

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan kemajuan peradaban. Untuk itu, demi mencapai derajat orang berpendidikan tinggi maka perkuliahan perlu ditempuh. Mahasiswa sebagai agen perubahan bagi bangsa ini, dituntut dapat berkontribusi untuk masyarakat dengan memberikan prestasi baik akademik maupun non akademik. Oleh sebab itu, perlu disadari betapa pentingnya mempersiapkan diri serta meningkatkan kualitas bagi mahasiswa dengan memaksimalkan perkuliahannya.

Meskipun mengetahui bahwa terdapat beban dan harapan kepada mahasiswa yang begitu besar, hingga saat ini tak jarang masih terdapat mahasiswa yang berleha-leha dalam perkuliahannya. Mereka cenderung tidak memanfaatkan waktunya dengan maksimal untuk belajar, mengerjakan tugas dan bahkan di antara mahasiswa itu masih ada saja yang tidak mengerjakan tugasnya sama sekali. Tidak terkecuali pada mahasiswa di perguruan tinggi negeri, segelintir mahasiswa masih suka menunda pekerjaan dan memilih berada pada zona nyamannya.

Perilaku mahasiswa untuk menunda-nunda sesuatu seperti di atas, dikenal dengan istilah Prokrastinasi. Prokrastinasi secara umum menurut Tuckman dalam (Sutriyono et al., 2012) merupakan permasalahan regulasi diri yaitu merupakan kecenderungan untuk menangguhkan atau menghindari suatu aktivitas atau tugas yang harus diselesaikan. Sedangkan Prokrastinasi

Akademik ialah permasalahan yang menjadikan mahasiswa berperilaku menunda pengerjaan tugas akademik hingga waktu tenggat dan lebih memilih melakukan hal yang lebih menyenangkan.

Berdasarkan observasi awal kepada sekelompok mahasiswa lintas universitas pada suatu lembaga di Jakarta, terlihat bahwa dari 23 mahasiswa di sana hanya 5 orang yang tampak rajin mengerjakan tugas-tugas kuliah. Sebagian besar dari mereka lebih banyak menghabiskan waktunya untuk hal-hal yang di luar perkuliahan. Kegiatan seperti bermain *game* bersama, berkumpul bersama teman-teman, atau sekedar menghabiskan waktunya melalui media sosial menjadi pemandangan yang sering terlihat.

Realita perilaku seperti ini juga terjadi pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam di Universitas Negeri Jakarta. Terlihat bahwa di setiap tingkatan mengalami hal serupa yaitu banyak dari mereka yang lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game online*, menonton serial drama, atau kegiatan lain yang bersifat hiburan. Bahkan pada mahasiswa tingkat akhir pun demikian, perilaku Prokrastinasi Akademik masih menjadi permasalahan yang menyebabkan mahasiswa sulit untuk lulus.

Hal-hal seperti di atas peneliti jumpai pada lingkungan sekitar, meskipun pada mahasiswa tingkat awal hal seperti ini seakan wajar karena belum banyak tugas dan sebagainya. Akan tetapi, pada tingkatan menengah dan di atasnya, perilaku mengerjakan tugas dengan istilah SKS “Sistem Kebut Semalam” masih sering terlihat. Masih ada juga mahasiswa yang hanya belajar satu hari sebelum ujian, atau bahkan yang bermain *game* tiap malam dan menumpuk semua pekerjaannya untuk dikerjakan di akhir pekan.

Agama Islam memandang hal seperti ini sebagai perilaku yang harus dihindari. Allah ﷻ dalam firman-Nya menyeru umat manusia untuk memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya dan giat dalam mengerjakan tugas serta kewajiban. Salah satu faktor yang berdampak pada perilaku Prokrastinasi adalah kurangnya kemampuan untuk mengontrol diri. Seperti penelitian yang dilakukan (Ghufron, 2003) menemukan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan Prokrastinasi Akademik.

Kontrol diri dalam Islam juga dipandang sebagai perilaku yang harus dimiliki oleh setiap muslim. Melakukan hal yang sia-sia atau bahkan dilarang oleh agama juga merupakan bentuk kurang mampunya manusia dalam pengendalian diri dan hawa nafsu. Berkaitan dengan perilaku Prokrastinasi mahasiswa pada bidang akademik, kontrol diri secara spesifik dihubungkan pada usaha seorang mahasiswa untuk mengarahkan perilaku yang khususnya perilaku menahan dorongan, gangguan atau bahkan godaan yang muncul dan dapat berdampak buruk pada dirinya.

