

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut UU RI Nomor 12 Tahun 2012 pasal 1 ayat 2 menyatakan bahwa, pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan yang dilakukan setelah menyelesaikan pendidikan menengah seperti diploma, sarjana, magister, dan doktor yang diselenggarakan di perguruan tinggi diseluruh Indonesia. Individu yang sedang belajar di perguruan tinggi disebut sebagai mahasiswa (Kamus Besar Bahasa Indonesia Online, kbbi.web.id). Mahasiswa merupakan individu yang tengah belajar dan mempersiapkan diri untuk suatu keahlian di perguruan tinggi (Budiman, 2009., dalam Syahrina, 2016.). Mahasiswa mempunyai intelektualitas yang tinggi, mampu berpikir kritis, dan bertindak dengan cepat. Mahasiswa berada di tahap perkembangan remaja akhir hingga dewasa awal yaitu usia 18 hingga 25 tahun.

COVID-19 pertama kali ditemukan di Wuhan, China dan menyebar dengan cepat ke 190 negara yang ada di dunia pada awal tahun 2020 (Susilo et al., 2020). Menurut WHO, *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) merupakan penyakit menular temuan baru. Dengan kemunculan Covid-19, banyak masyarakat yang terdampak kehilangan pekerjaan, penurunan ekonomi, putus sekolah, penurunan capaian belajar, hingga kematian. Hal tersebut menyebabkan hampir seluruh negara di dunia melakukan *lockdown* atau pembatasan sosial demi mencegah penularan virus tersebut.

Indonesia pertama kali melakukan *local lockdown* pada tanggal 30 Maret 2020 dan berakhir pada 30 Juli 2020 (Rachmawati, 2020). Dengan adanya *local lockdown* membuat seluruh bidang mulai beroperasi melalui rumah, khususnya bidang pendidikan. Menurut Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran *Coronavirus Disease* (COVID-19), proses belajar dari rumah melalui pembelajaran daring atau jarak jauh untuk memberi pengalaman belajar bagi siswa dan tanpa terbebani menuntaskan seluruh tuntutan capaian kurikulum kenaikan kelas dan juga kelulusan (Kemendikbud, 2020)

Dari 300 mahasiswa BKI Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UINSU Medan diketahui terdapat 225 mahasiswa atau 75% dari sampel yang mengalami stres tingkat sedang selama masa pembelajaran jarak jauh, sedangkan 13% lainnya berada di tingkat tinggi (Harahap et al., 2020).

Menurut Save the Children (2020) dalam suara.com, 40% anak mengalami kehilangan motivasi belajar hal ini dikarenakan bosan, terlalu banyak tugas, metode belajar yang kurang menyenangkan, tidak adanya interaksi, serta minimnya fasilitas yang dipunya. Hasil penemuan dari Ph et al., (2020) menunjukkan hasil dari 1.129 mahasiswa di seluruh Indonesia selama pandemi merasakan bosan berada di rumah 57,8%, pembelajaran daring yang membosankan 55,8%, tidak dapat bertemu dengan orang yang disayangi 40,2%, kuota internet terbatas sehingga tidak dapat melakukan pembelajaran daring 37,4%, tidak dapat melakukan hobi 35,8%, dan tidak mengaplikasikan pembelajaran praktek karena tidak adanya alat 35%.

Pandemi menyebabkan adanya peralihan pembelajaran dari luring menjadi daring. Transisi pembelajaran yang dirasakan dapat menimbulkan stres karena adanya perubahan secara bersamaan dengan perubahan lain. Salah satu dampak dari transisi tersebut adalah gegar budaya yang terjadi kepada orang banyak. Gegar budaya merupakan kondisi dimana individu merasa takut dan khawatir berada di lingkungan baru. Menurut Chafsoh (2020), gegar budaya yang dialami mahasiswa saat perkuliahan daring muncul akibat perasaan khawatir tentang perkuliahan baru karena interaksi sosial yang awalnya dilakukan secara tatap muka berubah menjadi daring dan hal tersebut membuat mahasiswa membuat perkiraan dan ekspektasi sendiri tentang apa yang akan terjadi.

