

BAB I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Hidup di era yang serba membutuhkan kompetensi seperti saat ini, pendidikan merupakan hal yang sangat penting bagi individu untuk meningkatkan kualitas dan daya saing. Kebutuhan individu terhadap pendidikan pada masa ini seharusnya bukan lagi hal yang dianggap remeh dan bukan pula menggambarkan suatu kemapanan golongan tertentu, melainkan hak yang seharusnya individu miliki sampai akhir hayat.

Karena hasil dari pendidikan adalah kompetensi, maka individu semestinya harus diuji dan diperkaya pengetahuannya selama menjalani suatu proses pendidikan, dimana cara yang bisa diterapkan adalah dengan mengerjakan tugas. Cooper & Valentine (2001) mengatakan bahwa tugas yang diberikan kepada individu memiliki tujuan agar terjadi proses pembelajaran, mampu menyelesaikan permasalahan dengan baik, manajemen waktu yang baik dalam menyelesaikan tanggung jawab dan membagi fokus antara kegiatan yang membutuhkan *hard skill* dan *soft skill* (Iskandar, Aspin, & Pambudhi, 2020).

Dalam lingkungan perkuliahan, tugas merupakan hal yang mendasar dalam melatih tanggung jawab mahasiswa, dimana sepatutnya mereka mampu mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosennya. Namun, terkadang mahasiswa lupa dan lalai terhadap tanggung jawabnya, sehingga memilih untuk menunda beberapa saat untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas demi melakukan hal lain diluar tanggung jawabnya.

Penelitian yang dilakukan Fauziah (2016) kepada beberapa mahasiswa Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung mengungkap fakta bahwa menunda mengerjakan tugas kerap dilakukan mahasiswa. Banyak faktor yang mendukung perilaku tersebut dapat terjadi, diantaranya malas, terlalu sering bersenang-senang, tidak *mood* mengerjakan tugas, dan beralasan bahwa *deadline* pengumpulan tugas masih lama. Faktor lain yang senada dengan

yang sebelumnya seperti persepsi tingkat kesulitan tugas, mengandalkan bantuan teman, kekurangan referensi, mendahulukan aktivitas non-akademik, ketidaktertarikan terhadap tugas, persepsi buruk terhadap dosen, serta tidak paham instruksi tugas seringkali terjadi kepada setiap mahasiswa.

Solomon dan Rothblum (1984) menyatakan bahwa menunda tugas merupakan tindakan yang disebut Prokrastinasi, yaitu berawal dari melakukan kegiatan diluar tugas yang cenderung kurang berguna, lalu berdampak pada penyelesaian tugas yang tidak selesai tepat waktu dan sering terjadi keterlambatan (Ursia, Siaputra, & Sutanto, 2013). Ferrari (1995) berpendapat bahwa Prokrastinasi merupakan perilaku penundaan, yaitu perbuatan menunda dalam mengerjakan suatu tugas, tanpa mempertimbangkan tujuan serta alasannya. Ia juga menekankan bahwa Prokrastinasi berakibat negatif bagi Prokrastinator (orang yang melakukan prokrastinasi), yaitu banyak waktu yang terbuang percuma dan banyak tugas yang terbengkalai sehingga hasilnya tidak maksimal meskipun tugas tersebut dikerjakan. (Dewi & Sudiantara, 2015)

Prokrastinator (orang yang melakukan Prokrastinasi) cenderung memiliki pemikiran yang irrasional terhadap sesuatu yang sedang dikerjakan (Prokrastinasi Pasif), mereka seolah menganggap tugas adalah sesuatu yang sangat tidak menarik dan berpikir bahwa mereka tidak mampu menyelesaikan tugasnya (Romayanti & Amir, 2020). Pernyataan tersebut selaras dengan apa yang dikemukakan oleh Burka dkk. (2010, dalam Nurhayati, 2015), bahwa individu yang melakukan prokrastinasi selalu memandang tugas sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan dan memberatkan, yang selanjutnya membuat seseorang merasa tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugasnya dengan layak dan terstruktur, sehingga melakukan penundaan untuk menyelesaikan tugas yang dibebankan kepadanya.

