

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah salah satu kunci utama bagi manusia dalam belajar akan kehidupan dan berbagai aspek kehidupan lainnya (Hikmah, 2021). Di Indonesia terdapat beberapa sistem pendidikan yang perlu dijalani oleh setiap warga negaranya dan membaginya dalam beberapa tingkatan seperti, tingkat Sekolah Dasar (SD), tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP), tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA), dan perguruan tinggi. Menurut Wulan dan Abdullah (2014) perguruan tinggi adalah sebuah institusi pendidikan yang secara formal ditugaskan untuk mempertanggungjawabkan atau mempersiapkan mahasiswa dengan tujuan pendidikan tinggi.

Berdasarkan Undang-Undang 12 tahun 2012 tentang pendidikan tinggi mendefinisikan bahwa Pendidikan tinggi adalah jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program diploma, program sarjana, program magister, program doktor, dan program profesi, serta program spesialis, yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi berdasarkan kebudayaan bangsa Indonesia.

Peserta didik yang menjalankan proses pembelajaran di perguruan tinggi disebut dengan mahasiswa. Menurut Siswoyo (dalam Hulukati & Djibran, 2019) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain

yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa biasanya berada pada tahapan usia dewasa awal, yaitu rentang usia 19-23 tahun (Fauziah, 2015).

Menurut Pratiwi dan Arumhapsari (2019) masa dewasa awal merupakan fase transisi dimana individu mencapai tingkat kematangan yang sempurna, baik secara emosi maupun kognitif. Menurut Santrock (2011) masa dewasa awal adalah masa transisi dari remaja menuju dewasa dalam rentang usia ini berkisar antara 18 tahun hingga 25 tahun, masa ini ditandai oleh kegiatan bersifat eksperimen dan eksplorasi.

Mahasiswa yang berada pada transisi masa remaja menuju dewasa masih belum dapat berpikir secara logis. Hal ini dapat didukung oleh pernyataan Montessori (dalam Rahmat, 2018) usia 18-24 tahun pada masa pendidikan perguruan tinggi adalah masa mahasiswa perlu menyadari realitas kepentingan dunia dan mampu berpikir secara jernih. Dalam tahap perkembangannya, dewasa awal yang sedang dalam transisi ini masih belum punya kestabilan emosi, berada pada ketegangan emosi dan memiliki tuntutan pikiran. Hal ini dikarenakan remaja transisi dewasa awal ini masih belum mampu mengontrol emosi dan memahami banyak tuntutan pikiran yang harus dilakukan sebagai seorang dewasa produktif, sehingga dapat mempengaruhi aktivitas dalam perkuliahannya (Wulandari, Fatimah, & Suherman, 2021).

Mahasiswa memiliki banyak aktivitas perkuliahan dan selalu dihadapkan dengan tugas-tugas akademik. Mahasiswa yang sedang aktif dalam menjalani perkuliahan pada perguruan tinggi, dihadapkan pada tugas dan tanggung jawab pada bidang akademik yang dipilihnya saat awal masuk perguruan tinggi

(Kreniske, 2017). Mahasiswa juga dituntut untuk dapat menjalani setiap proses kegiatan dalam perkuliahan dengan baik dan berkewajiban untuk melakukan penyelesaian tugas perkuliahan yang diberikan oleh dosen pengampu mata kuliah (Zahri, Yusuf, & Neviyarni, 2017).

Adanya tuntutan dan kewajiban yang harus dilakukan oleh mahasiswa ini, banyak mahasiswa tidak menjalankan tugas tersebut dengan semestinya. Menurut Suriyah dan Tjundjing (2007) menyatakan bahwa kenyataannya masih banyak mahasiswa melakukan penundaan dalam mengerjakan sebuah tugas pada perkuliahan dan seringkali melakukan penyerahan tugas mendekati waktu *deadline*, hingga mendapatkan teguran akan keterlambatan pengumpulan tugas. Kondisi dari penundaan tugas ini dalam istilah psikologi adalah prokrastinasi akademik (Saman, 2017)

Prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa sudah bukan hal yang baru terjadi karena mahasiswa sering melakukannya. Hal ini dapat didukung oleh pernyataan dari Burhan dan Herman (2019) yang menyatakan bahwa mahasiswa sering melakukan penundaan tugas secara sadar dan diulangi terus menerus pada setiap mata kuliahnya.

Prokrastinasi akademik menurut Ghufro dan Risnawati (2012) adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Menurut Husetiya (dalam Wicaksono, 2017) prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan tugas dengan sengaja dan berulang kali dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang berhubungan dengan tugas akademik.

