

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa dalam Peraturan Pemerintah RI No. 30 tahun 1990 adalah: “Peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu.” Mahasiswa akhir program S1 harus melewati tugas menyelesaikan skripsi terlebih dahulu untuk bisa mendapatkan gelar S1. Menurut struktur kurikulum Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) skripsi adalah tugas akhir (karya tulis) yang ditujukan untuk mengembangkan kemampuan mahasiswa program S1 dalam menyusun karya ilmiah sebagai muara dari keseluruhan pengalaman belajarnya, didasarkan atas hasil penelitian lapangan, dan ditulis dengan tata cara penulisan karya ilmiah. Fenomena di lapangan menunjukkan banyak mahasiswa UPI yang menunda menyelesaikan skripsi. Akibatnya mereka belum bisa bahkan tidak mampu untuk menyelesaikan skripsi dalam rentang waktu normal untuk lulus kuliah. Dalam aturan UPI tentang waktu mahasiswa dalam mengerjakan skripsi adalah enam bulan. Berdasarkan data yang diperoleh di jurusan psikologi UPI diketahui bahwa mahasiswa yang tercatat sedang mengontrak mata kuliah skripsi adalah angkatan 2006, 2007, 2008 dan 2009. Keempat angkatan ini telah melampaui enam bulan pengerjaan skripsi. Mereka telah melampaui standar waktu penyelesaian skripsi berdasarkan pedoman akademik UPI.

Untuk jangka pendek penundaan menyelesaikan skripsi mungkin meringankan, akan tetapi beberapa penelitian menemukan bahwa penundaan juga menyebabkan stres, bahkan menimbulkan perasaan cemas dan bersalah (Ferrari, Jonhson & Mccown 1995; Pychyl et al., 2000 dalam Arkerman & Gross, 2005, hlm.6). Pernyataan di atas didukung pula dengan penelitian dari Tice dan Baumeister (1997, hlm.457) yang menemukan bahwa penundaan memang memiliki keuntungan dalam mengurangi stres akibat tuntutan tugas, akan tetapi seiring berjalannya waktu dan mendekatnya batas penyelesaian tugas ternyata

tingkat stres pada orang yang menunda meningkat dan bahkan bertambah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Buari (2003, hlm.60) ditemukan hasil bahwa sumbangan menunda tugas akademik terhadap stres adalah 37%. Hasil penelitian Pangestuti (2003, hlm.209) menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan melakukan penundaan menyelesaikan skripsi mengalami peningkatan stres yang cukup tinggi.

Istilah “penundaan terhadap tugas” seringkali disebut sebagai prokrastinasi. Prokrastinasi menunjukkan suatu perilaku yang kurang disiplin dalam penggunaan waktu. Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri pertemuan-pertemuan (Tuckman, 2007). Penundaan atau penghindaran (*procrastination or avoidance*) dilakukan individu sebagai suatu bentuk *coping* yang digunakan untuk menyesuaikan diri terhadap situasi yang dipersepsikan penuh stres (Burka & Yuen, 2008, hlm.176). Prokrastinasi dalam *American College Dictionary* (Burke & Yuen, 2008, hlm.5), berasal dari kata *procrastinate* yang diartikan menunda untuk melakukan sampai waktu berikutnya. Sedangkan menurut Ghufron (2003, hlm.13) prokrastinasi dapat dikatakan sebagai penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu kerja, namun prokrastinasi juga bisa dikatakan sebagai penghindaran tugas, yang diakibatkan perasaan yang tidak senang terhadap tugas dan ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas.

Beberapa penelitian menemukan bahwa prokrastinasi mempengaruhi 50%-95% mahasiswa (Jansen & Corton, 1999; Kachgal, Hansen, & Nutter, 2001; Pychyl et al., 2000; Pychyl, Morin & Salmon, 2000, dalam Arkerman & Gross, 2005, hlm.5). Hasil survey majalah *New Statement* 26 Februari 1999 juga memperlihatkan bahwa 20% sampai dengan 70% pelajar melakukan prokrastinasi (dalam Ghufron 2003, hlm.3). Hasil penelitian Yosh (2007) juga menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar anggota masyarakat luas, dan pelajar pada lingkungan yang lebih kecil. Sekitar

25% sampai dengan 75% dari pelajar atau mahasiswa melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan suatu masalah dalam lingkup akademis mereka. Prokrastinasi akan melindungi individu dari perasaan takut gagal (*fear of failure*) yang tidak nyaman (Burka & Yuen, 2008, hlm.15).

Menurut Selver (1974, dalam Ferari dkk 1995, hlm.6) prokrastinasi bukan tindakan sederhana terhadap penundaan suatu tugas. Lebih lanjut, Boice (1996, hlm.11-12) menambahkan bahwa prokrastinasi mempunyai 2 karakteristik. Pertama, prokrastinasi dapat berarti menunda sebuah tugas yang penting dan sulit daripada tugas yang mudah, lebih cepat diselesaikan, dan menimbulkan lebih sedikit kecemasan. Kedua, prokrastinasi dapat berarti juga menunggu waktu yang tepat untuk bertindak agar hasil lebih maksimal dan resiko minimal dibandingkan apabila dilakukan atau diselesaikan seperti biasa, pada waktu yang telah ditetapkan.

