

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting dan merupakan cara yang digunakan untuk memperoleh pembelajaran dari berbagai disiplin ilmu, pendidikan juga tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, baik dalam keluarga, masyarakat dan bangsa. Kemajuan suatu bangsa juga dapat ditentukan oleh tingkat keberhasilan pendidikan (Ilyas & Suryadi 2017). Pendidikan dapat diperoleh baik secara formal maupun non formal. Pendidikan secara formal seperti di Perguruan Tinggi dapat menghasilkan individu yang kreatif. Namun untuk menjadi individu yang tangguh, bermartabat, mandiri dan kreatif tidaklah mudah, ada beberapa proses pembelajaran yang harus dilalui. Mahasiswa sebagai individu yang menuntut ilmu di perguruan tinggi memiliki tanggung jawab yang harus dilakukan baik pada saat kuliah berlangsung dan juga saat menyelesaikan kuliahnya. Mahasiswa tidak akan terlepas dari keharusan menyelesaikan tugas-tugas studi dan juga aktivitas-aktivitas lainnya, baik itu yang bersifat akademik maupun non akademik (Saputera, Yohanes, dkk, 2021). Salah satu tugas yang bersifat akademik adalah skripsi.

Skripsi atau tugas akhir adalah suatu tugas yang harus dikerjakan oleh seorang mahasiswa agar bisa mendapatkan gelar sarjana. Namun, pada kenyataannya terdapat cukup banyak mahasiswa yang tidak segera menyelesaikan tugas tersebut dan hal itu menyebabkan dia mengalami

keterlambatan kelulusan. Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama (Ramadhani, 2016).

Pada awalnya mahasiswa semangat dalam mengerjakan skripsi, namun ketika dalam mengerjakannya mahasiswa dihadapkan oleh berbagai kendala. Beberapa kendala ini berasal dari dalam diri mahasiswa dan dari luar. Adapun kendala yang berasal dari dalam diri seperti sulit untuk mencari literatur, malas mengerjakan revisi, sulit untuk mengelola emosi, sulit mempertahankan mood, kesulitan dalam mengambil data dan menyajikan hasil penelitian serta kendala dari luar seperti dosen pembimbing yang sulit dihubungi dan ditemui, subjek penelitian yang kurang dapat diajak bekerja sama, dan kendala lainnya. Oleh karena itu, kendala-kendala yang dihadapi menjadikan mahasiswa untuk menunda mengerjakan skripsi dan waktu luang yang dimiliki digunakan untuk bekerja (Melinda, 2021).

Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja merupakan fenomena peran ganda mahasiswa (Robert & Saar, 2012). Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dituntut agar mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya, baik dalam manajemen waktu antara waktu yang digunakan untuk bekerja dan kuliah, kedisiplinan, baik itu dalam urusan pekerjaan maupun dalam perkuliahan, dan juga memperhatikan kondisi kesehatan fisik karena mahasiswa harus membagi peran antara menjadi seorang mahasiswa dan karyawan. Menjadi sosok peran ganda yaitu kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang mudah. Memilih menjadi

sosok peran ganda ini tentunya memiliki manfaat dan juga resiko tersendiri bagi keberlangsungan pendidikan mahasiswa dan di sisi lain bekerja juga menimbulkan efek negatif bagi mahasiswa (Saputera, Yohanes, dkk, 2021).

Berdasarkan data yang diperoleh di lapangan, beberapa mahasiswa UNIBI yang mengontrak mata kuliah skripsi dua kali memilih bekerja ketika mulai menyusun skripsi yakni di semester 7. Alasan mereka memilih bekerja karena sekedar mengisi waktu luang, ingin mendapatkan pengalaman bekerja, ingin bertemu dengan banyak orang (meningkatkan keterampilan berkomunikasi), ingin meningkatkan keterampilan dan keahlian dalam bekerja sehingga dapat meningkatkan karir di masa yang akan datang, merasa tidak terlalu terburu-buru dalam mengerjakan skripsi, selain itu mereka merasa dapat membagi waktu antara bekerja dan kuliah.

Mahasiswa yang lain memilih bekerja karena merasa sudah jenuh dengan banyaknya revisi yang harus dikerjakan, dosen pembimbing yang sulit di hubungi, referensi yang sulit di dapatkan, dan masalah hambatan lainnya. Bersamaan dengan hal tersebut banyaknya tuntutan dari luar menambah beban yang dirasakan sehingga hal tersebut berkembang menjadi perasaan negatif yang akhirnya menimbulkan stres, kehilangan motivasi, kurang percaya diri, yang akhirnya dapat membuat mahasiswa menunda penyusunan skripsinya bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya. Hal ini sejalan dengan Rumiani (dalam Melinda, 2021) yang menjelaskan bahwa stres pada mahasiswa dapat bersumber dari beberapa hal diantaranya masalah keuangan, beban tugas, ujian dan masalah interaksi dengan teman.

