

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa yang menempuh pendidikan strata satu idealnya akan menjalani masa kuliah di suatu perguruan tinggi yaitu minimal selama 3,5 - 4 tahun dan akan mengakhiri masa kuliahnya dengan menyusun skripsi sebagai syarat kelulusan untuk menjadi sarjana (Anny et al, 2018). Skripsi merupakan karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di perguruan tinggi (Ismiati, 2015). Dalam mengerjakan skripsi, mahasiswa pasti akan melalui beberapa proses dan dalam proses pengerjaan skripsi terdapat hambatan-hambatan yang dialami mahasiswa. Giyarto (2018) menyebutkan saat mengerjakan skripsi mahasiswa akan menghadapi berbagai hambatan, yaitu sulitnya mencari buku literatur, susahya bertemu dengan dosen pembimbing yang membuat penyelesaian skripsi terhambat serta kurangnya pengetahuan mengenai suatu penelitian dan juga kesulitan dalam menganalisis data.

Pada umumnya mahasiswa yang menyusun skripsi akan mengalami beberapa hambatan. Timbulnya hambatan tersebut diakibatkan adanya kesulitan dalam pengerjaan penyusunan skripsi. Hal tersebut dibuktikan dalam penelitian Rizki (2014) bahwa hasil penelitian menunjukkan ada beberapa faktor yang menyebabkan mahasiswa menunda menulis skripsi hingga memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya salah satunya

stress and fatigue (kelelahan). Dalam kondisi tersebut, setiap mahasiswa harus memiliki strategi dalam mengatasi hambatannya. Strategi yang digunakan oleh individu dalam mengatasi hambatan yang dialami disebut dengan *coping strategy*. *Coping Strategy* merupakan usaha-usaha baik kognitif maupun perilaku yang bertujuan untuk mengelola tuntutan lingkungan dan internal, serta mengelola konflik-konflik yang mempengaruhi individu melampaui kapasitas individu (Lazarus & Folkman, 1984). Menurut Folkman & Lazarus membedakan bentuk *coping strategy* ke dalam dua klasifikasi yaitu *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*. *Problem Focused Coping* adalah bentuk *coping strategy* yang cenderung diarahkan dalam upaya untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan, dalam arti *coping* yang muncul terfokus pada masalah individu yang akan mengatasi stres dengan mempelajari cara-cara keterampilan yang baru. Kedua, *Emotion Focused Coping* adalah bentuk *coping strategy* yang diarahkan untuk mengatur respon emosional terhadap situasi yang menekan. Individu dapat mengatur respon emosional dengan pendekatan *behavioral* dan kognitif.

Berdasarkan hasil wawancara pada mahasiswa tingkat akhir, fenomena ini juga ditemukan di UNIBI. Hasil dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada 15 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi hampir semua mengeluhkan bahwa memiliki hambatan dalam proses menyelesaikan skripsi. Hambatan - hambatan yang mereka alami terkait sulitnya menentukan judul, mencari fenomena, kesulitan mencari literatur atau bahan bacaan,

menentukan metode penelitian, kesulitan mengatur waktu, serta kesulitan menemui dosen pembimbing. Hasil wawancara dari 15 mahasiswa 7 diantaranya mengalami kesulitan ketika diminta untuk mengubah judul dan mencari fenomena. Mereka berusaha mengerjakan dengan melakukan usaha-usaha seperti mencari judul yang baru, mencari referensi lewat *google*, perpustakaan dan media lainnya. Mereka juga mencoba *sharing* dengan kakak tingkat, teman, dan dosen lainnya agar dapat mendapat masukan dalam mengerjakan skripsinya sehingga hasilnya ia dapat mengatasi hambatannya dalam mengerjakan skripsi.

Pada tiga orang mahasiswa lainnya awalnya mereka fokus dengan mencoba melihat dan memahami permasalahan yang harus diperbaiki yaitu mencari judul yang lebih tepat serta sumber literatur yang diminta dosen. Mereka berusaha mencari jurnal-jurnal secara *online*, mencari buku-buku yang menunjang skripsinya, namun saat beberapa kali tetap mendapatkan revisi yang banyak dan merasa tidak mengalami *progress* yang diharapkan, mahasiswa tersebut merasa kecewa, tidak mengerjakan skripsinya dan menghilang saat proses bimbingan sehingga skripsinya menjadi tertinggal dan tidak dapat menyelesaikan skripsinya tepat waktu.

