademik misal tugas sekolah atau tugas khusus.

Tabel 1
Prokrastinasi pada mahasiswa UII

Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	2	2%
Tinggi	25	25%
Sedang	45	45%
Rendah	25	25%
Sangat Rendah	3	3%

100

100%

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel diatas yang dilakukan oleh Riza (2012) pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia menunjukkan 27% responden melakukan prokrastinasi akademik pada tingkat tinggi sampai sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa seperempat dari subjek penelitian memiliki tingkat prokrastinasi akademik. Selanjutnya dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Qadariah (2012) mengungkapkan bahwa, sebanyak 54% mahasiswa melakukan prokrastinasi karena takut akan kegagalan. Sedangkan sebanyak 39% mahasiswa melakukan prokrastinasi dikarenakan oleh kemalasan dan menghindari tugas-tugas.

Selanjutnya dari hasil survei yang dilakukan oleh Siaputra (2013) ditemukan bahwa sebanyak 56,7% mahasiswa Universitas Surabaya memiliki prokrastinasi akademik yang tergolong tinggi hingga sangat tinggi, sedangkan sebanyak 60% mahasiswa memiliki kontrol diri yang rendah hingga sangat rendah. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Tetan (2013) pada 118 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya didapatkan hasil bahwa 56% subjek penelitian tergolong memiliki prokrastinasi akademik tinggi sampai sangat tinggi. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiyanti (2012) kepada 95 orang mahasiswa Universitas Sebelas Maret, didapatkan hasil bahwa 88,42% subjek memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik sedang dan tinggi.

Hasil penelitian di luar negeri menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar anggota masyarakat secara luas dan mahasiswa pada lingkungan yang lebih kecil, termasuk sebagian

mahasiswa di sana. Berdasarkan dari hasil penelitian Schouwenburg dan Lay (1995) sekitar 20% sampai dengan 70% dari mahasiswa melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis mereka. Hasil penelitian Salomon dan Rothblum (1984) menunjukkan bahwa, 46% mahasiswa melaporkan prokrastinasi akademik saat menulis makalah, 30,1% ketika membaca tugas mingguan, dan 27,6% ketika belajar untuk ujian.

Masalah yang menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi bermacam macam salah satunya berdasarkan penelitian diatas yaitu timbul nya rasa malas dan cenderung melakukan hal-hal yang menyenangkan dibanding mengerjakan kewajiban akademik (Qadariah, 2012). Selanjutnya berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti pada hari Jum'at, 7 April 2017 pada empat orang mahasiswa Universitas Islam Indonesia angkatan 2014-2016. Menganggap *deadline* dalam pengumpulan tugas masih lama sehingga responden lebih memilih untuk mengerjakan kegiatan yang lebih menyenangkan dari pada menyelesaikan tugasnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang diungkapkan oleh Ferrari (1995) yaitu melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan yang menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi.

Responden lainnya yaitu salah satu mahasiswa angkatan 2016 yang mengungkapkan bahwa responden memiliki keinginan untuk mengerjakan tugas akan tetapi responden takut jika yang responden kerjakan salah. Hal ini sesuai dengan salah satu aspek yang diungkapkan oleh Ferrari dan Steel (2012) yaitu *Perceived ability*, atau keyakinan terhadap kemampuan diri. Bahwa mahasiswa tidak yakin akan kemampuan dirinya.

Dampak yang ditimbulkan akibat prokrastinasi salah satunya banyak waktu yang terbuang sia-sia. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Ferrari (1995) bahwa prokrastinasi memberikan dampak yang negatif, tugas menjadi terbengkalai dan banyak waktu terbuang sia-sia. Steel (2010) menambahkan prokrastinasi akan berdampak buruk pada masa depan. Steel (2007) juga mengatakan prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja dalam melakukan kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk.

Seorang mahasiswa memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik karena pengaruh internal yang meliputi kondisi fisik seperti kelelahan dan kondisi psikologis seperti rendahnya kontrol diri, penghargaan diri, motivasi, dan perfeksionisme (Tondok, Ristyadi & Kartika, 2008).

Kontrol diri merupakan faktor yang sesuai untuk mengurangi tingginya prokrastinasi. Calhoun dan Acocelia (Ghufron & Risnawita, 2010) berpendapat bahwa kontrol diri adalah sebagai pengaturan proses-proses fisik psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian yang membentuk dirinya sendiri. Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) menambahkan rendahnya kontrol diri pada individu dapat menyebabkan terjadinya perilaku melanggar salah satunya prokrastinasi. Dengan adanya kontrol diri diharapkan dapat membentuk perilaku mahasiswa lebih cenderung positif dan mengurangi prokrastinasi.

Mahasiswa memiliki kewajiban untuk dapat menempuh pendidikan dengan baik dan benar. Sepanjang perjalannya menempuh pendidikannya tersebut sudah tentu mahasiswa harus memiliki kontrol diri yang baik dengan begitu akan

mengurangi prokrastinasi akademik yang kapan saja bisa muncul pada diri mahasiswa.

