

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pandemi COVID-19 terdeteksi pertama kali pada akhir tahun 2019 di China dan terjadinya penyebaran virus COVID-19 ke seluruh penjuru negara dimulai pada Juni 2021 yang menyebabkan banyaknya kematian yang terjadi. COVID-19 merupakan suatu penyakit yang disebabkan oleh infeksi virus SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*), virus tersebut menyerang sistem pernapasan manusia. WHO (*World Health Organization*), pada tanggal 9 Maret 2020 secara resmi menyatakan bahwa virus corona (COVID-19) sebagai pandemi. COVID-19 pertama kali masuk di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020. Kasus COVID-19 yang terus mengalami peningkatan membuat pemerintah di Indonesia melakukan berbagai cara untuk menurunkan peningkatan tersebut dan juga untuk melakukan pencegahan penyebaran COVID-19 dengan menetapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 tahun 2020 untuk pertama kalinya pada 10 April 2020 dan dilanjutkan dengan adanya Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) yang dilaksanakan pada 20 Juli 2021 (EKON, 2021).

Pemberlakuan PSBB memberikan beberapa dampak bagi beberapa sektor di Indonesia, yaitu beberapa fasilitas umum ditutup, serta banyak perubahan yang terjadi dalam masyarakat di berbagai bidang, baik bidang sosial, ekonomi, dan juga pendidikan. Pandemi COVID-19 memberikan dampak perubahan yang besar di bidang pendidikan, dimana seluruh kegiatan belajar-mengajar baik sekolah maupun perguruan tinggi dilakukan dengan

menggunakan metode daring (dalam jaringan) atau dilakukan secara *online*. Kegiatan belajar-mengajar dilakukan dari rumah menggunakan aplikasi berbasis *online* seperti *zoom*, *google meet*, *whatsapp*, *Microsoft teams*, dan aplikasi berbasis *online* lainnya. Berbagai perubahan yang terjadi di dalam sistem pendidikan selama Pandemi COVID-19 berdampak kepada perguruan tinggi untuk melakukan beberapa penyesuaian dalam proses belajar-mengajar. Perubahan terbesar yang terjadi ialah dimana seluruh kegiatan akademik maupun non akademik di perguruan tinggi yang dilakukan secara *online*.

Pembelajaran secara daring memiliki beberapa hambatan seperti keterbatasan penguasaan teknologi informasi, sarana dan prasarana yang kurang memadai, serta akses internet yang juga terbatas. Selain hambatan teknis yang dialami oleh mahasiswa, hambatan lainnya juga turut berdatangan, yaitu berkurangnya waktu belajar dan berkurangnya pertemuan tatap muka secara langsung menyebabkan terhambatnya penguasaan ilmu pengetahuan oleh mahasiswa (Puspitasari, 2021). Kurangnya penyerapan materi dan waktu interaksi secara langsung untuk mendapatkan informasi mengakibatkan timbulnya kesulitan, kebingungan, kelelahan, dan kebosanan untuk mengerjakan tugas-tugas akademik yang dihadapi, hal tersebut berdampak pada timbulnya penundaan dalam pengerjaan tugas-tugas akademik dikarenakan kurangnya informasi yang diperoleh. Jika hambatan-hambatan tersebut tidak dapat ditangani dengan baik, maka akan menimbulkan risiko adanya penundaan dalam penyelesaian tugas (Suhadianto, 2020).

Prokrastinasi merupakan suatu perilaku yang menunjukkan adanya kecenderungan untuk menunda-nunda dalam melakukan penyelesaian suatu tugas ataupun pekerjaan. McCown melakukan penelitian terkait prokrastinasi dan memperoleh hasil bahwa perilaku prokrastinasi merupakan kecenderungan untuk melakukan penundaan tugas serta waktu seorang individu untuk mengerjakan tugas (dalam Ferrari dkk, 1995). Menurut Tuckman (1991), prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan berperilaku untuk menunda dan menghindari suatu pekerjaan atau aktivitas yang seharusnya dilakukan, prokrastinasi juga merupakan gabungan