Pendidikan yang ideal merupakan pendidikan yang melakukan tatap muka dan interaksi secara langsung, tetapi dengan adanya pandemi mengharuskan kita untuk melaksanakan pendidikan melalui daring. Pembelajaran melalui daring dapat mengakibatkan mahasiswa menjadi pasif, kurang produktif, kurang kreatif, adanya penumpukan informasi yang kurang bermanfaat, membuat mahasiswa menjadi stres, serta pembelajaran daring masih membingungkan mahasiswa (Argaheni, 2020). Selain itu, pembelajaran jarak jauh menimbulkan rasa bosan pada mahasiswa karena kegiatan pembelajaran yang monoton, sulit memahami materi, tidak ada kesiapan akan sarana yang memadai untuk mengikuti pembelajaran secara daring, sulit mengontrol diri dalam belajar, dan merasa cemas (Suhardianto et al., 2021).

Baik mahasiswa maupun dosen juga harus menyesuaikan diri dengan teknologi (Christiana et al., 2020). Dilansir dari regional.kompas.com, gagap teknologi tidak hanya dirasakan oleh dosen tetapi juga mahasiswa. Mahasiswa kebingungan menghadapi metode pembelajaran daring dengan segudang tugas yang diberikan hal tersebut menyebabkan kejenuhan atau *burnout* bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa baru (Rachmawati, 2020).

Selain menimbulkan kejenuhan atau *burnout*, pembelajaran jarak jauh juga dapat meningkatkan prokrastinasi akademik. Penelitian McCown (1994), menyatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan sumber dari stres pada 19% mahasiswa tingkat pertama, 22% mahasiswa tingkat kedua, 27% mahasiswa tingkat tiga, dan 31% mahasiswa tingkat akhir (McCrown, 1994., dalam Balkis, 2013). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Oematan (2013), dalam mengukur prokrastinasi akademik pada angkatan 2008 hingga 2011, dimana angkata 2011 merupakan mahasiswa tingkat pertama pada penelitian dilaksanakan, didapatkan bahwa angkatan mahasiswa tingkat pertama atau angkatan 2011 tidak berprokrastinasi dibandingkan dengan angkatan 2008. Penelitian yang dilakukan oleh Asio (2020), menunjukkan adanya prokrastinasi yang dilakukan oleh responden. Prokrastinasi akademik yang dilakukan pada mahasiswa tingkat pertama dilakukan sejak awal semester juga menunjukkan bahwa tendensi mahasiswa melakukan prokrastinasi lebih besar saat menginjak tahun kedua bukan pada tahun pertama.

Meskipun data menunjukkan bahwa prokrastinasi pada mahasiswa tahun pertama tergolong rendah dibandingkan dengan mahasiswa tahun lainnya hal tersebut tidak menutupi kemungkinan untuk mahasiswa tahun pertama melakukan prokrastinasi terlebih dengan keadaan pandemi. Hal tersebut karena adanya ketidakmampuan peserta didik dalam memahami materi yang diberikan sehingga membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik (Fauziah, 2020). Mahasiswa memang pada dasarnya seringkali menunda mengerjakan tugas bahkan waktu belajar untuk mengikuti ujian hal ini dikarenakan jumlah tugas yang diberikan oleh dosen yang banyak sehingga butuh pengaturan waktu yang baik untuk mengelolanya (Jannah et al., 2020). Prokrastinasi akademik juga terjadi karena mahasiswa yang menyepelakan pengerjaan tugas dan tidak menyadari dampak melakukan prokrastinasi (Safitri, 2020).

Berada dalam masa pandemi dan banyaknya perubahan yang memberatkan semua orang, banyak juga kemudahan yang diberikan oleh institusi pendidikan baik dari negara maupun kampus. Kemudahan yang diberikan seperti pemberian kuota internet gratis Kementerian Pendidikan dan Budaya, kemudahan pemberian nilai oleh guru maupun dosen, serta peniadaan ujian nasional. Menteri pendidikan, Nadiem Makarim, memberikan surat edaran no. 1 tahun 2021 butir 2 yang berbunyi bahwa siswa dapat memperoleh nilai minimal baik (Prastiwi, 2021).