Stres merupakan suatu kondisi waspada dan tegang yang dirasakan terus menerus serta mudah sedih atau frustrasi (Lovibond & Lovibond, 1995). Stres yang dirasakan dapat mendorong terjadinya prokrastinasi dalam menyusun skripsi, hal tersebut didukung oleh pendapat Bandura (dalam Lazarus & Folkman, 1984) yang menyatakan bahwa individu cenderung untuk menghindari situasi yang mengancam dan diyakini tidak dapat diselesaikan dengan menggunakan kemampuannya. Warsyiah, 2015 (dalam Yuniar, dkk, 2022) menambahkan bahwasannya semakin tinggi stres yang dialami mahasiswa maka akan semakin tinggi juga perilaku prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Mahasiswa yang tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik, sering mengulur waktu dengan melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat sehingga waktu terbuang dengan sia-sia. Tugas pun menjadi terbengkalai dan penyelesaian tugas menjadi tidak maksimal hingga berpotensi mengakibatkan kegagalan atau terlambatnya seorang mahasiswa meraih kesuksesan. Mahasiswa yang bekerja cenderung kesulitan untuk tidak dapat membagi waktunya dengan baik. Akibatnya, banyak pekerjaan yang tertunda, baik itu dalam hal tugas akademik (belajar dan mengerjakan tugas) dan non akademik (bekerja). Perilaku menunda-nunda pekerjaan tersebut sering disebut dengan istilah prokrastinasi (Saputera, Yohanes dkk, 2021).

Prokrastinasi merupakan kesengajaan menunda mengerjakan suatu hal meskipun telah terbayang dampak buruk akibat penundaan itu. 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 (Melinda, 2021).

Solomon & Rothblum (dalam Melinda, 2021) mengungkapkan bahwa indikasi penundaan akademik adalah masa studi 5 tahun atau lebih. Masa studi yang semakin lama akan memperparah prokrastinasi yang timbul. Ellis & Knaus (dalam Rumiani, 2006) menemukan bahwa hampir 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi. Sejalan dengan hasil penelitian Yosh (dalam Melinda, 2021) menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar mahasiswa. Sekitar 25% sampai 27% dari pelajar atau mahasiswa mengungkapkan bahwa prokrastinasi merupakan suatu masalah dalam lingkup akademis mereka. Selanjutnya, Sapadin & Maguire (dalam Emma Hendrayanti, 2006) menyatakan bahwa prokrastinasi itu pada hakekatnya membawa risiko yang tinggi dalam kehidupan setiap individu yang melakukannya, terutama apabila prokrastinasi telah menjadi sesuatu hal yang terjadi secara konsisten dan berkelanjutan. Ditambahkan oleh Hardjana (1994) mengemukakan bahwa prokrastinasi dapat menyebabkan stres pada diri individu yang melakukannya. Hal ini terjadi karena prokrastinator (orang yang melakukan prokrastinasi) itu tidak menjalankan hal-hal yang seharusnya dilakukannya pada saat itu. Prokrastinasi ini dapat mengakibatkan ketidakpuasan pada prokrastinator atas waktu yang terbuang yang pada akhirnya berujung dengan perasaan stres dan frustrasi karena pencapaian yang ditargetkan/ditentukan tidak kunjung selesai.

Prokrastinasi dialami juga oleh mahasiswa tingkat akhir UNIBI yang sedang mengerjakan tugas 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. Hal ini terjadi pada mahasiswa reguler UNIBI yang bekerja dan mengerjakan skripsi. Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari bagian akademik Universitas, pertahun akademik Desember 2022 sebanyak 105 mahasiswa angkatan tahun 2015-2018 mengalami penundaan dalam mengerjakan skripsi sehingga mahasiswa belum menyelesaikan skripsinya dan belum lulus jenjang pendidikan Strata 1.

