

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belakangan ini dunia pendidikan tengah menjadi sorotan serta perbincangan hangat dikalangan masyarakat pasalnya mengalami kevakuman untuk sementara waktu akibat wabah virus corona yang mendunia. Seperti halnya yang telah kita ketahui yaitu adanya pandemic Covid-19 (Coronavirus 19) dimana covid-19 adalah salah satu virus yang berasal dari Negara Wuhan China, pada bulan Desember tahun 2019 lalu. Namun, covid tersebut mulai menyebar keseluruh Negara-negara yang ada di dunia, bahkan hingga ke Indonesia. Covid-19 (Coronavirus 19) termasuk salah satu virus yang paling mematikan yang bisa menyebar antara satu orang ke orang lainnya baik dengan sentuhan, cairan, benda dan lainnya (www.pasundanekspres.co).

Wabah pandemi Covid-19 sangat memberikan efek yang besar di seluruh Dunia, termasuk Indonesia. Seperti halnya terjadinya *Lockdown*, dan juga adanya PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) dimana hubungan sosial sangat dibatasi demi memutuskan tali rantai penyebaran Covid-19 ini. Efek dari PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) tersebut yaitu perkantoran tidak beraktivitas untuk sementara waktu sehingga pekerjaan dilakukan dari rumah atau *Work From Home* (WFH). Bukan hanya itu, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan juga telah menerbitkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Pendidikan Dalam Masa Darurat Corona Virus (Covid-19) yaitu sekolah-sekolah

dan perguruan tinggi sistem pembelajarannya dialihkan menjadi sistem online dan meminta siswa untuk belajar dari rumah atau dilakukan secara online. Oleh karena itu, beberapa perguruan tinggi pun memberlakukan sistem kuliah daring (online), tujuannya agar mahasiswa tetap melakukan kegiatan perkuliahan meskipun tidak bertatap muka langsung dengan dosen.

Dengan adanya kegiatan perkuliahan berbasis online mahasiswa diminta untuk memanfaatkan waktu secara efektif sehingga pemanfaatan waktu menjadi sangat penting. Mahasiswa selaku subjek yang menimba ilmu di perguruan tinggi tidak terlepas dari kegiatan belajar dan keharusan mengerjakan tugas-tugas. Banyak alasan mahasiswa menunda pekerjaannya misalkan kurang memprioritaskan tugas yang diberikan, sehingga prestasi akademik yang dicapai tidak memuaskan. Menunda adalah suatu momok yang dapat merusak kebiasaan baik yang menyebabkan terlambat mengerjakan tugas akademik tidak dikerjakan secara maksimal (Karim, 2018).

Ferrari dkk (dalam Triyono, 2014) mengatakan mengulur waktu dan melakukan penundaan pengerjaan tugas dan kewajiban belajar merupakan salah satu tanda ketidaksiapan individu dalam menggunakan waktu secara efektif. Penundaan penyelesaian tugas juga berpotensi menghambat proses belajar siswa sendiri. Dalam bidang psikologi perilaku menunda-nunda dikenal dengan istilah prokrastinasi. Apabila berhubungan dengan dunia akademik istilah yang kemudian digunakan adalah prokrastinasi akademik.

Menurut Erde (dalam Triyono, 2014) prokrastinasi merupakan penundaan suatu tugas yang pada awalnya sudah direncanakan. Ferrari dkk (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012) mengemukakan prokrastinasi akademik adalah jenis

penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus.

Ellis dan Knaus (dalam Triyono, 2014) menjelaskan bahwa prokrastinasi merupakan kebiasaan penundaan yang tidak perlu, yang dilakukan seseorang karena adanya ketakutan gagal serta ketakutan akan adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dan harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga individu merasa lebih aman untuk tidak melakukan dengan segera, karena hal itu akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal.

Ferrari (dalam Triyono, 2014) menyebutkan prokrastinasi memunculkan konsekuensi negatif terhadap siswa yang melakukannya, antara lain: meningkatnya jumlah absen di kelas, tugas-tugas menjadi terbengkalai, menghasilkan tugas yang kurang maksimal, waktu menjadi terbuang sia-sia, bahkan berdampak pada penurunan prestasi akademik. Tjundjing (dalam Triyono, 2014) menjelaskan bahwa dalam hal prestasi akademik, prokrastinator cenderung memperoleh nilai akademik rendah dan rata-rata kondisi kesehatannya yang kurang baik.