Berdasarkan dari survei yang dilakukan oleh Pusat Inovasi dan Kajian Akademik (PIKA) Universitas Gadjah Mada (UGM) terhadap 10.800 mahasiswa semua fakultas dan sekolah vokasi

UGM terkait kegiatan belajar mengajar selama pandemi, ditemukan bahwa 54,2% responden menginginkan KBM dilakukan secara *blended*, 34,2% daring, dan 11,6% luring. 67% responden mengatakan bahwa perangkat yang mereka miliki sangat baik, 53% responden mengatakan kualitas internet yang dimiliki sudah cukup, dan 46% responden mempunyai suasana belajar yang sangat baik. Selain itu, 58,1% responden merasa nyaman melakukan KBM daring jika dilakukan selama 30-60 menit dan 28,9% responden merasa nyaman melakukan KBM daring selama 60-90 menit. Hasil survei tersebut menyatakan bahwa selama proses KBM daring dengan kondisi infrastruktur yang dimiliki oleh mahasiswa sudah lebih dari cukup dan mahasiswa telah merasa nyaman dengan KBM daring.

Menurut Pinet dan Maslach (1993), *burnout* merupakan sindrom kelelahan baik secara fisik maupun mental didalamnya termasuk pengembangan konsep diri yang negatif, kurangnya konsentrasi, serta perilaku kerja yang negatif. *Burnout* pada mahasiswa merupakan kondisi emosional dimana seseorang merasa lelah dan jenuh secara fisik dan emosional. Hal ini disebabkan karena intensitas tugas yang keras dan kaku, serta adanya reaksi penarikan diri secara psikologi dimana mahasiswa tidak menjalankan tugas dengan baik akibat dari tuntutan dan stres belajar yang dialaminya.

Student burnout dapat menyebabkan tingkat absen yang tinggi, motivasi yang rendah untuk pekerjaan yang diminta, dan persentase *dropout* yang lebih (Ramist, 1981., dalam Meier dan Sgmech, 1985; dalam Balkis, 2013) Menurut Schaufeli et al (2002), *burnout* di kalangan mahasiswa digambarkan sebagai perasaan lelah karena belajar (*exhaustion*), adanya perasaan sinis dan perasaan ingin melepaskan tugas sekolah (*cynicism*), dan perasaan tidak kompeten menjadi mahasiswa atau penurunan kemandirian akademik. *Burnout* berhubungan dengan stres seperti bekerja terlalu lama, ketidakpastian akan masa depan, kesusahan dalam memelihara hubungan, masalah kontrol, dukungan yang rendah dari teman, dan tidak mempunyai cukup waktu dengan teman (Mohammadipour, 2016)

Prokrastinasi merupakan sifat atau sikap disposisi untuk menunda pekerjaan atau pengambilan keputusan (Milgram et al., 1998) Definisi prokrastinasi akademik merupakan bentuk penundaan situasional dimana perilaku yang meresap berpotensi menjadi maladaptif bagi mahasiswa dan dapat mengakibatkan perasaan tertekan secara psikologis (Solomon et al., 1984). Prokrastinasi akademik menjadi penghalang dan masalah utama bagi mahasiswa karena memberikan perhatian yang besar pada penundaan di lingkungan universitas (Hagbin et al., dalam Balkis, 2013). Menurut

Ellis dan Kanus, 2002; dalam Steel, 2007 (Balkis, 2013), terdapat 50% - 95% siswa yang melakukan prokrastinasi dalam pengerjaan tugas.

Burnout merupakan akar dari siswa melakukan prokrastinasi karena merasa lelah dan enggan untuk aktivitas (Roza, 2018). Dalam penelitian (Balkis, 2013), yang dilakukan pada 323 mahasiswa S1 menemukan adanya korelasi positif antara semua dimensi *burnout* dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi tingkat *burnout* yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin tinggi pula mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung tidak dapat menyelesaikan tugas yang diberikan tepat waktu, menghabiskan lebih banyak waktu dalam menyelesaikan tugas, dan cenderung menunda belajar untuk ujian. Berdasarkan dari penelitian juga didapatkan bahwa mahasiswa yang mengalami tekanan waktu dalam menyelesaikan tugas yang diberikan merupakan kunci utama stres berasal. Dengan meningkatnya stres dapat meningkatkan prokrastinasi.