Sebagai mahasiswa Pendidikan Agama Islam sudah sewajarnya memahami akan konsep kontrol diri dan sadar bahwa penguasaan seorang mahasiswa atas dirinya perlu senantiasa diterapkan. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik akan mampu mengubah dan mengatur perilaku untuk mengarah kepada konsekuensi yang positif. Pada umumnya, mahasiswa yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan mempergunakan waktunya dengan tepat dan mengarah kepada perilaku yang lebih utama, sehingga dapat menunjang tugas-tugas akademiknya.

Selain itu, permasalahan Prokrastinasi dalam bidang akademik dan pemahaman tentang kontrol diri juga termasuk dalam lingkup pendidikan. Mahasiswa Pendidikan Agama Islam sebagai calon guru kelak tak lepas dari tanggung jawab untuk mendidik generasi muslim. Tentunya perlu memahami permasalahan tersebut hingga nanti akhirnya dapat mengatasi dan mengantisipasi permasalahan akademik yang terjadi pada peserta didiknya.

Berangkat dari latar belakang seperti di ataslah yang membuat penulis hendak mengkaji tentang bagaimana penerapan perilaku kontrol diri serta perilaku Prokrastinasi Akademik di kalangan mahasiswa prodi Pendidikan Agama Islam. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menyusun penelitian yang berjudul **“Penerapan Kontrol Diri Pada Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa PAI FIS UNJ)”** yang diharapkan dapat menjawab dan menjadi solusi dari permasalahan Prokrastinasi Akademik mahasiswa.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, beberapa masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Banyaknya mahasiswa yang lebih memilih mengerjakan aktivitas lain yang menyenangkan seperti bermain *Game Online*, berkumpul dengan teman dan lainnya dibanding mengerjakan aktivitas yang menunjang akademik.
2. Banyaknya mahasiswa yang kurang disiplin dan tidak tegas dalam memutuskan sikap terutama dalam perkuliahannya.

3. Banyaknya mahasiswa yang tidak menggunakan waktunya dengan baik sehingga mereka lalai dalam melaksanakan tugas-tugas yang telah diberikan oleh dosen.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi permasalahan di atas, dan mengingat keterbatasan peneliti terkait tenaga, waktu, biaya, kemampuan teoritis dan metodologis, maka perlu dibatasi permasalahan tersebut agar tidak membahas terlalu jauh melenceng dan agar lebih terfokus. Oleh karena itu permasalahan penelitian ini terbatas pada:

Penerapan Kontrol diri pada Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam di Universitas Negeri Jakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dirumuskan pertanyaan utama yaitu “Bagaimana Penerapan Kontrol diri pada Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam di Universitas Negeri Jakarta”

Untuk menjawab permasalahan yang masih umum tersebut, dilakukan dengan menjawab perincian masalah yang mengarah kepada jawaban atas pertanyaan di atas, yaitu:

1. Bagaimana potret perilaku kontrol diri dan Prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam Universitas Negeri Jakarta?

2. Bagaimana penerapan kontrol diri pada perilaku Prokrastinasi akademik mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam Universitas Negeri Jakarta?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian di atas, maka penelitian ini bertujuan sebagai berikut:

1. Mengetahui bagaimana potret perilaku kontrol diri dan Prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam Universitas Negeri Jakarta.
2. Mengetahui bagaimana penerapan kontrol diri pada perilaku Prokrastinasi akademik mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam Universitas Negeri Jakarta.

Dari beberapa poin yang menjadi tujuan di atas, diharapkan penelitian ini memiliki kegunaan sebagaimana yang diharapkan oleh penulis yaitu:

1. Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan dan menerapkannya pada kehidupan sebagai calon guru nantinya.
2. Bagi mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam menyikapi perilaku Prokrastinasi Akademik khususnya dengan penerapan Kontrol diri dalam kehidupan sehari-hari, serta penelitian ini diharapkan dapat memotivasi untuk melakukan kegiatan penelitian sebagai wujud pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi.
3. Bagi masyarakat umum, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih pengetahuan dan informasi tentang bagaimana menerapkan

Kontrol diri terutama pada perilaku Prokrastinasi Akademik agar dapat mengantisipasi serta meminimalkan dampak negatif dari perilaku tersebut.