Saat proses pengerjaan skripsi hampir semua mahasiswa sering merasa jenuh, mereka mencoba menghibur diri dengan melakukan aktivitas lain seperti berpergian, menonton film, menonton konser, bertemu teman untuk mencari dukungan atas hambatan yang dialaminya agar dapat memunculkan kembali semangat dalam menyelesaikan skripsi. Pada lima mahasiswa ketika

mengalami kesulitan dengan revisian yang banyak dan terasa sulit dipahami membuat mereka menjadi lebih mudah marah, terburu-buru dan tidak tenang saat mengerjakan skripsinya hal tersebut disebabkan karena beberapa kali mencoba mengerjakan dan memahami namun tidak kunjung bisa dimengerti. Mereka sering mencoba mengatasinya dengan mengalihkan pada kegiatan lain seperti bermain *game*, melakukan *healing*, serta melakukan hobi yang mereka sukai untuk menstabilkan perasaanya tetapi malah sering terlena dengan kegiatan tersebut dan seringkali lupa dengan *deadline* untuk menyelesaikan skripsinya sehingga skripsinya menjadi tertunda.

Hambatan yang dialami mahasiswa lainnya yaitu kesulitan mengatur waktu untuk mengerjakan skripsi karena mereka mempunyai aktivitas lain yaitu bekerja. Mereka berusaha mengatasi hambatan tersebut dengan membuat jadwal mengerjakan skripsi setelah bekerja dan ketika hari libur. Pada kenyataannya mahasiswa tersebut seringkali tidak mengerjakan sesuai jadwal yang dibuat karena mereka sering merasa lelah sehingga sering menunda mengerjakan skripsi dan saat mengerjakan merasa tidak maksimal dalam mengerjakan karena terburu-buru dengan *deadline* yang diberikan dosen.

Pada dua mahasiswa lainnya mereka sering mengalami kebuntuan ketika mengerjakan skripsi karena merasa sulitnya memahami perbaikan yang diminta dosen, mahasiswa tersebut mencoba mengatasi dengan menanyakan kembali apa yang tidak ia pahami namun ketika mengerjakan tetap mengalami kebingungan dan merasa tidak kunjung mengalami *progress*

dalam pengerjaan skripsinya, mereka menjadi tidak yakin dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu sehingga sering memilih memberi jarak dengan menghindari mengerjakan skripsinya dalam waktu yang cukup lama hingga beberapa bulan, hasilnya mereka menjadi terlambat menyelesaikan dan harus mengontrak kembali skripsi. Hasil wawancara pada 3 orang mahasiswa lainnya mereka mengalami kesulitan ketika mempunyai perbedaan pendapat dengan dosen pembimbing, seperti perbedaan pendapat mengenai fenomena yang akan diteliti. Pada 2 mahasiswa mereka mencoba mengatasinya dengan berdiskusi kepada dosen pembimbing tentang hal yang dirasa berbeda dengan sudut pandangnya sampai akhirnya memiliki persepsi yang sejalan mengenai bahasan dalam skripsinya. Namun, pada satu mahasiswa lainnya, ia tetap bertahan pada pendapatnya dan tidak mencoba mencari pendapat orang lain. Mahasiswa tersebut memilih menunda mengerjakan skripsi dan bimbingan karena hal tersebut tidak sesuai dengan pemikirannya hasilnya ia menjadi terlambat dalam pengerjaan skripsi.

Setiap mahasiswa memiliki hambatan dan cara masing-masing dalam menyelesaikan hambatan untuk menyelesaikan skripsi. Individu yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan dan sering mengalami keterlambatan untuk mempersiapkan sesuatu dikatakan sebagai individu yang melakukan prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan kesengajaan menunda mengerjakan suatu hal meskipun telah terbayang dampak buruk akibat penundaan. Oleh karena itu, prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien

dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas (Ghufron & Risnawati, 2014).

Fenomena penundaan pengerjaan tugas banyak dijumpai di lapangan, di antaranya menggunakan metode Sistem Kebut Semalam (SKS) yaitu mengerjakan tugas di batas waktu deadline dan selalu mencari alasan untuk tidak segera mengerjakan tugas serta menyadari melakukan suatu tugas itu penting tetapi lebih sering melakukan kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan (Ghufron & Risnawati, 2014). Prokrastinasi banyak dialami oleh mahasiswa tingkat akhir UNIBI yang sedang menyelesaikan skripsi. Umumnya, mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu satu semester. Tetapi pada kenyataannya masih banyak mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari satu semester untuk menyelesaikan skripsinya.

