

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Tahun 2020 adalah tahun yang berbeda dari tahun-tahun sebelumnya. Pada tahun ini hampir seluruh negara di dunia sedang berjuang dalam menghadapi wabah penyakit yang telah menyerang dan membunuh jutaan umat manusia. Tanpa memandang usia, jenis kelamin, agama, budaya, ras, maupun kewarganegaraan, COVID-19 tidak pilih-pilih dalam menyerang kesehatan mangsanya. COVID-19 adalah penyakit yang menyerang pernapasan pada penderitanya (WHO, 2020). Peningkatan jumlah kasus yang secara signifikan setiap waktunya dan meluasnya sasaran hingga ke penjuru dunia menjadikan status penyakit ini sebagai pandemi.

Indonesia, adalah salah satu negara yang terkena imbas dari penyebaran COVID-19. Dimulai dengan kasus pertamanya pada tanggal 2 Maret 2020 yang berjumlah 2 orang, hingga saat ini per 20 Juni 2020 telah mencapai 45.029 kasus dengan total kematian 2.429 orang (Yurianto, 2020). Bukan merupakan angka yang kecil dan jumlah yang sedikit, kasus COVID-19 di Indonesia cukup mengkhawatirkan. Apabila tidak ditangani secara serius dan menyeluruh, maka penambahan kasus baru COVID-19 tidak dapat dihindari. Telah menyebar ke berbagai daerah di Indonesia, DKI Jakarta adalah daerah provinsi dengan kasus COVID-19 tertinggi (Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19, 2020).

Penularan dari penyakit ini adalah melalui tetesan air liur dan air dari hidung penderita COVID-19 yang batuk maupun bersin (WHO, 2020). Untuk memutus rantai penularan penyakit ini di Jakarta, Pemerintah Provinsi DKI Jakarta (2020) membuat imbauan dan kebijakan kepada masyarakat agar menjaga kebersihan (rajin mencuci tangan) dan serta menjaga jarak (*social distancing*) dengan menjauhi kerumunan. Beberapa fasilitas umum terpaksa ditutup dengan tujuan untuk mengantisipasi adanya kerumunan maupun keramaian, serta masyarakat yang

dihimbau untuk turut serta dalam memutus rantai penyebaran COVID-19 dengan tetap berada di dalam rumah.

Sejalan dengan kebijakan mengenai *social distancing*, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengeluarkan surat edaran mengenai “Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah untuk Mencegah Penyebaran Covid-19” dan Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 tentang Pencegahan COVID-19 pada Satuan Pendidikan. Untuk melakukan *social distancing* adalah dengan cara belajar di rumah (*study from home*), bekerja di rumah (*work from home*), dan juga beribadah di rumah (*pray from home*).

Kebijakan *social distancing/physical distancing* memiliki dampak pada berbagai sektor, seperti sosial, ekonomi dan pendidikan. Pada sektor pendidikan secara tidak langsung memiliki dampak bagi para pelajar dan mahasiswa. Beberapa kegiatan di sekolah dan kampus mau tidak mau harus ditunda bahkan ditiadakan. Sistem pembelajaran pun mengalami perubahan, yaitu dengan cara *online*. Pembelajaran *online* berlaku di berbagai jenjang pendidikan, termasuk pada jenjang perguruan tinggi. Hal ini memiliki dampak pada mahasiswa, tidak terkecuali pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, seperti menyebabkan keterbatasan mahasiswa untuk dapat mengerjakan proses perskripsian secara normal, baik dalam proses bimbingan, pencarian literatur atau bahan bacaan, serta pengambilan data penelitian.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilansir oleh KOMPAS.com (3/4/2020) terhadap beberapa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di tengah pandemi COVID-19, beberapa kendala yang dilalui adalah perubahan rencana awal penelitian dan kesulitan memperoleh data, seperti yang diungkapkan oleh Ravinska Minerva Azura (Planologi/Perencanaan Wilayah dan Kota ITB, 2016), keluhan yang sama juga diungkapkan oleh Fikri (Ilmu Sejarah UI, 2014) yang kesulitan untuk melakukan wawancara dengan narasumber penelitian, Fikri juga menambahkan kesulitan lain yang dialaminya, yaitu kesulitan dalam mendapatkan sumber maupun literatur. Hal serupa juga dirasakan oleh Kiki (Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Tanjungpura, 2016), Kiki menjelaskan bahwa ia kesulitan dalam mencari cerita yang akan digunakan untuk skripsinya, serta perpustakaan digital yang tidak memadai. Nugi