4. Bagi akademisi, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber informasi pada penelitian selanjutnya terkait dengan Kontrol diri dan perilaku Prokrastinasi Akademik mahasiswa.

F. Literature Review

Pada penelitian ini memiliki beberapa keserasian dengan penelitian yang terdahulu dalam aspek- aspek yang dikaji, terdapat beberapa literatur yang dapat dijadikan acuan sebagai komparasi untuk melihat perbedaan fokus penelitian yang hendak diteliti. Selanjutnya untuk menghindari kesamaan terhadap penelitian yang telah ada sebelumnya, maka peneliti meninjau penelitian-penelitian terdahulu di antaranya:

1. Hubungan Kontrol diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang

Penelitian ini merupakan artikel ilmiah yang ditulis oleh Rojil Gufron dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Dilatar belakangi oleh permasalahan yang dialami siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang dalam proses pembelajaran di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kontrol diri dan tingkat Prokrastinasi serta adakah hubungan di antara keduanya. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan hasil penelitian mengungkapkan mayoritas siswa di sana memiliki tingkat kontrol diri sedang dengan persentase 73% (59 orang)

dari 81 siswa. Kemudian tingkat Prokrastinasi sedang dengan persentase 64% (52 orang) dan kesimpulannya terdapat hubungan yang negatif signifikan antara kontrol diri dengan Prokrastinasi akademik siswa yaitu semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah Prokrastinasi akademik siswa. Dengan demikian, dapat dilihat perbedaan pada penelitian ini memiliki subjek penelitian siswa MAN Malang 1 Kota Malang dan mencari hubungan antara kontrol diri dan Prokrastinasi. Sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan memiliki subjek penelitian mahasiswa Prodi Pendidikan Agama Islam Universitas Negeri Jakarta

2. Perbedaan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW Berdasarkan Tipe Kepribadian A dan B

Penelitian ini merupakan artikel ilmiah yang ditulis oleh Sutriyono, Riyani, dan Berta dari Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana. Penelitian ini dilatarbelakangi dengan adanya temuan berbeda pada penelitian yang membahas kepribadian seseorang terhadap perilaku Prokrastinasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui signifikansi perbedaan tingkat Prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi di antara mahasiswa Psikologi UKSW yang berbeda tipe kepribadiannya. Hasil yang ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat Prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi yaitu mahasiswa dengan kepribadian A yang kompetitif, ambisius memiliki tingkat

Prokrastinasi akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan kepribadian B yang rileks, santai dan tidak suka kesulitan. Dengan demikian, dapat dilihat perbedaan bahwa pada penelitian ini fokus kepada tingkat Prokrastinasi antara mahasiswa yang berbeda kepribadian. Sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan berfokus pada perilaku yang lebih spesifik yaitu kontrol diri.

3. Pengaruh Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta

Penelitian ini merupakan artikel ilmiah yang ditulis oleh Drajat Edy Kurniawan dari Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. Latar belakang dari penelitian ini adalah adanya dampak akibat tingginya intensitas bermain *game online* yang salah satunya adalah menyebabkan remaja malas belajar. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji seberapa besar pengaruh dari intensitas bermain *game online* terhadap perilaku Prokrastinasi akademik mahasiswa dengan menggunakan metode kuantitatif. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini yaitu, terbukti bahwa tingginya intensitas bermain *game online* memicu kecenderungan yang tinggi terhadap munculnya perilaku Prokrastinasi akademik mahasiswa. Dengan demikian, dapat dilihat perbedaan bahwa pada penelitian ini variabel bebas adalah intensitas bermain *game online*. Sedangkan variabel bebas pada penelitian yang peneliti lakukan adalah Kontrol diri.

Beberapa artikel ilmiah di atas memiliki persamaan dengan penelitian ini, yaitu meneliti tentang perilaku Prokrastinasi Akademik. Perbedaan yang tampak pada penelitian sebelumnya dengan penelitian ini adalah penelitian membahas tentang bagaimana penerapan Kontrol diri pada perilaku Prokrastinasi Akademik. Selain itu, subjek penelitian ini adalah mahasiswa aktif Prodi Pendidikan Agama Islam yang mana pembahasan Kontrol diri juga identik dengan Pendidikan Islam. Oleh karena itu, peneliti akan membahasnya pada penelitian kali ini sebagai pembeda dan kebaruan dari penelitian ini.

