

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang tersebar luas di kalangan siswa sekolah menengah hingga perguruan tinggi di seluruh dunia. Kebiasaan menunda tugas akademis, seperti halnya menyelesaikan pekerjaan rumah, belajar untuk ujian, atau menyelesaikan proyek penelitian. Meskipun banyak mahasiswa yang menyadari dampak negatif dari menunda-nunda, namun kebiasaan tersebut masih sulit untuk dihindari.

Fenomena penundaan akademik tidak hanya berdampak pada prestasi akademis tetapi juga kesejahteraan psikologis seseorang. Seseorang yang sering menunda tugas cenderung mengalami tingkat stres, kecemasan, dan rasa bersalah yang lebih tinggi. Selain itu, penundaan akademik juga dapat memengaruhi kualitas tidur dan keseimbangan kehidupan sosial. Berkembangnya teknologi menambah adanya prokrastinasi akademik karena hadirnya faktor digital seperti media sosial dan *game online*. Kemudahan akses terhadap internet dan perangkat digital seringkali mengalihkan perhatian dari tugas yang diberikan.

Penundaan pengerjaan skripsi merupakan suatu sikap yang disebut dengan prokrastinasi. Prokrastinasi adalah penundaan dalam mengerjakan suatu tugas. Nantinya mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tidak mampu mengerjakan tugasnya dengan maksimal dan akhirnya akan merasa menyesal karena telah membuang-buang waktu yang ada. Penelitian mengenai prokrastinasi yang dilakukan oleh (Suhadianto & Ananta, 2022) terhadap 326 mahasiswa, sebanyak 83% mahasiswa memiliki prokrastinasi dimulai dari tingkat sedang hingga tinggi dan 17% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah dan sangat rendah.

Mahasiswa dapat dikatakan sebagai seseorang yang sedang menimba ilmu atau belajar di perguruan tinggi baik universitas maupun institut. Seorang mahasiswa dapat mendapatkan gelar sarjana dengan

menempuh proses pendidikan setidaknya empat tahun dan harus memenuhi kewajibannya dengan mengerjakan tugas akhir atau disebut juga skripsi. Berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 60 Tahun 1999 pasal 9 kegiatan akademik meliputi tugas-tugas yang dinyatakan dalam program perkuliahan, seminar, praktikum, kerja lapangan, penulisan skripsi, tesis dan sebagainya.

Skripsi inilah yang terkadang menjadi batu sandungan bagi para mahasiswa yang ingin menyelesaikan pendidikannya. Skripsi merupakan laporan tertulis berdasarkan hasil penelitian yang relevan dengan bidang yang diambil oleh mahasiswa. Proses pengerjaan skripsi dibutuhkan fokus yang tinggi, keinginan kuat, ketelitian, serta menggunakan kaidah-kaidah yang berlaku. Pengerjaan skripsi terkadang mengalami kesulitan dan hambatan, adanya persepsi yang mengatakan bahwa penulisan skripsi sulit menjadikan momok yang menakutkan bagi para mahasiswa. Akibat dari hal tersebut yaitu para mahasiswa akhir menjadi menunda pengerjaan skripsi.

Prokrastinasi seakan menjadi fenomena yang wajar karena tingginya tingkat prokrastinasi yang terjadi. Peneliti melakukan pengamatan terkait masalah prokrastinasi terhadap mahasiswa. Untuk memperkuat hasil pengamatan, peneliti melakukan pra-riset menggunakan *google form* kepada beberapa mahasiswa Fakultas Ekonomi dan bisnis Universitas Negeri Jakarta.

Faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik adalah motivasi intrinsik. Motivasi intrinsik merupakan dorongan yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri. Jika motivasi intrinsik tinggi, maka individu akan cenderung rendah dalam melakukan prokrastinasi. Seperti yang dikatakan Ferrari semakin rendah motivasi intrinsik yang individu, maka akan semakin tinggi kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik (Yandri et al., 2021). Selain itu, manajemen waktu yang buruk juga berperan besar dalam prokrastinasi. Banyak mahasiswa yang belum memiliki keterampilan mengatur waktu secara efektif sehingga sulit menentukan prioritas dan mengalokasikan waktu untuk tugas individu. Ketidakmampuan ini sering

kali disebabkan oleh kecanduan kebiasaan menunda-nunda yang sudah mendarah daging.

Faktor psikologis seperti ketakutan dan perfeksionisme juga berperan penting. Mahasiswa yang menempatkan tuntutan yang sangat tinggi pada pekerjaannya sering kali menunda-nunda sebagai mekanisme penanggulangan karena takut gagal atau mencapai hasil yang kurang sempurna. Ketakutan ini sering kali disertai dengan kurangnya rasa percaya diri dan rendahnya efikasi diri, sehingga meningkatkan kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi.

