

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi atau orang yang sedang menempuh pendidikan di suatu universitas untuk mendapatkan gelar sarjana. Mahasiswa sebagai kaum intelektual memiliki status tertinggi dalam pendidikan dengan harapan mampu membangun bangsa yang lebih baik di masa yang akan datang. Setiap mahasiswa yang menuntut ilmu di perguruan tinggi tentunya memiliki tanggung jawab untuk dapat menyelesaikan kuliahnya (Siswoyo, 2007), dengan begitu mahasiswa tersebut dapat menerapkan apa yang telah dipelajari ke dalam kehidupan bermasyarakat.

Semua mahasiswa wajib mengambil mata kuliah tugas akhir atau skripsi, karena skripsi digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana. Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama (Darmono & Hasan, 2002).

Dalam mengerjakan skripsi mahasiswa umumnya diberikan waktu satu semester atau sekitar enam bulan untuk dapat menyelesaikan skripsi. Waktu yang telah diberikan oleh pihak universitas diharapkan cukup untuk dapat menyelesaikan syarat kelulusan tersebut, namun pada kenyataannya banyak mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari enam bulan untuk mengerjakan skripsi (Darmono & Hasan, 2002).

Dalam ilmu psikologi terdapat istilah prokrastinasi, dimana prokrastinasi merupakan suatu perilaku dari individu untuk menunda pekerjaan, individu menjadi tidak disiplin dalam menggunakan waktu. Prokrastinasi adalah suatu pola perilaku *self-defeating* yang disebabkan oleh penundaan pengerjaan tugas dan juga penyelesaian tugas sesuai dengan waktu yang telah direncanakan (Ferrari, 1995). Prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi adalah kecenderungan individu untuk menunda-nunda dalam mulai mengerjakan atau menyelesaikan karya ilmiah yang menjadi salah satu prasyarat untuk memperoleh gelar kesarjanaan.

Monks, (2002) berpendapat bahwa pada remaja terjadi krisis yang nampak paling jelas pada penggunaan waktu luang yang sering disebut sebagai waktu pribadi orang (remaja) itu sendiri. Hal yang dapat dicatat adalah bahwa para remaja mengalami lebih banyak kesukaran dalam memanfaatkan waktu luangnya.

Djamarah (2002) mengemukakan banyak pelajar dan mahasiswa yang mengeluhkan kurang mengatur waktu dengan baik. Banyak pelajar dan mahasiswa yang belum dapat membagi waktu kapan harus memulai dan mengerjakan sesuatu. Mahasiswa dengan manajemen waktu yang buruk cenderung untuk melakukan prokrastinasi yang tinggi dan sebaliknya mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang baik cenderung untuk menghindari perilaku prokrastinasi. Penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum (1984), diketahui bahwa 50% sampai 90% terjadi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Knaus (2002) menemukan bahwa 95% mahasiswa di AS dengan sengaja menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas, dan 70% mahasiswa tergolong sering melakukan prokrastinasi.

Pada umumnya prokrastinasi yang sering kali terjadi di kalangan mahasiswa ialah belajar satu hari menjelang ujian. Kebiasaan tersebut dikenal dengan istilah SKS atau “Sistem Kebut Semalam” dan menjadi perilaku yang biasa dilakukan mahasiswa Indonesia. Pada pengalaman yang dialami oleh Peneliti sendiri, banyak faktor yang menyebabkan mahasiswa melakukan penundaan dalam tugasnya, antara lain karena tidak suka dengan mata kuliah yang diberikan, menganggap mata kuliah yang diujikan terlalu mudah dan batas waktu pengumpulan yang terlalu lama, sehingga adanya intensi untuk mengerjakan tugas ketika batas waktu pengumpulan tugas sudah dekat.

Pengalaman melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas akhir tidaklah dirasakan oleh peneliti saja. Peneliti sempat bertanya kepada lima mahasiswa yang juga sedang mengerjakan tugas akhir. Hasil wawancara pribadi kepada lima mahasiswa tersebut, tiga orang diantaranya bercerita tentang sulit membagi waktu antara bekerja dengan mengerjakan tugas akhirnya.

“Gak sempet ngerjainnya Ton. Pagi aku kerja pulangnye sore, sampe rumah masih harus ngurusin kerjaan rumah, beres-beres dapur dan lain-lain. Selesai malem, langsung tidur buat besok kerja” (wawancara mahasiswa UPH, 7 Agustus 2019).

Tidak jauh berbeda dengan dua orang lainnya yang mengeluh tidak mengerjakan tugasnya karena kesibukan pekerjaan lain. Selain tiga orang yang sibuk mengerjakan hal lain, terdapat dua orang lagi yang berkata

”Aku bingung, gak ngerti lagi harus ngapain soalnya sudah lama gak muncul aku takut kalo dimarahin baru muncul sekarang jadinya males aku ngerjain” (wawancara mahasiswa UPH, 21 Juli 2019).

