

BAB I

Pendahuluan

A. Latar Belakang

Memikul sebuah label “mahasiswa” dapat dijadikan sebagai sebuah kebanggaan atau bahkan sebuah tantangan, hal ini dikarenakan *responsibility* dan ekspektasi yang dibebankan kepada mahasiswa cukup berat. Seorang mahasiswa dituntut agar dapat melaksanakan kegiatan akademik dengan optimal sehingga mampu mencetak suatu prestasi. Tetapi tidak jarang juga mahasiswa dibebankan dengan setumpuk tugas perkuliahan, baik tugas akademik maupun non akademik. Tugas akademik ialah tugas yang bersifat formal berkaitan dengan bidang akademik, contohnya seperti tugas kuliah (membuat *paper/laporan*, presentasi, *meresume*, dan membaca). Sedangkan tugas non akademik yaitu tugas yang berkaitan dengan aktivitas sehari-hari, seperti ikut serta dalam organisasi, pekerjaan rumah, dan pekerjaan lainnya diluar akademik.

Salah satu masalah yang cukup sering dan banyak dihadapi oleh mahasiswa yaitu berkaitan dengan kedisiplinan dalam mengelola waktu. Ketidakdisiplinan mahasiswa dalam pengelolaan waktu dapat ditunjukkan dengan sikap/perilaku menunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen, yang kemudian menjadi penyebab kegagalan dalam pengerjaan tugas akademik. Wulandari (2020) memaparkan bahwa perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas inilah yang biasa disebut dengan prokrastinasi akademik. Pada umumnya mahasiswa yang melakukan

prokrastinasi akademik ini cenderung melakukan penundaan ketika akan memulai maupun menyelesaikan tugas-tugas yang ada dan memilih untuk mengerjakan aktifitas lain yang tidak bermanfaat, sehingga membuat kinerja menjadi terhambat (Arumsari et al., n.d., 2020).

Di dalam ilmu psikologi suatu sikap yang selalu menunda-nunda tugas ataupun pekerjaan disebut dengan prokrastinasi, yakni ketika kita cenderung tidak dapat *manage* waktu yang kita miliki secara baik hingga mengakibatkan tertundanya tugas atau pekerjaan tertentu, prokrastinasi juga dimaknai sebagai penghindaran tugas, sebagai akibat perasaan tidak senang terhadap suatu tugas dan ketakutan untuk gagal dalam mengerjakannya. Menurut Wolters (2003:179) bahwasannya seorang prokrastinator sejatinya menyadari jika dirinya mempunyai beberapa tugas *urgent* yang harus segera diselesaikan dan dapat memberikan manfaat baik kepadanya, namun biasanya mereka memang sengaja untuk menunda mengerjakannya dan hal ini dilakukan terus menerus hingga mampu memunculkan rasa kurang nyaman, khawatir, dan rasa bersalah (Muslimin, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Musfirah, dkk, (2022:58) di Universitas Negeri Makassar 2021 dimana penelitian tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa berada pada tingkat tinggi yaitu sebesar 85,96%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sagita, dkk (2017:43) hasilnya menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa yaitu sebanyak 51,3% melakukan prokrastinasi akademik.

Selain itu penelitian oleh Siti Mulyana (2018:49) juga menunjukkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa mempunyai prokrastinasi akademik dalam kategori tinggi yakni dengan prosentase sebesar 81%.

Fenomena prokrastinasi akademik tidak hanya dilakukan oleh mahasiswa Indonesia saja, tetapi di negara-negara lain juga mengalami hal yang sama. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Özer et al., (2009:241) pada mahasiswa sarjana di Universitas Turki hasil penelitian ini menemukan bahwa tingkat penundaan akademik berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 52% mahasiswa menunda tugas akademik. Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Rozental et al., (2014:1490) di Universitas Stockholm Swedia hasil penelitian menyimpulkan bahwa terdapat sekitar 50% mahasiswa terindikasi melakukan penundaan akademik secara terus menerus.

