

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kemajuan suatu negara ditentukan oleh kualitas generasi mudanya. Jika generasi mudanya tidak memiliki kualitas personal yang baik, maka akan dapat berdampak negatif kepada negaranya. Untuk itu dalam mempersiapkan generasi muda yang berkualitas, maka harus melihat dinamika perkembangan remaja.

Masa remaja adalah masa-masa yang paling menyenangkan dan juga menyulitkan diantara masa-masa lainnya. Remaja harus menyelesaikan tugas-tugas perkembangan sebelum akhirnya seorang remaja menjadi dewasa. Tetapi bagi kebanyakan remaja, untuk melewati tugas perkembangan ini bukanlah hal yang mudah. Remaja harus bersikap sesuai dengan situasi serta keadaan yang membawa dirinya. Masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menghubungkan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa (Santrock, 2007).

Pada masa ini, perkembangan yang sangat pesat terjadi pada remaja termasuk perkembangan intelektual. Remaja dituntut untuk mengembangkan kemampuan intelektualnya. Remaja dan pendidikan sangat erat kaitannya, dimana remaja akan mengenyam pendidikan yang formal guna meningkatkan potensi dirinya.

Dewasa ini remaja seringkali tidak menyadari jika mereka larut dengan aktivitas-aktivitas yang bersifat tidak penting sehingga banyak waktu mereka

terbuang sia-sia. Namun, remaja tetap menjalankan kewajiban akademisnya seperti belajar dan mengerjakan tugas meskipun tidak teratur atau disiplin, kesulitan untuk berkonsentrasi, kekurangan referensi dan mengabaikan waktu yang tersedia. Remaja selalu menunda-nunda untuk mengerjakan tugasnya dan memprioritaskan aktivitas yang tidak begitu penting. Hal inilah yang disebut dengan prokrastinasi.

Rothblum, Solomon dan Murakami (1986) mendefinisikan prokrastinasi akademis sebagai kecenderungan untuk (a) selalu atau hampir selalu menunda tugas akademis, dan (b) selalu atau hampir selalu mengalami kecemasan bermasalah terkait dengan penundaan ini. Sedangkan menurut Ferrari (dalam Ghufron, 2003) prokrastinasi akademis adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademis, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus.

Beberapa penelitian mengenai prokrastinasi diantaranya penelitian Ellis dan Knaus yang memperkirakan lebih dari 95% mahasiswa perguruan tinggi di Amerika menunda memulai atau menyelesaikan tugas dengan sengaja dan lebih dari 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi secara berulang (dalam Sepehrian dan Lotf, 2011). Penelitian tentang prokrastinasi akademik juga telah dilakukan di Indonesia dan menghasilkan hasil penelitian yang beragam. Hasil penelitian oleh Tondok, Ristyadi dan Kartika (2008) terhadap 95 orang mahasiswa Fakultas Psikologi salah satu universitas di Surabaya menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik paling banyak dalam kategori sedang yaitu sebanyak 45,3% atau 43

orang. Hal ini menunjukkan mahasiswa belum sepenuhnya dapat menghindari prokrastinasi terhadap tugas-tugas akademik yang menjadi tanggung jawabnya.

Dari hasil observasi peneliti diketahui bahwa prokrastinasi juga terjadi di kalangan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada. Dimana Jaringan *wifi* di area perpustakaan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada diperuntukkan untuk mendukung keperluan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada, termasuk mencari sumber referensi untuk mengerjakan tugas perkuliahan. Hal tersebut dianggap lebih praktis, efisien dan cepat. Namun, peneliti juga menjumpai perhatian mahasiswa teralihkan pada kegiatan nonakademik seperti *online* di situs jejaring sosial seperti *Facebook* dan *Twitter* dan mengunduh file lagu, video, dan film yang mereka suka dari beberapa situs seperti *Youtube* dan mengesampingkan pencarian sumber untuk mengerjakan tugas.

Prokrastinasi akademis bukanlah sesuatu hal yang baik. Prokrastinasi berarti mempersempit waktu untuk seseorang mengerjakan tugas dimana seharusnya waktu tersebut cukup. Hal ini juga menyebabkan tugas-tugas menjadi tidak jelas kapan akan diselesaikan. Kalaupun tugas dapat diselesaikan, karena waktu yang sudah semakin sedikit sehingga pengerjaannya menjadi tidak maksimal. Prokrastinasi memberikan dampak tertentu bagi orang yang melakukannya. Prokrastinasi akademis memberikan dampak yang negatif bagi para mahasiswa, yaitu banyaknya waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna.

Selain itu, dampak prokrastinasi menurut Solomon dan Rothblum (1984) adalah tugas tidak terselesaikan, terselesaikan tugas tetapi hasilnya tidak memuaskan disebabkan karena individu terburu-buru dalam menyelesaikan tugas tersebut untuk mengejar batas waktu (*deadline*), menimbulkan kecemasan sepanjang waktu sampai terselesaikan bahkan kemunculan depresi, tingkat kesalahan yang tinggi karena individu merasa tertekan dengan batas waktu yang semakin sempit disertai dengan peningkatan rasa cemas sehingga individu sulit berkonsentrasi secara maksimal, waktu yang terbuang lebih banyak dibandingkan dengan orang lain yang mengerjakan tugas yang sama dan pada pelajar dapat merusak kinerja akademis seperti kebiasaan buruk dalam belajar, motivasi belajar yang rendah serta rasa percaya diri yang rendah.