Solomon dan Rothblum (1984, hlm.504) mengemukakan bahwa prokrastinasi biasanya terjadi pada enam area, yaitu menulis, belajar, membaca, tugas administratif, menghadiri pertemuan akademik dan kinerja akademik secara keseluruhan. Berdasarkan hasil penelitian Solomon dan Rothblum (1984, hlm.506) dilaporkan bahwa paling banyak mahasiswa melakukan prokrastinasi ketika menulis lembar tugas, dengan persentase sebanyak 46%, sedangkan 30% ketika mengerjakan tugas mingguan, 28% ketika belajar untuk ujian, 23% ketika menghadiri kelas dan 11% pada tugas-tugas administratif.

Berdasarkan penelitian terhadap mahasiswa yang melakukan prokrastinasi, Solomon dan Rothblum (1984) mengategorikan faktor penyebab prokrastinasi menjadi 2 faktor utama, yaitu: (1) Takut gagal (*fear of failure*) dan (2) Menolak tugas dan malas (*task aversiveness and laziness*). Takut gagal atau motif kegagalan adalah suatu kecenderungan individu yang akan mengalami perasaan bersalah apabila tidak mencapai tujuan atau gagal. Faktor takut gagal ini berhubungan dengan selalu merasa cemas, penetapan standar performa yang terlalu tinggi atau perfeksionisme, kesulitan membuat keputusan, ketergantungan dengan orang lain, rendahnya tingkat kepercayaan diri individu, kurangnya

penerimaan diri dan takut akan keberhasilan. Individu yang mengalami hal ini dinilai tidak dapat memenuhi harapan dirinya sendiri dan orang lain. Sedangkan menolak tugas dan malas bisa diakibatkan karena adanya perasaan ketidaksukaan individu terhadap tugas yang menjadi tanggungannya. Ini mencerminkan akan adanya kekurangan energi yang dimiliki individu prokrastinator dan tugas yang dihadapi dinilai tidak menyenangkan. Solomon dan Rothblum mengungkapkan akan adanya hubungan antara faktor ini dengan hal-hal sebagai berikut: merasa terancam dengan tugas, kecenderungan untuk merasa kelelahan, pemberontakan terhadap otoritas, kemalasan, pengambilan resiko dan pengaruh teman sebaya.

Bernard juga menjelaskan secara lebih rinci tentang faktor internal dan eksternal yang menjadi faktor-faktor penyebab prokrastinasi, yaitu: 1. *Anxiety* atau kecemasan, 2. *Self-Depreciation*, 3. *Low Discomfort Tolerance*, 4. *Pleasure-seeking*, 5. *Time Disorganization*, 6. *Environmental Disorganisation*, 7. *Poor Task Approach*, 8. *Lack of Assertion*, 9. *Hostility with others*, 10. *Stress and fatigue*.

Sedangkan Burka & Yuen (2008, hlm.11) sendiri menyatakan terbentuknya tingkah laku prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor-faktor antara lain: konsep diri, tanggung jawab, keyakinan diri dan kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, kesulitan dalam mengambil keputusan, pemberontakan terhadap kontrol dari figur otoritas, kurangnya tuntutan dari tugas, standar yang terlalu tinggi mengenai kemampuan individu.

Seseorang yang melakukan prokrastinasi disebut sebagai prokrastinator. Dikaitkan dengan paparan tentang prokrastinasi di atas, maka mahasiswa yang menunda penyelesaian skripsi dapat disebut sebagai prokrastinator. Prokrastinator menurut Chu & Choi (2005, hlm.250) dibedakan menjadi dua tipe yaitu prokrastinator aktif dan prokrastinator pasif. Prokrastinator pasif adalah para pelaku prokrastinasi dalam pengertian yang umum. Secara kognitif, prokrastinator pasif tidak mempunyai niat untuk melakukan prokrastinasi, tetapi mereka tetap menunda tugasnya karena mereka tidak mampu membuat keputusan secara cepat dan bertindak secara cepat pula. Sebaliknya, prokrastinator aktif adalah mereka

yang mempunyai kemampuan untuk membuat keputusan dan melaksanakan tugas pada waktunya. Akan tetapi, mereka dengan leluasa menunda-nunda tugas tersebut dan berfokus pada tugas-tugas penting lainnya. Karena itu, prokrastinator pasif dan prokrastinator aktif mempunyai perbedaan dalam dimensi kognitif, afektif, dan perilaku.

