

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas idealnya mampu menyelesaikan jenjang pendidikan perguruan tinggi. Tuntutan di perguruan tinggi dan dalam perubahan sosial, Mahasiswa sebagai subjek yang menuntut ilmu harus bisa menunjukkan peranannya dalam kehidupan masyarakat serta dituntut mampu bersaing dan berprestasi secara optimal dan professional (Rohmatun, 2013).

Kualifikasi pendidikan tenaga kesehatan di Indonesia paling rendah harus Diploma III bidang kesehatan sehingga tenaga kesehatan yang berpendidikan di bawah Diploma III harus meningkatkan kualifikasi pendidikannya sesuai amanat Undang–Undang Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan paling lambat pada tahun 2020 minimal harus diploma III. Peningkatan kualifikasi pendidikan tenaga kesehatan diselenggarakan oleh perguruan tinggi dengan program rekognisi pembelajaran lampau (Permenkes, 2016).

Rekognisi Pembelajaran Lampau yang selanjutnya disingkat RPL adalah RPL adalah proses pengakuan atas Capaian Pembelajaran (CP) seseorang yang diperoleh melalui pendidikan formal atau nonformal atau informal, dan/atau pengalaman kerja. Pengakuan atas capaian pembelajaran ini dimaksudkan untuk menempatkan seseorang pada jenjang kualifikasi tertentu sesuai dengan Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKN). Rekognisi Pembelajaran Lampau telah memberikan akses yang lebih luas kepada masyarakat yang ingin melanjutkan

pendidikan ke perguruan tinggi melalui RPL yaitu Rekognisi Pembelajaran Lampau. Salah satu tujuannya adalah mendorong tenaga kesehatan lulusan pendidikan dibawah Diploma I untuk meningkatkan kualifikasi pendidikan sampai jenjang Diploma III (Permeristekdikti, 2016).

Mahasiswa sebagai seorang akademisi, tidak akan pernah terlepas dari aktivitas belajar dan keharusan mengerjakan tugas-tugas studi. Mahasiswa dituntut untuk memiliki ciri intelektualitas lebih kompleks serta situasi proses belajar yang penuh tantangan, hal ini akan membawa kesukaran tersendiri pada diri mahasiswa jika mereka tidak siap dan tidak mampu menghadapi tuntutan tersebut (Mayangsari, 2013).

Dalam hal mengerjakan tugas akhir, mahasiswa yang menunda-nunda dalam mengerjakan tugas akhir berdampak tertundanya program RPL. Sering terjadi dikalangan mahasiswa yang umumnya ditandai dengan adanya penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas akademik karena kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, serta melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih berharga dari pada melakukan tugas dari kampus. Frekuensi yang tergolong tinggi dalam prokrastinasi akademik menjadi penting untuk diteliti (Solomon & Rothblum, 1984; Steel, 2007). Hasil penelitian lain juga mendukung penelitian sebelumnya yaitu oleh Ellis dan Knaus (You, 2014) yang menemukan kurang lebih 70% mahasiswa di seluruh dunia melakukan prokrastinasi akademik. Patrzek *et al* (Aziz, 2015).

Brown & Holtzman (Rumiani, 2006) mencetuskan kata prokrastinasi untuk pertama kali yang berakar dari bahasa latin yang berarti menunda sampai

hari berikutnya atau lebih suka melakukan tugasnya besok. Kata *academos* berubah menjadi akademik, yaitu semacam tempat perguruan. Para pengikut perguruan tersebut disebut *academist*, sedangkan perguruan semacam itu disebut *academia*. berdasarkan hal ini dari pengertian akademik adalah keadaan orang-orang bisa menyampaikan dan menerima gagasan, pemikiran, ilmu pengetahuan, dan sekaligus dapat mengujinya secara jujur, terbuka dan leluasa (Ridha, 2014).

Dengan demikian prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku penundaan dapat termanifestasi dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati (Andarini & Fatma, 2013). Prokratinasi akademik adalah jenis penundaan yang di lakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus (Ghufron & Risnawati, 2014).

Prokrastinasi akademik merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kurun waktu tertentu dan menunda nunda hingga mendekati batas waktu berakhir (Wolter, 2003). Prokrastinasi adalah perilaku menunda nunda untuk menyelesaikan pekerjaan dan tugas akademik. Tugas-tugas akademik tersebut diantaranya tugas membaca, belajar, menulis, menghadiri perkuliahan, pekerjaan administratif dan kinerja akademik secara menyeluruh (Ferrari, 1995).

Individu sadar bahwa ia sedang menghadapi tugas-tugas yang utama tetapi sengaja untuk menunda secara berulang-ulang sehingga menimbulkan dalam dirinya rasa cemas. Ketika tugas tidak terselesaikan tepat waktu dan secara baik dalam dirinya akan merasa bersalah. Prokrastinasi dapat menimbulkan beberapa dampak pada mahasiswa yaitu tugas tidak terselesaikan, misal terselasaikanpun

hasilnya tidak sesuai yang diharapkan karena dalam penyelesaiannya dikejar batas waktu; menimbulkan rasa cemas yang terus menerus bahkan bisa sampai muncul depresi dan sulit berkonsentrasi secara maksimal; dapat merusak kinerja akademik seperti kebiasaan buruk dalam belajar, motivasi belajar yang rendah, rasa percaya diri rendah. Prokrastinasi dapat terjadi dan dialami oleh siapapun, tetapi bila prokrastinasi dialami oleh mahasiswa dalam menyelesaikan studinya maka dapat berdampak pada mental dan kerugian pada dirinya (Solomon, 1984).

Fenomena prokrastinasi akademik berlangsung terus menerus dalam jangka panjang, maka individu tersebut dalam meraih tujuan akan mengalami kesulitan dan kegagalan karena dalam dirinya ada ketidak mampuan memonitor, mengontrol dan mencegah tindakan-tindakan yang artinya akan mempunyai kemampuan dalam meregulasi diri. Hal ini dipekuat bahwa individu yang melakukan prokrastinasi biasanya gagal untuk memenuhi rencana-rencana mereka (Sperling, 2012).

Indikator yang muncul bila seorang mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik akan tampak; menunda untuk memulai dan menyelesaikan tugas perkuliahan dan yang bersangkutan sadar; cenderung terjadi keterlambatan dikarenakan mahasiswa tersebut akan membutuhkan waktu yang lebih lama; kesenjangan waktu yang dihadapi dengan kenyataan yang sedang terjadi, semua yang direncanakan tidak sesuai dengankenyataannya; melakukan kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan atau lebih utama daripada mengerjakan tugas akhir. Dari indikator tersebut mengakibatkan waktu kuliah akan lebih lama dan penyelesaiannya juga akan mundur (Gufon, 2010).

Berbagai permasalahan dapat menyebabkan kurangnya kemampuan mahasiswa terhadap tugas-tugas yang seharusnya diselesaikan dalam waktu tertentu sehingga menimbulkan penundaan atau keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik. Prokrastinasi sendiri sudah seperti fenomena gunung es dan dijuluki *the thief of time*, dan mendapatkan perhatian karena termasuk *self-destruction*. Aspek-aspek prokrastinasi yaitu Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, kesenjangan waktu antara kinerja aktual dan rencana kerja, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan (Ahmaini, 2009).

Hasil wawancara dengan sekretaris Prodi Keperawatan Unimus menyatakan bahwa memberikan tugas perkuliahan dan tugas praktikum dirumah sakit pada mahasiswa RPL sangat sangat sulit untuk bisa tepat waktu dibandingkan dengan mahasiswa reguler, seperti tahun 2013 mahasiswa banyak beralasan karena tugas ditempatkan bekerja atau urusan keluarga.

Salah satu mahasiswa RPL angkatan 2017 atas nama IR menyatakan kesulitan membagi waktu untuk menyelesaikan tugas dari kampus karena laptop sering dipergunakan anaknya yang juga kuliah sehingga yang bersangkutan enggan untuk segera mengerjakan tugas akhirnya dan terjadi keterlambatan setiap konsul ke dosen pembimbing. Dari pernyataan mahasiswa tersebut tampak bahwa yang bersangkutan tidak bisa membagi waktu dalam mengerjakan disebabkan faktor eksternal yaitu keterbatasan sarana.