Hasil wawancara yang dilakukan pada beberapa mahasiswa tingkat akhir UNIBI, mereka menyatakan bahwa telah mengontrak skripsi lebih dari satu semester atau telah berkuliah lebih dari 4 tahun dan sudah bekerja ketika sedang menyusun skripsi (komunikasi personal, 2022). Mereka mengalami hambatan-hambatan dalam mengerjakan skripsi karena kebiasaan mereka dalam menunda mengerjakan skripsi, diantaranya mereka menggunakan metode Sistem Kebut Semalam (SKS) yaitu mengerjakan tugas dibatas waktu *deadline* dan selalu mencari alasan untuk tidak segera mengerjakan tugas (komunikasi personal, 2022). Mereka menyadari bahwa melakukan suatu tugas itu penting tetapi lebih sering melakukan kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan seperti bekerja, menonton film, mendengarkan musik, *screentime* di media sosial, menonton konser bahkan berkemah bersama teman

dengan alasan *healing/refresing* serta bermain *game online* (komunikasi personal, 2022).

Masalah-masalah tersebut di atas menyebabkan adanya tekanan dalam diri mahasiswa sehingga menyebabkan stres dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dalam setahun terakhir menunjukkan adanya gejala stres (komunikasi personal, 2022). Mahasiswa L menyatakan bahwa selama melakukan bimbingan skripsi, ia dan temannya merasa kesal karena dosennya sulit dihubungi dan cemas karena tidak dapat mengumpulkan revisi sesuai waktu yang ditentukan oleh dosen pembimbing (komunikasi personal, 2022). Mahasiswa SY mengaku pesimis ketika banyaknya revisi yang kurang jelas (tidak diberitahu bagian mana atau bab berapa) dari dosen, sehingga membuat SY harus merevisi setiap subbab. SY menjadi kehilangan nafsu makan dan sulit tidur karena sulit menuangkan pemikirannya ke dalam skripsi yang dikerjakannya, sehingga menunda mengerjakan skripsi dan memilih untuk mempromosikan barang dagangannya (komunikasi personal, 2022). Selanjutnya mahasiswa EY menyatakan tidak ingin bertemu dengan teman sebayanya karena selalu timbul pertanyaan kapan lulus kuliah, sudah sampai mana prosesnya tanpa memberikan bantuan sama sekali, dan hal tersebut membuatnya merasa tertekan sampai sering membuatnya menangis di kamar sendiri (komunikasi personal, 2022). Kondisi yang dialami mahasiswa ini diperparah ketika teman yang sama-sama sedang menyusun skripsi selesai terlebih dulu (komunikasi personal, 2022). Selain itu

gangguan perilaku yang muncul adalah bahwa mereka lebih banyak menghabiskan waktunya dengan mengerjakan hal lain, salah satunya dengan bekerja. Namun tuntutan pekerjaan yang semakin bertambah dan masa studi yang tinggal beberapa semester lagi menambah perasaan tidak nyaman karena khawatir dikeluarkan dari kampus.

Dengan adanya penelitian sebelumnya mengenai stres dengan Prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, seperti penelitian Amna (2016) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara stres dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Unsyiah. Hal ini mengindikasikan semakin rendah skor pada intensitas stres maka semakin rendah pula skor pada intensitas prokrastinasi, demikian juga sebaliknya.

Penelitian mengenai stres dengan prokrastinasi menyelesaikan skripsi juga telah dilakukan oleh Yuniar (2022) dimana terdapat hubungan antara stres dengan prokrastinasi. Persamaan pada penelitian ini terletak pada variabel yang digunakan yaitu sama-sama menjadikan variabel stres dan prokrastinasi menyelesaikan skripsi sebagai variabel yang akan diteliti. Sedangkan perbedaan yang pertama terletak pada lokasi penelitian, yaitu di universitas yang berbeda. Perbedaan yang kedua terletak pada subjek penelitiannya, dijelaskan pada peneliti sebelumnya menggunakan subjek mahasiswa yang menyusun skripsi saja, sedangkan pada penelitian ini subjek yang digunakan adalah mahasiswa yang menyusun skripsi yang sudah bekerja.

Penelitian tentang hubungan antara stres dengan perilaku prokrastinasi sudah banyak dilakukan diberbagai perguruan tinggi di Indonesia, namun belum ada yang meneliti pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yang sudah bekerja. Dengan demikian menjadikan hubungan kedua variabel tersebut menarik untuk dilakukan penelitian lanjutan pada mahasiswa UNIBI yang sedang menyusun skripsi dan yang sudah bekerja karena berdasarkan data yang didapat bahwa mahasiswa UNIBI yang sedang menyusun skripsi terlambat lulus tepat waktu karena mengalami stres dan menunda menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Stres dengan Prokrastinasi Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sudah Bekerja di Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia”.