Penelitian prokrastinasi akademik telah banyak dilakukan, salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Mudalifah et al., (2019:98) disini ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa semester 8 Program Studi Pendidikan Ekonomi STKIP PGRI 2018/2019, yang berarti semakin tinggi *self-efficacy* yang ada didalam diri individu, maka akan semakin rendah juga perilaku prokrastinasi akademik yang akan dilakukan, dan semakin rendah *self-efficacy* yang ada dalam diri seseorang maka akan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik yang akan dilakukan (Mudalifah et al., 2019: 98).

Selain itu dalam penelitian yang dilakukan oleh Mita Wulandari, dkk, (2020:41) juga menunjukkan bahwasannya terdapat pengaruh antara *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas 17 Agustus Samarinda, berdasarkan analisis yang dilakukan diketahui bahwa *self-efficacy* berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik. Disini ditemukan *self-efficacy* mahasiswa terhitung cukup rendah sehingga hal ini menunjukkan bahwasannya kebanyakan mahasiswa mempunyai kepercayaan diri yang kurang baik dalam menyelesaikan tugas yang menyebabkan semakin tingginya tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas 17 Agustus Samarinda (Wulandari et al., 2020:41).

Seseorang yang melakukan prokrastinasi mereka sebenarnya bukan tidak peduli dengan pekerjaan/tugas yang ia miliki, namun mereka lebih memilih untuk mengalihkan fokus dan perhatiannya kepada hal lain yang menyebabkan mereka menunda waktu pengerjaan tugas. Hal ini adalah salah satu penyebab terjadinya kegagalan dalam penyelesaian suatu tugas. Lumonga dalam (Erdianto & Dewi 2020) memaparkan bahwa terdapat beberapa hal yang menjadi pengaruh seseorang melakukan prokrastinasi akademik, seperti kegagalan dalam pengaturan diri (*self-regulatory failure*), rendahnya *self-efficacy*, *self-control*, serta keyakinan irasional dalam lingkup ini yaitu takut akan kegagalan dan perfeksionis. Hal tersebut juga sejalan dengan pendapat Mudalifah, dkk, (2019:92), bahwa beberapa hal yang berperan dalam menciptakan perilaku menunda-nunda ialah rendahnya *self-efficacy*, *self-control* (kontrol diri), *self-consciousness*, serta

self-esteem. Menurut Fadila & Khoirunnisa (2021), *self-efficacy* adalah faktor utama yang mempengaruhi keberhasilan mahasiswa pada bidang akademik. Sebagaimana Waschle, dkk, (2014) mengungkapkan, seseorang dengan *self-efficacy* tinggi akan membuat dirinya yakin atas kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan suatu tugas, namun individu dengan *self-efficacy* rendah cenderung akan menghindari dan menunda tugas (Khumaerah & Matulesy, 2022).

Self-efficacy bermakna keyakinan seorang individu terhadap kemampuan yang ia miliki. Bandura (1997) memaparkan bahwa *self-efficacy* ialah suatu keyakinan dari seorang individu terkait kemampuannya untuk mengorganisasi serta menyelesaikan tugas yang dibutuhkan dalam mencapai suatu hasil tertentu. Pengaruh yang diberikan oleh *self-efficacy* terhadap pola pikir seorang individu mampu memberikan dorongan dalam mencapai hasil yang positif bagi individu tersebut. Biasanya mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan bersemangat dalam menyelesaikan tugas yang ia miliki, namun bagi mahasiswa dengan *self-efficacy* rendah maka cenderung menghindari tugas terutama jika tugas tersebut banyak dan sulit (Mudalifah et al., 2019:92).

Tingginya beban tugas perkuliahan yang diemban oleh mahasiswa memerlukan banyak energi dan perhatian, seringkali mereka juga mengalami berbagai macam kesulitan dalam menyelesaikan tugasnya, sehingga mereka dituntut untuk memiliki kepercayaan diri (*self-efficacy*) yang tinggi, agar dapat terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik.