Menurut Steel (2007) terdapat empat aspek dalam prokrastinasi akademik, yaitu: menerima waktu (*perceived time*), celah antara keinginan dan perilaku dalam mengerjakan tugas (*intention-action gap*), perasaan tidak nyaman saat menunda tugas (*emotional distress*) dan keyakinan terhadap kemampuan diri (*perceived ability*).

Perilaku prokrastinasi akademik dikatakan dapat berdampak pada kondisi fisik dan kondisi psikis. Menurut Chu dan Choi (Dalam Triyono & Khairi, 2018) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik memiliki dampak yang sangat buruk akan kondisi kesehatan fisik ataupun mental, hal ini dikarenakan penundaan tugas menyebabkan tingkat stres tinggi yang menyebabkan mahasiswa cemas, berperilaku kurang baik, memiliki emosi dan pikiran buruk, sehingga menyebabkan kondisi kesehatan fisik yang ikut terpengaruh.

Caplin (dalam Cerniglia, 2019) dalam penelitiannya menemukan sebuah fakta, bahwa prokrastinasi akademik memberikan dampak yang negatif kepada mahasiswa karena dapat menyebabkan adanya gejala depresi, rasa kesepian, kecemasan, kelelahan, dan ketegangan dalam menghadapi setiap tugas yang diberikan oleh akademik di universitas. Hal tersebut dapat terjadi karena adanya ketidakmampuan mahasiswa dalam mengatur emosi karena fase transisi dari masa remaja pada masa dewasa awal (Cerniglia, 2019).

Pada faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik menurut Mustakim (dalam Nafeesa, 2017) terdapat faktor dukungan sosial. Hal ini berkaitan dengan pernyataan bahwa mahasiswa yang berada fase transisi dewasa awal sangat butuh untuk membangun hubungan sosial dengan teman sebaya,

agar dapat berinteraksi dan bekerjasama di perkuliahan (Pradinata & Susilo, 2016). Hal ini juga didukung oleh penelitian dari Andarini dan Fatma (2013) menyatakan dalam penelitiannya bahwa, dukungan sosial yang diberikan atau diterima oleh teman sebaya, memiliki keterkaitan atau berhubungan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Dukungan sosial teman sebaya menurut Saputro dan Sugiarti (2021) merupakan sebuah dukungan yang diberikan dan didapatkan oleh teman dengan usia sama atau sebaya dengan adanya sebuah interaksi memberikan informasi. Menurut Simajuntak dan Indrawati (dalam Surasa & Murtiningsih, 2021) dukungan sosial teman sebaya adalah sebuah penilaian dan dukungan yang diterima oleh teman dari tingkat usia kematangan sama, sehingga individu dapat merasa dicintai, dihargai, dan diperhatikan oleh teman sebayanya.

Mahasiswa yang berada pada tahap transisi remaja menuju dewasa awal, sangat memerlukan dukungan dan pengertian dari individu yang memiliki usia sama dengan dirinya. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian dari Ermawati (dalam Winingsih, Setyawati, & Afidah, 2017) yang menyatakan proses pencarian jati diri mahasiswa cenderung mencari figur dari dukungan teman sebaya.

Aspek-aspek dukungan sosial teman sebaya menurut House, Umberson, dan Landis (1988) yaitu, dukungan emosional yang berupa adanya ungkapan kepedulian dan empati, dukungan penghargaan yang berupa ungkapan rasa hormat dan memberikan dukungan untuk maju, dukungan instrumental yang

berupa bantuan barang nyata, dan dukungan informatif yang berupa nasehat, saran, dan umpan balik.

Proses interaksi sosial mahasiswa dapat menjalin sebuah pertemanan dekat dengan teman sebaya dalam perkuliahan. Mahasiswa saling memberikan dukungan satu sama lain dalam proses akademik. Pernyataan ini dapat didukung oleh penelitian dari Fibriana (dalam Winingsih, Setyawati, & Afidah, 2017) yang menyatakan bahwa dengan teman sebaya, individu dapat menyelesaikan tugas-tugas akademiknya sehingga dapat menghindari adanya prokrastinasi akademik.

