

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi dengan siswa-siswanya yang umumnya disebut dengan mahasiswa, merupakan salah satu bagian dari tingkatan jenjang pendidikan yang memiliki karakteristik yang berbeda dengan jenjang pendidikan yang di bawahnya. Dimana perbedaan yang paling mencolok adalah pada sistem belajar dan pola hidup mahasiswanya. Di perguruan tinggi diterapkan sistem SKS (Satuan Kredit Semester), hal tersebut membuat mahasiswa harus dapat mengatur dan merencanakan beban kuliah dan proses belajar yang akan di jalani. Salah satu persoalan yang dihadapi Perguruan Tinggi adalah jumlah lulusan yang tidak sebanding dengan jumlah mahasiswa yang masuk di setiap tahunnya. Menurut data dari bagian akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik, jumlah lulusan pada mahasiswa psikologi tidak seimbang dengan mahasiswa yang masuk.

Salah satu faktor yang menyebabkan minimnya jumlah lulusan adalah perilaku mahasiswa dalam menunda-nunda pekerjaan yang terkait dengan akademik, hal tersebut berpengaruh terhadap *performance* tugas yang dihasilkan. Berdasarkan data wawancara dengan empat subjek, mereka menunda menyelesaikan tugas akademik karena beberapa faktor. Misalnya sulitnya para mahasiswa bertemu dengan dosen pembimbing saat pengerjaan skripsi yang akhirnya membuat mahasiswa merasa malas untuk melanjutkan

pengerjaan skripsi dan mereka memilih untuk menunda penyelesaian skripsi tersebut dan subjek memilih untuk mengerjakan hal lain yang tidak penting yang lebih menyenangkan.

Proses pendidikan memang tidak selalu berjalan sesuai harapan. Sikap mental dan kebiasaan belajar mahasiswa merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan pendidikan. Salah satu kebiasaan belajar yang mencerminkan sikap mental yang buruk adalah perilaku suka menunda-nunda yang biasa dilakukan oleh mahasiswa. Perilaku ini dalam literatur ilmiah Psikologi disebut Prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa sudah menjadi suatu kebiasaan. Beberapa contoh, pengerjaan tugas yang seharusnya bisa dikerjakan selama kuliah, baru dikerjakan menjelang dikumpulkan, ujian yang seharusnya dapat disiapkan dengan belajar sebelumnya, baru dilakukan ketika mendekati ujian. Menurut Clark & Hill, 1994 (Mastuti, dkk, 2006 : 12) prokrastinasi akademik, sering muncul pada pelajar dan mahasiswa. Hal ini memiliki efek yang negatif terhadap proses belajar dan prestasi. Selain itu, perilaku ini dapat menyebabkan pengumpulan tugas yang terlambat, kecemasan menjelang ujian, sikap menyerah pada mahasiswa dan lebih jauh berakibat terhadap hasil ujian serta mempengaruhi efek dalam lingkungan sekolah dan kampus, Lay & Schouwenburg, 1993 (Mastuti, dkk., 2006 : 12). Sementara itu, menurut Lay, 1992 (Mastuti, dkk., 2006 : 10) prokrastinasi memiliki hubungan dengan berbagai aspek negatif seperti tingginya level depresi dan kecemasan. Menurut Ferarri (Mastuti, dkk., 2006 : 2) bahwa prokrastinasi akademik

banyak berakibat negatif, dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Penundaan juga bisa mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang.

Monks, dkk (1992) berpendapat bahwa pada remaja terjadi krisis yang nampak paling jelas pada penggunaan waktu luang yang sering disebut sebagai waktu pribadi orang (remaja) itu sendiri. Solomon dan Rothblum, 1984 mengemukakan, umumnya prokrastinasi akademik meningkat seiring dengan semakin lamanya studi seseorang (Mastuti, dkk, 2006 : 10). Jika masa remaja seseorang sudah melakukan prokrastinasi akademik, diansumsikan pada mahasiswa tingkat prokrastinasi akademiknya semakin meningkat. Dari hal tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa merupakan salah satu masalah yang perlu mendapat perhatian.

Proses belajar mengajar di perguruan tinggi memang banyak menuntut pengerjaan tugas, yang satu mata kuliah bisa jadi lebih dari dua atau tiga tugas. Setiap tugas memang menuntut pengerjaan yang agak lama, apalagi jenis tugas yang mengandung praktikum atau penelitian di lapangan. Sehubungan dengan hal tersebut, mahasiswa dituntut untuk dapat menyesuaikan, mengatur dan mengendalikan dirinya terutama dalam menghadapi tugas-tugas yang sulit.

Idealnya para mahasiswa dapat menyelesaikan tugas-tugas tersebut dengan tepat waktu. Mereka dapat mengerjakan tugas-tugas yang dianggap

mudah dan dapat untuk diselesaikan dengan segera tanpa menunggu hari besok atau sampai waktu pengumpulan tiba.