Menurut Bernard (dalam Catrunada dan Puspitawati, 2008) terdapat sepuluh faktor yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Salah satu faktor yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi yaitu pencelaan terhadap diri sendiri (*self-depreciation*). *Self depreciation* merupakan pencelaan terhadap diri sendiri yang termanifestasikan ke dalam penghargaan rendah atas diri sendiri dan rasa tidak percaya diri untuk melakukan suatu hal. Dimana *self depreciation* ini termasuk didalamnya *self efficacy*. Dengan demikian *self efficacy* yang rendah mencerminkan *self depreciation*.

*Self Efficacy* adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi hambatan (Bandura, 1997). Seseorang yang yakin atas kemampuan dirinya sendiri tidak akan melakukan prokrastinasi akademis. Hal ini dikarenakan remaja sebagai

mahasiswa memandang dirinya sebagai individu yang mampu melakukan tugas-tugas tertentu tanpa memandang suatu tugas sebuah ancaman sehingga remaja tidak akan menunda-nunda untuk mengerjakan tugasnya. *Self efficacy* menentukan usaha yang dikeluarkan dan daya tahan seseorang untuk bertahan dalam menghadapi rintangan dan hambatan tugas-tugas perkuliahan. Remaja yang memiliki *self efficacy* tinggi akan menuangkan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk dapat mencapai sesuatu yang diinginkan. Sedangkan remaja yang memiliki *self efficacy* rendah akan menghindari semua tugas, usaha yang dilakukan menurun dan menyerah dengan mudah ketika masalah muncul. Hal tersebut menunjukkan bahwa *self efficacy* dapat membuat remaja lebih yakin akan kemampuan dirinya untuk menyelesaikan tugas yang menjadi tanggung jawabnya sebagai mahasiswa, tidak membuang waktu dalam mengerjakan tugas yang diberikan dan segera menyelesaikan tugas tersebut.

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik sehingga diketahui secara jelas hubungan keduanya. Untuk lokasi penelitian, peneliti mengambil lokasi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Medan. Oleh karenanya, penelitian ini berjudul “Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik pada Remaja di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Medan”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas diketahui bahwa prokrastinasi akademis adalah perilaku penundaan pada tugas akademis dengan melakukan kegiatan yang lain yang menyenangkan dan tidak penting serta tidak bertujuan. Sedangkan *self efficacy* adalah suatu keyakinan dimana individu merasa bahwa dirinya mampu untuk mencapai suatu tujuan ataupun mengerjakan suatu tugas tertentu. *Self efficacy* yang dimiliki oleh remaja secara negatif akan mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademis. Remaja yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan menghindari perilaku prokrastinasi akademis dan sebaliknya.

Bila dilihat secara umum tampak bahwa *self efficacy* pada remaja di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Medan masih tergolong minim. Hal ini diperkirakan dapat menimbulkan prokrastinasi akademis pada remaja.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk menjawab permasalahan di atas. Untuk itu penulis melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Self - Efficacy* Dengan Prokrastinasi Akademis Pada Remaja di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Medan”.

## **C. Batasan Masalah**

Pada penelitian hubungan *self-efficacy* dengan Prokrastinasi Akademis pada remaja di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Medan, peneliti membatasi masalahnya yaitu tentang hubungan antara *self efficacy* yang merupakan aspek yang sangat penting di dalam diri individu yang akan

mempengaruhi prokrastinasi akademis. *Self efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan-tindakan untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Prokrastinasi Akademis adalah perilaku penundaan pada tugas akademik yang dilakukan, dimana pelakunya secara sadar melakukan aktivitas lain yang menyenangkan dan tidak penting, tidak bertujuan, dan tidak memperhatikan waktu sehingga menimbulkan akibat negatif atau kerugian. Remaja adalah masa transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosio-emosional yang berusia 12-21 tahun. Maka populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang berkuliah di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Medan.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah penelitian adalah :  
“Apakah ada hubungan antara *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademis pada Remaja di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Medan?.”

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan suatu gambaran mengenai prokrastinasi akademis kepada seluruh mahasiswa khususnya mahasiswa psikologi, yang dimana prokrastinasi akademis ini dipengaruhi oleh *self efficacy*. Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk membuktikan hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademis pada remaja di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Medan.”

## **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat dan kegunaan sebagai berikut :

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pada ilmu psikologi pada umumnya, khususnya di bidang psikologi perkembangan, terutama yang berkaitan dengan prokrastinasi akademis dan *self efficacy* remaja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembahasan teoritis lebih lanjut.

### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi jurusan dan bagi mahasiswa. Dimana antara lain manfaatnya bagi jurusan dan mahasiswa adalah sebagai berikut:

1. Bagi jurusan yaitu bermanfaat dalam menyusun kebijakan-kebijakan akademis yang dapat menekan laju tingkat prokrastinasi akademis pada mahasiswa.
2. Bagi mahasiswa, diharapkan mendapatkan informasi mengenai hubungan antara prokrastinasi akademis dan *self efficacy* sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan untuk menghindari perilaku penundaan terhadap tugas-tugas studi dan meminimalisir tingkat prokrastinasi akademis sehingga mahasiswa dapat mencapai kesuksesan akademisnya.