

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan bagian dari institusi pendidikan yang dituntut untuk selalu berprestasi baik dalam bidang akademik maupun non akademik. Mahasiswa dituntut untuk selalu menyelesaikan tugas tepat waktu, mengerjakan ujian dengan hasil yang baik dan membuat catatan sebelum perkuliahan dimulai. Mahasiswa dalam mengerjakan tugas seringkali muncul rasa malas dan keengganan untuk mengerjakan tugas tersebut, sehingga tugas tidak dapat diselesaikan sesuai dengan tepat waktu. Rasa malas dan keengganan dalam mengerjakan tugas tersebut membuat mahasiswa suka menunda mengerjakan tugas yang seharusnya dikerjakan.

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang perguruan tinggi. Pengertian mahasiswa dalam kamus besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah siswa yang belajar pada perguruan tinggi (Depdiknas, 2012). Sementara itu perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan yang secara formal disertai tugas dan tanggung jawab mempersiapkan mahasiswa dengan tujuan pendidikan tinggi (Wulan dan Abdullah, 2016: 56).

Menurut Sukadji dan Kurniawan (2014: 12), “ mahasiswa adalah sebagian kecil dari generasi muda yang mendapat kesempatan untuk mengasah kemampuannya di perguruan tinggi. Oleh sebab itu, mahasiswa diharapkan akan mendapat manfaat yang sebesar-besarnya dalam pendidikan tersebut”.

Seorang mahasiswa memiliki berbagai kegiatan yang dilakukan, diantaranya ada mahasiswa yang bekerja sambil kuliah ataupun melaksanakan kegiatan lain diluar perkuliahan. Namun selama menuntut ilmu di Perguruan Tinggi, sebagai mahasiswa tidak terlepas dari kewajiban mengerjakan tugas-tugas akademik. Beberapa tuntutan penyelesaian tugas tersebut antara lain adalah membuat berbagai macam tugas akademik maupun ujian yang merupakan suatu untuk evaluasi bagi mahasiswa yang dilakukan secara rutin, serta kegiatan non akademis lainnya. Dalam memberikan tugas, dosen akan menentukan batas waktu

(*deadline*) tertentu untuk dikumpulkan.

Mahasiswa idealnya dapat berperan aktif dan rajin dalam mengikuti perkuliahan sampai diselesaikannya tugas-tugas yang diberikan oleh dosen, namun masalah pengaturan waktu seringkali menjadi kendala mahasiswa dalam membagi waktu dengan baik. Selain itu rutinitas yang cenderung monoton menyebabkan kegiatan untuk segera menyelesaikan tugas menjadi tertunda, kemudian adanya gangguan lain yang mungkin lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan tugas-tugas akademik yang diberikan dosen. Menurut Fibrianti (2009) penundaan dalam menyelesaikan tugas disebabkan dari faktor internal yang berasal dari dalam diri mahasiswa yang menjadi hambatan, seperti kecemasan, persepsi terhadap dosen, dan ketidakmampuan untuk mengatur waktu, sedangkan faktor eksternal merupakan faktor-faktor yang berasal dari luar diri mahasiswa, seperti kurangnya dukungan, kesulitan memperoleh bahan-bahan, kurangnya sarana dan prasarana, serta adanya aktivitas lain.

Menurut McCloskey dan Scielzo (2015), prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang mengacu pada kecenderungan untuk menunda kegiatan dan perilaku yang berhubungan dengan akademik secara sia-sia. Prokrastinasi terjadi pada siswa dari segala usia, baik siswa yang berada di bangku sekolah dasar maupun yang sedang mengejar beberapa jenis pencapaian pendidikan atau gelar.

Menurut Ferrari dkk (dalam Fauziah, 2015) seseorang yang melakukan prokrastinasi akademik memiliki ciri-ciri yaitu menunda memulai mengerjakan tugas yang dimilikinya, memiliki kesenjangan waktu antara waktu yang diharapkan dan waktu yang sesungguhnya dirinya saat mengerjakan tugas, terlambat menyelesaikan tugas dan melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugasnya. Salah satu faktor seseorang melakukan prokrastinasi menurut Klingsieck (dalam Steel & Klingsieck, 2016) adalah motivasi yang dimiliki seseorang.

