

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Bab ini berisi pendahuluan dari penelitian yang akan dilakukan. Bab ini memuat latar belakang, rumusan masalah, tujuan, dan manfaat penelitian.

### **A. Latar Belakang Penelitian**

Perkembangan globalisasi yang sangat pesat khususnya di Indonesia menjadikan pendidikan sebagai salah satu sumber daya yang mendukung kemajuan perekonomian negara (Annuar & Shaari, 2014). Melalui pendidikan, negara dapat menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas sehingga dapat memberikan kontribusi terhadap perkembangan dan kemajuan suatu negara (Burhani, 2016). Lembaga pendidikan yang menciptakan sumber daya manusia ini salah satunya yaitu perguruan tinggi. Perguruan tinggi bertugas untuk membekali sumber daya manusia yaitu mahasiswa sehingga siap bersaing dan berkontribusi untuk kemajuan negaranya (Aziz & Rahardjo, 2013; Sari, 2014; Burhani, 2016). Mahasiswa sebagai salah satu anggota dari lembaga pendidikan tinggi dituntut untuk mampu mandiri dan bertanggung jawab terhadap tugas akademiknya sehingga ia siap menghadapi dunia kerja (Anggraini, 2016). Untuk dapat memasuki dunia kerja, mahasiswa diharuskan untuk lulus dari perguruan tinggi. Syarat kelulusan seorang mahasiswa yaitu dengan melakukan dan menyelesaikan penelitian yang biasa disebut sebagai tugas akhir atau skripsi (Aziz & Rahardjo, 2013; Sari, 2014; Anggraini, 2016; Burhani, 2016).

Skripsi merupakan salah satu karya tulis yang memuat penelitian sebagai bentuk implementasi dari pengetahuan yang diperoleh selama kuliah (Shaffi, 2015). Skripsi bukan merupakan tugas yang mudah untuk diselesaikan. Penyelesaian skripsi membutuhkan usaha, tenaga, dan waktu yang lebih banyak dibandingkan dengan tugas-tugas akademik lainnya (Sari, 2014). Skripsi biasanya dikontrak dalam waktu satu semester, namun pada kenyataannya banyak yang tidak dapat menyelesaikannya dalam kurun waktu tersebut (Sari, 2014; Shaffi, 2015).

Menurut data yang dirilis oleh BPS Jawa Barat (2016), Kota Bandung merupakan kota dengan jumlah perguruan tinggi baik negeri maupun swasta

paling banyak di Provinsi Jawa Barat. Universitas Pendidikan Indonesia merupakan salah satu universitas negeri di Kota Bandung. Pada semester genap tahun ajaran 2018/2019, tercatat sebanyak 6516 mahasiswa angkatan 2013-2015 yang mengontrak skripsi di Universitas Pendidikan Indonesia. Menurut data yang dirilis oleh Direktorat Perencanaan dan Pengembangan Universitas Pendidikan Indonesia pada tahun 2016, sebanyak 60% mahasiswa menyelesaikan studi tepat waktu dan sebanyak 5% mahasiswa menyelesaikan studi di bawah waktu normal. Angka ini menunjukkan bahwa 35% mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu lebih dari satu semester. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa masih banyak mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia yang belum menyelesaikan studinya secara tepat waktu. Keterlambatan mahasiswa dalam menyelesaikan studi disebabkan oleh berbagai kendala, baik yang berasal dari internal maupun eksternal (Shaffi, 2015; Anggraini, 2016). Kendala internal yang menyebabkan mahasiswa terlambat menyelesaikan studi diantaranya kurang motivasi, ragu dalam menentukan topik, sulit memahami teori yang digunakan, cemas, kurang mampu mengatur waktu, bingung menanggapi saran dari dosen pembimbing, dan prokrastinasi akademik (Sari, 2014; Shaffi, 2015).