Karena salah satu penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik ialah rendahnya tingkat *self-efficacy* yang dimilikinya. Kreineter dan Kinicki (2010) memaparkan bahwa salah satu faktor penentu kesuksesan mahasiswa di perguruan tinggi yaitu sejauh mana mahasiswa tersebut mampu menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen dengan baik dan tepat waktu.

Menurut pendapat Ursia (2013), prokrastinasi akademik berdampak buruk bagi para mahasiswa, hal ini disebabkan karena seorang prokrastinator terlalu banyak membuang waktu tanpa menghasilkan sesuatu yang bermanfaat. Prokrastinasi akademik berpotensi dalam menghambat proses pembelajaran dan mampu menimbulkan dampak buruk pada prestasi akademik yang akan diraih oleh mahasiswa. Selain itu juga dapat menghambat mereka dalam menyelesaikan suatu mata kuliah tertentu. Semakin lama mereka melakukan penundaan maka akan semakin lama juga mereka menyelesaikan tugas pada mata kuliah tertentu. Prawitasari (2012) memaparkan apabila perilaku menunda-nunda terus menerus dilakukan dapat berakibat fatal, misalnya seperti kegagalan dalam memperoleh gelar sarjana, serta terlambatnya seseorang dalam menyelesaikan kuliah sehingga terjadi penambahan biaya kuliah yang dikeluarkan (Prokrastinasi et al., 2017).

Selain itu F. M. Sirois et al., (2019:11) juga berpendapat bahwasannya prokrastinasi akademik yang terus menerus dilakukan dapat menimbulkan dampak negatif dimasa mendatang. Prokrastinasi akademik

ini mampu memicu stress atau rasa cemas pada seorang prokrastinator sebab mereka akan terburu-buru dalam mengerjakan tugas dikarenakan sudah mendekati *deadline* pengumpulan. Setyowati (2020:958) juga mengemukakan hal yang sama bahwa prokrastinasi akademik akan memberikan kosekuensi negatif berupa terbuangnya waktu dengan sia-sia tanpa menghasilkan hal yang berguna, menjadi stress saat dihadapkan dengan batas waktu pengumpulan tugas, dan tidak selesai atau tidak maksimalnya tugas yang dikerjakan. Senada dengan pendapat Safitri (2020: 277) yang memaparkan, jika prokrastinasi akademik tidak segera ditangani maka akan memberikan dampak yang cukup serius seperti, membuat mahasiswa merasa panik, cemas berlebih, tertekan, atau bahkan merasa putus asa.

Mahasiswa dapat terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik jika mempunyai *self-efficacy* yang tinggi. Mahasiswa dengan *self-efficacy* tinggi dalam dirinya akan mempunyai komitmen yang tinggi pula dalam mengerjakan tugas, walaupun ia dihadapkan pada tugas yang sulit dan belum pernah ia kerjakan sekalipun. Mereka cenderung mempunyai semangat yang besar dan pantang menyerah sebelum tugas-tugas mereka selesai. Hal ini karena tingkat keyakinan yang dimiliki mahasiswa mampu menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan mendorongnya untuk bertahan dalam meghadapi situasi sulit saat menghadapi tugas-tugas yang harus dikerjakan (Wulandari et al., 2020:37).

Namun realitanya masih banyak mahasiswa yang mempunyai *self-efficacy* yang rendah. Hal ini terbukti dari masih banyaknya mahasiswa yang sering menunda-nunda pengerjaan tugas hingga batas waktu pengumpulan tiba. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada AF mahasiswa program studi pendidikan agama islam angkatan 2020 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, yang mengemukakan bahwa

“Beberapa hal yang menjadi penyebab melakukan prokrastinasi akademik yaitu begitu banyaknya tugas yang diberikan sehingga membuat kualahan dalam mengerjakannya, dan tingkat kesulitan tugas yang tinggi menyebabkan tingkat kepercayaan diri yang dimiliki menurun saat akan mengerjakan tugas tersebut karena takut apabila salah dalam menjawab” (wawancara dengan AF Mahasiswa PAI Angkatan 2020 tanggal 13 Juli 2022).