Akibat Prokrastinasi yang dilakukan individu, ada kecenderungan mereka enggan menyelesaikan tugasnya dengan segera, karena adanya keyakinan negatif yang terbentuk

sebelum mereka melakukan tindakan (Srantih, 2016), yang membuat mereka tidak mampu menyelesaikan tugas secara memadai dan tepat waktu. Pernyataan ini sesuai dengan apa yang dijelaskan oleh Caruth & Caruth (dalam Rahmat & Hartiani, 2013), bahwa rendahnya Motivasi dan Inisiatif Pribadi dapat menjadi alasan individu untuk melakukan penundaan pekerjaan. Dengan kata lain, inisiatif individu sangat penting dalam penyelesaian tugas dan pelaksanaan pekerjaan, terutama seberapa mampu individu dalam mengerjakan tugas dalam waktu yang ditentukan. Inisiatif Pribadi juga sangat berhubungan erat dengan *Self-Compassion*, dimana Robitschek (1998) memaknai bahwa menjadi individu yang selalu aktif terlibat dalam penyelesaian masalah dalam rangka membuat perubahan sangat dibutuhkan untuk lebih produktif dan memperkaya nilai hidup (Neff, Rude, & Kirkpatrick, 2007). Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Rananto dan Hidayati pada tahun 2017 bahwa Inisiatif Pribadi (yang memiliki korelasi positif dengan *Self-Compassion*) dan Prokrastinasi memiliki korelasi negatif, yang artinya, semakin tinggi inisiatif seseorang untuk mengerjakan tugas, maka semakin rendah tingkat penundaan yang dilakukan.

Inisiatif Pribadi menjadi hal yang diperhatikan dalam persoalan ini, terutama menyangkut ada atau tidaknya perilaku prokrastinasi pada individu. Inisiatif Pribadi/*Personal Initiative* menurut Frese dkk. (1996) mengacu kepada bagaimana individu dapat memulai sesuatu sendiri tanpa pengaruh dari orang lain, selalu mengantisipasi kemungkinan yang dapat terjadi, berpikir jangka panjang dan bersungguh-sungguh mengerjakan tugas (Liao, Raub, Hong, & Han, 2014). Menurut Spencer (1993), individu yang memiliki inisiatif tinggi selalu termotivasi dan berusaha sepenuhnya dalam mencapai hasil akhir yang sempurna (Asih, 2017). Karakteristik individu yang memiliki inisiatif tinggi dapat dilihat dari beberapa aspek, yaitu (1) konsisten mempertahankan tujuan, (2) memiliki fokus jangka panjang, (3) selalu berorientasi pada tujuan dan tindakan, (4) bersungguh-sungguh menghadapi masalah,

(5) serta proaktif dan cenderung untuk memulai sesuatu dengan sendiri (*Self-starting*) (Redfern dkk., 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Muyana pada tahun 2018 menunjukkan kurangnya *Personal Initiative* pada individu merupakan salah satu pengaruh terbesar terjadinya perilaku penundaan, yaitu sebesar 17%. Hal ini sesuai dengan temuan yang dilakukan oleh Ferarri, Johnson, dan McCown (1995), bahwa hal-hal yang menyebabkan seseorang melakukan penundaan pekerjaan adalah adanya kecemasan akan kemampuan diri sendiri karena harus menerima evaluasi atau *feedback*, ketakutan akan kegagalan dan kesulitan dalam pengambilan keputusan, atau karena menunggu bantuan dan inisiatif pihak lain untuk mengerjakan tugas. Secara sistematis, Burka & Yuen (2008) menyimpulkan faktor-faktor terjadinya prokrastinasi, yang dibagi menjadi dua, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal meliputi efikasi diri yang rendah, kelelahan fisik, takut terjadinya kegagalan menyelesaikan tugas, dan malas yang berlebih (Iskandar et al., 2020).