Berdasarkan dari ucapan narasumber peneliti menyimpulkan bahwa sedangkan dua orang lainnya melakukan prokrastinasi disebabkan karena merasa takut bertemu dosen pembimbing karena sudah lama tidak mengerjakan tugas akhirnya.

Mahasiswa terbiasa mengerjakan tugas bersama dengan teman-teman sekelasnya, sehingga ketika teman-teman yang lain sibuk dengan kegiatan pribadinya yang lain maka seorang mahasiswa menjadi malas untuk mengerjakan tugas dan akan mengerjakan saat teman yang lain juga mengerjakan. Pada penelitian kali ini, peneliti ingin mengetahui apa yang menjadi penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas akhir.

Steel (2007) memaparkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi individu untuk melakukan prokrastinasi, faktor-faktor tersebut ialah kesenjangan antara niat dan tindakan, tugas yang sulit, *neuroticism*, keyakinan diri (*self efficacy*) dan citra diri (*self-esteem*), dan yang terakhir ialah kontrol diri (*self control*). Peneliti mengamati faktor-faktor yang dikemukakan oleh Steel (2007), dan menemukan Ghufroon (2003) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara prokrastinasi akademik dengan kontrol diri.

Setiap individu memiliki suatu mekanisme yang berasal dari dalam diri yang dapat mengatur dan mengarahkan perilaku, mekanisme itu disebut kontrol diri. Menurut Goldfried dan Marbaum (dalam Muhid, 2009) kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada satu individu dengan individu yang lain

tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku utama yang membawa pada konsekuensi positif.

Perkembangan kemampuan kontrol diri (*self control*) seseorang dipengaruhi oleh faktor perkembangan fisiologis, pengenalan dan minat sosial, serta kematangan dan faktor belajar lingkungan Hurlock (1997). Kontrol diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan individu mengendalikan diri dalam menentukan prioritas yang telah dibuat dan mengarahkan perilakunya ke arah yang positif dengan memperhatikan konsekuensi jangka panjang terkait bidang akademik.

Secara umum orang yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan menggunakan waktu dengan tepat dan mengarah pada perilaku yang lebih utama. Apabila mahasiswa mempunyai kontrol diri yang tinggi, mahasiswa akan mampu memandu, mengarahkan, dan mengatur perilaku. Mahasiswa juga mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang penyelesaian tugas-tugas akademiknya, sehingga mahasiswa akan sesegera mungkin menyelesaikan tugas akademik tanpa menunda-nundanya.

Menurut Steel (2010) prokrastinasi akademik memiliki korelasi negatif yang kuat dengan kontrol diri ($r = -0,58$). Hal tersebut didukung dengan penelitian Aini (2011), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin rendah prokrastinasi, sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka akan

semakin tinggi prokrastinasi. Namun hasil ini tidak sejalan dengan yang diungkapkan oleh Widyari (2013) yang menemukan bahwa terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa di SMPN 86 Jakarta yang artinya bahwa siswa di SMPN 86 Jakarta masih memiliki kontrol diri yang rendah. Hal ini dimungkinkan karena mereka masih memiliki umur yang muda dan masih memiliki sifat anak-anak. Hasil penelitian tersebut menunjukkan kontroversi hasil sehingga peneliti ingin meninjau dan meneliti hubungan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi dengan mengambil sampel mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir.

Jika mahasiswa memiliki kontrol diri yang rendah maka individu tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya. Individu akan mementingkan sesuatu yang lebih menyenangkan, sehingga banyak melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas-tugasnya. Kontrol diri memang hubungan dengan prokrastinasi akademik, namun itu merupakan faktor internal atau faktor yang bisa dikendalikan dari diri dalam diri individu. Sebagai mahasiswa, pengaruh pergaulan juga menjadi faktor yang turut menentukan apakah mahasiswa tersebut akan sering menunda-nunda tugasnya atau tidak. Pengaruh yang dapat mengubah sikap dan perilaku seseorang disebut konformitas. Peneliti juga membaca jurnal milik Susanti dan Nurwidawati (2014), yang menyatakan bahwa banyak faktor yang menyebabkan prokrastinasi, diantaranya yaitu kontrol diri dan konformitas. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik dengan nilai signifikan sebesar 0,000. Penelitian lain yang dilakukan oleh Prabowo (dalam Susanti dan Nurwidawati,

2014) mengatakan bahwa ada hubungan antara konformitas dan prokrastinasi akademik. Taylor (2009) yang mengemukakan bahwa konformitas merupakan tendensi individu untuk mengubah keyakinan atau perilaku sehingga sesuai dengan orang lain. Hal tersebut dilakukan individu sebagai bentuk penyesuaian diri terhadap lingkungannya.

Pengaruh teman sebaya yang menyebabkan mahasiswa melakukan penundaan pada tugas-tugas akademik merupakan salah satu faktor eksternal dari prokrastinasi akademik. Pada hal ini, mahasiswa akan membentuk kelompok dengan teman sebaya dan melakukan konformitas atau melakukan hal-hal yang sesuai dengan norma kelompok untuk dapat diterima di lingkungannya. Apabila malas untuk memulai dan menyelesaikan tugas akademik, maka individu juga cenderung untuk menjadi malas dalam memulai dan menyelesaikan tugas. Konformitas seperti ini yang akan berdampak buruk bagi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademiknya (Ferrari, 1995).

Keinginan individu yang ingin diterima oleh kelompoknya akan membuat individu melakukan apa saja dan dapat membuat individu bersikap konformitas agar diterima oleh kelompoknya. Bila individu sudah terikat dalam suatu kelompok pertemanan, biasanya individu akan selalu mengikuti apa yang diinginkan dalam kelompok tersebut (Santrock, 2007). Brown (2006) menyebutkan konformitas adalah suatu jenis pengaruh sosial di mana individu mengubah sikap dan tingkah lakunya agar sesuai dengan norma sosial yang ada. Seseorang melakukan konformitas karena kecenderungan untuk bergantung pada orang lain sebagai

sumber informasi dan agar terhindar dari penolakan atau agar disukai oleh orang lain.

Penelitian ini perlu dilakukan untuk memberi sumbangsih pada dunia pendidikan tentang seberapa besar tingkat prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir. Prokrastinasi akademik bukanlah masalah yang sederhana, karena berdampak negatif pada pelaku prokrastinasi tersebut. Dampak yang paling cepat terjadi adalah hasil tugas yang tidak maksimal, atau bahkan sampai membuat pelaku prokrastinasi gagal dalam menyelesaikan tugasnya. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mencegah prokrastinasi akademik dengan cara mengukur kontrol diri individu. Dengan mengetahui hubungan antara kontrol diri, konformitas dengan prokrastinasi, individu dapat terhindar dari melakukan prokrastinasi akademik sehingga dapat menyelesaikan tugas-tugas dengan baik dan mendapatkan hasil yang memuaskan.

Keunggulan penelitian ini merupakan subjek atau sampel pada penelitian ini merupakan mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir. Peneliti beranggapan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir akan lebih mudah melakukan prokrastinasi terlebih lagi apabila mahasiswa tersebut telah mengambil mata kuliah tugas akhir selama beberapa semester atau beberapa tahun namun tak kunjung juga dapat diselesaikan. Adanya hubungan antara kontrol diri dengan konformitas, sehingga individu yang mampu mengontrol dirinya tidak akan mudah terpengaruh oleh teman sebayanya, namun sebaliknya bila kontrol dirinya lemah maka individu tersebut akan mudah terpengaruh.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut ini.

1. Apakah kontrol diri memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir?
2. Apakah konformitas memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir?
3. Apakah kontrol diri memiliki hubungan dengan konformitas pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah, sebagai berikut ini.

1. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik.
2. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik.
3. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan konformitas.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut ini.

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu perkembangan keilmuan di bidang psikologi khususnya bidang psikologi pendidikan. Penelitian yang dilakukan berhubungan dengan kontrol diri dan konformitas serta prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini diharapkan mampu untuk mengerti perkembangan prokrastinasi dan diharapkan dapat menjadi tindakan preventif pada prokrastinasi akademik untuk mencegah perilaku prokrastinasi meluas pada mahasiswa di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam mengidentifikasi perilaku prokrastinasi akademik yang berkaitan dengan kontrol diri dan juga konformitas di lingkungan mahasiswa. Penelitian ini juga diharapkan dapat membantu mahasiswa untuk mengetahui bagaimana cara untuk menghindari melakukan prokrastinasi akademik yang dapat membantu mahasiswa dalam meraih nilai tugas-tugas dan ujian yang maksimal, serta membuat mahasiswa memiliki kontrol diri dalam mengutamakan prioritas yang harus ambil tanpa melakukan hal-hal yang kurang penting lainnya yang dapat menunda mengerjakan tugas ataupun belajar untuk ujian.

Melalui penelitian ini juga mahasiswa diharapkan agar dapat membedakan pengaruh teman sebaya yang positif atau yang negatif, sehingga mahasiswa dapat terhindar dari konformitas yang buruk yang bisa merugikan diri sendiri dan juga orang lain seperti orang tua yang kecewa dengan hasil tugas atau ujian yang tidak maksimal.

b. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan bagi dapat bermanfaat kepada orang tua dari masing-masing mahasiswa yang melakukan prokrastinasi. Dengan adanya penelitian ini diharapkan orang tua dapat lebih mengontrol anaknya yang sedang berkuliah namun masih belum menyelesaikan kuliahnya. Orang tua dapat memberikan nasehat kepada anak dalam memilih teman yang baik yang dapat mendukung peningkatan belajar anak sehingga tugas-tugas akademik anak dapat dikerjakan dan diselesaikan tepat waktu. Memberikan perhatian lebih dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan semangat kerja dan menekan atau mengurangi prokrastinasi akademik.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan pertimbangan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian, yang mengambil tema serupa. Peneliti berharap agar peneliti selanjutnya dapat memperbaiki atau menyempurnakan penelitian ini dengan belajar dari kesalahan pada penelitian sekarang ini dan tidak terulang kembali pada penelitian selanjutnya.