

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Prokrastinasi merupakan penggambaran kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau aktivitas pekerjaan (Ghufron & Rismawati, 2010). Prokrastinasi dapat terjadi pada setiap orang, tanpa melihat umur, pria atau wanita, status pekerjaan, siswa atau mahasiswa. Perilaku prokrastinasi sering terjadi pada jenjang pendidikan seperti sarjana dan pascasarjana, bahkan sering muncul pada tugas menulis yaitu tugas akhir atau skripsi. Menurut Arumsari (2016) perilaku prokrastinasi 90% dialami oleh mahasiswa dan 25% diantaranya mengalami prokrastinasi kronis, yang membuat tidak melanjutkan perkuliahan di perguruan tinggi. Penelitian perilaku prokrastinasi mahasiswa tingkat akhir yang sedang skripsi oleh Sari (2024) terdapat prokrastinasi kategori sedang dialami 52,3% mahasiswa, kategori prokrastinasi tinggi 46,34% mahasiswa dan kategori paling tinggi dialami 1,63% mahasiswa.

Perilaku prokrastinasi yang berkaitan dengan penundaan tugas perkuliahan dan terutama penundaan tugas akhir atau skripsi disebut sebagai prokrastinasi akademik. Menurut McCloskey (2011) prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda aktivitas belajar akademik. Bentuk perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa akhir di perguruan tinggi antara lain mengabaikan tugas atau revisi dari dosen, merasa mudah atau meremehkan tugas, melakukann kegiatan lain yang tidak berhubungan dengan perkuliahan atau tugas akhir (Wicaksono, 2017). Perilaku prokrastinasi yang tidak diatasi dapat menurunkan prestasi akademik mahasiswa, yang mana prestasi akademik mahasiswa ditentukan oleh nilai IPK dan ketepatan waktu lulus dari perguruan tinggi. Selain itu, terdapat dampak buruk

seperti waktu yang terbuang sia-sia, kelulusan yang tertunda, menambah biaya perkuliahan, ancaman tidak lulus kuliah dan berdampak pada masa depan mahasiswa (Khoirunnisa et al., 2021).

Peneliti menemukan fenomena terkait perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa perpanjangan skripsi. Data Biro Akademik Universitas Merdeka Malang, menyatakan masih terdapat 198 mahasiswa Universitas Merdeka Malang melakukann perpanjangan skripsi lebih dari 8 semester, terdiri dari Angkatan 2018, 2019 dan 2020. Selain data tersebut beberapa mahasiswa Universitas Merdeka Malang yang perpanjangan skripsi, memberikan penjelasan melalui wawancara singkat pada periode semester ganjil tahun 2024. Hasil wawancara tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa mengerjakan skripsi masih ada yang berperilaku menunda, yaitu menunda mengerjakan revisi, belum melakukann bimbingan skripsi dengan dosen, menunda mendaftar waktu ujian skripsi dan tidak dapat membagi waktu antara mengerjakan skripsi dengan kegiatan lainnya. Melalui data dan wawancara singkat terlihat mahasiswa Universitas Merdeka Malang memiliki perilaku menunda atau prokrastinasi akademik saat menyusun skripsi sehingga membuat mahasiswa melakukann perpanjangan skripsi tiap semester.

Fenomena prokrastinasi akademik yang terjadi di Universitas Merdeka Malang penting diteliti untuk menyadarkan mahasiswa perpanjangan skripsi, bahwa memiliki perilaku prokrastinasi akademik saat mengerjakan skripsi dapat menimbulkan dampak yang merugikan pada mahasiswa itu sendiri. Beberapa dampak yang akan dirasakan mahasiswa yaitu waktu yang terbuang sia-sia, biaya kuliah yang bertambah, ancaman tidak lulus perguruan tinggi, kehilangan kesempatan untuk mendapat pekerjaan dan masa depan yang terhambat.

Dampak yang tidak diatasi dengan segera dapat mempengaruhi kelulusan dan masa depan mahasiswa.

Perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa perpanjangan skripsi terjadi karena berbagai faktor. Menurut Ghufon dan Rismawati (2010) prokrastinasi akademik dipengaruhi faktor dalam diri yaitu kondisi fisik dan kondisi psikologis, kemudian faktor luar diri yaitu pola asuh dan lingkungan. Salah satu faktor dalam diri berupa kondisi psikologis yang mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik menurut Ghufon (2010) yaitu regulasi diri.

Regulasi diri menurut Zimmerman (2000) kemampuan menghasilkan, membuat perencanaan dan selalu menyesuaikan pikiran, perasaan, dan tindakan untuk mencapai tujuan yang telah dibuat oleh individu. Peneliti memilih regulasi diri sebagai variabel bebas, karena menurut Ardina & Wulan (2019) regulasi diri dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Sejalan dengan Rizkyani (dalam Sedyawati, 2021) bahwa regulasi diri memiliki hubungan dengan penundaan atau prokrastinasi, Individu yang mempunyai regulasi diri yang baik, dapat mengarahkan diri untuk tanggungjawab dengan tugas akademik, kemudian diselesaikan dengan tepat waktu. Santika & Dian (2016) menjelaskan rendahnya regulasi diri berupa ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, sulit menentukan waktu dan tujuan yang kurang ditetapkan dapat memicu perilaku prokrastinasi akademik terjadi pada individu.