(Ilmu sejarah UNS, 2016) juga memiliki keluhan dalam sulitnya mendapatkan literatur, dan pengeluaran skripsi jadi bertambah untuk membeli bahan materi yang tidak dapat diakses, selain itu ia juga merasakan kesulitan dalam bimbingan skripsi secara *online*.

Kesulitan-kesulitan yang dihadapi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi selama pandemi COVID-19 ini, dapat menyebabkan mahasiswa melakukan penundaan terhadap skripsinya. Januarti (2009) menyebutkan kesulitan dalam menghadapi skripsi dapat menyebabkan stress, rendah diri, frustasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi dan bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya. Kegiatan menunda-nunda pekerjaan ini disebut prokrastinasi.

Menurut Solomon dan Rothblum (1984) prokrastinasi adalah tindakan sia-sia dalam menunda tugas atau pekerjaan sampai menimbulkan ketidaknyamanan subjektif. Menurut Gafni dan Geri (2010) prokrastinasi adalah penundaan tindakan atau tugas di kemudian hari atau bahkan sampai waktu yang tak terhingga. Ferrari (1989) mendefinisikan prokrastinasi adalah menunda sesuatu hingga besok yang seharusnya dapat diselesaikan pada hari ini. Ellis dan Knaus (1977) menyebutkan bahwa secara teknis prokrastinasi adalah menunda sesuatu hingga di masa mendatang, melakukan penundaan terhadap sesuatu yang sebelumnya sudah mereka putuskan untuk dilakukan. Tuckman (1991) mendefinisikan prokrastinasi sebagai kecenderungan membuang waktu, menunda, dan secara sengaja menanggukkan sesuatu yang seharusnya dapat diselesaikan. Prokrastinasi terjadi pada berbagai aspek kehidupan manusia, salah satunya pada bidang akademik, dimana penundaan ini disebut dengan prokrastinasi akademik (Ardina & Wulan, 2016).

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menanggukkan atau menunda perilaku ataupun aktivitas yang berkaitan dengan sekolah (McCloskey, 2011). McCloskey (2011) juga menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik terjadi pada pelajar dari segala kalangan usia, baik yang sedang berada di sekolah dasar maupun pelajar yang sedang mengejar beberapa jenis pencapaian pendidikan maupun gelar. Swaraswati, Winarno, & Goeritno (2017) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik adalah masalah umum yang terjadi dalam lingkup akademik, dimana

individu cenderung untuk menyelesaikan tugas atau pekerjaan akademik ketika telah mendekati tenggat waktu. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi adalah masalah umum yang dirasakan sendiri oleh mahasiswa (Ferrari, 1995).

Penelitian terdahulu menyebutkan beberapa kasus mengenai prokrastinasi akademik yang terjadi di lingkungan kampus, seperti yang disebutkan di dalam buku Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) yang berjudul "*Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*" yaitu penelitian yang dilakukan oleh Barral (1976) menyebutkan bahwa 10% mahasiswa menyatakan bahwa mereka biasa melakukan prokrastinasi, 17% mengatakan sering melakukan prokrastinasi, 23% mengatakan bahwa mereka melakukan prokrastinasi pada separuh waktunya. Pada penelitian tersebut juga dijelaskan bahwa prokrastinasi meningkat seiring dengan bertambahnya tingkatan status mahasiswa, yaitu sebesar 50% dalam waktu tiga tahun. Sejalan dengan beberapa penelitian di atas, penelitian mengenai prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang dilakukan oleh Harkinawati (2019) juga memperoleh hasil prokrastinasi akademik mahasiswa, yaitu diperoleh hasil sebesar 60% mahasiswa tergolong pada kategori rendah, sedangkan 40% mahasiswa tergolong pada kategori tinggi dalam melakukan prokrastinasi akademik, dan berdasarkan hasil wawancara tidak terstruktur ditemukan bahwa 50 dari 64 mahasiswa melakukan penundaan pada tugas kuliah.