Prokrastinasi akademik merupakan penghindaran atau penundaan penyelesaian tugas yang berkaitan dengan aktifitas belajar seperti menulis makalah, belajar untuk ujian, dan menulis karya ilmiah salah satunya yaitu skripsi (Binder, 2000; Michinov, dkk., 2011; Klingsieck, dkk., 2012; Sari, 2014). Prokrastinasi akademik disebabkan oleh faktor internal dan eksternal (Fauziah, 2015). Peneliti melakukan studi pendahuluan tanggal 13 Februari 2019, kepada 55 mahasiswa yang sedang mengontrak skripsi. Tujuan studi pendahuluan ini yaitu untuk mengetahui bagaimana prokrastinasi akademik terjadi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan menggunakan kerangka konsep prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil studi pendahuluan, faktor internal yang menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik diantaranya malas, jenuh, suasana hati yang buruk, merasa tertekan, cemas, menghindari stres, penurunan motivasi, dan tidak memiliki ide. Sedangkan faktor eksternal yang menyebabkan mahasiswa

melakukan prokrastinasi akademik diantaranya kesulitan mendapatkan informasi atau referensi yang dibutuhkan, adanya kesibukan lain, fasilitas tidak mendukung, dan tidak adanya batas pengerjaan.

Ketika menunda mengerjakan skripsi, mahasiswa biasanya melakukan kegiatan alternatif yang dianggap lebih menyenangkan seperti tidur, makan, menonton, jalan-jalan bersama teman, membaca novel, bermain permainan, mendengarkan musik, dan berselancar di media sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pychyl & Sirois (2016), hasilnya menunjukkan bahwa ketika dihadapkan dengan sebuah tugas yang tidak menyenangkan, individu cenderung menghindari tugas tersebut dengan melakukan kegiatan alternatif yang dianggap lebih menyenangkan, sehingga kecemasan dan stres akibat tugas yang sulit dapat berkurang (Sirois & Tosti, 2012; Shaffi, 2015). Kegiatan-kegiatan alternatif ini cukup efektif untuk menurunkan tekanan perasaan negatif yang timbul akibat skripsi, karena ketika melakukan kegiatan tersebut mahasiswa merasakan kesenangan. Namun, kesenangan yang dirasakan hanya bersifat sementara, karena pada akhirnya kegiatan tersebut mengurangi waktu yang tersedia (Shaffi, 2015), merugikan diri sendiri dalam jangka panjang (Sirois & Pychyl, 2013), menyebabkan penurunan prestasi akademik (Tjundjing, 2006; Oematan, 2013), menimbulkan ketidaknyamanan (Setyadi & Mastuti, 2014), menurunkan kinerja akademik (Suriyah & Tjundjing, 2007), dan memperburuk kondisi perasaan mahasiswa (Pychyl & Sirois, 2016).

Perasaan yang timbul akibat prokrastinasi akademik berdasarkan hasil studi pendahuluan diantaranya cemas, merasa bersalah dan tertekan, menyesal, kecewa, khawatir, takut, panik, gelisah, senang, dan lega. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi menimbulkan lebih banyak perasaan negatif daripada perasaan positif (Sirois & Tosti, 2012; Sirois & Pychyl, 2013; Meier, dkk., 2016; Pychyl & Sirois, 2016). Selain itu, skripsi juga menurunkan kebahagiaan, kualitas hidup, dan kepuasan hidup. Hasil studi pendahuluan yang menggunakan kerangka konsep *subjective well-being* di atas menunjukkan bahwa skripsi memengaruhi tingkat *subjective well-being*, dalam hal ini skripsi memengaruhi kondisi perasaan, menurunkan kebahagiaan,

kepuasan hidup, dan kualitas hidup mahasiswa yang mengerjakannya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Prima (2019), penurunan dalam kepuasan hidup dan munculnya lebih banyak emosi negatif daripada emosi positif merupakan tanda penurunan *subjective well-being*.