Selain itu menurut FNH “Penyebab paling sering melakukan prokrastinasi akademik yaitu dikarenakan kurang mampu membagi waktu antara organisasi dan kuliah, kesulitan mencari bahan yang akan dijadikan sebagai referensi pengerjaan tugas, masih lamanya waktu pengumpulan tugas, kurangnya motivasi baik dari diri sendiri maupun dari orang sekitar, Lelah karena banyaknya tugas yang diberikan, serta lebih tertarik untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan” (wawancara dengan FNH mahasiswa PAI angkatan 2020, 13 Juli 2022).

Di dalam agama islam juga sudah dijelaskan bahwasannya prokrastinasi merupakan perilaku buruk yang harus dihindari selain itu islam juga selalu mengajarkan kepada umatnya agar senantiasa berperilaku disiplin. Meningkatkan kedisiplinan juga merupakan salah satu cara untuk menghindari perilaku prokrastinasi akademik. Di dalam Al-Qur'an juga telah menerangkan betapa pentingnya bersikap disiplin dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Qur'an Surah Al-Ashr ayat 1-3:

وَالْعَصْرِ ۝١ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۝٢ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ ۝٣ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ۝٤

Artinya : “Demi masa (1), Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian (2), kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran (3).” [Al-‘Ashr/ 103: 1- 3]

Dalam surah Al-ashr Allah SWT mengungkapkan bahwa manusia sebagai makhluk Allah sungguh berada dalam kerugian apabila tidak memanfaatkan waktu dengan baik atau memakai waktunya untuk

melakukan perbuatan buruk. Islam mengajak kita agar menanamkan sikap disiplin dalam diri setiap individu agar tidak merugi di hari akhir kelak.

Rasulullah SAW juga telah memberikan peringatan kepada kita agar tidak membiasakan diri menunda pekerjaan. “Jika suatu pekerjaan bisa dilaksanakan diwaktu sore, janganlah kita menundanya hingga hari esok, jika suatu pekerjaan dapat dikerjakan pada pagi hari, janganlah pula kita menundanya hingga sore hari”. Kalimat tersebut mengandung pesan kepada umat manusia agar tidak menunda suatu pekerjaan. Sebab menunda pekerjaan bisa menjadi awal timbulnya suatu masalah, terlebih jika pekerjaan itu merupakan sesuatu yang baik dan bermanfaat bagi diri kita (Psikologi & 2021, n.d.).

Sehingga dari surah Al-Ashr dan hadis diatas dapat dipahami bahwa ada beberapa alasan yang menjadi penyebab dilarangnya menunda-nunda pekerjaan. Pertama, tidak ada yang bisa menjamin apakah hari esok kita masih hidup. Kedua, tidak ada jaminan bahwa esok hari kita masih diberikan nikmat kesehatan dan memiliki waktu luang seperti hari ini. Ketiga, menunda hal yang baik dapat menyebabkan seorang individu terbiasa melakukannya hingga menjadi suatu kebiasaan buruk yang sulit untuk dihilangkan. Perilaku menunda merupakan perilaku tercela karena termasuk menyia-nyiakan nikmat berupa waktu yang diberikan oleh Allah SWT (Rohmatun, 2021, n.d.).

Berdasarkan beberapa pemaparan di atas, maka dapat dikatakan bahwasannya prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang hampir selalu terjadi pada mahasiswa di seluruh dunia tidak terkecuali, jenis penundaan serta alasannya juga bermacam-macam. Hal ini membuktikan betapa banyaknya mahasiswa yang terindikasi melakukan prokrastinasi akademik khususnya pada pengerjaan tugas. Oleh sebab itu peneliti menyusun judul skripsi berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa program studi PAI UMY, untuk mengetahui berapa banyak mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik.