Triyono (2014) mengatakan dalam upaya menyelesaikan tugas akademik tersebut, setiap siswa mempunyai strategi yang berbeda. Ada yang langsung mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan, dan ada pula yang memilih menunda mengerjakan tugas dengan alasan masih ada hari esok atau masih ada waktu untuk menyelesaikannya.

Dalam menghadapi prokrastinasi akademik, keyakinan akan kemampuan diri akan membuat mahasiswa berusaha dengan keras ketika menemui kesulitan sehingga terhindar dari perilaku menunda tugas yang bisa merugikan diri sendiri

dan dapat meraih prestasi akademik yang optimal (Firdaus dkk, 2017). Keyakinan terhadap diri sendiri disebut dengan *self efficacy* atau efikasi diri.

Menurut Bandura (dalam Ghufon & Risnawati, 2014) *self efficacy* adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Efikasi diri mengacu pada keyakinan dalam satu kemampuan untuk mengatur dan menjalankan program tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian keberhasilan.

Self-efficacy merupakan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri atau tingkat keyakinan mengenai seberapa besar kemampuannya dalam mengerjakan suatu tugas tertentu untuk mencapai hasil tertentu woolfolk (dalam Marini, 2014). Menurut Bandura (dalam Hidayati, 2015) orang dengan perasaan *self-efficacy* tinggi lebih mungkin mengerahkan segenap tenaga ketika mencoba suatu tugas baru. Mereka juga mungkin lebih gigih dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi tantangan. Sebaliknya, siswa dengan *self-efficacy* yang rendah akan bersikap setengah hati dan begitu mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Siswa dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih banyak belajar dan berprestasi daripada mereka yang *self-efficacy*-nya rendah.

Ghufon dan Risnawita (2012) mengatakan *self efficacy* adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Baron dan Byrne (dalam Ghufon dan Risnawita, 2012) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan dan mengatasi hambatan.

Menurut Bernard (dalam Kurniawan, 2013) selain *self efficacy* salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah kecemasan. Kecemasan menurut Davidoff (dalam Wahyuni, 2015) adalah emosi yang ditandai oleh perasaan bahaya, ketegangan dan distress yang diantisipasi oleh timbulnya sistem saraf yang simpatetik. Alwisol (dalam Wahyuni, 2015) mengemukakan bahwa kecemasan akan berubah menjadi ancaman dan menciptakan ketegangan dan rasa tidak menyenangkan.

Muchlas (dalam Ghufron dan Risnawita, 2012) berpendapat bahwa kecemasan sebagai sesuatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman. Freud (dalam Feist, 2011) mengatakan bahwa kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam. Perasaan tidak menyenangkan ini biasanya samar-samar dan sulit dipastikan, tetapi selalu terasa.

Menurut Calhoun dan Acocella (dalam Safaria dan Saputra, 2009) Kecemasan adalah perasaan ketakutan (baik realistis maupun tidak realistis) yang disertai dengan keadaan peningkatan reaksi kejiwaan. Chaplin (2010) mendefinisikan kecemasan sebagai perasaan campuran berisi ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 26 Maret 2020 pada 9 orang mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang didapatkan informasi bahwa dimana dengan adanya perkuliahan online pada masa pandemi covid 19 ini, dimana dosen pada setiap mata kuliah

memberikan tugas sehingga mahasiswa terkadang dalam satu hari harus menyelesaikan 2-3 tugas perkuliahan sekaligus dengan batas waktu yang ditentukan dan harus diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Sehingga saat mendekati *deadline* masih ada beberapa mahasiswa yang belum selesai tugasnya. Ketika waktu pengumpulan tugas sudah tiba, ada beberapa mahasiswa yang cenderung meminta penguluran waktu dengan berbagai alasan.

Ditemukan juga diantara mahasiswa yang meminta tambahan waktu agar dapat menyelesaikan tugas-tugas tersebut, misalnya ketika tugas harus dikumpulkan pagi hari, mereka meminta tambahan waktu hingga siang hari untuk dapat menyelesaikan tugas tersebut. Mahasiswa sering terlambat mengumpulkan tugas dan bahkan adayang tidak mengerjakan sama sekali, kemudian pada saat mahasiswa diberi kesempatan untuk menyelesaikan tugas dalam satu mata kuliah, mahasiswa tidak dapat menyelesaikan tugasnya.