Hasil wawancara mahasiswa merasa kesulitan dalam menyelesaikan revisi sesuai batas waktu yang ditentukan, membutuhkan waktu yang cukup lama, sehingga mereka mengerjakan revisinya pada akhir batas waktu pengumpulan dan tidak sedikit mahasiswa yang tidak mampu menyelesaikan revisinya sehingga melewati batas waktu pengumpulan. Selain itu, beberapa mahasiswa lainnya memilih untuk mengambil pekerjaan dan aktivitas lain dengan beranggapan bahwa mereka dapat mengatur waktu untuk bekerja dan menyelesaikan skripsi. Pada kenyataannya mahasiswa tersebut tidak dapat mengatur waktunya antara bekerja dengan mengerjakan skripsinya. Mereka

juga sering melakukan aktivitas-aktivitas yang dianggap menyenangkan. Aktivitas tersebut membuat mereka menunda-nunda untuk mengerjakan skripsi walaupun mereka mengetahui dampak dari menunda-nunda mengerjakan skripsi membuat mereka akan lebih lama dalam menyelesaikan studinya.

Pada fenomena tersebut dapat dilihat bahwa mahasiswa tingkat akhir kurang menunjukkan usahanya dalam menyelesaikan masalah ketika menyelesaikan skripsi, mereka lebih mudah menyerah dan menjadi kurang bersemangat ketika mengalami hambatan yang muncul dalam penyelesaian skripsi yang menyebabkan mereka menunda-nunda dalam menyelesaikan skripsi. Mereka mengatakan khawatir akan hal tersebut. Pada saat ini mereka sedang berusaha untuk menyelesaikan skripsinya agar dapat segera lulus namun pada kenyataannya usaha tersebut belum optimal untuk memenuhi target yaitu untuk dapat segera lulus.

Ferrari (Novritalia & Maimunah, 2014) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik, dapat terwujud pada indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dalam bentuk karakteristik tertentu, seperti keterlambatan dalam memulai tugas, keterlambatan dalam melakukan tugas, kesenjangan waktu antara jadwal dan kinerja yang sebenarnya. Seorang penunda akan menghabiskan waktu untuk mempersiapkan dirinya sendiri atau melakukan hal-hal yang tidak diperlukan untuk menyelesaikan suatu tugas, tidak peduli berapa banyak waktu yang ia miliki. Terkadang perilaku seperti itu dapat mengakibatkan seseorang tidak mampu melakukan tugas secara memadai.

Kemalasan, dalam arti mahasiswa lambat dalam mengerjakan tugas, dapat menjadi ciri utama dari prokrastinasi akademik. Dalam hal ini para mahasiswa memerlukan *coping strategy* untuk mengatasi tekanan secara internal maupun eksternal. Mahasiswa yang melakukan *coping strategy* yang efektif dapat mengurangi atau meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik, sehingga mereka dapat mengatur jadwal yang sudah ditentukan, tidak menunda-nunda pekerjaan, dan mampu mengkondisikan keadaan sehingga tidak terjadinya prokrastinasi. Kurang efektifnya *coping strategy* yang digunakan dapat mempengaruhi lamanya proses penyelesaian skripsi. Salah satu kerugian yang dihasilkan dari prokrastinasi akademik disebabkan oleh kurang efektifnya *coping strategy* yang digunakan dalam menghadapi hambatan-hambatan saat menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh antara *Coping Strategy* terhadap Prokrastinasi Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia”.

1.2 Identifikasi Masalah

Skripsi merupakan hal yang sangat penting bagi mahasiswa. Mahasiswa harus dapat menyelesaikan skripsi mereka dalam jangka waktu tertentu. Dalam penulisan skripsi, mahasiswa biasanya menemui kendala seperti kesulitan dalam menentukan topik atau masalah yang akan dibahas, kesulitan dalam mendapatkan sumber, proses revisi yang berulang, kesalahan

ketik ejaan tata bahasa, hasil proses penelitian yaitu batas waktu penelitian, dan penelitian yang tidak konsisten. Hambatan yang ditemui mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir akan memicu sumber terjadinya stres (Ismiati, 2015; Gunawati, 2006).

Mahasiswa seringkali berusaha mengatasi *stressor* yang dihadapi saat mengerjakan skripsi dengan berbagai cara. Upaya-upaya yang dilakukan oleh mahasiswa ketika mengerjakan skripsi tersebut disebut dengan *coping strategy*. *Coping strategy* adalah upaya kognitif dan perilaku yang diarahkan pada tuntutan lingkungan dan internal serta manajemen konflik yang mempengaruhi individu di luar kapasitas individu mereka (Lazarus & Folkman, 1984).