Secara afektif, ketika tenggang waktu pelaksanaan tugas hampir habis, prokrastinator pasif merasa sangat tertekan dan memiliki pandangan yang pesimistis, terutama tentang kemampuannya dalam mencapai hasil prestasi yang memuaskan (Ferrari, dkk 1995, hlm.17). Keraguan mereka akan ketidakmampuannya memperbesar peluang kegagalan dan menimbulkan perasaan bersalah dan depresi (Ferrari, dkk 1995, hlm.19). Di pihak lain, prokrastinator aktif senang bekerja di bawah tekanan. Ketika mereka menyisakan sedikit waktu untuk melaksanakan tugas, mereka merasa tertantang dan termotivasi. Perasaan tersebut menjadikan mereka kebal dan mampu bertahan dalam menghadapi berbagai macam kondisi menyakitkan. Sebagaimana yang dirasakan oleh prokrastinator pasif, dalam hal ini 3 subjek yang diwawancara awal termasuk dalam prokrastinator pasif.

Dalam perspektif tersebut, prokrastinasi bermakna positif dan fungsional bila dilakukan sebagai upaya konstruktif untuk menghindari keputusan impulsif dan tanpa pemikiran yang matang, dan bermakna negatif dan disfungsional bila dilakukan karena malas atau tanpa tujuan yang pasti.

Berdasarkan wawancara awal yang peneliti lakukan terhadap 3 orang mahasiswa jurusan psikologi UPI angkatan 2008 yang masih mengontrak skripsi, diperoleh informasi tentang alasan melakukan prokrastinasi yaitu ingin sempurna dalam mengerjakannya, sulit untuk membuat keputusan, ketergantungan dengan orang lain, kemalasan dan kurangnya percaya diri, rasa malas dan rendahnya motivasi, baik malas memulai mengerjakan skripsi atau membaca buku, tidak mendapat *feedback* yang berarti untuk kemajuan skripsi, khawatir pembimbing akan menilai buruk skripsi mereka dan memberikan banyak kritikan, merasa takut untuk bertemu dosen pembimbing, takut bahwa skripsinya akan ditolak atau

dosen pembimbing akan memarahinya karena salah atau tidak adanya kemajuan, sulit mengambil keputusan tentang variable atau teori, selalu salah dalam merevisi sehingga terus menunda untuk mengikuti bimbingan, ragu-ragu untuk menyerahkan revisi karena merasa khawatir mempertanggungjawabkannya ketika bimbingan, dan beberapa kali harus ganti judul sehingga menjadi tidak percaya terhadap kemampuan dirinya untuk menyelesaikan skripsi.

Sehubungan adanya fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa psikologi UPI.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Prokrastinasi merupakan sebuah permasalahan yang terjadi pada dunia pendidikan, tidak terlepas pula dialami mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Skripsi yang menjadi sebagian syarat mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana seringkali menjadi fase yang penuh dengan hambatan yang dapat menimbulkan stres pada mahasiswa. Sebagian besar mahasiswa mengatakan bahwa mereka sangat ingin lulus kuliah tepat waktu dan mampu menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu satu semester. Penundaan yang dilakukan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi membuat mahasiswa tidak dapat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya. Penundaan dalam bidang akademik atau yang disebut dengan istilah prokrastinasi akademik, dilakukan mahasiswa prokrastinator sebagai bentuk *coping* untuk menghindari situasi yang menimbulkan stres. Di jurusan Psikologi FIP UPI terdapat mahasiswa angkatan 2006, 2007, 2008 dan 2009 yang masih mengontrak mata kuliah skripsi. Keempat angkatan ini telah melewati 4 tahun dalam masa studinya. Alasan prokrastinasi mereka adalah “ingin perfeksionis dalam mengerjakannya dan sulit untuk membuat keputusan”, “ketergantungan dengan orang lain, kemalasan dan kurangnya percaya diri”, “rasa malas dan rendahnya motivasi”.

Berdasarkan hasil pemaparan di atas peneliti membatasi definisi prokrastinasi akademik di sini merupakan prokrastinasi dalam menyelesaikan

skripsi. Berdasarkan pemaparan di atas juga peneliti merumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut: Bagaimana gambaran faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Psikologi UPI?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah: Mendapat data empirik tentang faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Psikologi UPI yang sedang mengontrak skripsi.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini adalah memberikan sumbangan ilmiah pada pengembangan psikologi pendidikan khususnya tentang masalah faktor-faktor prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa.

2. Manfaat praktis

- a. Memberikan gambaran bagi para pengajar (dosen), mahasiswa, orangtua, perguruan tinggi, maupun masyarakat secara umum tentang faktor-faktor penyebab prokrastinasi yang dialami mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, dengan demikian faktor-faktor penyebab prokrastinasi tersebut dapat dihindari sehingga penyelesaian skripsi oleh mahasiswa dapat lebih lancar.
- b. Khususnya untuk jurusan Psikologi diharapkan data yang diperoleh oleh peneliti bisa ditindaklanjuti atau dapat memberikan penanganan yang sesuai kepada mahasiswa yang mengalami prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.