Melalui pernyataan tersebut, maka mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat meningkatkan regulasi diri dalam mengerjakan skripsi, agar tidak tertunda kelulusannya dan tidak lagi melakukann perpanjangan skripsi berkali-kali. Namun dalam hal ini masih ada mahasiswa kurang mengoptimalkan regulasi diri,

seperti tidak segera mengerjakan revisi skripsi, memilih kegiatan lain daripada mengerjakan skripsi, dan membuat tugas skripsi tidak kunjung selesai. Sehingga perlu ada regulasi diri yang optimal untuk mencegah perilaku prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi.

Penelitian terkait dengan perilaku prokrastinasi akademik juga dilakukan peneliti terdahulu. Penelitian yang dilakukan oleh Sedyawati (2021) dengan subjek 167 siswa SMP pada masa pandemi, memperoleh hasil penelitian yaitu tidak ada hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa pada saat pandemic Covid-19. Penelitian yang dilakukan oleh Muntazbim (2022) meneliti hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada 264 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi Angkatan 2017 Fakultas Ilmu Pendidikan dengan analisis korelasi pearson, mendapatkan hasil yaitu terdapat hubungan negatif antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik. Penelitian selanjutnya juga meneliti prokrastinasi akademik mahasiswa calon guru pada masa Covid-19 oleh Sarika & Nirbita (2021) dengan menggunakan metode kualitatif dan memperoleh hasil bahwa kategori prokrastinasi akademik pada mahasiswa tersebut masuk kategori sedang sebesar 55,14%.

Penelitian terdahulu memiliki perbedaan dengan penelitian ini yaitu pada penelitian pertama memiliki hasil yang menyatakan regulasi diri tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik pada sampel siswa SMP pada masa pandemic Covid-19. Hal ini dapat menjadi celah untuk dilakukan penelitian terkait apakah regulasi diri memiliki kontribusi yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik, dengan menggunakan subjek yang berbeda yaitu mahasiswa perpanjangan skripsi.

Penelitian terdahulu yang kedua menggunakan sampel yaitu mahasiswa yang menyusun skripsi angkatan 2017 dan menggunakan analisis korelasi pearson. Pada penelitian ini akan menggunakan sampel spesifik mahasiswa yang hanya perpanjangan skripsi angkatan 2018, 2019, 2020 dan menggunakan analisis regresi untuk melihat kontribusi regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian terdahulu yang terakhir menggunakan metode kualitatif untuk melihat kategori satu variabel yaitu prokrastinasi akademik mahasiswa calon guru masa pandemi Covid-19. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk melihat kontribusi variabel regulasi diri terhadap variabel prokrastinasi akademik.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti memiliki ketertarikan untuk meneliti seberapa jauh kontribusi regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik, karena melihat data dan hasil wawancara terbuka masih terdapat mahasiswa Universitas Merdeka Malang yang menunda mengerjakan skripsi, melakukan perpanjangan skripsi. Regulasi diri dapat ditingkatkan kembali oleh mahasiswa yang perpanjangan skripsi untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Sehingga tidak terjadi lagi perpanjangan skripsi dan mahasiswa tersebut lulus dari perguruan tinggi. Maka peneliti akan meneliti dengan judul “Kontribusi Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perpanjangan Skripsi”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti menentukan rumusan masalah yaitu: Apakah terdapat kontribusi yang signifikan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa perpanjangan skripsi?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian memiliki tujuan untuk melihat kontribusi yang signifikan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa perpanjangan skripsi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yaitu meningkatkan referensi psikologi dan psikologi pendidikan. Selain menambah referensi, dapat meningkatkan pengetahuan bahwa regulasi diri memiliki kontribusi dalam perilaku prokrastinasi akademik mengerjakan skripsi. Mengetahui kontribusi regulasi diri dapat meminimalisir perilaku prokrastinasi muncul.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dapat membantu mahasiswa yang akan merencanakan skripsi, mahasiswa sedang mengerjakan skripsi dan mahasiswa yang sedang perpanjangan skripsi, untuk menyiapkan diri membentuk regulasi diri yang baik dalam menyusun skripsi. Sehingga perilaku prokrastinasi tidak terjadi atau tidak menjadi semakin merugikan bagi mahasiswa.

Manfaat bagi pembaca, kalangan umum atau calon mahasiswa dapat mendapat pengetahuan atau informasi bahwa kontribusi regulasi diri yang dapat mengurangi perilaku prokrastinasi dalam diri individu.