Prokrastinasi akademik terjadi di kalangan mahasiswa. Akademik terjadi di kalangan mahasiswa. Penelitian di Malaysia menunjukkan bahwa 67% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik dan 12% seorang prokrastinator

yang tinggi (Bakar & Khan, 2016). Penelitian di Indonesia mendapatkan hasil bahwa 70% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang sangat tinggi (Mulyana, 2018). Penelitian Syifa (2020) mendapatkan hasil bahwa mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang sedang.

Schouwenburg (dalam Kurniawan, 2017), prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda pengerjaan tugas ataupun kegiatan belajar untuk ujian, dan digantikan dengan kegiatan lain yang tidak perlu.

menurut Ferrari, dkk (dalam Ghufon & Risnawati, 2010) adalah penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus.

Dari hasil penjabaran tersebut dapat disimpulkan bahwa task aversiveness berpengaruh positif terhadap penundaan tugas akademik dalam proses perkuliahan. Keberhasilan mahasiswa di perguruan tinggi tergantung pada sejumlah faktor, terutama kemampuan intelektual, keyakinan bahwa seseorang memiliki keterampilan dan atribut untuk menjadi mahasiswa yang sukses melalui akses serta pemanfaatan dukungan akademik dan sosial yang ada (Deemer, Yough & Morel, 2018). Penentu penting keberhasilan mahasiswa lainnya adalah kemampuan untuk mengatur waktu secara efektif (Deemer, Yough & Morel, 2018).

Task aversiveness merupakan karakteristik tugas yang dipersepsi oleh seseorang sebagai sesuatu yang dianggap sulit, tidak menyenangkan, tidak memiliki kenikmatan terhadap tugas serta membutuhkan usaha yang lebih besar karena tugas tersebut tidak memiliki kejelasan dalam cara penyelesaiannya (Ferrari, Mason & Hammer, 2006). Menurut Blunt dan Pychyl (2000) task aversiveness adalah perasaan berupa ketidaknyamanan atau kurangnya kesenangan pada karakteristik tugas yang disebabkan oleh berbagai faktor yang dicirikan dengan perasaan boredom, frustration dan resentment terhadap tugas yang harus diselesaikan.

Task aversiveness berkorelasi dan menunjukkan hubungan positif yang besar terhadap prokrastinasi akademik (Solomon & Rothblum, 1984). Hal serupa juga diungkapkan oleh Qomariyah (2016) dalam penelitiannya mengatakan

bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara ketidaknyamanan terhadap tugas (task aversiveness) dengan prokrastinasi akademik dimana semakin tinggi tingkat ketidaknyamanan terhadap tugas maka prokrastinasi akademik juga meningkat. Hasil ini sesuai dengan penelitian dari Lay, mengenai hubungan antara prokrastinasi dengan ketidaknyamanan dalam melakukan tugas baik tugas jangka pendek dan jangka panjang, diperoleh hasil bahwa skor kenyamanan berbanding terbalik dengan skor ketidaknyamanan terhadap tugas, yang pada akhirnya membuat individu menunda untuk mengerjakan tugas. Ini berarti semakin tinggi ketidaknyamanan seseorang dalam melakukan pekerjaan, maka tingkat prokrastinasi juga semakin tinggi (Blunt & Phycyl, 2005).

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Afzal dan Jami (2018) yang dilakukan pada dua ratus mahasiswa yang terdiri dari jenjang pendidikan (MSc, MPhil dan PhD) hasilnya menunjukkan bahwa task aversiveness muncul sebagai prediktor yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat ketidaknyamanan seseorang terhadap tugas maka prokrastinasi akademik juga meningkat, sebaliknya ketika seseorang merasa tugas yang harus diselesaikan menyenangkan dan memiliki ketertarikan untuk segera menyelesaikan tugas tersebut maka seseorang tersebut tidak akan menunda-nunda mengerjakan tugas baik untuk memulai maupun menyelesaikan tugas tersebut.

Terdapat beberapa penelitian yang mencoba menghubungkan antara task aversiveness dengan prokrastinasi akademik. Berdasarkan penelitian yang relevan sebelumnya yang berjudul “Hubungan Antara Task Aversiveness Dengan Prokrastinasi Akademik” oleh Magvirasari Lestari Linra, Lukman dan Nurfitriany Fakhri pada tahun (2016) terdapat beberapa perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan diantaranya subjek yang digunakan adalah mahasiswa strata-1 sedangkan penelitian ini meneliti subjek strata-2, metode yang digunakan adalah sperman rho sedangkan penelitian ini mencoba menggunakan korelasi product moment. Teori yang digunakan untuk mengukur skala task aversiveness menggunakan aspek-aspek task aversiveness menurut Procee, Kamphorst,

Jules, dan Wissen (2013) yaitu: boredom, personal meaning, autonomus motivation, frustration, sedangkan peneliti menggunakan teori Blunt & Pychyl (2000) yaitu boredom, frustration dan resentment. Teori Blunt dan Pychyl (2000) ini peneliti gunakan karena dari banyaknya dimensi dari task aversiveness yang diuji menggunakan Personal Projects Analysis (PPA) oleh Little (1983) ditemukan hanya boredom, frustration dan resentment yang konsisten ada di setiap tahap dari PPA Little tersebut.