Mahasiswa yang memiliki motivasi, kegigihan, dan lebih terorganisir kecil kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi (Burnam et al., 2014). Menurut studi yang dilakukan oleh Ocal (2016), yang dilakukan pada 224 mahasiswa fakultas olahraga di Turki, *burnout* merupakan prediktor yang signifikan untuk prokrastinasi akademik. Prokrastinasi mempunyai dua prediktor, yaitu negatif dan positif. Prediktor negatif berkorelasi dengan nilai rata-rata, sementara prediktor positif berkorelasi dengan stres (Mohammadipour, 2016). Menurut Mohammadipour (2016), prokrastinasi akademik merupakan salah satu prediktor utama dari *burnout* yang sering terjadi di lingkungan akademik.

Menurut penelitian Fauziah (2015), terdapat 2 faktor mahasiswa melakukan prokrastinasi. Faktor pertama merupakan faktor internal yang terbagi menjadi 2 sub faktor, psikis dan fisik. Faktor fisik bagaimana mahasiswa merasa lelah, mengantuk, dan capai karena aktivitas yang dilakukan diluar dan dalam kampus. Faktor psikis terbagi menjadi 6 faktor lainnya, pertama, tidak mengerti tugas yang diberikan. Kedua, materi tidak dikuasai oleh mahasiswa. Ketiga, kurangnya motivasi yang menimbulkan rasa malas. Keempat, mahasiswa tidak dapat mengatur waktu antara kuliah dan kegiatan lainnya dengan baik. Kelima, mata kuliah yang diikuti tidak diminati oleh mahasiswa. Keenam, suasana hati dari mahasiswa, jika mahasiswa mempunyai *mood* yang baik maka pengabaian tugas tidak akan terjadi begitu pula sebaliknya. Faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa adalah, pertama, tingkat kesulitan tugas yang diberikan oleh dosen. Kedua, fasilitas untuk mengerjakan tugas tidak ada dan tidak memadai.

Ketiga, sulit untuk mencari referensi karena sumber yang terbatas. Keempat, waktu pengumpulan yang lama membuat mahasiswa menyepelekan tugas yang diberikan. Kelima, terlalu mengandalkan teman. Keenam, terlalu sibuk dengan kesibukan diluar kampus. Ketujuh, melakukan penumpukan tugas karena banyaknya tugas yang diberikan.

Dari faktor yang telah disebutkan diatas, faktor-faktor tersebut merupakan alasan yang kuat untuk melakukan prokrastinasi akademik di masa pandemi. Dari gagap teknologi yang tidak hanya terjadi oleh dosen tetapi juga mahasiswa sampai sumber dari materi pelajaran yang sulit memperkuat mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui apakah *student burnout* berhubungan dengan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa tahun pertama walau sudah diberikan berbagai kemudahan dari institusi pendidikan dalam penyelesaian akademik mereka.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, permasalahan yang akan diidentifikasi dalam penelitian ini adalah

1. Bagaimana gambaran tingkat *student burnout* pada mahasiswa tahun pertama selama pembelajaran jarak jauh di Jabodetabek?
2. Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun pertama selama pembelajaran jarak jauh di Jabodetabek?
3. Apakah terdapat hubungan antara *student burnout* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun pertama selama pandemik di Jabodetabek?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan di latar belakang dan identifikasi masalah, batasan masalah yang diambil oleh peneliti adalah hubungan *student burnout* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun pertama selama pandemi.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, perumusan dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan *student burnout* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tahun pertama di Jabodetabek?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah adanya hubungan *student burnout* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun pertama selama pandemi.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan dan pengembangan ilmu psikologi. Serta menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam melakukan penelitian tentang *student burnout* dan prokrastinasi akademik selama pandemik.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan untuk penelitian berikutnya.

2. Untuk Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk pembelajaran.