BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Skripsi atau tugas akhir adalah suatu tugas yang harus di kerjakan oleh seseorang mahasiswa agar dapat meraih gelar sarjana. Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian atau kajian kepustakaan atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama. Penyusunan skripsi umumnya dikerjakan mulai dari semester 6 dan selesai di semester 8 untuk mahasiswa yang tepat waktu. Tetapi, pada kenyataannya masih banyak mahasiswa yang menyusun skripsi dalam waktu yang cukup lama dari jadwal yang sudah ditentukan oleh pihak universitas, sehingga mahasiswa mengalami penundaan dalam proses penyusunan skripsi.

Perilaku mahasiswa yang menyebabkan tertundanya pekerjaan yang berhubungan dengan akademik disebut dengan prokrastinasi. Mahasiswa cenderung melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyusun skripsi, seperti bermain *handphone*, bermain game dan bermain bersama teman. Sulitnya untuk memanajemen waktu merupakan salah satu aspek dari prokrastinasi akademik. Ketika mahasiswa sering mengulur waktu dengan melakukan hal yang tidak penting serta tidak bermanfaat menyebabkan banyak waktu yang terbuang, tugas menjadi terbengkalai serta penyelesaian tugas menjadi tidak maksimal sehingga mengakibatkan kegagalan atau terlambatnya seorang mahasiswa dalam meraih kesuksesan.

Perilaku prokrastinasi sering dipahami sebagai bagian dari perilaku maldaptif yang menghambat pengalaman akademis. Kebiasaan penundaan yang berkaitan dengan akademis adalah seperti kesulitan mencari jurnal penelitian, mencari referensi berupa buku yang dijadikan acuan dalam teori penelitian, dan biaya yang diperlukan dalam pembuatan skripsi. Hal ini disadari dapat menyebabkan stress, cemas, dan takut yang membuat mahasiswa akhirnya beralih melakukan hal hal yang dapat membuat pikiran dan perasaan mereka nyaman untuk waktu yang sementara. Bahkan tidak jarang kebiasaan kebiasaan melakukan kegiatan yang disenangi (hobi) menjadi penyebab mahasiswa menunda-nunda untuk memulai dan mengerjakan skripsi secara

tuntas. Prokrastinasi cenderung terjadi pada setiap individu tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau statusnya sebagai pelajar (Rachmawati & Andromeda, 2017).

Gambaran individu yang memiliki prokrastinasi positif mempunyai strategi penundaan untuk menghindari keputusan yang tergesa-gesa tanpa adanya pemikiran yang matang. Individu yang melakukan prokrastinasi positif memandang perilakunya sebagai sebuah strategi untuk menyelesaikan tugasnya. Sebaliknya individu yang mempunyai prokrastinasi negatif adalah kemalasan individu dalam mengerjakan tugas-tugasnya. Dalam hal ini, individu melakukan penundaan tanpa adanya tujuan. Biasanya, individu yang melakukan penundaan ini menganggap tugas yang diberikan terlalu sulit. Bagi mahasiswa, prokrastinasi negatif parahnya dapat membuat keterlambatan dalam penyelesaian tugas akhir (Hakinawati, 2019).

Berdasarkan data dengan menggunakan wawancara yang dilakukan pada 9 orang mahasiswa fakultas teknik Universitas Negeri Gorontalo pada tanggal 9 juni 2023 diperoleh data yang menyebabkan penundaan penyelesaian skripsi pada mahasiswa dengan bentuk prokrastinasi yang terjadi yakni prokrastinasi negatif. Data yang diperoleh tersebut antara lain ada yang melakukan kegiatan di organisasi, ada mahasiswa yang menghabiskan waktu dengan teman-teman untuk berdiskusi terkait dengan hal diluar akademik, dan kemudian banyak mahasiswa yang menghabiskan waktu bermain *handphone* seperti nonton film, *scroling* tiktok, dan bermain game *online*. Kemudian mereka merasa lelah dengan SOP (Standar Operasional Prosedur) terkait penyelesaian skripsi seperti revisi yang tidak pernah selesai serta saat ingin bimbingan dosen pembimbing susah untuk ditemui sehingga membuat mereka stress dan tertekan serta mereka tidak tertarik untuk menyelesaikan skripsi.