Wawancara lainya terhadap TJ yang bersal dari puskesmas Sukorejo kabupaten Kendal yang bersangkutan harus tertinggal dalam wisudanya karena usianya sudah 51 tahun dia merasa sudah tidak ada waktu karena merasa capek dan kelelahan untuk mengerjakan tugas kampus karena tugas dari kantor tempat dia bekerja sudah banyak menyita waktu dan pikiran. Mahasiswa tidak bisa mengatur waktu dan tidak bisa membuat prioritas pekerjaan dalam mengerjakan tugas akhir.

Wawancara berikutnya dilakukan kepada Mahasiswa angkatan tahun 2014 dari Instansi TNI-AD berpangkat perwira yang kebetulan dinas dirumah sakit tentara dia menyatakan sebenarnya sudah mengatur untuk menyelesaikan tugas kuliah akan tetapi dia lebih mementingkan tugasnya ketika diperintah komandanya untuk melakukan kegiatan lainya karena merasa tugas belajarnya juga dikarenakan dinas, dan tugas dan perintah pimpinannya juga tugas. Dari pernyataan mahasiswa tersebut tampak bahwa yang bersangkutan memilih melakukan pekerjaan yang lebih mudah dengan alasan pekerjaan lain, kenyataanya bila pendidikan selesai tepat waktu tentunya akan mendukung pekerjaanya sehingga yang bersangkutan tidak akan menunda nunda tugas akhirnya.

Perilaku prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh salah satu struktur kepribadian yaitu regulasi diri. Regulasi diri merupakan salah satu faktor internal dari perilaku prokrastinasi. Dijelaskan bahwa, regulasi diri bukan merupakan kemampuan mental seperti inteligensi atau keterampilan akademik seperti keterampilan membaca, melainkan proses pengarahan atau penginstruksian diri

seseorang dalam mengubah kemampuan mental yang dimiliki menjadi keterampilan dalam suatu bentuk aktivitas dan kegiatan (Ghufron & Risnawati, 2014).

Kegagalan dalam melaksanakan kegiatan untuk mencapai suatu tujuan dipengaruhi perilaku prokrastinasi akademik karena lemahnya faktor internal yang didalamnya salah satunya pengaturan diri atau regulasi diri. Regulasi diri merupakan seperangkat penguat bagi perilaku seseorang dalam menghadapi berbagai ketidakpastian yang ada dalam kehidupan. Regulasi diri diarahkan untuk meningkatkan frekuensi dan intensitas penguat dalam berperilaku. Seseorang yang memiliki regulasi diri yang baik akan mampu memahami pengaruh lingkungan terhadap perilaku yang mereka munculkan dan mampu menggunakan berbagai strategi berdasarkan proses penilaian untuk pencapaian tujuan. (Lisy & Subandi, 2010).

Regulasi diri menjadi kata penting dalam upaya mengatasi situasi yang menekan (Fiske & Taylor, 1991) individu yang mampu melakukan regulasi diri akan mampu menyelesaikan tugas dan mencapai tujuannya dengan cara-cara yang baik dan dapat diterima oleh lingkungannya. Ciri individu yang mampu melakukan regulasi diri dengan baik adalah mampu merumuskan tujuan, mempunyai strategi untuk mengatur perilaku memperbaiki strategi yang digunakan dan dapat mengevaluasi hambatan yang ada dan membuat adaptasi yang dibutuhkan (Lisy & Subandi, 2010).

Menurut Schouwenburg, Lay, Pychyl, & Ferrari (Jackson, 2012) salah satu perilaku *self Regulation* atau pengaturan diri yang telah dipelajari secara ekstensif dalam literatur adalah prokrastinasi akademik dan pengaruhnya terhadap prestasi belajar siswa. Siswa yang menunda-nunda mungkin memiliki pikiran atau perilaku yang menghambat kemampuan mereka dalam regulasi diri,

misalnya perkiraan palsu waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas belajar. Jackson mendefinisikan bahwa prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai kegagalan dalam melakukan suatu kegiatan akademik dengan menunda kegiatan sampai menyelesaikan kegiatan lain yang diinginkan. Kebanyakan perilaku prokrastinasi akademik dalam situasi yang memprihatinkan masuk dalam empat penyelesaian tugas-tugas akademik seperti mempersiapkan diri untuk ujian, mengerjakan pekerjaan rumah, dan menulis makalah (Jackson, 2012).