dari ketidakpercayaan individu terhadap performanya sendiri, kesenangan yang tidak mampu untuk ditunda, dan kecenderungan untuk melibatkan orang lain dengan pelimpahan kesalahan atas situasi yang dialaminya. Prokrastinasi seringkali dijumpai dalam berbagai bidang, salah satunya yaitu bidang akademik. Prokrastinasi yang dilakukan di dalam bidang akademik disebut sebagai prokrastinasi akademik (Solomon & Rothblum, 1984). Penelitian yang dilakukan di *Latvia University of Life Science and Technologies* oleh Saplavska & Jerkunkova (2018), menyebutkan bahwa 48% dari subjek penelitiannya mengalami prokrastinasi akademik tingkat tinggi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rizvi (1997) menunjukkan bahwa terjadi kecenderungan mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi sebanyak 69% pada mahasiswa Fakultas Psikologi UGM, 11% dari hasil tersebut digolongkan sebagai kecenderungan prokrastinasi akademik taraf berat.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizvi pada tahun 1997, penelitian yang dilakukan oleh Sulaiman & Hassan (2019) dengan subjek mahasiswa tingkat akhir di Universitas Putra Malaysia, menunjukkan bahwa 52,7% mahasiswa tingkat akhir menunjukkan prokrastinasi akademiknya pada taraf berat. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Miskanik dkk (2019), memperoleh hasil bahwa 50% dari mahasiswa tingkat akhir yang menjadi subjek penelitian memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik pada tingkat tinggi dengan skor 143-176. Prokrastinasi merupakan hal yang berdampak buruk bagi individu yang melakukannya, berdasarkan penelitian-penelitian yang telah diuraikan diatas, prokrastinasi terjadi pada mahasiswa tingkat akhir dengan taraf yang tinggi, tidak hanya terjadi di Indonesia, prokrastinasi juga terjadi di Negara lain. Mahasiswa tingkat akhir cenderung melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan pekerjaan-pekerjaannya, fenomena tersebut dibuktikan dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh beberapa peneliti pada lokasi yang berbeda-beda.

Menurut Handoyo (dalam Khoirunnisa, 2021), mengatakan bahwa prokrastinasi akademik cenderung cukup tinggi di kalangan mahasiswa, hal tersebut terjadi karena mahasiswa tidak merasa sedang diawasi dalam pengerjaan

tugas. Solomon dan Rothblum (1984) melakukan studi penelitian dengan subjek sebanyak 291 mahasiswa di Amerika dan memperoleh hasil bahwa lebih dari 40% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Penelitian lainnya yang sejalan dengan penelitian Solomon dkk (1984), dilakukan oleh Bruno (1998), yang memperoleh hasil bahwa sebanyak 60% mahasiswa mengakui bahwa melakukan prokrastinasi akademik dan hal tersebut sebagai perilaku buruk yang mereka lakukan. Penelitian lainnya yang dilakukan di Indonesia ialah penelitian Puspitasari (2021), dimana Puspitasari melakukan penelitian terhadap mahasiswa yang sedang menempuh skripsi di masa Pandemi COVID-19, hasil yang diperoleh ialah prokrastinasi akademik yang terjadi sebesar 84,24%. Selain penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2021), penelitian lainnya juga dilakukan oleh Herlambang (2016) yang memperoleh hasil bahwa 43 orang dari 100 orang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi.

Tingginya tingkat prokrastinasi dari mahasiswa tingkat akhir dapat disebabkan oleh beberapa faktor, Pandemi COVID-19 memberikan kontribusi terhadap terjadinya prokrastinasi tersebut. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ratnawati & Utama (2021), terdapat beberapa kesulitan yang dialami oleh mahasiswa selama pembelajaran daring, yaitu kesulitan teknis, kesulitan adaptasi dan ketidaksiapan pengajar. Selain itu, koneksi jaringan yang tidak stabil, minimnya interaksi yang terjadi, kesulitan komunikasi antara dosen dan mahasiswa juga menjadi kendala-kendala lainnya dalam pembelajaran secara daring (Turmuzi dkk, 2021). Berdasarkan hasil wawancara singkat yang dilakukan oleh peneliti kepada beberapa mahasiswa tingkat akhir yang masih menjalani perkuliahan secara *online*, ditemukan beberapa kesulitan dan keluhan seperti pada saat pengerjaan skripsi dan laporan akhir untuk praktik kerja lapangan sering terhambat dikarenakan sulitnya melakukan konsultasi dan bimbingan kepada dosen pembimbingnya, keluhan lainnya ialah kondisi lingkungan sekitar yang kurang mendukung ketika mahasiswa membutuhkan konsentrasi dalam proses pengerjaan skripsi, kesulitan lainnya ialah membagi waktu dalam pengerjaan skripsi dan tugas-tugas kuliah lainnya.