*Subjective well-being* merupakan penilaian individu terhadap kehidupannya apakah lebih banyak mengalami emosi positif atau emosi negatif dan seberapa puas individu tersebut terhadap kehidupannya (Yildirim & Belen, 2018). Dampak yang timbul dari penurunan *subjective well-being* diantaranya menurunnya kepuasan hidup, berkurangnya kemampuan mengatasi tantangan dan tuntutan, berkurangnya kemampuan menghargai sesuatu (Wibisono & Wahyuningsih, 2017), menurunnya kreatifitas, ketekunan, dan kegigihan, menurunnya efektifitas belajar dan keaktifan di kampus (Prima, 2019), serta meningkatkan kerentanan terhadap stres (Habibah, 2019). Mahasiswa yang menunjukkan *subjective well-being* rendah biasanya tidak aktif dalam kegiatan-kegiatan kampus, sehingga kurang mampu mengembangkan keterampilannya dalam berinteraksi, berhubungan, dan bekerja sama dengan orang lain (Utami, 2009). Selain itu, rendahnya *subjective well-being* juga menyebabkan mahasiswa tidak dapat mengerjakan skripsinya dengan baik, bahkan tidak jarang mendorong mahasiswa untuk menyerah dan keluar dari perguruan tinggi tanpa menyelesaikan skripsinya (Michinov, dkk., 2011). Ketika berada dalam kondisi tersebut, mahasiswa membutuhkan orang lain untuk mendukung dirinya dalam menyelesaikan studi (Sari, 2014). Dukungan ini yang kemudian disebut sebagai dukungan sosial.

Dukungan sosial merupakan sebuah timbal balik interpersonal yang melibatkan perasaan, penghargaan, bantuan fisik dan moral, serta informasi yang dibutuhkan (Shaffi, 2015). Dukungan sosial menjadi penting karena keberadaannya dapat meningkatkan kondisi *subjective well-being* pada individu (Ardiansyah, 2014; Khairani, 2014; Dewa, 2015). Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *subjective well-being* dengan dukungan sosial (Rohmad, 2014), artinya tingkat *subjective well-being* yang tinggi disebabkan karena tingginya dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa.

Pada mahasiswa, dukungan sosial yang diterima biasanya berasal dari orang tua, teman sebaya dan dosen pembimbing (Sari, 2014). Bentuk dukungan sosial yang diterima dari orang tua misalnya dorongan untuk mengerjakan skripsi, kepercayaan terhadap kemampuan anaknya, dan doa. Sedangkan, bentuk dukungan yang diterima dari teman sebaya misalnya perhatian, kepedulian, empati, pemberian semangat, dan pemberian pujian ketika menunjukkan progres dalam pengerjaan. Selain itu ada juga yang menunjukkan dukungannya dengan meminjamkan laptop, meminjamkan buku referensi yang dibutuhkan, menawarkan bantuan secara langsung, atau menjadi teman diskusi dan memberikan ide (Shaffi, 2015). Sedangkan dukungan dari dosen pembimbing skripsi misalnya saran yang memudahkan proses pengerjaan skripsi dan pemberian referensi terkait topik penelitian yang diajukan.

Tingkat dukungan sosial yang rendah menyebabkan mahasiswa kesulitan dalam meredakan emosi negatif yang dirasakan (Sari, 2014). Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Abbey, Abramis, dan Caplan (2005), hasilnya menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial menyebabkan individu kesulitan dalam mengatasi masalah dan perasaan negatif sehingga pada gilirannya dapat menurunkan *subjective well-being*. Selain itu, dukungan sosial yang rendah juga menurunkan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri, membina hubungan dengan orang lain, mencapai kemandirian secara emosional, mengatasi tekanan dan kecemasan, dalam hal ini dukungan sosial untuk mengatasi tekanan dan kecemasan terutama ketika mengerjakan skripsi (Putri, 2016).

