

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menyusun skripsi merupakan tahap akhir yang penting dalam pendidikan tinggi dan seringkali menjadi sumber tekanan bagi mahasiswa. Terutama, banyak mahasiswa yang menghadapi kesulitan menyelesaikan skripsi tepat waktu karena perilaku menunda-nunda atau prokrastinasi akademik. Kota Malang merupakan kota yang memiliki banyak perguruan tinggi dan mahasiswa tingkat akhir, di mana dalam tahap ini prokrastinasi akademik menjadi salah satu permasalahan yang cukup menonjol, terutama bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Mindi, 2023). Penelitian terdahulu menyatakan bahwa dari 93 mahasiswa program studi Pendidikan Guru dan Sekolah Dasar angkatan 2019 Kampus Semanggi terdapat 54% dari mereka menempati tingkat prokrastinasi yang tinggi. Penyebabnya adalah mereka memilih mengerjakan tugas wajibnya di akhir waktu karena menganggap itu sulit, ada juga yang menyebutkan alasan penundaan ini dilakukan untuk memperoleh pencerahan dahulu, mereka merasa masih memiliki waktu yang cukup lama menuju tanggal akhir tugas, lebih dari itu, mereka bahkan terpengaruh pada kegiatan-kegiatan menyenangkan dibanding mengerjakan tugas (Doni et al., 2022). Hal-hal tersebut mengarah pada proses penundaan. Ditambah lagi seperti menunda mengerjakan bab skripsi, enggan untuk berkonsultasi dengan dosen pembimbing, serta mengalihkan perhatian ke kegiatan non akademik (Sari et al., 2023). Dengan demikian, prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai kecenderungan untuk secara sengaja menunda tugas akademis meskipun mereka sadar terdapat dampak negatif atas sikap tersebut (Solomon & Rothblum, 1984)

Kebiasaan menunda mengerjakan tugas akhir bagi mahasiswa memiliki dampak negatif terhadap masa depan akademiknya, baik secara fisik maupun psikologis. Secara kesehatan, seseorang yang terbiasa menunda-nunda tugas sering mengalami keluhan terkait pencernaan dan kesulitan tidur di malam hari. Dari segi psikologis, perilaku prokrastinasi ini menunjukkan adanya konflik internal antara keinginan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu dan ketidakmampuan untuk mengambil tindakan. Hal ini disebut sebagai intention-action gap, seperti yang dijelaskan oleh Nurjan (2020). Oleh karena itu, prokrastinasi tidak hanya terkait dengan pengelolaan waktu, tetapi juga meningkatkan tingkat stres, kecemasan, serta rasa tidak puas terhadap pencapaian diri sendiri, menurut Ferrari et al. (1995). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, tampak bahwa penundaan yang dilakukan mahasiswa selama menyelesaikan tugas akhir menjadi isu yang mendesak dan memerlukan penanganan segera.

Tindakan menunda menyelesaikan tugas ini seringkali berkaitan dengan respons terhadap rasa takut atau sikap menghindari sesuatu serta menimbulkan kesan negatif (Demeter & Davis, 2013). Menurut Steel (2007) faktor penyebab seseorang menunda mengerjakan tugas adalah karena: (1) Faktor perbedaan individu yang mencakup neurotisisme, seperti kepercayaan yang tidak masuk akal, merasa tidak percaya diri, perasaan rendah diri, perilaku yang menghambat diri sendiri, serta rasa sedih yang berlangsung lama; kepribadian yang ramah dan ekstrover; serta sifat hati-hati, yang terkait dengan gangguan perhatian, kemampuan untuk mengendalikan diri, kemampuan mengatur diri, motivasi untuk berprestasi, serta kesenjangan antara niat dan tindakan; serta (2) Faktor yang berkaitan dengan karakteristik tugas, seperti waktu pemberian hadiah dan hukuman, serta tingkat ketidaksenangan terhadap tugas tersebut. Berdasarkan

faktor-faktor tersebut, Fitri dan Kustanti (2018) menyatakan bahwa keyakinan seorang mahasiswa terhadap kemampuannya untuk menjalankan suatu proses secara baik disebut juga dengan efikasi diri atau *self-efficacy*. Penulis mengacu pada Bandura dan Pajares (Ormrod, 2008), yang menyatakan bahwa efikasi diri pada mahasiswa akan mempengaruhi pilihan aktivitas, target, upaya, dan cara menghadapi tugas akademik mereka. Dengan demikian, mahasiswa yang memiliki keyakinan diri yang baik mungkin dapat meningkatkan kemampuan untuk terlibat dalam proses pembelajaran dan lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas.

Pada penelitian ini, variabel bebas yang dipilih adalah *self-efficacy*, karena variabel tersebut secara teoritis maupun empiris memiliki pengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Menurut penjelasan Syarifah Nurjan (2020), salah satu indikator prokrastinasi adalah kurangnya percaya diri atau keyakinan diri. Bandura (1997) juga mendefinisikan *self-efficacy* sebagai kepercayaan dan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk merencanakan serta menjalankan aktivitas dalam mencapai keberhasilan yang diinginkan. Oleh karena itu *self-efficacy* secara sederhana dapat disebut sebagai keyakinan seseorang pada kemampuan dirinya untuk merancang, menjalankan, dan mengarahkan sebuah misi hingga berhasil (Fitri & Kustanti, 2018). Pernyataan ini memiliki implikasi nyata berdasarkan hasil penelitian yang telah dijalankan (Yana, 2022) yakni semakin banyak tingkat *self-efficacy* seorang mahasiswa menunjukkan berkurangnya potensi kemunculan perilaku prokrastinasi akademik.

Beberapa penelitian sebelumnya yang membahas hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik telah penulis temukan. Salah satunya adalah penelitian korelasional yang dilakukan pada mahasiswa semester kedua program studi sosiologi, fakultas ilmu sosial dan humaniora UIN Sunan Kalijaga

Yogyakarta. Metode yang digunakan meliputi uji korelasi product moment pearson serta uji linearitas menggunakan Anova Table. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik, dengan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Koefisien korelasi antara kedua variabel tersebut adalah -0,611, yang menunjukkan hubungan yang cukup kuat antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik (Fadli, *et al.*, 2023). Selain itu, Zannah (2020) juga menemukan hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut dalam penelitiannya yang melibatkan mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik (Zannah, *et al.*, 2019). Penelitian lain yang dilakukan oleh Martono *et al.*, (2023) meneliti pengaruh kemampuan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Kota Makassar. Hasil penelitian tersebut menunjukkan nilai koefisien yang memiliki pengaruh negatif, artinya penulis menemukan arah korelasi yang berlawanan dan signifikan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat *self-efficacy* seseorang, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya, sebaliknya juga berlaku.

Penelitian sebelumnya menjadi sebuah dasar bagi penulis dalam menyusun penelitian terkait prokrastinasi akademik. Penulis menemukan adanya pengaruh yang signifikan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan adanya celah dari penelitian sebelumnya karena belum banyak penelitian yang secara khusus melihat pengaruh *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Malang. Oleh karena itu, penelitian ini lebih baru dalam konteks subjek dan lokasi, dengan memfokuskan pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Kota Malang. Mahasiswa di kota Malang dipilih sebagai populasi penelitian ini

karena mereka cenderung mengalami tekanan akademik selama tahap penyusunan skripsi, yang dapat menyebabkan perilaku prokrastinasi (Venanda, 2022).

Beberapa fenomena dan data yang telah penulis sampaikan dalam sub bab latar belakang ini memicu rasa penasaran penulis untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “Pengaruh *Self-efficacy* Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Kota Malang”.

### **B. Rumusan Masalah**

Sesuatu yang akan ingin di jawab melalui penelitian ini penulis susun dalam rumusan masalah, yakni apakah terdapat pengaruh pada *self-efficacy* terhadap kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dilakukannya penelitian ini ialah untuk menjawab rumusan masalah yang telah diuraikan, sehingga penulis bermaksud melihat adanya pengaruh tingkat *self-efficacy* pada tindakan prokrastinasi akademik mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Kota Malang.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penulis berharap penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam peningkatan kaya literatur dan pemahaman di bidang psikologi pendidikan serta perilaku akademik. Selain itu, bagi para peneliti atau penulis yang ingin melakukan penelitian serupa, diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu memperkaya teori mengenai pengaruh *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir dalam mengerjakan skripsi.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pengajar: Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam memberikan ide-ide untuk meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa melalui kegiatan seperti mengasah ketekunan dalam menyelesaikan tugas akademik, serta menghindari melakukan hal-hal yang tidak penting.
- b. Bagi Wali dan Orang Tua: Penelitian ini diharapkan dapat membantu wali dan orang tua memahami pentingnya *self-efficacy*, sehingga mampu memberikan motivasi kepada anak yang sedang menempuh studi tingkat akhir.
- c. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir: Melalui penelitian ini, diharapkan mahasiswa tingkat akhir dapat menyadari bahwa prokrastinasi akademik tidak baik dilakukan dan sebaiknya dihindari.