Tekanan akademis yang tinggi dan beban kerja yang berlebihan juga menjadi faktor utama terjadinya penundaan. Sistem pendidikan yang berfokus pada hasil dan hasil sering kali memberikan banyak tekanan pada mahasiswa, membuat mereka merasa kewalahan dan akhirnya memilih untuk menunda-nunda. Dalam beberapa kasus, kurangnya dukungan sosial atau lingkungan belajar yang tidak kondusif dapat memperburuk situasi ini. Untuk memperkuat pendapat tersebut, peneliti melakukan pra-riset yang hasilnya sebagai berikut:

**Tabel 1. 1 Hasil Pra-Riset Faktor Awal (Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi)**

No.	Faktor-Faktor	YA	TIDAK	JUMLAH
1.	Kondisi fisik	33,33%	66,7%	100%
2.	Motivasi intrinsik	55,57%	44,43%	100%
3.	Efikasi diri	85,2%	14,8%	100%
4.	Kontrol diri	66,7%	33,33%	100%
5.	Kesadaran diri	66,7%	33,33%	100%
6.	Teman sebaya	92,6%	22,2%	100%

Sumber: data diolah oleh peneliti (2023)

Dari pra-riset yang dilakukan kepada 30 responden yang merupakan mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta. Pada Tabel 1.1 menunjukkan faktor tertinggi yang dapat menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik adalah efikasi diri dengan presentase

85,2% dan teman sebaya dengan persentase 81,5%. Sedangkan untuk faktor yang memiliki persentase terendah yang dapat menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi adalah kondisi fisik dengan persentase 33,3%.

**Tabel 1. 2 Pertanyaan Pra-riset Efikasi Diri**

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Saya kurang yakin dengan kemampuan yang saya miliki.	88,9%	11,1%
2.	Saya bisa memotivasi diri untuk belajar dengan giat.	88,9%	11,1%
3.	Jika kesulitan mengerjakan tugas, saya membiarkannya berlarut-larut.	77,8%	22,2%

Sumber: data diolah oleh peneliti (2023)

Efikasi diri menjadi faktor terbesar yang mempengaruhi adanya sikap prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta dalam mengerjakan skripsi. Efikasi diri merupakan keyakinan diri dalam menyelesaikan tugas guna mencapai hasil atau tujuan tertentu. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk menyelesaikan masalahnya. Sehingga jika semakin tinggi efikasi diri keinginan untuk menunda pekerjaan menjadi rendah. Dari hasil pra-riset pada Tabel 1.2 diketahui bahwa mahasiswa fakultas ekonomi dan bisnis di Universitas Negeri Jakarta, efikasi diri menjadi faktor yang memberikan pengaruh besar dalam menyelesaikan tugas seperti halnya skripsi yang membutuhkan keyakinan besar dalam diri.

**Tabel 1. 3 Pertanyaan Pra-riset Teman Sebaya**

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Teman sekelas membantu saya untuk belajar jika saya kesulitan dalam belajar.	100%	0%
2.	Teman sebaya selalu kompak ketika mengerjakan tugas bersama saya.	77,8%	22,2%
3.	Lingkungan bermain saya menerima status saya dengan apa adanya.	100%	0%

Sumber: data diolah oleh peneliti (2023)

Faktor kedua yang mempengaruhi mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta melakukan prokrastinasi dalam pengerjaan skripsi adalah teman sebaya. Dukungan sosial adalah upaya yang dilakukan dalam pencarian bantuan melalui beberapa tokoh yang sebelumnya sudah ada di masyarakat, baik formal maupun informal (Wihartati, 2022). Dari hasil pra-riset pada Tabel 1.3 menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis di Universitas Negeri Jakarta mahasiswa merasa bahwa adanya teman sebaya memberikan pengaruh yang cukup besar dalam mengerjakan skripsinya.

**Tabel 1. 4 Pertanyaan Pra-riset Kontrol Diri**

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Sebelum bertindak saya berpikir terdahulu.	88,9%	11,1%
2.	Saya suka bermalas-malasan jika diberi tugas.	22,2%	77,8%
3.	Saya suka memberikan saran kepada teman-teman yang sedang kesulitan.	88,9%	11,1%

Sumber: data diolah oleh peneliti (2023)

Faktor lain yang dapat mempengaruhi timbulnya perilaku prokrastinasi akademik adalah kontrol diri dengan presentasi sebesar 66,7%. Kontrol diri yang rendah menandakan bahwa individu kurang dalam mengarahkan dan mengatur perilakunya, sehingga membuat individu meninggalkan hal-hal yang lebih penting, seperti memilih menghabiskan waktu dengan bermain *smartphone* dibandingkan dengan menyelesaikan tugas.