Dukungan sosial menjadi hal yang penting bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Dukungan sosial yang diterima ketika merasa tertekan dan ingin menyerah membuat mahasiswa beranggapan bahwa mereka dicintai, dihargai, diakui keberadaannya, dan merasa memiliki orang yang dapat dimintai bantuan saat dibutuhkan sehingga mendorong mereka untuk menyelesaikan skripsinya (Sarafino & Smith, 2011; Sari, 2014). Selain itu, dukungan sosial yang diterima juga menimbulkan kepuasan dalam hidupnya (Rohmad, 2014), memunculkan kebahagiaan (Ardiansyah, 2014), meningkatkan kemampuan mengatasi stres (Ekasari & Yuliyana, 2012),

menurunkan tingkat stres (Haryanti, 2012), menurunkan kecemasan (Puspitasari, dkk., 2010; Putri, 2016), meredakan emosi-emosi negatif (Sari, 2014). Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial menimbulkan kepuasan hidup dan mengurangi emosi negatif yang merupakan ciri dari meningkatnya *subjective well-being*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dan *subjective well-being* memiliki hubungan positif yang signifikan (Rohmad, 2014), oleh karena itu semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin tinggi juga tingkat *subjective well-being* nya.

Berdasarkan pemaparan di atas telah diketahui bahwa baik prokrastinasi akademik (Binder, 2000; Klingsieck, dkk., 2012; Sirois & Tosti, 2012; Hirsch & Sheldon, 2013; Sirois, 2014; Sirois & Kitner, 2015; Meier, dkk., 2016; Pychyl & Sirois, 2016), maupun dukungan sosial (Rohmad, 2014; Putri, 2016) berpengaruh terhadap *subjective well-being*. Akan tetapi, penelitian yang menguji pengaruh prokrastinasi akademik dan dukungan sosial secara bersama-sama terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir masih perlu diuji secara empiris. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Prokrastinasi Akademik dan Dukungan Sosial terhadap *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Pendidikan Indonesia”.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, penelitian ini berupaya untuk menjawab pertanyaan “Apakah terdapat pengaruh prokrastinasi akademik dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Pendidikan Indonesia?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh prokrastinasi akademik dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Pendidikan Indonesia.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini memiliki manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis. Adapun manfaat tersebut sebagai berikut :

**Nurul Fadillah, 2019**

**PENGARUH PROKRASTINASI AKADEMIK DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## 1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini dapat menambah khazanah keilmuan terutama dalam bidang psikologi pendidikan yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik, dukungan sosial, dan *subjective well-being* pada mahasiswa yang sedang mengontrak skripsi.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini diharapkan mampu mendorong mahasiswa untuk menghindari perilaku prokrastinasi akademik dan mencari dukungan sosial ketika mengerjakan tugas akhir atau skripsi sehingga dapat memelihara tingkat *subjective well-being* dan dapat menyelesaikan studi secara tepat waktu.
- b. Bagi peneliti lain. Penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu sumber informasi untuk melakukan penelitian mengenai prokrastinasi akademik, dukungan sosial, dan, *subjective well-being*.

## E. Sistematika Penulisan

Secara garis besar, sistematika penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut :

### 1. BAB I PENDAHULUAN

Bab ini merupakan bab pendahuluan yang menjelaskan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

### 2. BAB II KAJIAN PUSTAKA

Bab ini merupakan landasan teoritis yang digunakan dalam penelitian. Bab ini menjelaskan konsep mengenai prokrastinasi akademik, *subjective well-being*, dan dukungan sosial. Kemudian pada bab ini terdapat kerangka berpikir, asumsi, dan hipotesis penelitian.

### 3. BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini merupakan penjelasan mengenai metode yang digunakan dalam penelitian ini. Bab ini menjelaskan tentang desain penelitian, populasi dan sampel, variabel penelitian dan definisi operasional, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, analisis data, dan prosedur pelaksanaan penelitian.

#### **4. BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

Bab ini merupakan pemaparan hasil penelitian yang diperoleh serta penjelasan analisis data sehingga diperoleh sebuah data yang mampu mendukung atau membantah hipotesis penelitian.

#### **5. BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Bab ini merupakan kesimpulan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab IV dan rekomendasi yang diberikan kepada pengguna hasil penelitian dan peneliti selanjutnya.