Dengan demikian, peneliti bermaksud melakukan penelitian tentang hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

B. Tujuan

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari hasil penelitian ini diharapkan menjadi tambahan referensi ilmu untuk mengembangkan teori selanjutnya dalam psikologi terutama psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis apabila penelitian ini jika terbukti maka bagi mahasiswa diharapkan lebih mampu untuk mengontrol diri agar lepas dari prokrastinasi akademik, serta bagi dosen untuk lebih memberikan pengaruh positif bagi mahasiswa untuk tidak melakukan sesuatu yang sia-sia dan tidak melakukan penundaan dalam melakukan sesuatu dalam perihal akademik. Hal ini diharapkan membuat tindakan prokrastinasi akademi memudar atau menghilang dikalangan mahasiswa serta meningkatnya kontrol diri pada diri mahasiswa.

D. Keaslian Penelitian

Banyak penelitian terdahulu yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Penelitian tersebut antara lain adalah penelitian mengenai prokrastinasi akademik yang pernah dilakukan oleh Riza (2012), yang berjudul “Hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi mahasiswa yang bekerja. Qodri (2014), yang berjudul “Hubungan antara persepsi terhadap tugas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa”. Penelitian mengenai prokrastinasi juga pernah dilakukan oleh Ivan (2014), yang berjudul “Hubungan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa prodi psikologi Universitas Islam Indonesia”. Penelitian mengenai prokrastinasi lainnya juga pernah dilakukan oleh Jazuli (2014), yang berjudul “Hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi pada mahasiswa”.

Berdasarkan beberapa penelitian yang sudah ditampilkan di atas, peneliti akan menjelaskan beberapa perbandingan, sebagai berikut :

1. Keaslian Topik

Peneliti menggunakan tema tentang hubungan kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Topik peneliti ini sama dengan topik penelitian dari Riza (2012), yang berjudul hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi mahasiswa yang bekerja. Qodri (2014), yang berjudul hubungan antara persepsi terhadap tugas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Ivan (2014), dengan judul hubungan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa prodi psikologi

Universitas Islam Indonesia. Serta Jazuli (2014) yang berjudul hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi pada mahasiswa.

2. Keaslian Teori

Teori prokrastinasi akademik yang menjadi acuan peneliti dalam penelitian ini adalah teori Solomon dan Rothblum (1984). Teori yang digunakan pada penelitian Riza (2012) menggunakan teori Ferrari (1995) untuk prokrastinasi dan untuk kontrol diri menggunakan teori Farradonna (2009), sedangkan Qodri (2014) dan Ivan (2014) tentang prokrastinasi memakai teori Ferrari, dkk (1995). Sedangkan teori prokrastinasi yang digunakan dalam penelitian Jazuli (2014) mengacu pada teori Ferrari, dkk (1995). Adapun teori kontrol diri yang digunakan dalam penelitian, peneliti mengacu pada teori Tangney, Baumeister, dan Boone (2004)

3. Keaslian alat ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adaptasi dari PASS (*Procrastination Assesment Scale for Student*) menggunakan skala likert untuk variabel prokrastinasi akademik berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Solomon dan Rothblum (1984). Sedangkan alat ukur yang digunakan pada penelitian Riza (2012), Qodri (2014) dan Ivan (2014) tentang prokrastinasi memakai aspek yang dikemukakan Ferrari, dkk (1995). Sedangkan alat ukur penelitian Jazuli (2014) mengacu pada aspek yang dikemukakan Ferrari, dkk (1995). Adapun alat ukur kontrol diri yang digunakan Riza (2012) diadaptasi dari Tangney, Baumeister, dan Boone (2004).

4. Keaslian subjek penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh Riza (2010), Qodri (2014), melibatkan subyek dari mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang sedang bekerja, mahasiswa jurusan tehnik informatika Universitas Islam Indonesia. Kemudian Ivan (2014) mengikut-sertakan subyek mahasiswa psikologi Universitas Islam Indonesia yang telah mengambil mata kuliah skripsi selama 2 semester atau lebih. Jazuli (2014) melibatkan mahasiswa S1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia. Kemudian subjek dalam penelitian yang peneliti lakukan diambil dari mahasiswa jurusan FIAI Universitas Islam Indonesia.

Berdasarkan penjelasan mengenai keaslian penelitian yang dilakukan, dapat dilihat bahwa topik penelitian ini sudah diteliti sebelumnya, tapi terdapat perbedaan yaitu penelitian-penelitian yang membahas topik prokrastinasi ini tidak selalu dihubungkan dengan kontrol diri. Terdapat beberapa perbedaan yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu terkait subjek, teori maupun alat ukur yang digunakan oleh peneliti dengan peneliti sebelumnya.