

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi dengan tujuan utama mempersiapkan diri agar memiliki kemampuan, keterampilan, dan keahlian tertentu yang kelak dapat digunakan dalam menjalankan peran serta fungsinya di masyarakat. Sebagai peserta didik di perguruan tinggi, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk memenuhi kewajiban akademik, seperti menguasai bidang ilmu dan menyelesaikan tugas perkuliahan, tetapi juga diharapkan mampu mengembangkan aspek non-akademik, termasuk kedisiplinan, tanggung jawab, dan kemampuan sosial (Budiman, 2006 dalam Astuti et al., 2021). Berdasarkan UU No. 12 Tahun 2012 Pasal 13 Ayat 1, mahasiswa merupakan anggota sivitas akademika yang telah memasuki tahap dewasa dan memiliki kesadaran untuk mengembangkan diri sehingga mampu menjadi tenaga ahli dan profesional. Dengan demikian, kehidupan mahasiswa mencakup berbagai tuntutan yang berlapis, baik akademik maupun non-akademik, yang sama-sama menuntut komitmen tinggi dalam proses pengembangan diri (Darmawan, 2019).

Sejalan dengan hal tersebut, (Solomon et al., 1984) menjelaskan bahwa terdapat enam jenis aktivitas akademik utama yang menjadi bagian penting dari kehidupan mahasiswa selama menempuh studi. Aktivitas tersebut meliputi keterampilan menulis, kesiapan dalam menghadapi ujian, kegiatan membaca, kehadiran dalam perkuliahan atau tatap muka di kelas, penyelesaian tugas administratif, hingga performa akademik secara keseluruhan. Keenam bentuk aktivitas tersebut menggambarkan bahwa peran mahasiswa bukan sekadar datang mengikuti perkuliahan, melainkan melibatkan serangkaian kegiatan yang menuntut konsistensi, kedisiplinan, serta pengelolaan waktu yang baik.

Secara ideal, mahasiswa sebagai pembelajar di perguruan tinggi diharapkan sejak awal mampu menunjukkan perilaku belajar yang produktif. Bentuk perilaku produktif tersebut antara lain tampak dari kemampuan menyelesaikan setiap tugas perkuliahan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan, berpartisipasi aktif dalam kegiatan akademik, serta menjaga kualitas hasil belajar. Oleh karena itu, keterlambatan maupun penundaan dalam menyelesaikan berbagai tanggung jawab akademik semestinya dipandang sebagai suatu hambatan yang dapat mengganggu proses pencapaian tujuan pendidikan. Namun demikian, kondisi ideal tersebut sering kali tidak sepenuhnya tercermin dalam kenyataan. Banyak mahasiswa yang menghadapi kesulitan dalam mengelola waktu maupun memprioritaskan kewajiban akademiknya, sehingga muncul

kecenderungan menunda-nunda penyelesaian tugas. Fenomena ini dikenal sebagai prokrastinasi akademik, yaitu perilaku menunda pengerjaan tugas akademik meskipun mengetahui adanya konsekuensi negatif dari tindakan tersebut. Prokrastinasi akademik menjadi salah satu permasalahan yang cukup serius, karena bukan hanya menghambat pencapaian prestasi belajar mahasiswa, tetapi juga berpotensi menurunkan kualitas lulusan secara umum. Oleh sebab itu, masalah prokrastinasi akademik dipandang sebagai salah satu isu yang paling banyak ditemukan dan menjadi tantangan besar di lingkungan perguruan tinggi (Nurjan, 2020).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang cukup sering dialami mahasiswa dalam menjalani studi mereka. Penelitian yang dilakukan oleh (Muyana, 2018) misalnya, menemukan bahwa dari 229 mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, mayoritas responden menunjukkan kecenderungan tinggi untuk menunda penyelesaian tugas akademik, yakni sebesar 70%, diikuti 29% pada kategori rendah, dan 1% pada kategori sangat tinggi, sementara tidak ada mahasiswa yang termasuk dalam kategori sangat rendah. Temuan ini diperkuat oleh penelitian (Nisa et al., 2019) yang melibatkan 73 mahasiswa keperawatan. Hasil penelitian tersebut memperlihatkan bahwa lebih dari separuh responden, yaitu 53,4%, berada pada kategori prokrastinasi akademik tinggi, 35,6% berada pada kategori sedang, dan hanya 11% yang termasuk kategori rendah. Gambaran yang sama juga ditunjukkan oleh (Husain et al., 2023) yang meneliti mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Gorontalo pada masa pandemi Covid-19. Hasil analisis persentase menunjukkan adanya perilaku menunda pada berbagai aspek, seperti penundaan memulai atau menyelesaikan tugas (65%), keterlambatan dalam pengerjaan (75%), kesenjangan antara rencana dan pelaksanaan (82,7%), serta kecenderungan memilih aktivitas lain yang lebih menyenangkan (87%). Faktor penyebabnya pun tidak tunggal, melainkan berasal dari faktor internal (85%) maupun eksternal (89,5%) dengan rata-rata keseluruhan mencapai 80,7%.