1.2 Rumusan Masalah

Menyusun skripsi bukanlah hal yang mudah untuk dilakukan dalam sekejap, karena skripsi merupakan suatu hal yang harus dilalui dengan beberapa tahap. Dimulai dari mencari materi, mengumpulkan teori dan melakukan riset, melakukan penelitian dan analisis penelitian (Wijayanto, 2021). Dengan adanya tekanan atau tuntutan yang ada dalam akademik dapat memberikan sebuah dampak pada mahasiswa. Dampak yang muncul dapat berupa dampak positif dan dampak negatif. Dampak tersebut muncul tergantung bagaimana cara mahasiswa menanggapi tuntutan yang diterimanya.

Dampak ini pun dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir UNIBI yang sedang menyusun skripsi. Pada awalnya mahasiswa semangat dalam mengerjakan skripsi, namun ketika dalam mengerjakannya mahasiswa dihadapkan oleh berbagai kendala. Kendala-kendala yang dihadapi menjadi beban tersendiri yang dirasakan, sehingga hal tersebut berkembang menjadi perasaan negatif yang akhirnya menimbulkan stres, kehilangan motivasi, serta kurang percaya diri. Waktu luang yang mereka miliki digunakan untuk bekerja, pada akhirnya membuat mahasiswa menunda penyusunan skripsinya.

Gejala stres yang tampak pada mahasiswa tingkat akhir UNIBI mengakibatkan mereka banyak menunda mengerjakan skripsi, sehingga timbul perasaan seperti, cemas karena tidak mengumpulkan revisi tepat waktu atau mengumpulkan skripsi beberapa jam sebelum batas pengumpulan berakhir. Hal ini karena ketika mereka akan mengerjakan revisi, mereka kesulitan untuk menuangkan isi pemikirannya ke dalam tulisan, dan hanya terpaku pada banyaknya referensi yang hendak digunakan.

Gejala lainnya yang tampak adalah ketika dosen pembimbing sulit untuk dihubungi sehingga mahasiswa merasa sangat kesal dan membuat mahasiswa kehilangan harapan untuk dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu. Beberapa mahasiswa kehilangan nafsu makan dan sulit untuk tidur karena skripsi yang dikerjakannya tidak ada kemajuan yang membuat mereka semakin terhambat untuk lulus. Banyaknya revisi yang diberikan oleh dosen pun membuat mahasiswa semakin pesimis dan tidak segera mengerjakan revisi karena terlalu

memikirkan apa yang seharusnya mereka kerjakan agar dapat meminimalisir dalam mengerjakan skripsi.

Stres yang dialami mahasiswa UNIBI tampaknya membuat mereka semakin menunda menyelesaikan skripsi sehingga mencari cara untuk dapat mengalihkan sementara perhatian, waktu dan pikirannya untuk hal yang lebih menyenangkan seperti bekerja. Namun tuntutan pekerjaan yang semakin bertambah dan masa studi yang tinggal beberapa semester lagi menambah perasaan tidak nyaman karena khawatir dikeluarkan dari kampus.

Berdasarkan pemaparan di atas, tampak ada keterkaitan antara stres dengan prokrastinasi menyelesaikan skripsi. Maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara stres dengan prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir yang sudah bekerja di Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres dengan prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja di Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia. Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini diuraikan dalam pokok-pokok sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara stres dengan prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir yang sudah bekerja di Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia?
2. Bagaimana variabel stres pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi dan sudah bekerja di Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia?

Bagaimana variabel prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir yang sudah bekerja di Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia?

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang lebih luas mengenai hubungan stres dengan prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir yang sudah bekerja dan faktor-faktor yang mendasari perilaku tersebut.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Mahasiswa : penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi mahasiswa sebagai wawasan agar mampu menghadapi stres yang membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi. selanjutnya dapat memberikan pandangan dan respon lebih positif terhadap prokrastinasi untuk dijadikan sebuah tantangan yang memicu usaha yang lebih baik guna menyelesaikan skripsi dan dapat

menjadi bahan pertimbangan untuk menghindari stres agar dapat mencegah terjadinya kecenderungan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.

- b. Universitas : penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih pengetahuan untuk perkembangan ilmu pengetahuan dan dapat terus memberikan kontribusi untuk penelitian-penelitian serupa dikemudian hari. Selain itu penelitian ini pun berguna bagi universitas untuk mendapat referensi dan gambaran mengenai faktor yang dapat mempengaruhi mahasiswa dalam melakukan prokrastinasi menyelesaikan skripsi sehingga universitas dapat meningkatkan kelulusan mahasiswa tepat waktu.