**Tabel 1. 5 Pertanyaan Pra- riset Kesadaran Diri**

No.	Pertanyaan	YA	TIDAK
1.	Saya menyesal ketika tidak mengerjakan tugas kelompok.	88,9%	11,1%
2.	Saya mempersiapkan diri dengan sungguh-sungguh, ketika akan ada ujian.	88,9%	11,1%
3.	Saya tahu pentingnya belajar, tetapi saya malas untuk belajar.	22,2%	77,8%

Sumber: data diolah oleh peneliti (2023)

Selain itu faktor kesadaran diri dengan persentase sebesar 66,7% diyakini juga membawa pengaruh terhadap perilaku prokrastinasi. Jika individu memiliki tingkat kesadaran diri yang tinggi akan menghindari

melakukan prokrastinasi, karena mereka memikirkan dampak yang akan diterima jika melakukan prokrastinasi tersebut. Kesimpulan dari hasil pra-riset yang telah dilakukan adalah perilaku prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Hasil pra riset yang dilakukan peneliti, yang memiliki pengaruh besar yaitu efikasi diri dan teman sebaya. Ketika individu melakukan prokrastinasi akademik berarti individu tersebut tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai tujuan atau hasil yang diinginkan. Begitu pun dengan dukungan sosial, ketika individu mendapatkan dukungan sosial dengan baik akan menekan seseorang melakukan prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian terdahulu pada variabel efikasi diri yang dilakukan oleh (Rusmiati et al., 2022) yaitu terdapat pengaruh antara efikasi diri terhadap prokrastinasi pengerjaan skripsi pada mahasiswa psikologi Universitas Mulawarman. Akan tetapi penelitian yang dilakukan oleh (Al Ghifary et al., 2022) menyatakan bahwa pengujian yang dilakukan menggunakan *Spearman's Rho* mendapatkan hasil adanya hubungan negatif yang sangat signifikan dari efikasi diri dan prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian terdahulu pada variabel teman sebaya yang dilakukan oleh (Waty, 2022) yaitu memperlihatkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik siswa. Akan tetapi penelitian yang dilakukan oleh (L. E. Putri & Anggiana, 2024) menyatakan bahwa teman sebaya berpengaruh rendah terhadap prokrastinasi akademik.

Penelitian ini bertujuan dalam hal keterbaruan dengan metode kuantitatif yang komprehensif untuk memberikan gambaran dampak yang lebih lengkap, menggunakan instrumen standar dan tervalidasi untuk mengukur tingkat efikasi diri, pengaruh teman sebaya, dan prokrastinasi akademik. Tujuannya adalah untuk menjamin keakuratan dan konsistensi data yang diperoleh.

Berdasarkan latar belakang masalah serta fenomena *gap* di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai **“Pengaruh Efikasi Diri**

## **dan Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta”**

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat Pengaruh antara Efikasi diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta?
2. Apakah terdapat Pengaruh antara Teman Sebaya terhadap Prokrastinasi Akademik Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta?
3. Apakah terdapat Pengaruh secara bersama-sama antara Efikasi Diri dan Teman Sebaya terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Pengerjaan Skripsi Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan penelitian yang telah dirumuskan, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Mengetahui pengaruh antara Efikasi diri terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Pengerjaan Skripsi Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta.
2. Mengetahui pengaruh antara Teman Sebaya terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.
3. Mengetahui pengaruh secara bersama-sama antara Efikasi Diri dan Teman Sebaya terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta.

### **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka manfaat yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu:

1. Manfaat Teori

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambahkan pengetahuan baru dan wawasan tentang prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan

skripsi, dan dapat memberikan bukti empiris pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik dalam pengerjaan skripsi mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Kepentingan Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan yang dibutuhkan pasar serta sebagai referensi bagi peneliti lain yang untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh efikasi diri dan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta.

### b. Bagi Penulis

Sebagai tambahan pengetahuan serta wawasan dengan melakukan penelitian di Universitas yang menjadi objek, sehingga mampu mengaplikasikan teori yang didapatkan ketika perkuliahan dan mengetahui sejauh apa teori yang didapat dengan menerapkannya di kehidupan realitas.

### c. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan dalam penelitian yang akan datang, sehingga hasil penelitian akan menjadi lebih sempurna dan berguna dalam memberikan informasi kepada mahasiswa pendidikan administrasi perkantoran mengenai pengaruh efikasi diri dan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta.