

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan formal di setiap negara memiliki sistem tingkatan yang sama yakni pendidikan dasar, pendidikan menengah dan perguruan tinggi. Orang yang menempuh akademik pada jenjang pendidikan tinggi disebut Mahasiswa. Menurut Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015 pasal 16 ayat 1, masa belajar mahasiswa di tingkat sarjana paling lama adalah 7 tahun atau 14 semester, sedangkan secara umum dibutuhkan waktu 4 tahun atau 8 semester untuk menyelesaikan kuliah di tingkat sarjana.

Ini menunjukkan bahwa mahasiswa dapat dikatakan tidak lulus tepat waktu jika masa kuliah mahasiswa tersebut lebih dari 4 tahun atau 8 semester (Pradana & Putri, 2019:44). Bagi mahasiswa yang tidak lulus tepat waktu tentu saja akan sangat rugi dari segi biaya dan waktu dibandingkan dengan mahasiswa yang lulus tepat waktu. Mahasiswa yang lulus tepat waktu akan lebih **hemat biaya karena tidak perlu mengeluarkan uang tambahan untuk menambah masa studinya. Selain itu, semakin cepat lulus semakin cepat juga mahasiswa dalam mengejar target hidup yang telah dicita-citakan sebelumnya.**

Meskipun merugikan, fenomena tidak lulus tepat waktu cukup banyak terjadi di berbagai perguruan tinggi. Menurut Pradana dan Putri (2019), pada tahun ajaran 2015/2016 tercatat hanya 7,82% mahasiswa di Institut Pertanian Bogor yang dapat lulus tepat waktu dalam waktu 4 tahun atau kurang. Satria (2017) juga mengungkapkan sejumlah 1.433 sarjana di Universitas Gadjah Mada lulus dengan lama kuliah rata-rata 4 tahun 7 bulan, itu artinya ada penundaan selama 7 bulan untuk lulus. Di Universitas Muhammadiyah Gresik untuk Program Studi Budidaya Perikanan, Manajemen, Akuntansi, Pendidikan Bahasa Inggris, Pendidikan Guru SD, Teknik Industri, Teknik Informatika, Teknik Elektro dan Psikologi pada Angkatan Tahun 2017 saja terdapat sejumlah 301 mahasiswa yang dapat dikatakan tidak lulus tepat waktu.

Ada beberapa faktor yang mendasari mengapa mahasiswa tidak dapat lulus tepat waktu, faktor yang paling utama adalah karena mahasiswa cenderung mengalami hambatan dalam menyelesaikan studinya ketika memasuki masa penyusunan skripsi (Putri, 2018:1). Untuk meraih gelar sarjana, mahasiswa dituntut untuk menempuh kuliah dengan minimal Satuan Kredit Semester (SKS) yang sudah di tentukan dan menyelesaikan tugas akhir dalam bentuk karya ilmiah atau dalam jenjang Strata Satu (S1) disebut skripsi (Wasito & Yoenanto, 2021:113).

Skripsi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007) adalah karangan ilmiah yang wajib dikerjakan oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya. Artinya mahasiswa belum dapat dikatakan lulus sebelum menyelesaikan skripsi. Idealnya lama waktu yang diberikan untuk penyusunan skripsi selambat-lambatnya adalah dua semester. Penyusunan skripsi umumnya dikerjakan mulai dari semester 7 dan selesai di semester 8. Tetapi pada kenyataannya masih banyak mahasiswa yang menyusun skripsi dalam waktu yang lebih lama dari yang sudah ditentukan pihak kampus, sehingga mahasiswa tersebut tidak dapat lulus tepat waktu. Akibatnya banyak mahasiswa yang memperpanjang masa studinya lebih lama untuk menyelesaikan proses penyusunan skripsi (Kusuma & Indrawati, 2015).

Wawancara untuk penelitian awal yang dilakukan oleh peneliti pada 12 dan 17 Oktober 2021 serta 3 Januari 2022 pada 5 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik angkatan tahun 2017 yang belum lulus menghasilkan data sebagai berikut :

Tabel 1.1 Hasil Wawancara Tentang Alasan Tidak Lulus Tepat Waktu

No	Inisial	Verbatim	Kesimpulan
1	S	Karena skripsi dan kemarin merasa males-malesan terus kadang dospemnya kayak rewel gitu	Alasan mahasiswa tidak lulus tepat waktu karena skripsi dan malas akibat dosen pembimbing yang susah ditemui.
2	A	Aku males ngerjain skripsi karena kan skripsiku awal e itu gara-gara ganti judul, sebenere ganti judul itu <i>setting</i> -nya aja tapi sama ae ganti semua e ket bab 1-3, terus aku kan kualu juga jadi banyak seng belum, pas akhir itu, sempet <i>down</i> juga waktu itu terus ga percaya diri bisa ngejar akhire oleng ga ngerjain skripsi	Alasan mahasiswa tidak lulus tepat waktu karena malas mengerjakan skripsi, sempet merasa <i>down</i> dan tidak percaya diri bisa mengejar pengumpulan skripsi.
3	V	Gara-gara males, terus ngerasa skripsiku kok direvisi terus, skala penelitianku itu direvisi terus akhirnya males ngerjain	Alasan mahasiswa tidak lulus tepat waktu karena malas mengerjakan skripsi akibat skala penelitian yang direvisi terus.
4	R	Dosen yang sulit dihubungi dan sulit untuk menjalankan bimbingan membuat malas dalam penyusunan skripsi.	Alasan mahasiswa tidak lulus tepat waktu karena malas menyusun skripsi akibat dosen yang sulit diajak bimbingan.

5	M	<p>Malas dan kurang semangat dalam menyusun skripsi, ada banyak kendala, saya harus ganti metode penelitian karena kondisi pandemi. Jadi saya harus mengambil pengembangan media, padahal saya kurang paham mengenai metode itu dan kita juga harus mendesain media lebih bagus dari sebelumnya, sehingga revisi terus, itu yang membuat saya menunda-nunda dalam menyusun skripsi.</p>	<p>Alasan mahasiswa tidak lulus tepat waktu karena malas dan kurang semangat dalam menyusun skripsi akibat kurang menguasai metode penelitian dan revisi terus menerus.</p>
---	---	---	---

Berdasarkan data hasil wawancara tersebut ditemukan bahwa alasan mahasiswa tidak dapat lulus tepat waktu dikarenakan malas dan kurang bersemangat ketika mengalami berbagai hambatan dalam penyusunan skripsi. Malas merupakan bentuk dari penunda-nundaan dan penghindaran pekerjaan (Candra dkk, 2014). Penunda-nundaan tersebut mengarah pada apa yang dinamakan dengan prokrastinasi akademik. Menurut McCloskey dan Scielzo (2015:2) prokrastinasi akademik mengarah pada kecenderungan seseorang untuk mengesampingkan atau menunda kegiatan dan perilaku yang terkait dengan akademik.

Menurut Ferrari dkk (1995) pengertian prokrastinasi akademik dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu antara lain : (1) setiap perbuatan untuk melakukan penundaan dalam menyusun suatu pekerjaan disebut sebagai prokrastinasi akademik tanpa mempermasalahkan alasan penundaan, (2) prokrastinasi akademik merupakan suatu pola perilaku yang dimiliki seseorang yang mengacu kepada *trait*, artinya penundaan tersebut merupakan respon tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi suatu pekerjaan, biasanya disertai dengan adanya keyakinan-keyakinan irasional, (3) prokrastinasi akademik merupakan sebuah *trait* kepribadian. Dalam pengertian ini, prokrastinasi akademik tidak hanya merupakan perilaku penundaan saja, tetapi juga sebuah *trait* yang melibatkan komponen-komponen perilaku lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.