Keyakinan seseorang pada keberhasilan yang diraih dengan kapabilitasnya sendiri mampu mendorong seseorang menuju tujuan yang diinginkan, itulah yang menggambarkan efikasi diri (*Self-Efficacy*) pada setiap individu. Menurut Bandura (1997), *Self-efficacy* adalah keyakinan individu akan kemampuan dirinya untuk melakukan suatu tujuan yang dikehendaki untuk mencapai keberhasilan (Astuti & Gunawan, 2016). Individu yang memiliki *Self-efficacy* yang tinggi mampu menyelesaikan tugas karena memiliki keyakinan akan keberhasilan terhadap tugas tersebut, maka dari itu, *Self-efficacy* sangat dibutuhkan dalam penyelesaian tugas oleh mahasiswa, karena dengan adanya hal tersebut, akan timbul keyakinan bahwa dirinya memiliki kemampuan dalam menyelesaikan tugas dengan sempurna (Andriyani & Surjanti, 2017).

Individu dengan *Self-efficacy* yang tinggi memiliki kecenderungan untuk memulai segala sesuatu dengan inisiatif disertai dengan harapan untuk mencapai target dengan standar

yang telah ditentukan. Menurut Kreitner & Kinicki (2005), individu yang memiliki *Self-efficacy* tinggi memiliki kecenderungan untuk selalu aktif, mampu mengatur situasi, menetapkan standar pada level tertentu, mobilisasi kegiatan dengan inisiatif sendiri, determinasi tinggi, *problem solving* yang cakap, selalu belajar dari kegagalan, berorientasi pada keberhasilan dan mampu menanggulangi stres (Hayati, 2014). Namun dengan fakta yang ada bahwa terdapat mahasiswa yang kurang yakin dengan apa yang mereka kerjakan justru membawa seseorang pada perilaku Prokrastinasi, menunjukkan betapa peran *Self-efficacy* sangat signifikan dalam pengerjaan dan penyelesaian tugas pada individu. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Damri, Engkizar, dan Anwar (2017) yang menyatakan bahwa *Self-efficacy* dan Prokrastinasi memiliki hubungan signifikan yang negatif, artinya, semakin tinggi *Self-Efficacy*, maka akan rendah kemungkinan Prokrastinasi yang terjadi, begitupun sebaliknya.

Dari fenomena yang dijelaskan sebelumnya, penulis meyakini bahwa Prokrastinasi dimungkinkan terjadi karena inisiatif serta *Self-efficacy* mahasiswa yang rendah dalam mengerjakan dan menyelesaikan suatu tugas tertentu. *Personal Initiative* yang rendah juga membuat mereka ragu untuk memulai mengerjakan tugas karena selalu diiringi oleh pikiran irrasional akan kesempurnaan hasil dan merasa tidak mampu bekerja secara maksimal jika tanpa bantuan orang lain, serta kurangnya keyakinan untuk mencapai tujuan utama suatu pekerjaan atau tugas, yang berujung pada penundaan. Hal ini dapat mendukung pernyataan bahwa Prokrastinasi dimungkinkan dapat terjadi kepada mahasiswa saat masa perkuliahan (Prokrastinasi Akademik). Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan *Personal Initiative* dan *Self-efficacy* dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan Latar Belakang Masalah di atas, dapat disimpulkan Rumusan Masalah sebagai berikut:

Apakah terdapat hubungan antara *Personal Initiative* dan *Self-efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa?

Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan *Personal Initiative* dan *Self-efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memiliki beberapa kegunaan sebagai berikut:

Kegunaan Teoretis

Hasil Penelitian ini diharapkan mampu menambah khazanah keilmuan dalam bidang Psikologi, khususnya dalam ranah Psikologi Pendidikan dan juga Psikologi Klinis. Penulis juga berharap penelitian ini mampu menambah wawasan para pembaca perihal perilaku Prokrastinasi, mengenai faktor, penyebab, maupun dampaknya pada ruang lingkup akademik.

Kegunaan Praktis

Bagi Akademisi. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi mengenai topik seputar Prokrastinasi, di dalam ranah Psikologi Pendidikan maupun Psikologi Klinis, dan dapat dihubungkan dengan isu-isu yang mungkin terjadi pada ranah-ranah tersebut.

Bagi Mahasiswa. Dapat menjadikan penelitian ini sebagai evaluasi mengenai bagaimana dampak Prokrastinasi bagi kehidupan jika perilaku tersebut dijumpai dan dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.