Penelitian dilakukan oleh Solomon dan Rothblum (1984) menunjukkan setengah dari mahasiswa mengakui bahwa prokrastinasi adalah masalah yang serius bagi mereka dengan tingkatan sedang hingga parah. Solomon dan Rothblum (dalam Ardina & Wulan, 2016) menyebutkan terdapat enam area akademik yang memungkinkan terjadinya prokrastinasi akademik, yaitu (1) menulis: menunda pekerjaan yang berkaitan dengan kegiatan menulis, seperti menulis makalah, laporan, tugas; (2) belajar dalam menghadapi ujian: belajar dilakukan ketika sudah dekat dengan waktu ujian atau dengan menggunakan sistem kebut semalam; (3) membaca: menunda dalam membaca literasi yang berkaitan dengan materi pembelajaran; (4) kinerja administratif: menunda pekerjaan yang berkaitan dengan hal administratif,

yaitu seperti menulis catatan, mendaftar praktikum atau melakukan registrasi; (5) menghadiri pertemuan: menunda-nunda dalam menghadiri kelas dan rapat; dan (6) kinerja akademik secara keseluruhan: penundaan dalam mengerjakan atau menyelesaikan keseluruhan tugas-tugas akademik.

Mahasiswa cenderung melakukan penundaan terhadap tugas-tugas yang berat dan memiliki batas waktu pengerjaan yang cukup panjang (Harkinawati, 2019). Pengerjaan skripsi yang cukup memakan waktu dan tidak mudah, mengindikasikan terjadinya prokrastinasi. Prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi terjadi karena terdapat banyak kendala baik internal maupun eksternal seperti yang telah disebutkan sebelumnya.

Prokrastinasi akademik dapat terjadi apabila mahasiswa merasa tidak yakin dapat melalui kesulitan-kesulitan yang dihadapi, serta menimbulkan ketidaksukaan terhadap tugas yang sedang dikerjakannya (Rothblum dan Solomon, 1984; Tuckman, 1991; Burka dan Yuen, 2008). Berbeda pada mahasiswa yang memiliki resiliensi dalam dirinya, mereka tidak akan kesulitan dalam menghadapi dan mengatasi permasalahan yang dihadapinya sekalipun dalam mengerjakan tugas akademik seperti skripsi, karena mereka memiliki keyakinan bahwa mereka dapat melalui dan mengatasi kesulitan yang dihadapinya (Ko dan Chang, 2018).

Conor dan Davidson (2003) menjelaskan bahwa resiliensi mencakup kualitas seseorang untuk dapat maju menghadapi kesulitan yang dimilikinya. Hanani (2019) menyatakan bahwa resiliensi adalah istilah psikologi yang digunakan untuk menjelaskan mengenai kemampuan seseorang dalam mengatasi dan pencarian makna terhadap peristiwa berat yang menimpa hidupnya. Reaksi individu dalam menghadapi berbagai tantangan atau permasalahan dalam kehidupannya berbeda-beda (Hanani, 2019). Oleh sebab itu, keadaan dimana individu dapat bertahan dan bangkit dari situasi negatif di saat orang lain tidak dapat melakukannya maka itu disebut resiliensi (Shally dan Prasetyaningrum, 2017). Resiliensi adalah kemampuan manusia untuk beradaptasi dalam menghadapi suatu tragedi, trauma, kesulitan, penderitaan, serta stresor-stresor di dalam kehidupan berkelanjutan secara signifikan (Newman, 2005).