Pada kenyataannya proses pendidikan tidak berjalan sesuai dengan harapan, banyak mahasiswa yang menunda memulai tugas-tugas akademis dan perilaku penundaan seperti itu dapat memberikan konsekuensi negatif untuk pengembangan akademik dan karirnya (Deemer, Yough & Morel, 2018). Sejalan dengan pendapat Ackerman and Gross, Noran (dalam Afzal dan Jami, 2018) mengatakan mahasiswa yang menunda menyadari bahwa tugas akademik dapat diselesaikan atau mahasiswa ingin melakukan apapun tugas yang dimiliki, berusaha untuk merencanakan, dan mencobanya; tetapi tidak menyelesaikannya atau secara berlebihan menunda dan membuang waktu dalam kegiatan atau kesenangan yang kurang penting.

Mahasiswa perguruan tinggi tidak dipungkiri memiliki tuntutan baru dalam transisinya dari pelajar sekolah menengah atas menjadi mahasiswa, tuntutan tersebut antara lain meliputi kemandirian belajar, kemampuan berpikir analisis yang harus lebih tinggi dan suasana pembelajaran yang berbeda. Mahasiswa dituntut untuk bersikap kritis, bertanggung jawab, dewasa, mandiri, memiliki prestasi yang baik dan dapat menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik, dimana tujuan diberikannya tugas-tugas tersebut adalah untuk mengetahui sejauh mana kompetensi atau kemampuan mahasiswa tersebut dalam bidang akademik. Hasil akhir dari proses akademik di perguruan tinggi berbentuk skor yang disebut sebagai IPK (Indeks Prestasi Kumulatif). Indeks prestasi mahasiswa merupakan prestasi keberhasilan dalam proses belajar mahasiswa pada satu semester, untuk mengukur keberhasilan seorang mahasiswa, maka diketahui dari nilai indeks prestasinya, sehingga tak jarang mahasiswa melakukan academic help seeking apabila memperoleh indeks prestasi rendah guna meningkatkan nilai

kredit di semester berikutnya.

Academic help seeking didefinisikan sebagai regulasi diri yang dilakukan mahasiswa dalam mengatasi kesulitan dalam hal akademik dengan cara memanfaatkan orang lain. Mahasiswa dengan IPK rendah tak jarang melakukan academic help seeking dengan cara bertanya kepada dosen atau teman mengenai tugas-tugas akademiknya atau meminta jawaban atas kesulitan akademik yang ia hadapi dengan tujuan meningkatkan IPKnya, hal ini dijelaskan oleh penelitian Herring (2016), bahwa tujuan mahasiswa melakukan academic help seeking salah satunya adalah untuk memperbaiki nilai yang rendah serta mencari dampak positif untuk kehidupan akademiknya.

(Karabenick, 2003) perilaku mencari bantuan dalam konteks akademis biasanya melibatkan pencarian bantuan dari individu atau sumber lain untuk meningkatkan hasil akademis yang positif (Martin-Arbores, 2021). Siderdis dan Stamovlasis (2015) menyatakan dalam penelitiannya, bahwa mahasiswa mencari bantuan guna mencapai tujuan akademik yang mereka inginkan, dan *academic help seeking* akan semakin tinggi apabila mahasiswa tidak dapat mencapai tujuan yang ia inginkan karena mengalami kegagalan akademik, sedangkan penelitian Du et.al (2018) menyatakan bahwa *academic help seeking* akan rendah apabila mahasiswa memperoleh pencapaian akademik yang rendah.

Academic help seeking melibatkan seseorang untuk mencari dukungan dari individu lain dan sumber lainnya untuk membantu agar mereka dapat menyesuaikan diri di lingkungan akademik dengan baik. Academic help seeking membantu individu untuk mengerti konsep kompleks yang mungkin tidak sepenuhnya mereka pahami. Academic help seeking dapat membantu untuk mengurangi kecemasannya dalam suatu pelajaran.