Penelitian dari Arwina menjelaskan bahwa hambatan yang dirasakan mahasiswa dalam menyusun skripsi yang berkaitan dengan berbagai hal yakni masalah penguasaan bahasa, tehnik penulisan, kurangnya membaca, kurangnya sumber bacaan, kebiasaan menuliis, kesulitan mencari permasalahan dengan judul skripsi, dan merasa kurang fokus dalam menyusun skripsi, lelah karena adanya revisi yang tak kunjung selesai, kesulitan untuk menemui dosen serta terdapat kendala lainnya. Bagi sebagian mahasiswa yang merasa tidak mampu menghadapi hambatan dalam penyusunan skripsi berusaha menghindar

atau mengulur-ngulur waktu untuk menyusun skripsi sehingga berakibat kelulusan atau penyelesaian skripsi mereka tertunda. Kelulusan yang seharusnya terselesaikan dalam waktu 4 tahun, bisa tertunda sampai membutuhkan 5-6 tahun untuk lulus. Derajat prokrastinasi akan semakin meningkat seiring dengan makin lamanya masa studi seseorang dimana indikasi penundaan akademik adalah yang sudah 5 tahun (Arwina, Fadilah & Murad, 2022).

Penelitian di Amerika Utara menggambarkan keadaan pendidikan sekitar 70% pelajar memunculkan perilaku prokrastinasi. Perilaku yang dimaksud adalah perilaku yang menunda pekerjaan (Hen & Goroshit, 2020).Penelitian di Universitas Southern Adventist Amerika Serikat menemukan bahwa sebanyak 31,25 % mahasiswa adalah prokrastinator pasif karena keraguan dalam bertindak dan menyelesaikan tugas tepat waktu, dan sebanyak 68,75% adalah prokrastinator aktif atau lebih suka bekerja di bawah tekanan dan membuat keputusan yang sengaja untuk menunda (Ford, 2014).

Penelitian tentang prokrastinasi akademik juga terjadi di kalangan mahasiswa Indonesia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Fitri, 2021) di Universitas Yogyakarta data penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 9 (8%) mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam kategori rendah, 58 (54%) mahasiswa dalam kategori sedang dan 40 (38%) mahasiswa dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa melakukan prokrastinasi dari sedang sampai tinggi. Presentasi mahasiswa yang memiliki prokrastinasi tinggi sebanyak 38% yang mana memiliki selisih yang cukup jauh dengan mahasiswa yang memiliki prokrastinasi yang rendah, yaitu sebanyak 8%. Kemudian penelitian serupa yang dilakukan pada 99 mahasiswa fakultas psikologi salah satu Universitas Swasta di Kota Malang semester ganjil tahun akademik 2020/2021 menunjukkan bahwa 85 responden (85,9%) berada pada kategoti sedang, 10 responde lainnya (10,1 %) berada pada kategori tinggi, dan 4 (4%) responden lainnya berada pada kategori rendah (Venanda, 2022).

Berdasarkan penelitian yang ada di Gorontalo yakni (Oktavia, 2022) hasil prokrastinasi akademik pada 49 mahasiswa fakultas tehnik Universitas Gorontalo angkatan 2017 yang terlambat wisuda menunjukkan bahwa secara menyeluruh terdapat 36 orang atau dengan presentase 74% yang berada pada kategori sedang. Dan 7 orang atau dengan presentase 14% berada pada kategori tinggi.

sedangkan 6 orang atau dengan presentase 12% berada pada kategori rendah. Sedangkan penelitian yang dilakukan pada 63 mahasiswa program studi keperawatan di Universitas Muhammadiyah Gorontalo menunjukkan sebagian besar berada pada kategori sedang yaitu 45 orang 71,4% (Utina, 2022).

Kondisi psikologis individu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa. Kondisi tersebut berupa, emosi, sikap, perasaan dan perilaku seseorang dalam menyelesaikan tugas-tugasnya. Kondisi fisik dan psokologis yang lelah dapat menjadi sebab mahasiswa melakukan prokrastinasi. Penyebab kelelahan tersebut dapat terjadi karena adanya stres yang diakibatkan oleh tuntutan penyelesaian tugas, beban tugas atau faktor psikologis lainnya (Çakır, Akca, Kodaz & Tulgarer, 2014).

Dari hasil temuan studi pendahuluan para akademisi, jumlah tugas yang terkumpul membuat mahasiswa enggan menyelesaikannya. Mahasiswa yang melebihi waktu yang diberikan untuk menyelesaikan tugas dianggap melakukan prokrastinasi akademik (Marchella, Matulessy & Pratitis, 2023). Hal ini didukung oleh penelitian Roza yakni Kecenderungan perilaku prokrastinasi adalah perasaan lelah dan stress karena tuntutan secara terus menerus atau biasa disebut dengan istilah *burnout*. Salah satu factor yang mendasari mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik diantaranya karena perasaan kelelahan dan keengganan untuk menjalani aktivitas hal itu yang dikatakan *academic burnout* (Roza, 2018).

Banyak mahasiswa yang mengalami *burnout* akibat adanya metode perkuliahan yang monoton, suasana kelas yang tidak kondusif, dan banyaknya tugas yang diberikan oleh dosen. Tuntutan tugas yang berlebihan berdampak kepada mahasiswa berupa kelelahan atau kejenuhan belajar. Hal tersebut dapat mempengaruhi kinerja mahasiswa dalam mengerjakan tugas salah satunya berupa perilaku prokrastinasi. Terlalu sering melakukan prokrastinasi akan berdampak negatif dalam kelanjutannya. *Academic procrastination* akan selalu merasa kurang berkualitas untuk melakukan hal lain yang bermanfaat serta selalu merasa stress karena selalu tertekan oleh *deadline* pekerjaan sehingga bisa menimbulkan depresi. Keterlibatan *burnout* dan prokrastinasi telah di identifikasi sebagai prediktor penting dari kinerja akademik (Akbar & Padillah ,2022). Berdasarkan beberapa penelitian yang diperoleh maka yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa

akhir yang seharusnya wisuda pada waktu tertentu namun tertunda karena kelelahan dalam penyelesaian tugas akhir/skripsi.

Berdasarkan dari data dan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti "Hubungan antara *Academic Burnout* dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa fakultas Tehnik Universitas Negeri Gorontalo".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, diketahui identifikasi masalahnya adalah:

1. Mahasiswa yang tidak mampu menangani masalah perkuliahan secara efisien akan membuat mereka merasa kelelahan sehingga rentan terhadap *Burnout* dalam bidang akademik. *Academic burnout* mengacu pada beban, stress atau factor psikologis lainnya yang disebabkan oleh tuntutan penyelesaian perkuliahan yang harus diselesaikan mahasiswa sehingga menunjukan keadaan kelelahan emosional dan kecenderungan untuk berperilaku negatif.
2. Prokrastinasi akademik adalah suatu penundaan yang dikerjakan dengan sadar serta dilakukan secara terus menerus dengan mengerjakan kegiatan yang tidak penting yang mengacu pada kondisi individu yang meninggalkan, menunda atau menghindari tugas akademik yang seharusnya diselesaikan. Berdasarkan hasil wawancara, yang dilakukan pada mahasiswa fakultas tehnik di Universitas Negeri Gorontalo yaitu prokrastinasi yang terjadi yakni prokrastinasi negatif. Data yang diperoleh tersebut antara lain ada yang melakukan kegiatan di organisasi, ada mahasiswa yang menghabiskan waktu dengan teman-teman untuk berdiskusi terkait dengan hal diluar academic, dan kemudian banyak mahasiswa yang menghabiskan waktu bermain hp seperti nonton film, scroling tiktok, dan bermain game online. Kemudian mereka merasa lelah dengan SOP terkait penyelesaian skripsi seperti revisi yang tidak pernah selesai serta saat ingin bimbingan dosen pembimbing susah untuk ditemui sehingga membuat mereka stress dan tertekan serta mereka tidak tertarik untuk menyelesaikan skripsi.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalahnya yaitu

"Apakah ada Hubungan antara *Academic Burnout* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Teknik Universitas Negeri Gorontalo yang sedang Menyusun Skripsi".

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah diatan maka tujuan dari penelitian ini yakni:

Untuk mengretahui Hubungan antara *Academic Burnout* dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa Teknik Universitas Negeri Gorontalo yang sedang Menyusun Skripsi.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Hasil dari penelitian ini dapat menjadi referensi serta menjadi bahan pertimbangan dalam mengembangkan teori dan konsep mengenai *burnout academic* dengan prokrastinasi dalam bidang psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

   1. Mahasiswa

      Hasil penelitiann ini dapat menjadi informasi untuk menambah pengetahuan mahasiswa terkait dengan *burnout academic* dengan prokrastinasi agar mahasiswa dapat mempertahankan dan meningkatkan semangat belajar sehingga dapat menghindari perilaku prokrastinasi akademik

   2. Universitas

      Hasil penelitian ini dapat menjadi sumbangan dan bahan pengembangan materi pembelajaran mengenai *burnout academic* dan prokrastinasi akademik.

   3. Peneliti Selanjutnya

      Dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang variabel prokrastinasi akademik yang dikaitkan dengan variable seperti pola asuh orang tua, efikasi diri, pengaturan diri, *self compassion,* kontrol diri, serta konformitas