Beberapa stresor berlangsung secara berkelanjutan atau terus-menerus, seperti stres akibat perundungan, gangguan di lingkungan tempat kerja, hubungan yang disfungsi atau banyak cobaan, kemiskinan, dan bahkan dampak dari stresor lingkungan seperti cuaca yang ekstrim dan pemanasan global (Arnold, Mearns, Oshima, & Prasad, 2014; Evans, Li, & Whipple, 2013; Lundberg & Wuermli, 2012 dalam Southwick dkk, 2014). Connor dan Davidson (2003) menyatakan bahwa stresor internal dan eksternal akan selalu ada dan bagaimana cara individu menghadapinya dipengaruhi keberhasilan atau ketidakberhasilan individu dalam menghadapi permasalahan-permasalahan sebelumnya.

Berdasarkan pemaparan yang telah disebutkan, resiliensi merupakan hal yang penting untuk dimiliki setiap individu, karena dengan adanya resiliensi maka individu akan dapat bertahan dan bahkan bangkit dalam menghadapi segala kesulitan-kesulitan dan permasalahan yang dihadapi di dalam kehidupannya. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi tidak lepas dari berbagai macam permasalahan dan kesulitan yang dapat menjadi stresor tersendiri. Mahasiswa akan merasa tertekan dan bahkan merasa stres sebagai respon dari permasalahan yang dihadapi, hal ini akan menimbulkan ketidaknyamanan dalam diri individu yang apabila individu tidak dapat mengatasinya dengan baik, maka individu akan terus menghindari stresor yang ada. Penghindaran ini dapat mengarahkan mahasiswa untuk melakukan kegiatan yang menyenangkan baginya dan meninggalkan kewajibannya, yang apabila hal ini terus menerus berlanjut maka akan menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan skripsinya, sehingga berpotensi menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik yang tidak dapat diatasi khususnya pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat berdampak pada keterlambatan kelulusan bagi mahasiswa. Melihat permasalahan yang telah disebutkan sebelumnya, serta melihat bahwa Universitas Negeri Jakarta merupakan salah satu perguruan tinggi yang menerapkan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dengan cara daring (*online*) berdasarkan Surat Edaran Nomor: 7/UN39/SE/2020 Tentang Upaya Peningkatan Kewaspadaan dan Pencegahan terhadap Penyebaran COVID-19 di Lingkungan Universitas Negeri

Jakarta dan Labschool. Maka, penelitian ini dilakukan untuk melihat apakah terdapat pengaruh antara resiliensi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di tengah Pandemi COVID-19 khususnya di Universitas Negeri Jakarta.

1.2 Identifikasi Masalah

Melihat latar belakang permasalahan, maka identifikasi masalahnya adalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Negeri Jakarta yang sedang mengerjakan skripsi?
- 1.2.2 Bagaimana gambaran resiliensi mahasiswa Universitas Negeri Jakarta yang sedang mengerjakan skripsi?
- 1.2.3 Apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta yang sedang mengerjakan skripsi?

1.3 Pembatasan Masalah

Masalah dalam penelitian ini dibatasi agar dapat dilakukan secara lebih fokus dan mendalam, sehingga menjadi “Pengaruh resiliensi terhadap Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta yang sedang mengerjakan skripsi di Tengah Pandemi COVID-19”.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu “Apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta yang sedang mengerjakan skripsi di tengah pandemi COVID-19?”

1.5 Tujuan Penelitian

Sebagaimana telah disebutkan rumusan masalah di atas sehingga tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan data empiris dan mengetahui pengaruh

resiliensi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta yang sedang mengerjakan skripsi di tengah pandemi COVID-19.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literasi penelitian dan ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya yang bertemakan resiliensi dan prokrastinasi akademik bagi pembaca maupun peneliti selanjutnya.

1.6.2 Manfaat Praktis

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, para pembaca dapat lebih lebih memahami dan mengenal dirinya apakah termasuk dalam pelaku prokrastinasi khususnya di bidang akademik, serta dapat menghindari prokrastinasi akademik dengan meningkatkan resiliensi pada dirinya.

