

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Siswa yang merupakan bagian dari lembaga pendidikan formal maupun nonformal harus berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Belajar sangat penting untuk mendapatkan pengetahuan, meningkatkan keterampilan, memperbaiki perilaku, membentuk sikap, dan mengembangkan kepribadian seseorang (Sugiono & Haryanto, 2014). Menurut Crow and Crow (dalam Suyono dan Haryanto, 2014), belajar adalah diperolehnya kebiasaan-kebiasaan, pengetahuan, dan sikap-sikap yang baru.

Prokrastinasi akademik telah menjadi fokus perhatian utama dalam dunia pendidikan, terutama di tingkat perguruan tinggi, dimana mahasiswa yang sudah memasuki semester 4 sampai semester 8 dihadapkan pada tuntutan akademik yang tinggi dan beragam, terutama pada saat mengerjakan tugas akhir. Prokrastinasi akademik merujuk pada kecenderungan untuk menunda-nunda pekerjaan yang penting, seperti mengerjakan tugas, mempersiapkan ujian, atau menyelesaikan proyek sekolah. Prokrastinasi ini dapat dirasakan pada hasil belajar mahasiswa dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Fenomena ini menjadi semakin meningkat di kalangan mahasiswa, terutama karena mereka sering kali dihadapkan pada tenggat waktu yang ketat dan tekanan untuk mencapai hasil yang baik dalam ujian dan evaluasi akademik (Hemasti dkk., 2024).

Prokrastinasi akademik ini menimbulkan keprihatinan yang mendalam dalam dunia pendidikan. Kebiasaan menunda-nunda tugas-tugas sekolah penting dapat mengakibatkan penurunan kualitas pada akademik mahasiswa, meningkatkan tingkat stres, dan mengurangi kepercayaan diri mereka. Selain itu, prokrastinasi juga berpotensi menyebabkan penurunan nilai akademik mahasiswa

karena kurangnya waktu yang tersedia untuk mempersiapkan tugas-tugas dan ujian dengan baik (Rahmania dkk., 2021).

Prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa cukup tinggi, dengan banyak penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa terlibat dalam perilaku ini pada berbagai tingkat intensitas. Prokrastinasi akademik sering kali terjadi karena mahasiswa merasa kewalahan dengan beban akademik yang berat dan tugas-tugas yang menumpuk, yang pada akhirnya menyebabkan mereka memilih untuk menunda pekerjaan daripada menghadapinya segera.

Memahami prokrastinasi akademik secara mendalam sangat penting untuk membantu mahasiswa mengatasi masalah ini dan mencapai potensi akademik mereka. Intervensi yang efektif dapat mencakup pelatihan manajemen waktu, teknik peningkatan motivasi, dan strategi untuk mengurangi kecemasan terkait tugas akademik. Baik dosen maupun orang tua dapat berperan aktif dalam mendukung mahasiswa dengan memberikan bimbingan dan dorongan yang tepat, serta menciptakan lingkungan belajar yang positif dan kondusif (Permana., 2019).

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda pengerjaan tugas atau pekerjaan akademik yang menjadi tantangan bagi banyak mahasiswa, termasuk di Kabupaten Karawang. Fenomena ini sering kali terjadi meskipun mahasiswa menyadari dampak negatif dari penundaan tersebut, seperti menurunnya kualitas hasil belajar dan meningkatnya tingkat stres. Kabupaten Karawang, yang dikenal dengan perkembangan industrinya yang pesat, juga memiliki dampak sosial yang signifikan terhadap gaya hidup mahasiswa. Dengan kemudahan akses ke teknologi dan hiburan, mahasiswa di daerah ini sering kali teralihkan dari kewajiban akademik mereka. Waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar atau mengerjakan tugas akademik malah dihabiskan untuk aktivitas yang kurang produktif seperti bermain game, menjelajah media sosial, atau menonton video online, serta pergi ke tempat-tempat yang menarik untuk dikunjungi. Selain itu, faktor psikologis seperti rasa cemas atau ketakutan akan kegagalan juga dapat memicu prokrastinasi. Mahasiswa yang

merasa ragu dengan kemampuan akademik mereka mungkin akan menunda-nunda tugas sebagai bentuk pelarian dari tekanan yang mereka rasakan. Dalam jangka panjang, hal ini dapat menciptakan siklus negatif di mana prokrastinasi menyebabkan penurunan kinerja akademik, yang pada gilirannya memperkuat rasa cemas dan ketidakmampuan.

Memahami fenomena prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Kabupaten Karawang penting untuk mengidentifikasi intervensi yang efektif. Upaya untuk meningkatkan manajemen waktu, memperkuat motivasi akademik, dan mengurangi distraksi dari teknologi dapat membantu mengurangi tingkat prokrastinasi. Dengan demikian, mahasiswa dapat memaksimalkan potensi akademik mereka dan mencapai hasil belajar yang lebih baik.

Dengan demikian, penelitian tentang gambaran prokrastinasi akademik pada perguruan tinggi di Kabupaten Karawang menjadi penting untuk memberikan pemahaman yang lebih baik yang dihadapi oleh mahasiswa dalam mengelola waktu dan tugas-tugas akademik mereka. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program-program atau intervensi yang sesuai untuk meningkatkan kinerja akademik dan kesejahteraan mahasiswa pada perguruan tinggi di kabupaten karawang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan sebuah masalah yaitu “Bagaimanakah tingkat kecenderungan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Kabupaten Karawang?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Pada penelitian ini, tujuan yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui gambaran tingkat kecenderungan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Kabupaten Karawang.

## **D. Manfaat Penelitian**

Dilihat dari manfaat yang ada, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi pemikiran secara teoritis dan praktis:

## 1. Manfaat Teoritis

Secara teori, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi wawasan yang berharga bagi kemajuan ilmu psikologi dalam kaitannya dengan investigasi kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik yang ditunjukkan oleh mahasiswa.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat nyata yang diharapkan dari penelitian ini antara lain memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai perilaku prokrastinasi akademik, yang dapat membantu siswa menghindari penundaan dan mengerjakan tugas-tugas akademik dengan lebih tekun.
- b. Lebih lanjut, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber motivasi bagi para pendidik untuk tidak melakukan prokrastinasi akademik.
- c. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memberikan kontribusi wawasan tambahan mengenai prevalensi perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Kabupaten Karawang.