Selanjutnya wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 27 Maret 2020 terhadap 7 orang mahasiswa Fakultas Psikologi Universita Putra Indonesia “YPTK” Padang. Hasil wawancara menunjukkan ada diantara mahasiswa yang mengatakan dalam menyelesaikan tugas berbasis online mereka terkendala oleh masalah jaringan sehingga mereka merasa tidak yakin dapat menyelesaikan tugas yang diberikan secara tepat waktu. Mahasiswa mengatakan kurang mampu menyelesaikan kendala tersebut dan kurang bisa mencari solusi selama proses penyelesaian tugas berbasis online dan tidak jarang mereka merasa ingin menunda penyelesaian tugas bahkan ada diantara mereka yang memilih untuk tidak mengumpulkan tugasnya. Selain itu, ada mahasiswa yang mengatakan bahwa jika dosen memberikan tugas online, mereka terkadang kurang mengerjakan dengan

sungguh-sungguh dan kurang berantusias dalam mengerjakannya sehingga tidak jarang mereka merasa menyerah dalam menyelesaikan tugasnya.s

Ada diantara mahasiswa mengatakan bahwa mereka merasa cemas dalam menyelesaikan tugas berbasis online seperti saat menjelang pemberian tugas oleh dosen mereka merasa jantung berdebar kencang, grogi tidak bisa menyelesaikan tugas, takut jaringan internet tiba-tiba hilang dan bermasalah, karena tidak selalu daerah tempat tinggalnya memiliki jaringan internet yang baik. Mahasiswa juga mengungkapkan bahwa rasa cemas yang mereka alami tak jarang membuat mereka menunda menyelesaikan tugasnya, namun ada juga diantara mereka yang merasa cemas seperti susah tidur, gelisah dan tidak tenang serta takut nilainya tidak memuaskan karena mereka merasa belum mengerjakan dengan sungguh-sungguh.

Penelitian mengenai *Self-Efficacy* Dan Prokrastinasi Akademik pernah dilakukan oleh Selfi Fajarwati pada tahun 2015 yang berjudul “Hubungan Antara *Self Control* dan *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa BK UNY Yang Sedang Menyusun Skripsi”. Penelitian lain juga pernah dilakukan oleh Winda Septa Riani dan Yuli Azmi Rozali pada tahun 2014 dengan judul “Hubungan Antara *Self Efficacy* Dan Kecemasan Presentasi Pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul”. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Siti Muyana dengan judul “Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling”.

Penelitian mengenai Kecemasan dan Prokrastinasi Akademik pernah dilakukan oleh Ilmiyanti Fatmahendra dan Suci Nugraha pada tahun 2018 dengan judul “Hubungan Kecemasan dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Universitas

Islam Bandung”. Penelitian lain juga pernah dilakukan oleh Wawan Kurniawan pada tahun 2020 dengan judul “Hubungan Antara Kecemasan Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa”. Penelitian selanjutnya oleh Bernadeti Dwi Esterina pada tahun 2012 dengan judul ”Hubungan Antara Kecemasan Akademik dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa”.

Berdasarkan fenomena diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara *Self-Efficacy* Dan Kecemasan Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan Berbasis Online pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas putra Indonesia “YPTK” Padang”.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan berbasis online pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang?
2. Apakah ada hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam perkuliahan berbasis online pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang?
3. Apakah ada hubungan antara *self efficacy* dan kecemasan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam perkuliahan berbasis online pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam perkuliahan berbasis online pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang
2. Untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam perkuliahan berbasis online pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang
3. Untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dan kecemasan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam perkuliahan berbasis online pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Putra Indonesia “YPTK” Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan informasi ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya Psikologi Sosial dan Kepribadian dengan melihat dan mengaplikasikan ilmu yang ada khususnya teori tentang *self efficacy*, kecemasan dan prokrastinasi akademik.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat memahami bagaimana cara yang tepat untuk menyikapi setiap tugas maupun tanggung jawabnya sebagai insan akademis, sehingga dapat mengurangi atau bahkan mencegah terjadinya prokrastinasi akademik.

b. Bagi Pihak Fakultas

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pihak fakultas agar lebih memperhatikan mahasiswa dalam pelaksanaan tugas berbasis online agar tidak terjadinya prokrastinasi akademik.

c. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan acuan dan pertimbangan maupun perbandingan dengan memperhatikan variabel-variabel yang diduga mempengaruhi prokrastinasi akademik dan dapat menggunakan sampel yang berbeda.