Tabel 1.2 Hasil Wawancara Tentang Target Lulus

No	Inisial	Verbatim	Kesimpulan
----	---------	----------	------------

1	S	Iya sebenere semester kemarin tapi karena suatu alasan dadi gak iso lulus semester kemarin	Target lulus mahasiswa yaitu semester kemarin
2	A	Ya aslinya semester kemarin, tapi gara-gara gabisa ngejar iku...pengumpulan skripsi akhire semester ini, tapi harus lulus seh semester ini	Target lulus mahasiswa yaitu semester kemarin
3	V	Semester kemarin tapi kan gak bisa	Target lulus mahasiswa yaitu semester kemarin
4	R	Aslinya target ke semester 8 dikarenakan adanya masalah jadi tidak bisa	Target lulus mahasiswa yaitu semester 8
5	M	Target awal lulus saya semester 8 tapi banyak kendala yang mengakibatkan saya tidak bisa lulus tepat waktu	Target lulus mahasiswa yaitu semester 8

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan terhadap 5 mahasiswa tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa sebenarnya memiliki target yaitu lulus tepat waktu atau 8 semester, namun dikarenakan malas dan perilaku menunda-nunda, membuat mahasiswa akhirnya tidak dapat lulus tepat waktu. Adanya kesenjangan waktu antara apa yang mahasiswa rencanakan tidak sesuai dengan kinerja aktual mereka, mengakibatkan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas skripsinya.

Individu yang melakukan prokrastinasi akademik seringkali mengalami kesulitan untuk memenuhi tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan. Hal itu juga dapat dikarenakan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akan memandang skripsi sebagai momok yang menakutkan, beban yang berat serta penghambat kelulusan mencapai gelar sarjana, sehingga mahasiswa akan lebih memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan (Kusuma & Indrawati, 2015).

Tabel 1.3 Hasil Wawancara Tentang Perilaku Prokrastinasi Akademik

No	Inisial	Verbatim	Kesimpulan
Apakah kalian sering melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyusun skripsi ?			
1	S	Iya, masih sering main sama temen-temen nongkrong di cafe, kadang	Mahasiswa lebih sering bermain <i>handphone</i> jika di rumah dan

		dirumah e temen, kalo dirumah ya lebih sering hp an, kalo mood baru ngerjain	bermain bersama teman daripada menyusun skripsi.
2	A	Lebih sering nongkrong sama temen-temen. Kalau dirumah <i>scroll</i> tiktok, youtube an, hp an, tapi paling sering seh main ke rumah e temenku. Aku aja loh jarang bimbingan, apalagi pas akhir-akhir bulan iki tambah gak tau bimbingan.	Mahasiswa lebih sering bermain <i>handphone</i> jika di rumah dan bermain bersama teman daripada menyusun skripsi, mahasiswa mengaku jarang melakukan bimbingan skripsi.
3	V	Iya lebih seneng main hp, main game, main <i>mobile legend</i> , main hago.	Mahasiswa lebih sering bermain <i>handphone</i> dan bermain <i>game</i> daripada menyusun skripsi.
4	R	Iya bermain <i>game</i> , <i>game mobile legend</i> , ini aja aku pengen cepet-cepet main rank, kalau gak main rank sehari tanganku gatal.	Mahasiswa lebih sering bermain <i>game</i> daripada menyusun skripsi.
5	M	Iya seh, aku lebih sering melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan seperti main keluar sama temen yang sefrekuensi, makan-makan, jalan-jalan, suntuk kalau menyusun skripsi terus.	Mahasiswa lebih sering bermain bersama teman daripada menyusun skripsi.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan terhadap 5 mahasiswa tersebut menjelaskan bahwa mereka lebih sering melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyusun skripsi, seperti bermain *handphone*, bermain *game* dan bermain bersama teman. Menurut Ferrari dkk (1995) melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyusun tugas merupakan salah satu aspek dari prokrastinasi akademik. Ketika mahasiswa sering mengulur waktu dengan melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat menyebabkan waktu terbuang dengan sia-sia, tugas menjadi terbengkalai dan penyelesaian tugas menjadi tidak maksimal hingga berpotensi mengakibatkan kegagalan atau terlambatnya seorang mahasiswa dalam meraih kesuksesannya.