Burka dan Yuen sejak lama telah menyarankan manajemen waktu yang baik sebagai penanganan perilaku prokastinasi (Asruriyati 2004: 3). Macan, dkk (1990) menyebutkan pengelolaan waktu sebagai pengelolaan diri dalam menggunakan waktu seefektif dan seefisien mungkin dengan melakukan perencanaan, penjadwalan, mempunyai sikap kontrol atas waktu dan keinginan untuk terorganisir. Menurutnya, manajemen waktu merupakan salah satu strategi penyelesaian yang potensial untuk meredakan stress akibat kegiatan akademik. Ia menyatakan bahwa perilaku yang lemah dalam mengelola waktu, seperti tidak mengalokasikan waktu secara tepat atau belajar dengan keras pada menit-menit terakhir ujian, sering kali menjadi sumber stress dan rendahnya performansi akademik.

Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat manajemen waktu terhadap tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.

B. Identifikasi Masalah

Bagi mahasiswa, mulai dari awal semester sampai menghadapi skripsi akan mengalami banyak permasalahan. Permasalahan tersebut diantaranya pengerjaan tugas, yang satu mata kuliah bisa jadi lebih dari dua atau tiga tugas. Setiap tugas memang menuntut pengerjaan yang agak lama, apalagi

jenis tugas yang mengandung praktikum atau penelitian di lapangan. Sehubungan dengan hal tersebut, mahasiswa dituntut untuk dapat menyesuaikan, mengatur dan mengendalikan dirinya terutama dalam menghadapi tugas-tugas yang sulit. Jika tugas-tugas tersebut disepelekan dan selalu ditunda-tunda, mahasiswa cenderung melakukan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik terjadi karena beberapa sebab, diantaranya: manajemen diri, manajemen waktu, trait kepribadian, *self-control*, dan *self regulation*. Diantara sebab-sebab tersebut, manajemen waktu (*time-management*) sangat berpengaruh besar terhadap prokrastinasi akademik. Apabila mereka memiliki tingkat manajemen waktu yang tinggi, maka mereka akan dapat mempertahankan performa belajarnya. Sedangkan jika tingkat manajemen waktunya rendah, dapat timbul kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi, yakni melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas-tugas mereka dan mengakibatkan menurunnya performa dan nilai-nilai kuliah yang tidak sesuai harapan.

C. Pembatasan Masalah

Untuk mencapai hasil penelitian yang baik, perlu dilakukan pembatasan masalah. Pembatasan masalah diperlukan agar penelitian ini tidak melebar. Berdasarkan latar belakang permasalahan dan identifikasi masalah, maka penelitian ini dirumuskan pembatasan masalah sebagai berikut:

1. Manajemen waktu

Manajemen waktu merupakan pengelolaan waktu sebagai pengelolaan diri dalam menggunakan waktu seefektif dan seefisien mungkin dengan melakukan perencanaan, penjadwalan, mempunyai sikap kontrol atas waktu dan keinginan untuk terorganisir dan salah satu strategi penyelesaian yang potensial untuk meredakan stress akibat kegiatan akademik (Macan,dkk., 1990)

2. Prokrastinasi akademik

Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan individu dalam merespon tugas yang dihadapi dengan mengulur-ulur untuk memulai maupun menyelesaikan kinerja secara sengaja untuk melakukan aktivitas lain yang tidak dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas (Solomon & Rothblum, Ghufron, 2003:19)

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka rumusan masalah penelitian ini adalah :

Apakah ada hubungan tingkat manajemen waktu dengan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, dan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah :

Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara tingkat manajemen waktu dengan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang akan diperoleh dari penelitian ini mencakup dua hal :

1. Manfaat teoritis, yaitu :

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan bagi pengembangan teori-teori psikologi pendidikan, psikologi klinis, psikoterapi, dan mata kuliah modifikasi perilaku dalam hal hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi, serta faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhinya.

2. Manfaat praktis, yaitu :

a. Bagi mahasiswa, diharapkan penelitian ini bisa memacu mahasiswa untuk segera mengerjakan tugas-tugasnya dan membuat manajemen waktu yang baik agar kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik dapat dihindari.

b. Bagi Dosen, diharapkan penelitian ini bisa memberikan inspirasi para dosen agar bisa memotivasi mahasiswa yang mempunyai kecenderungan prokrastinasi untuk segera menyelesaikan tugas-tugas

kuliah dan diharapkan dosen tidak memberikan tugas-tugas yang banyak dalam waktu yang berdekatan.

- c. Bagi Fakultas (Universitas), diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemikiran kepada fakultas (universitas) dalam memecahkan permasalahan yang terkait dengan prokrastinasi akademik dan manajemen waktu.