Sebagaimana pemaparan latar belakang masalah diatas, penelitian ini sangat menarik untuk diteliti, karena fenomena ini sudah sangat mengakar di kalangan mahasiswa di berbagai perguruan tinggi. Sehingga peneliti mengajukan penelitian ini untuk dilakukan pada mahasiswa Pendidikan Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan pada masalah-masalah tersebut, sehingga peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat *self-efficacy* mahasiswa prodi Pendidikan Agama Islam UMY?
2. Bagaimana tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam UMY?

3. Apakah terdapat pengaruh *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa prodi Pendidikan Agama Islam UMY?

C. Tujuan Penelitian

Apabila ditinjau dari latar belakang dan perumusan masalah yang telah termuat di atas, maksud dari penelitian ini yaitu untuk :

1. Mengkaji tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa prodi Pendidikan Agama Islam UMY.
2. Menganalisis tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa prodi Pendidikan Agama Islam UMY.
3. Menemukan pengaruh *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa prodi Pendidikan Agama Islam UMY.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembangan keilmuan bidang Psikologi Pendidikan. Serta diharapkan dapat menambah kajian yang berkaitan dengan pengaruh *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Program Studi

Peneliti berharap program studi kiranya dapat ikut berperan untuk meningkatkan *self-efficacy* yang rendah pada mahasiswa-mahasiswanya. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memfasilitasi mahasiswa melalui program pengembangan atau seminar, agar mereka

mampu meningkatkan *self-efficacy* pada diri mereka, sehingga dapat menghindari perilaku prokrastinasi akademik.

b. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa, peneliti berharap kiranya mampu meningkatkan dan mempertahankan tingkat *self-efficacy* yang dimiliki, dapat dilakukan dengan menambah ilmu yang berkaitan dengan cara meyakini kemampuan dan potensi yang dimiliki serta ikut serta dalam pelatihan atau seminar, sehingga mampu menciptakan tingkat kepercayaan diri yang tinggi dalam menyelesaikan suatu tugas. Dengan ilmu pengetahuan dan keyakinan yang dimiliki mahasiswa tersebut mampu mengatasi berbagai tuntutan tugas-tugas sulit yang dapat menimbulkan perilaku prokrastinasi akademik.

E. Sistematika Pembahasan

Adapun sistematika pembahasan perlu peneliti jabarkan guna memudahkan pembaca dalam memahami penelitian ini. Dalam penelitian ini terdiri dari 5 bab yakni sebagai berikut:

Bab I: Pendahuluan, yang berisi kan latar belakang masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, rumusan masalah, dan sistematika pembahasan.

Bab II: Terdiri dari tinjauan Pustaka dan kerangka teori, kerangka berpikir dan hipotesis. Tinjauan pustaka memuat uraian, penjelasan, serta perbandingan dengan penelitian-penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan variabel yang diteliti, sedangkan kerangka teori berisi penjelasan

mengenai hal-hal yang berkaitan dengan variabel yang diteliti, kerangka berpikir, dan hipotesis.

Bab III: Metode Penelitian, memuat jenis penelitian, pendekatan penelitian, variabel penelitian, populasi, sampel, subjek, dan lokasi penelitian, teknik pengumpulan data, pengukuran variabel dan definisi operasional, validitas dan reliabilitas, serta teknik analisis data.

Bab IV: Berisi hasil penelitian dan pembahasan, yaitu mencakup uraian informasi tentang gambaran umum lokasi penelitian, gambaran umum responden dan hasil penelitian berkaitan dengan variabel yang diteliti. Pembahasan berisi tinjauan peneliti terhadap hasil yang didapat dari penelitian.

BAB V: Penutup, yaitu berisi uraian mengenai kesimpulan, saran, dan kata penutup.