Regulasi diri dapat dipahami sebagai penggunaan suatu proses yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Mereka juga berpendapat bahwa regulasi diri sangat penting dalam proses pendidikan. Regulasi diri meliputi kemampuan untuk mulai mencoba menentukan nilai yang ingin diperoleh, merencanakan membuat jadwal, membagi waktu antara tugas akademik dan bermain, dan mempersiapkan diri dalam menghadapi ulangan (Susanto, 2006).

Regulasi diri sebagai setiap respon yang berfungsi untuk mengubah kemungkinan respon selanjutnya terhadap sebuah kejadian. Dalam melakukannya, respon-respon ini juga berfungsi untuk mengubah kemungkinan konsekuensi berikutnya terkait dengan peristiwa (Masril, 2011).

Penelitian juga dilakukan di STIKES Mitra Adiguna Palembang variabel yang diuji yaitu prokrastinasi akademik dan regulasi diri. Hasil uji hipotesis antara kedua variabel tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara regulasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik hal ini dibuktikan koefisien korelasi (r)

menunjukkan nilai sebesar -0,755 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 sehingga dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini dikarenakan $p < 0,01$ yang menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik. Dilihat dari persentase tingkat regulasi diri, mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri tinggi sebanyak 10,56% (13 mahasiswa); tingkat regulasi diri sedang sebanyak 88,61% (109 mahasiswa); dan tingkat regulasi diri rendah sebanyak 0,813% (1 mahasiswa) dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat regulasi diri mahasiswa dapat dikatakan baik (Fitriya dan Lukmawati, 2016).

Kategorisasi sedang tersebut, didapatkan oleh sebagian besar mahasiswa dalam hal regulasi diri, hal ini disebabkan berbagai faktor, seperti faktor internal ataupun faktor eksternal. Faktor internal biasanya dari pengetahuan individu, tingkat kemampuan metakognisi, berperilaku untuk mencapai tujuan hidup yang diinginkan. Sedangkan faktor eksternal yaitu meliputi stimulus dan lingkungan diluar individu tersebut (Ghufron & Risnawita, 2014).

Penelitian di SMA Negeri 10 Jakarta dihasilkan data deskriptif penelitian yang menunjukkan bahwa, mayoritas siswa kelas X di SMA Negeri 10 Jakarta memiliki nilai prokrastinasi akademik yang ada tergolong tinggi yaitu sebesar 54% dan sekitar 58% siswa memiliki tingkat nilai regulasi diri yang rendah. Lebih dari setengah jumlah siswa di SMA Negeri 10 Jakarta menunjukkan bahwa mereka memiliki permasalahan prokrastinasi akademik dan regulasi diri. Hasil uji hipotesis menghasilkan F hitung sebesar 50,202 dengan nilai p sebesar 0,000. Jika nilai p dibandingkan dengan nilai $\alpha = 0,005$ maka $p < \alpha$ yang artinya

Hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini diterima dan Hipotesis nol (H_0) pada penelitian ini ditolak. Jika menggunakan perbandingan antara F hitung dan F tabel (1;118), hasilnya F tabel sebesar 3,92 yang artinya F hitung $>$ F tabel. Kesimpulannya adalah H_a diterima dan H_0 ditolak, dengan kata lain terdapat pengaruh variabel regulasi diri terhadap variable prokrastinasi akademik (Wulan, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis merasa perlu untuk meneliti lebih lanjut berkaitan dengan permasalahan prokrastinasi akademik yang dipengaruhi oleh regulasi diri.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dalam rangka untuk mengetahui hubungan prokrastinasi akademik yang dipengaruhi regulasi diri mahasiswa pada mahasiswa.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi wahana perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi pendidikan khususnya terkait hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik.

2. Manfaat Praktis.

a. Bagi mahasiswa.

penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi pada mahasiswa berkaitan hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi

akademik mahasiswa yang bekerja dilayanan masyarakat di universitas muhammadiyah semarang.

b. Peneliti Lain.

Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi bagi peneliti lain yang ingin meneliti tentang prokrastinasi akademik dengan variabel lain.