Coping Strategy memiliki dua aspek yaitu *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*. *Problem Focused Coping* adalah bentuk *coping strategy* yang cenderung diarahkan dalam upaya untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan, dalam arti *coping* yang muncul terfokus pada masalah individu yang akan mengatasi stres dengan mempelajari cara-cara keterampilan yang baru. *Problem Focused Coping* ditemukan ketika mahasiswa mengalami hambatan dalam mengerjakan skripsi, mahasiswa mampu menerima dan berusaha mengatasi hambatan yang dialami sampai dengan selesai. Namun, respon sebaliknya yang ditunjukkan yaitu mahasiswa menganggap bahwa dirinya kesulitan untuk menerima kendala yang terjadi dan tidak berusaha ingin mengubah situasi tersebut, seperti ketika mengalami hambatan adanya perbedaan pendapat dengan

dosen pembimbing, mahasiswa tersebut tidak mencoba mengatasi dengan menyamakan persepsi dengan dosen pembimbing tetapi memilih dengan persepsi sendiri yang menurutnya benar, sehingga akhirnya skripsinya menjadi tertunda.

Hal tersebut juga berkaitan dengan salah satu aspek prokrastinasi yaitu adanya penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa skripsi yang dihadapinya harus segera diselesaikan, akan tetapi dia menunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

Kedua, *Emotion Focused Coping* adalah bentuk *coping strategy* yang diarahkan untuk mengatur respon emosional terhadap situasi yang menekan. *Emotion Focused Coping* yang terlihat, yaitu ketika mahasiswa kesulitan dalam menyelesaikan skripsi, mahasiswa berusaha untuk mengontrol respon terhadap hambatan yang dialami seperti, beberapa mahasiswa saat merasakan kejenuhan dan kebosanan dalam skripsi mereka memilih menunda mengerjakan dan memilih kegiatan lain seperti bermain *game*, menonton *film* dan mencari tempat untuk berwisata. Namun, seringkali mereka terlena dengan kegiatan tersebut, sehingga skripsi mereka menjadi tertinggal. Hal tersebut juga berkaitan dengan salah satu aspek prokrastinasi yaitu ketika mahasiswa melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas skripsi yang harus dikerjakan.

Dari uraian di atas, dapat dilihat bahwa mahasiswa tingkat akhir kurang menunjukkan usahanya dalam menyelesaikan masalah ketika menyelesaikan skripsi, dimana mereka lebih mudah menyerah dan menjadi kurang bersemangat ketika mengalami hambatan yang muncul dalam penyelesaian skripsi yang menyebabkan mereka menunda-nunda dalam menyelesaikan skripsi. Penundaan pengerjaan tugas dalam hal ini disebut dengan prokrastinasi. Ferrari (Novritalia & Maimunah, 2014) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik, dapat terwujud pada indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dalam bentuk karakteristik tertentu. Aspek-aspek prokrastinasi dibagi menjadi empat diantaranya yaitu, keterlambatan dalam memulai tugas seperti mahasiswa mencari banyak referensi jurnal atau penelitian terdahulu sampai tidak terfokus pada apa yang harus dikerjakan, mahasiswa menghilang karena merasa kecewa ketika mendapatkan banyak revisi. Kelambanan dalam melakukan tugas seperti, mahasiswa terhambat ketika harus mencari fenomena penelitiannya. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual yang sebenarnya misalnya, mahasiswa merasa jenuh dan buntu ketika mengerjakan skripsi, sehingga waktu yang dibuat untuk menyelesaikan skripsi kembali tertunda, mereka membutuhkan waktu yang lebih lama lagi untuk mengerjakan skripsinya. Aspek terakhir yaitu melakukan aktivitas lain yang menyenangkan seperti, mahasiswa memilih untuk bertemu teman, menonton, dan bepergian.

Berdasarkan kondisi dan fenomena yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada pengaruh *coping strategy*

terhadap prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *coping strategy* terhadap prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberi wacana bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya di bidang psikologi pendidikan mengenai pengaruh *coping strategy* terhadap prokrastinasi menyelesaikan skripsi. Sehingga, dapat menambah referensi dalam memahami kemampuan *coping strategy* dan munculnya prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi responden mengenai pentingnya *coping strategy* dalam mengerjakan skripsi. Terutama pada mereka yang mengalami prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi.
- b. Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi bagi peneliti selanjutnya bila meneliti dengan menambahkan variabel yang

berbeda yang berhubungan dengan *coping strategy* dan prokrastinasi.