Menurut teori Santrock (2011) menyatakan bahwa salah satu aspek penting dalam kehidupan mahasiswa adalah dukungan sosial dari teman sebaya. Pentingnya mahasiswa yang berada pada fase peralihan masa akhir remaja menuju ke dewasa awal ini untuk mendapatkan dukungan sosial teman sebaya, karena pada fase ini mahasiswa sedang memiliki orientasi untuk membangun hubungan sosial dengan lingkungan sesama mahasiswa di perguruan tinggi seperti dengan teman sebayanya (Pradinata & Susilo, 2016). Hal ini juga diperkuat oleh pengkajian dari Andarini dan Fatma (2013) juga menyatakan bahwa dukungan sosial yang diterima atau diberikan oleh teman sebaya dapat membantu menghindari prokrastinasi akademik, karena dukungan tersebut dapat memberikan motivasi, ide, perasaan senang, dan dampak positif lainnya pada mahasiswa.

Beberapa pernyataan di atas, didukung oleh penelitian terdahulu dari Sayekti dan Sawitri (2018) yang menyatakan bahwa apabila mahasiswa

mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari teman sebayanya, maka perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa berhasilkkan rendah, begitupun sebaliknya. Dalam penelitian dari Rahmadina, Sulistyana dan Arsyad (2020) juga didapatkan hasil penelitian bahwa semakin tinggi dari dukungan sosial teman sebaya, maka semakin rendah prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa. Penelitian lainnya dilakukan oleh Waty dan Agustina (2022) yang mendapatkan hasil dalam penelitiannya bahwa semakin tinggi mahasiswa mendapatkan dukungan sosial maka perilaku prokrastinasi akademiknya rendah. Wahyuningsih, Manangkot, dan Rahajeng (2022) yang juga melakukan penelitian mengenai pengaruh prokrastinasi akademik dan dukungan sosial pada mahasiswa keperawatan dan didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh yang signifikan. Hasil yang serupa juga didapatkan oleh penelitian dari Waty dan Agustina (2022) yang menyatakan terdapat pengaruh signifikan antara variabel dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik.

Berdasarkan ketiga penelitian tersebut, peneliti melakukan survei pra-penelitian pada mahasiswa psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2020 dan 2021, ditemukan adanya perilaku prokrastinasi akademik. Survei pra-penelitian dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan disebarikan kepada grup mahasiswa psikologi angkatan 2020 pada 15 oktober 2022. Hasil perolehan data, terdapat ada 40 mahasiswa yang bersedia untuk melakukan pengisian survei pra-penelitian. Data yang didapatkan peneliti dalam survei pra-penelitian adalah 83,8 % perempuan dan 16,2% laki-laki.

Pada hasil survei pernyataan, “saya sering melakukan penundaan tugas kuliah”, didapatkan hasil 68% menyetujuinya. Mahasiswa memberikan pernyataan bahwa alasan melakukan penundaan tugas karena adanya kesulitan membagi waktu, kesulitan memahami tugas, terbiasa menghindari tugas sulit dan lebih memilih hal menyenangkan seperti bermain sosial media, dan kurangnya motivasi.

Pada hasil survei pernyataan, “Teman saya memberikan motivasi positif apabila saya belum mengerjakan tugas”, didapatkan hasil 35% dalam pernyataan mahasiswa mendapatkan motivasi untuk dapat mengerjakan tugas akademik apabila telah diskusi dengan teman sebayanya.

Tindakan prokrastinasi akademik yang dilakukan biasanya berupa menunda dan mengerjakan tugas mendekati *deadline* atau mengumpulkan tugas melewati batas tenggat *deadline*, mendapatkan teguran dari dosen karena terlambat mengumpulkan tugas,, besar kecil kesulitan memahami tugas, banyaknya jenis tugas yang datang bersamaan, dan menunda pengerjaan tugas dengan melakukan aktivitas menyenangkan. Aktivitas menyenangkan ini dapat berupa bermain dengan teman sebaya, bermain sosial media, dan menghabiskan waktu sendiri dengan *games* atau hobi olahraga lainnya.

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan di atas, didukung dengan penelitian terdahulu dan survei fenomena yang telah dilakukan. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2020-2021 Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka didapatkan rumusan masalah berikut: “Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2020-2021 Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang?”.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah peneliti rumuskan maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2020-2021 Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.

D. Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat dari penelitian ini, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu atau ide terhadap pengembangan ilmu Psikologi dalam membahas mengenai dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik.

2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis yang diharapkan akan bermanfaat secara praktis, yaitu sebagai berikut:

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian atau informasi bagi mahasiswa agar mempelajari dan menyadari bahwa pentingnya memberikan dukungan sosial teman sebaya dan mendapatkan dukungan teman sebaya, sehingga dapat menimalisir perilaku prokrastinasi akademik yang sering dilakukan mahasiswa secara sadar dan terus berulang.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk mengkaji mengenai dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik.