Penelitian dari Ellis dan Knaus (1977) menyatakan bahwa lebih dari 95% mahasiswa di perguruan tinggi Amerika sengaja melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas dan lebih dari 70% mahasiswa memiliki kecenderungan untuk mengulang kegiatan prokrastinasi akademik tersebut. Ellis menganggap seseorang yang melakukan prokrastinasi adalah seseorang yang tahu

apa yang ingin dia lakukan dan apa yang harus dia lakukan, dia mencoba dan merencanakan untuk mengerjakan tugas tersebut namun tidak berhasil menyelesaikannya, sehingga mereka lebih suka melakukan hal-hal yang kurang penting daripada harus mengerjakan kewajiban mereka. Mereka membuang-buang waktu hanya untuk melakukan aktivitas-aktivitas yang disenangi saja. Banyak mahasiswa yang hanya berniat untuk menyelesaikan tugas-tugasnya dalam jangka waktu yang ditentukan tetapi mereka tidak memiliki dorongan untuk memulai karena sikapnya itu.

Catrunada (2008) menjelaskan bahwa hambatan mahasiswa dalam menyusun skripsi berkaitan dengan berbagai hal antara lain yaitu masalah penguasaan bahasa, teknik penulisan, kurangnya membaca, kurangnya sumber bacaan, kebiasaan menulis, kesulitan mencari permasalahan dan judul skripsi, merasa kurang fokus dalam menyusun skripsi, merasa takut dan cemas menemui dosen pembimbing, merasa lelah karena adanya revisi yang tak kunjung selesai, susah untuk menemui dosen pembimbing dan kendala lainnya.

Bagi beberapa mahasiswa yang merasa tidak dapat menghadapi hambatan dalam penyusunan skripsi berusaha menghindar atau mengulur-ulur waktu untuk menyusun skripsi dan berakibat kelulusan mereka menjadi tertunda. Kelulusan yang seharusnya dapat di selesaikan dalam waktu 4 tahun, bisa tertunda sampai membutuhkan waktu 5–6 tahun untuk lulus. Tentu saja prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi ini sangat penting untuk diteliti apalagi ketika banyak mahasiswa yang melakukan prokrastinasi sampai-sampai tidak dapat lulus tepat waktu dan mengingat tidak lulus tepat waktu juga akan merugikan mahasiswa itu sendiri dari segi biaya dan waktu.

1.2 Identifikasi Masalah

Prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Menurut Milgram dkk (1988), faktor-faktor tersebut dapat dikategorikan menjadi dua macam yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi 1) kondisi fisik individu; individu yang mengalami kelelahan fisik cenderung melakukan prokrastinasi akademik daripada orang yang sehat secara jasmani, 2) kondisi psikologis individu; individu dengan kelelahan emosional yang tinggi akan memiliki kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik. Adapun faktor eksternal yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu 1) gaya pengasuhan orang tua; gaya pengasuhan orang tua yang otoriter akan menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik yang kronis pada subjek penelitian anak, 2) kondisi lingkungan yang kondusif; lingkungan yang kurang mendukung

apa yang dikerjakan oleh individu tersebut tentu saja akan membuat individu kehilangan semangat dan kurangnya kepercayaan diri sehingga individu cenderung melakukan prokrastinasi akademik.

Berdasarkan faktor-faktor tersebut terdapat faktor internal yang dapat mempengaruhi prokrastinasi. Salah satu faktor internal yang dapat menyebabkan prokrastinasi adalah pada kondisi psikologis individu yang mengalami kelelahan emosional. Kelelahan emosional dalam kajian ilmu psikologi dapat disebut dengan istilah *academic burnout* s(Wasito & Yoenanto, 2021:113). *Academic burnout* adalah respons individu terhadap tekanan berkepanjangan yang dihadapinya yang ditunjukkan dengan kondisi kejenuhan emosional, hilangnya motivasi, dan berkurangnya komitmen (Schaufeli dkk, 2002:465).

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 12 dan 17 Oktober 2021 serta pada tanggal 3 Januari untuk menggali tentang faktor yang menyebabkan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik melakukan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang belum lulus menghasilkan data sebagai berikut :

Tabel 1.4 Hasil Wawancara Tentang Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

No	Inisial	Verbatim	Kesimpulan
Pertanyaan : Apakah kamu melakukan penunda-nundaan dalam menyusun skripsi akibat kelelahan ?			
1	S	Iya terkadang kayak kok gak mari-mari seh, kok susah seh gitu pasti ditanya-tanyai terus skripsi e yaopo tapi balik maneh seh emang ndek posisi iki aku seng salah karena gaiso lulus tepat waktu, dadi aku gaiso menyalahkan orang tua karena terlalu menuntut aku, iya tekanan itu terkadang bikin tambah males ngerjakno karena jujur aku tipe orang seng malah nek dituntut malah tambah males, dadi lebih baik iku keinginan muncul teko aku dewe. Aku yo sering dibanding-bandingno sama sepupuku seng udah lulus. Kalo dibandingno ngunu aku ngalihno e ya buka laptop ngerjakan	Mahasiswa merasa kelelahan karena tekanan dari orang tua dan dibanding-bandingkan dengan saudara sepupu yang sudah lulus. Hal tersebut membuat mahasiswa merasa malas.

		ngunu, kadang yo cuma buka laptop tok soale gak <i>mood</i> ngerjakno nek dibandingno ngunu	
2	A	Banget, sampe sering pusing, asam lambungku kumat, insomnia, wes ga karu-karuan lah aku gara-gara <i>overthinking</i> Merasa tertekan, <i>down</i> banget sampe gak bisa tidur tiap hari sampe pernah gak tidur 3 hari <i>full</i> gara-gara mikiri skripsiku, terus kan aku ya dari kecil itu dituntut <i>perfect</i> sama orang tuaku kayak kamu harus lulus tepat waktu, pokoknya di bidang akademik itu orang tuaku nuntut aku harus sesuai ekspektasinya mereka, yawes kayak gitulah orang tuaku. Aku sampe <i>self harm</i> aku, kayak nyilet-nyilet tanganku sendiri, sampe aku mau ke psikiater waktu itu tapi gak jadi akhire masuk grup wa tentang kesehatan mental, awal e aku main-main terus kayak nongkrong sama temen-temen gitu, tapi pas sendiri di rumah, sendiri di kamar itu jadi <i>overthinking</i> banget, aku kan anaknya emang <i>overthinking-an</i> , sampe tiap kali nongkrong terus ada yang ngomongin skripsi itu aku jadi sinis, kayak gak suka ae denger orang bahas skripsi.	Mahasiswa merasa kelelahan akibat tertekan dengan ekspektasi orang tuanya yang mengharuskan dia lulus tepat waktu, hingga mahasiswa merasa <i>down</i> dengan mengalami gangguan kesehatan dan melakukan <i>self harm</i> . Hal tersebut membuat mahasiswa mengaku malas dan sinis ketika mendengar seseorang membicarakan skripsi.
3	V	Iya buka laptop itu males tapi kepikiran terus, sama kalo buka laptop itu pasti mamaku langsung tanya ngerjakan skripsi ta ? gitu, akhire gak berani buka laptop, hampir setiap hari insomnia cuma	Mahasiswa merasa kelelahan akibat tertekan karena jika dia membuka laptop pasti akan ditanyai orang tuanya tentang skripsi. Sering memikirkan skripsi tapi tetap malas

		karena mikirin aku bisa lulus gak ya, bisa selesai semester ini ga ya, gimana skripsiku, tapi aku alihin sama main game <i>mobile legend</i> , hago, gitu	mengerjakan skripsi. Mahasiswa hampir setiap hari mengalami insomnia tapi mengalihkan pikirannya dengan bermain <i>game</i> .
4	R	Lelah dan emosional banget, ingin cepat lulus agar tidak kepikiran, kemarin kepikiran sampe sakit panas, meriang, dan dilanjutkan sakit lambung selama 1 minggu. Tentu saja jika seperti itu membuat saya akhirnya tidak bisa menyusun skripsi.	Mahasiswa merasa kelelahan akibat kepikiran ingin cepat lulus hingga mahasiswa mengalami gangguan kesehatan. Tentu saja jika seperti itu mahasiswa tidak bisa menyusun skripsinya.
5	M	Waktu itu saya bener-bener lelah secara emosional karena saya tidak bisa bimbingan dengan dosen pembimbing secara konsisten dikarenakan waktu itu masa PPKM. Jadi rasanya setiap hari itu saya dilemma kepikiran dengan skripsi saya sampai-sampai saya tidak bisa tidur nyenyak di malam hari dan rasanya pingin marah-marrah kalo ditanyai kapan lulus. Ketika emosional tidak stabil hal itu yang mengakibatkan saya malas menyusun skripsi.	Mahasiswa merasa kelelahan akibat kepikiran tentang skripsinya hingga dia tidak bisa tidur nyenyak di malam hari dan merasa ingin marah-marrah jika ditanya kapan lulus. Ketika emosional tidak stabil hal itu yang mengakibatkan mahasiswa malas menyusun skripsi.

Berdasarkan data hasil wawancara ditemukan bahwa mahasiswa mengalami beberapa gejala yang termasuk ke dalam ciri-ciri *academic burnout*. Menurut Pines dan Aronson (1988) individu yang mengalami kondisi *burnout* akan menunjukkan ciri-ciri seperti sakit fisik, kelelahan emosi dan kelelahan mental. Kelelahan emosi yang dialami mahasiswa pada hasil wawancara tersebut didapati bahwa beberapa dari mereka merasa sakit fisik seperti gangguan kesehatan seperti sakit kepala, asam lambung, serta insomnia. Terdapat mahasiswa yang mengalami kelelahan emosi juga seperti rasa tertekan, sinis dan mudah marah. Satu mahasiswa juga mengalami kelelahan mental seperti melakukan *self harm*. Ketika mahasiswa mengalami ciri-ciri tersebut, tak heran jika mereka melakukan penunda-nundaan dalam menyusun skripsi.

Academic burnout adalah respons individu terhadap tekanan berkepanjangan yang dihadapinya yang ditunjukkan dengan kondisi kejenuhan emosional, hilangnya motivasi, dan berkurangnya komitmen (Schaufeli dkk, 2002:465). *Academic burnout* memiliki tiga aspek, yakni: (1) kelelahan secara emosional. Aspek ini merupakan kelelahan yang disebabkan oleh perasaan emosional dan psikologis yang berlebihan sehingga kurangnya energi pada individu yang menyebabkan individu mengalami frustrasi dan ketegangan. (2) kecenderungan untuk depersonalisasi atau sinisme. Aspek ini mengacu kepada sebuah upaya untuk melindungi diri dari tuntutan emosional dengan cara bersikap sinis dan apatis. (3) perasaan memiliki prestasi yang rendah. Aspek ini mengacu pada kecenderungan individu untuk mengevaluasi dirinya secara negatif, perasaan tidak puas dengan performa pekerjaan yang dimana individu tersebut menilai rendah kemampuan dirinya sendiri (Yang, 2004:287).p

Ada 5 faktor yang menyebabkan individu mengalami *academic burnout* menurut Maslach dkk (1996) yaitu beban kerja berlebihan, kurangnya kontrol atas pekerjaan, penghargaan atas pekerjaan, ketidakharmonisan dalam lingkungan, dan perlakuan adil. Freudenberger juga menjelaskan bahwa setiap individu yang memulai suatu pekerjaan pasti memiliki harapan. Ketika realitas yang ada tidak mendukung harapan tersebut maka individu akan tetap berupaya untuk mencapai harapan itu sampai pada akhirnya sumber kekuatan dan tenaga dari diri mereka terkuras sehingga mengalami keadaan lelah atau frustrasi yang disebut dengan istilah *burnout* (Freudenberger & Richelson, 1980).

Penelitian terdahulu yang dapat memperkuat pernyataan bahwa *academic burnout* adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah dari penelitian yang dilakukan oleh Saputra dan Prahara (2020) pada mahasiswa yang bekerja. Saputra dan Prahara (2020:11) mengatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *academic burnout* dengan prokrastinasi akademik. Jika seorang yang mengalami *academic burnout* tinggi maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasinya, dan sebaliknya. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa *burnout* dapat menyebabkan komitmen yang lebih rendah, absensi yang lebih tinggi, *turnover*, penurunan produktivitas, prokrastinasi, menurunnya motivasi, persentase putus sekolah yang lebih tinggi dan sebagainya (Yang, 2004:287).

Penelitian serupa dilakukan oleh Roza (2018) pada siswa SMA dan mendapatkan hasil bahwa salah satu faktor yang mendasari mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik diantaranya karena merasa kelelahan dan keengganan untuk menjalani aktivitas dan hal itu yang dikatakan *academic burnout*. Berdasarkan pernyataan-pernyataan tersebut menyatakan bahwa memang terdapat hubungan yang signifikan antara *academic burnout* dengan prokrastinasi

akademik. Sehingga peneliti disini ingin melihat lebih jauh apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara *academic burnout* terhadap prokrastinasi akademik. Berdasarkan paparan diatas peneliti memiliki ketertarikan untuk mengembangkan penelitian terdahulu untuk mencari “Pengaruh *academic burnout* terhadap prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik”.

1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah adalah upaya menetapkan batasan-batasan permasalahan dengan jelas, untuk menghindari pembahasan masalah yang menyimpang dari topik permasalahan yang ingin dibahas. Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, penelitian ini dibatasi pada pembahasan mengenai Pengaruh *Academic Burnout* Terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik.

a. *Academic Burnout*

Menurut Schaufeli dkk (2002) *academic burnout* adalah respons individu terhadap tekanan berkepanjangan yang dihadapinya yang ditunjukkan dengan kondisi kejenuhan emosional, hilangnya motivasi, dan berkurangnya komitmen.

b. Prokrastinasi Akademik

Menurut McCloskey dan Scielzo (2015) prokrastinasi akademik mengarah kepada kecenderungan seseorang untuk mengesampingkan atau menunda kegiatan dan perilaku yang terkait dengan akademik.

c. Tempat penelitian ini adalah Universitas Muhammadiyah Gresik.

d. Subjeknya adalah mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Gresik pada Angkatan 2017 Program Studi Budidaya Perikanan, Manajemen, Akuntansi, Pendidikan Bahasa Inggris, Pendidikan Guru SD, Teknik Industri, Teknik Informatika, Teknik Elektro dan Psikologi.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : “Apakah ada pengaruh yang signifikan antara *academic burnout* terhadap prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik ?”

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, tujuan dilaksanakannya penelitian yaitu adalah : Untuk melihat pengaruh antara *academic burnout* terhadap prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan dalam bidang psikologi dan pendidikan.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Instansi Universitas Muhammadiyah Gresik, penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi instansi mengenai seberapa besar pengaruh *academic burnout* terhadap prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa, agar lebih tau bagaimana mempersiapkan solusi untuk mengatasi pelonjakan mahasiswa yang tidak lulus tepat waktu akibat prokrastinasi dalam menyusun skripsi.
2. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai informasi agar mahasiswa lebih sadar dan peduli terhadap *academic burnout* yang dialami ketika menyusun skripsi sehingga dapat diatasi dan tidak sampai membuatnya melakukan prokrastinasi akademik.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat berguna untuk menambah wawasan atau menjadi rujukan untuk mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan permasalahan yang sama.