Sementara itu, penelitian oleh (Pranoto & Affandi, 2023) menemukan bahwa dari 292 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang tengah menyusun skripsi, sebanyak 50% berada pada kategori sedang. Analisis lebih rinci memperlihatkan adanya kecenderungan prokrastinasi yang lebih tinggi pada mahasiswa laki-laki ($M=57,18$) dibanding perempuan ($M=55,59$), serta pada mahasiswa kelas malam ($M=56,6$) dibanding kelas pagi ($M=55,5$). Sejalan dengan itu, penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2020) mengungkapkan bahwa mahasiswa BKI IAIN Langsa yang sedang menyelesaikan tugas akhir cenderung menunjukkan perilaku

prokrastinasi akademik pada tingkat sedang hingga tinggi. Dari total 123 responden, sebanyak 52,3% berada pada kategori sedang, 46,34% pada kategori tinggi, dan 1,63% pada kategori sangat tinggi, sementara tidak ada yang termasuk kategori rendah maupun sangat rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa prokrastinasi, khususnya dalam bentuk keterlambatan memulai maupun menunda penyelesaian skripsi, masih menjadi permasalahan dominan yang dialami mahasiswa tingkat akhir.

Untuk memperoleh gambaran awal sekaligus memastikan apakah fenomena prokrastinasi akademik juga dialami oleh mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung, peneliti melaksanakan studi pendahuluan. Studi awal ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner dalam bentuk Google Form yang berisi beberapa pertanyaan tertutup dan terbuka. Kuesioner tersebut dibagikan melalui aplikasi WhatsApp agar dapat dijangkau secara lebih luas oleh mahasiswa. Dari penyebaran tersebut, terkumpul 41 responden yang secara sukarela memberikan jawaban. Berdasarkan studi awal yang dilakukan kepada 41 mahasiswa UIN sebagai responden, ditemukan bahwa hampir seluruh mahasiswa yang mengisi kuesioner ini pernah melakukan penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas perkuliahan. Lebih lanjut, data menunjukkan bahwa 73,2% mahasiswa sering menunda-nunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas perkuliahan, 78,0% mahasiswa cenderung menunda mengerjakan tugas hingga mendekati deadline, dan 63,4% mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa masalah prokrastinasi akademik yang akan diteliti benar-benar terjadi di kalangan mahasiswa UIN, setidaknya pada sampel yang diteliti dalam studi awal ini.

Menurut (Nurjan, 2020) Prokrastinasi akademik dapat dipahami sebagai perilaku menunda-nunda dalam penyelesaian tugas akademik, sehingga menimbulkan konsekuensi negatif seperti penumpukan tugas dan pekerjaan yang terbengkalai. Perilaku ini biasanya dilakukan secara sadar, di mana mahasiswa lebih memilih melakukan aktivitas lain yang kurang penting dan tidak berorientasi pada tujuan, sehingga mengabaikan tenggat waktu tugas yang seharusnya diselesaikan. Kebiasaan menunda ini dapat berdampak buruk, baik pada kenyamanan psikologis mahasiswa maupun pada pencapaian akademik dan keberhasilan secara umum.

Untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam mengenai penyebab perilaku ini, studi awal juga menyertakan pertanyaan terbuka yang memungkinkan responden menjelaskan alasan mereka menunda tugas. Analisis terhadap jawaban-jawaban tersebut memberikan wawasan mengenai berbagai faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik. Dari temuan ini,

teridentifikasi beberapa faktor utama yang diduga menjadi penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi, yang kemudian dapat dilihat melalui jawaban terbuka dari para responden.

Ada yang menjawab *“Tidak ada motivasi, bisa juga karena perfeksionis. Saya ingin hasil yang bagus, tapi karena merasa belum mampu, akhirnya malah nggak mulai-mulai.”*. Adapula yang menjawab bahwa ia melakukan prokrastinasi karena *“Belum ada kemauan serta harus mengumpulkan niat yang banyak agar bisa segera menyelesaikan tugas serta tergantung pada sulit atau tidaknya tugas nya”*. Selain itu ada yang menjawab bahwa ia melakukan prokrastinasi karena *“Belum ada mood, jadi sering ditunda-tunda. Kalau mood belum datang, saya cenderung pilih diam atau melakukan hal lain.”*. Selain itu ada yang menjawab ia melakukan prokrastinasi karena *“Ga mood, males, ga semangat ngerjainnya karena tugasnya susah ngerasa ga mampu ngerjainnya jadi di nanti nanti aja”*. Beberapa mahasiswa mengatakan bahwa ia melakukan prokrastinasi karena *“Males, nggak punya motivasi, dan keasikan scroll sosmed. Kadang sampai lupa waktu, akhirnya tugasnya makin keteteran.”*

Berdasarkan jawaban yang diperoleh, rendahnya motivasi tampak sebagai faktor utama yang mendorong mahasiswa menunda penyelesaian tugas. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar yang rendah berperan dalam meningkatkan kecenderungan mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung untuk melakukan prokrastinasi akademik. Motivasi dapat dipahami sebagai dorongan yang mendorong seseorang untuk melakukan perilaku tertentu yang terarah pada pencapaian tujuan. Perilaku atau tindakan yang ditunjukkan individu dalam upaya mencapai tujuan sangat dipengaruhi oleh motif yang dimilikinya. Dalam konteks pembelajaran, motivasi belajar adalah keadaan dalam diri individu yang menimbulkan dorongan untuk melakukan suatu tindakan guna mencapai tujuan tertentu (Rahman, 2021). Sebagaimana dikemukakan oleh (Arden 1957 dalam Wina Sanjaya 2010), kuat atau lemahnya usaha yang dilakukan seseorang untuk mencapai tujuan sangat ditentukan oleh seberapa kuat motivasi yang dimilikinya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Febriyant & Soetjiningsih, 2023) menemukan bahwa dari 100 mahasiswa rantau di UKSW, mayoritas partisipan memiliki motivasi belajar pada kategori sedang, yakni sebesar 96%, sedangkan sebagian besar prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang sebesar 99%. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara motivasi belajar dan prokrastinasi akademik, di mana semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik, motivasi belajar cenderung semakin rendah, dan sebaliknya, semakin tinggi motivasi belajar,

prokrastinasi akademik semakin menurun. Selain itu penelitian serupa juga dilakukan Usop & Astuti kepada 349 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. Selain itu penelitian lainnya juga dilakukan oleh Agustin & Dewi yang melakukan penelitian terhadap 160 mahasiswa di Universitas Negeri Surabaya, hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan searah antara variabel motivasi dengan prokrastinasi akademik.

Selain motivasi, terdapat faktor lain yang turut berperan dalam mendorong perilaku prokrastinasi pada mahasiswa di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Berdasarkan studi awal yang dilakukan, beberapa responden mengungkapkan bahwa mereka mengalami kesulitan dalam mengatur strategi belajar secara efektif. Beberapa mahasiswa mengungkapkan berbagai alasan yang mendorong mereka untuk melakukan prokrastinasi, yang kemudian dapat dilihat melalui jawaban terbuka dari para responden.

Ada yang menjawab *"Salah strategi belajar kayanya, susah membagi waktu anantara mengerjakan tugas perkuliahan dan kegiatan diluar itu"* Adapula yang menjawab bahwa ia melakukan prokrastinasi karena *"tugasnya banyak, kesulitan dalam mengatur jadwal kapan harus menyelesaikan tugas 1 dan tugas lainnya. Jadi kadang keteteran"*. Selain itu ada yang menjawab bahwa ia melakukan prokrastinasi karena *"Ga paham sama materi tugasnya, bingung ngerjainnya harus gimana"*. Selain itu ada yang menjawab bahwa ia melakukan prokrastinasi karena *"biasanya karna tugasnya yang memang susah dan butuh penjelasan lebih dari temen yang lain, sedangkan temen yang lain belum selesai juga"* Beberapa mahasiswa mengatakan bahwa ia melakukan prokrastinasi karena *"Tidak paham sama materi tugas, sulit fokus pada saat mengerjakan tugas, terdistrak sama lingkungan yang ramai karena tinggal di pesantren atau ke-distrak sama sosmed."*

Dari jawaban tersebut, terlihat bahwa banyak mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, memahami materi, serta menjaga fokus saat belajar. Ketidakmampuan dalam menyusun strategi belajar yang efektif dan mengelola lingkungan sekitar mengindikasikan adanya hambatan dalam *Self-Regulated Learning*. *Self regulated learning* sendiri mencakup aspek metakognisi, motivasi, dan perilaku belajar, yang berperan penting dalam keberhasilan akademik. *Self-regulated learning* dapat dipahami sebagai kemampuan individu untuk secara aktif dan efektif mengatur serta mengelola seluruh pengalaman belajarnya dengan berbagai strategi dan metode,

sehingga proses pembelajaran yang dijalani menjadi lebih terstruktur dan menghasilkan pencapaian belajar yang optimal (Wolters dan Christoper, 1998).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Anastasia Suci Sekar Arum & Natalia Konradus, 2022), ditemukan bahwa *self-regulated learning* mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 25,5% pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring selama pandemi COVID-19, sedangkan 74,5% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Penelitian lainnya dilakukan oleh Maghfiroh dkk, kepada mahasiswa Program Studi Kependidikan Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2018 yang berjumlah 313 mahasiswa menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *Self-Regulated Learning* terhadap prokrastinasi akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan mahasiswa dalam mengatur dan mengelola proses belajarnya secara mandiri, tingkat prokrastinasi akademik cenderung semakin rendah, dan sebaliknya, semakin rendah *self-regulated learning*, prokrastinasi akademik cenderung meningkat.

Berdasarkan kajian teoritis dan temuan empiris di atas, penelitian ini memfokuskan pada mahasiswa angkatan 2021 UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang sedang menyusun skripsi. Pemilihan fokus ini didasarkan pada hasil studi pendahuluan yang menunjukkan bahwa mayoritas responden berasal dari angkatan 2021, dimana studi tersebut dilaksanakan pada semester 7 ketika mahasiswa angkatan ini berada dalam fase transisi menuju penyusunan tugas akhir. Fase ini merupakan periode kritis yang menuntut kemampuan *self-regulated learning* yang optimal serta motivasi belajar yang konsisten, mengingat mahasiswa harus beradaptasi dari pembelajaran terstruktur menuju pembelajaran mandiri dengan tanggung jawab akademik yang lebih kompleks. Kondisi ini menciptakan konteks yang tepat untuk mengkaji dinamika prokrastinasi akademik dalam kaitannya dengan motivasi belajar dan *self-regulated learning*.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Motivasi belajar berperan sebagai prediktor prokrastinasi akademik pada UIN Sunan Gunung Djati Bandung
2. *Self regulated learning* berperan sebagai prediktor prokrastinasi akademik pada UIN Sunan Gunung Djati Bandung
3. Motivasi belajar dan *self regulated learning* berperan secara simultan sebagai prediktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui apakah Motivasi belajar berperan sebagai prediktor prokrastinasi akademik pada UIN Sunan Gunung Djati Bandung
2. Mengetahui apakah *Self regulated learning* berperan sebagai prediktor prokrastinasi akademik pada UIN Sunan Gunung Djati Bandung
3. Mengetahui apakah Motivasi belajar dan *self regulated learning* berperan secara simultan prokrastinasi akademik pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung

Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, terutama dalam memahami faktor-faktor yang berperan dalam prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Kegunaan Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang ilmu psikologi pendidikan dan psikologi kognitif, khususnya dalam memahami peran motivasi belajar dan *self-regulated learning* sebagai prediktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mereka yang berstatus sebagai mahasiswa dalam memahami peran motivasi belajar dan *self-regulated learning* sebagai prediktor prokrastinasi akademik. Meskipun motivasi belajar secara keseluruhan tidak berperan signifikan sebagai prediktor, hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi intrinsik berperan ketika dianalisis secara terpisah dari dimensi lainnya. Hal ini menekankan pentingnya pengembangan motivasi dari dalam diri. Selain itu, *self-regulated learning* berperan signifikan sebagai prediktor prokrastinasi akademik, sehingga mahasiswa dapat mengembangkan strategi pengaturan diri yang lebih efektif, seperti perencanaan belajar, pemantauan diri, dan evaluasi proses belajar, untuk meminimalkan kecenderungan prokrastinasi akademi.