Prokrastinasi akademik sendiri dapat terjadi dikarenakan beberapa faktor, salah satunya ialah faktor internal dan juga faktor eksternal (Ferrari, et al, 1995). Dalam dunia akademik, prokrastinasi merupakan fenomena yang telah menyebar luas dan sering terjadi (Liu, dalam Sutjipto, 2012). Kesehatan atau kondisi fisik, serta kondisi psikologis individu, seperti timbulnya kecemasan, stress, dan depresi merupakan faktor internal terjadinya prokrastinasi, sementara kondisi lingkungan sekitar serta pola asuh dari orang tua merupakan faktor eksternal terjadinya prokrastinasi akademik (Ghufron & Walgito, 2003). Menurut Aziz & Rahardjo (2011) faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi dibagi menjadi dua, yaitu faktor primer yang meliputi *anxiety, poor task approach, time disorganization, stress and fatigue*, sementara faktor sekunder prokrastinasi akademik meliputi *low discomfort, tolerance and pleasure seeking, self-depreciation, environmental disorganization*, dan *lack of assertion*. Prokrastinasi akademik sendiri terjadi karena adanya faktor disposisional pribadi yang terkait dengan *fear of failure* seperti depresi dan kecemasan. Salah satu faktor yang melatarbelakangi terjadinya prokrastinasi akademik ialah kecemasan. Menurut Patrzek et.al (2012) salah satu faktor afeksi yang meliputi kecemasan melatarbelakangi terjadinya prokrastinasi akademik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aziz & Rahardjo (2011), faktor prokrastinasi akademik primer yang sering muncul pada narasumber ialah kecemasan. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Bernard (dalam Catrunada & Puspitawati, 2009) menjadikan kecemasan sebagai salah satu faktor prokrastinasi akademik karena kecemasan yang tinggi dapat memberi kekuatan magnetik yang membentuk tegangan bersifat berlawanan antara menyelesaikan dan menunda pengerjaan tugas-tugas. Kecemasan yang muncul dalam prokrastinasi akademik mengindikasikan perilaku merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik serta tuntutan yang ada.

Seseorang yang sedang berada di dalam keadaan ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang bersifat tidak jelas didefinisikan sebagai kecemasan (Wiramihardja, 2005). Kaplan, dkk (2007) mendefinisikan kecemasan sebagai suatu respon yang dikeluarkan oleh individu terhadap sebuah situasi atau

pengalaman baru yang belum pernah dilakukan oleh individu tersebut. Respon terhadap kondisi stress atau konflik dapat menimbulkan kecemasan bagi seorang individu. Kondisi tersebut umumnya merupakan perubahan yang terjadi dalam kehidupan individu tersebut, dimana individu juga dituntut untuk cepat beradaptasi dalam perubahan yang terjadi. Perubahan besar yang terjadi ialah dengan adanya sistem pembelajaran daring atau *online*. Mahasiswa perlu melakukan adaptasi terhadap perubahan tersebut, dalam proses adaptasi tersebut terdapat kesulitan-kesulitan yang di alami