Pajares, Chong, dan Oberman (2004), menjelaskan bahwa academic help seeking adalah perilaku mencari bantuan yang terjadi ketika seorang individu memiliki motivasi untuk mencapai suatu pencapaian didalam kegiatan belajarnya. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi academic help seeking, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi academic help seeking adalah persepsi kepercayaan individu, persepsi dan kepercayaan yang dimaksud mencakup

keyakinan yang dimiliki oleh individu akan kemampuannya untuk mengatur, dan bertindak untuk memecahkan suatu permasalahan dalam mencapai tujuan selama proses belajar (Sharma dan Nasa, 2016).

Berdasarkan kesimpulan dari para ahli, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik sebagai suatu penundaan pengerjaan tugas akademik yang dilakukan oleh mahasiswa secara sengaja dan berulang-ulang, dengan lebih memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan tidak ada hubungannya dengan pengerjaan tugas akademik tersebut.

Terdapat hubungan positif antara task aversiveness dengan prokratinasi akademik yang signifikan. Semakin tinggi task aversiveness maka semakin tinggi prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin rendah task aversiveness maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Tidak setiap tugas akademik yang dinilai tidak menyenangkan akan ditunda pengerjaannya oleh mahasiswa dan tidak semua kegiatan yang dinilai tidak menyenangkan menyatakan menunda mengerjakan semua tugas tersebut.

Task aversiveness merupakan karakteristik mahasiswa yang merasa tidak adanya kenyamanan terhadap tugas. Tugas yang dianggap mengganggu dan membosankan yang pada akhirnya membuat individu sering menunda menyelesaikan suatu tugas, begitu pula sebaliknya individu yang menganggap tugas sebagai hal yang membuat tidak nyaman, dan terlalu takut untuk gagal hingga membuatnya kehilangan motivasi dan menurunnya kepercayaan diri individu, maka lebih tinggi kemungkinannya dalam menjadi pelaku prokrastinasi akademik.

Berdasarkan kesimpulan para ahli, dapat disimpulkan bahwa academic help seeking yaitu, mencari bantuan akademik yang dimana individu mencari bantuan kepada orang lain dalam mengatasi kesulitan hal akademik dengan cara memanfaatkan orang lain untuk mencapai tujuan akademik yang mereka inginkan.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang akan dibahas oleh peneliti, yakni :

1. Bagaimana gambaran task aversiveness, academic help seeking dan prokrastinasi pada mahasiswa di Universitas Islam 45 Bekasi.
2. Apakah ada pengaruh task aversiveness terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Universitas Islam 45 Bekasi.
3. Apakah ada pengaruh academic help seeking terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Universitas Islam 45 Bekasi.
4. Apakah ada pengaruh task aversiveness dan academic help seeking terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Universitas Islam 45 Bekasi.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini secara spesifik sesuai dengan rumusan masalah yang ada, yaitu:

1. Mengetahui gambaran task aversiveness, academic help seeking dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Universitas Islam 45 Bekasi.
2. Mengetahui pengaruh task aversiveness terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Universitas Islam 45 Bekasi.
3. Mengetahui pengaruh academic help seeking terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Universitas Islam 45 Bekasi.
4. Mengetahui pengaruh task aversiveness dan academic help seeking pada mahasiswa di Universitas Islam 45 Bekasi.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang membutuhkan, baik secara teoritis maupun praktis, diantaranya :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi hubungan task aversiveness terhadap prokrastinasi akademik, serta juga diharapkan sebagai sarana pengembangan ilmu psikologi yang secara teoritis dipelajari di bangku perkuliahan.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

a. Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi renungan bagi siswa dan mahasiswa yang sedang mengalami prokrastinasi akademik, sehingga mereka bisa berfikir ulang mengenai penyebab mereka melakukan penundaan. Dengan mengetahui penyebabnya, mereka bisa meminimalisir perilaku prokrastinasi. Sedangkan bagi siswa dan mahasiswa yang belum mengalami prokrastinasi, mereka bisa menghindari perilaku menunda-nunda dengan berpatokan pada faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan acuan untuk penelitian selanjutnya yang juga mengkaji tentang prokrastinasi akademik. Dengan demikian, hasil penelitian ini dengan yang selanjutnya bisa saling melengkapi dan saling menutupi kekurangannya masing-masing.