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan, dkk (2019) terindikasi adanya perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan antara mahasiswa tahap akademik tingkat akhir dengan tahap akademik tingkat awal, dimana mahasiswa dengan tahap akademik tingkat akhir memiliki banyak tuntutan yang harus dilakukan, baik tuntutan eksternal maupun tuntutan internal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ramadhan, dkk (2019), tuntutan utama yang didapatkan oleh mahasiswa ialah berasal dari kehidupan akademiknya. Hal tersebut akan berdampak pada proses penyelesaian tugas yang dilakukan oleh mahasiswa, dimana kecemasan juga menjadi salah satu faktor mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi juga memiliki korelasi positif terhadap aspek dari kecemasan yaitu aspek *state* dan *trait* (Sutjipto, 2012). Spielberger (1996) membagi kecemasan menjadi dua jenis, yaitu *state anxiety* dan *trait anxiety*. Seseorang yang dihadapkan dengan situasi yang dirasa akan mengancam dirinya dan bersifat sementara dan ditandai dengan perasaan subyektif akan tekanan-tekanan tertentu, adanya kegugupan dan aktifnya susunan syaraf tertentu merupakan *state anxiety*, berbeda dengan *trait anxiety* yang merupakan kecemasan yang menetap pada individu yang membedakannya dengan individu lainnya. Fatmahendra & Nugraha (2018), melakukan sebuah penelitian terkait hubungan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik dengan subjek yang diteliti ialah mahasiswa Universitas Islam Bandung, memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara individu dengan *trait anxiety* yang tinggi dan prokrastinasi

akademik, selain itu hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sedang dan signifikan antara *state anxiety* yang tinggi dan prokrastinasi akademik. Hal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sutjipto (2012), dimana terdapat korelasi positif yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan kecemasan. Penelitian lain terkait kecemasan dan prokrastinasi akademik dilakukan oleh Kurniawan (2020), yang memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kecemasan dengan prokrastinasi akademik, yang berarti bahwa semakin tinggi kecemasan maka semakin tinggi prokrastinasi akademik dilakukan.

Berbeda dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan pada penelitian sebelumnya, peneliti melakukan penelitian pada mahasiswa tingkat akhir dengan mengukur dimensi *state* dan *trait* pada kecemasan, dikarenakan pembelajaran secara daring pada saat Pandemi COVID-19 sendiri merupakan situasi yang bersifat sementara (*state*) dan pengaruhnya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini juga membatasi populasi mahasiswa tingkat akhir yang berdomisili di Jabodetabek dikarenakan keterbatasan waktu serta prasarana yang dimiliki oleh peneliti.

Berdasarkan beberapa fenomena yang telah dipaparkan di atas, terkait dengan kecemasan dan prokrastinasi akademik, beserta beberapa penelitian-penelitian terdahulu terkait variabel-variabel tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan dan prokrastinasi akademik. Kecemasan juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan terjadi perilaku prokrastinasi akademik. Selain kecemasan, adanya Pandemi COVID-19 juga turut andil dalam pengaruhnya terhadap sistem pendidikan yang berdampak pada variabel-variabel terkait. Oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh terkait pengaruh kecemasan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir selama Pandemi COVID-19.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan dalam penelitian ini, antara lain:

- Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19?
- Bagaimana gambaran *state anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19?
- Bagaimana gambaran *trait anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19?
- Apakah terdapat pengaruh *state anxiety* dan *trait anxiety* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19?

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka peneliti membatasi penelitian ini pada pengaruh *state anxiety* dan *trait anxiety* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, peneliti merumuskan masalah dalam penelitian yaitu, "Apakah terdapat pengaruh *state anxiety* dan *trait anxiety* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19?"

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk menjawab permasalahan-permasalahan yang tergambar di dalam latar belakang dan juga rumusan masalah. Tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

- Untuk mengetahui bagaimana gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19
- Untuk mengetahui bagaimana gambaran *state anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19
- Untuk mengetahui bagaimana gambaran *trait anxiety* pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19
- Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *state anxiety* dan *trait anxiety* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian yang dilakukan secara teoritis ialah agar dapat menambah wawasan, ilmu pengetahuan tambahan dalam dunia pendidikan terutama bidang psikologi, serta menjadikan referensi terhadap penelitian selanjutnya.

1.6.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran nyata serta informasi baru terkait pengaruh kecemasan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Jabodetabek selama Pandemi COVID-19. Penelitian ini juga diharapkan memberikan wawasan yang lebih luas terkait pentingnya aspek kecemasan dan prokrastinasi akademik bagi mahasiswa yang sedang menempuh tingkat akhir