

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan memegang peranan penting dalam peningkatan kualitas sumber daya manusia, karena dari sistem pendidikan akan melahirkan sumber daya manusia yang sesuai dengan kebutuhan pembangunan sebuah bangsa. Kualitas pendidikan yang merata dan layak, akan menjadikan sebuah negara berkembang dan besar. Salah satu tempat dimana pendidikan diberikan secara formal adalah perguruan tinggi. Perguruan tinggi adalah sebagai institusi pendidikan dituntut untuk menghasilkan lulusan berkualitas dan memiliki ketrampilan dalam bidangnya masing-masing.

Proses belajar di tingkat perguruan tinggi menuntut mahasiswa untuk mandiri dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya sendiri, yang tiada lain harus berbekal penguasaan ketrampilan belajar yang memadai dan motivasi untuk melakukannya sendiri.<sup>1</sup> Mahasiswa juga dituntut untuk dapat menyesuaikan, mengatur dan mengendalikan dirinya termasuk saat menghadapi padatnya aktivitas perkuliahan dan tugas-tugas kuliah yang sulit. Namun banyak ditemui mahasiswa justru menggunakan waktu yang dimiliki untuk sekedar melakukan aktifitas yang bersifat hiburan daripada harus membaca materi kuliah atau mengerjakan tugas.

---

<sup>1</sup>Eti Nurhayati, *Psikologi Pendidikan Inovatif*(Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011), 44.

Persoalan klasik yang hingga kini tetap ada dalam dunia pendidikan termasuk dalam perguruan tinggi yaitu masih sering terjadinya prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa. Hal ini sesuai dengan pernyataan sejumlah ahli bahwa prokrastinasi akademik adalah fenomena umum yang terjadi pada mahasiswa di perguruan tinggi selama beberapa dekade.<sup>2</sup> Menurut Ferrari prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus.<sup>3</sup>

Penelitian tentang prokrastinasi akademik pada siswa maupun mahasiswa telah banyak diungkap. Studi yang dilakukan oleh Zeenath dkk menemukan dari 287 siswa di Malaysia yang akan menghadapi ujian, 80% siswa mengalami prokrastinasi, dengan rincian 32,5% mempersiapkan ujian dua minggu sebelum ujian, 20% mempersiapkan ujian pada menit-menit terakhir setelah menyelesaikan tugas, dan 27,5% mempersiapkan ujian tergantung pada *mood* siswa, sehingga mayoritas siswa mengalami prokrastinasi dalam mempersiapkan menghadapi ujian. Haycock dkk menemukan prokrastinasi terjadi pada mahasiswa strata tiga yang gagal dalam menyelesaikandisertasi.<sup>4</sup>

---

<sup>2</sup>Herdiati, "Pengaruh *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta", *Skripsi*, (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2014), 2.

<sup>3</sup>Anis Latifah dan Nur Aeni, "Dinamika Psikologis Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto Pelaku Prokrastinasi Akademik", *Psycho Idea*, Vol. 11 No. 02 (Juli, 2013), 44.

<sup>4</sup>Dahlia Novarianing Asri, et. al., "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Progam Studi Bimbingan dan Konseling IKIP PGRI Madiun Ditinjau dari Efikasi Diri, *Fear Of Failure*, Gaya Pengasuhan Orang Tua, dan Iklim Akademik", *Jurnal LPMM*, Vol. 02 No 02 (Juli, 2014), 32.

Fenomena prokrastinasi akademik menimbulkan dampak negatif terhadap individu yang melakukannya, sesuai yang dikemukakan oleh Ferrari dan Morales yaitu dengan melakukan penundaan, banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia, tugas-tugas menjadi terbengkalai bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Prokrastinasi juga dapat menyebabkan penurunan produktivitas dan etos kerja individu sehingga membuat kualitas individu menjadi rendah. Selain itu Tice dan Baumeister mengatakan bahwa prokrastinasi dapat menyebabkan stres dan memberi pengaruh pada disfungsi psikologis individu. Individu yang melakukan prokrastinasi akan menghadapi *deadline* dan hal ini dapat menjadi tekanan bagi mereka sehingga menimbulkan stres.<sup>5</sup>

Ferrari menyatakan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh faktor: yaitu pertama faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu, yang meliputi kepercayaan diri, kontrol diri, *self efficacy*, motivasi, regulasi diri, kesadaran diri, dan *self critica*. Kedua faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar individu yang ikut menyebabkan terjadinya kecenderungan terjadinya prokrastinasi akademik yang meliputi gaya pengasuhan orang tua dan kondisi atau lingkungan yang toleran.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup>Nela Regar Ursia et. al, "Prokrastinasi Akademik dan *Self Control* Pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya", *Jurnal Makara Seri Sosial Humaniora*, Vol. 17 No. 01, (2013), 2.

<sup>6</sup>Rohmatun dan Taufik, "Hubungan *Self Efficacy* dan Pola Asuh Otoriter dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa", *Jurnal Penelitian Humaniora*, Vol. 15 No. 01 (Februari, 2014), 49.

Dalam penelitian ini, peneliti menghubungkan faktor internal dengan prokrastinasi akademik. Faktor yang dimaksud adalah *self efficacy* dan *self regulated learning*. *Self efficacy* adalah keyakinan atas kemampuan diri. *Self efficacy* merupakan keyakinan seseorang untuk mengkoordinir kemampuan dirinya sendiri yang dimanifestasikan dengan serangkaian tindakan dalam memenuhi tuntutan-tuntutan dalam hidupnya.<sup>7</sup>

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy* memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik, antara lain: penelitian oleh Steel yang mengemukakan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan kecenderungan seseorang untuk melakukan prokrastinasi adalah rendahnya *self efficacy*.<sup>8</sup>

Penelitian lain oleh Rohmatun dan Taufik terhadap 150 Mahasiswa Skripsi Universitas Islam Sultan Agung Semarang menemukan bahwa ada hubungan antara *self efficacy* dan pola asuh otoriter dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, variabel *self efficacy* dan pola asuh otoriter secara bersama-sama memberikan sumbangan sebesar 42,8% terhadap penurunan perilaku prokrastinasi akademik.<sup>9</sup>Selanjutnya penelitian oleh Kusnul Ika Sandra dan M. As'ad Djalali terhadap 110 guru-guru di SMA dan sederajat di wilayah Surabaya dan Sidoarjo menyimpulkan bahwa ada

---

<sup>7</sup> Sitti Fitriana, et. al., "Pengaruh Efikasi Diri, Aktivitas, Kemandirian Belajar dan Kemampuan Berpikir Logis Terhadap Hasil Belajar Matematika Pada Siswa Kelas VIII SMP", *Journal of EST*, Vol. 01 No. 02 (September, 2015), 90.

<sup>8</sup> Guntoro Galih Setyanto, "Pengaruh *Self-Regulated Learning* dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta", *Skripsi*, (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2014), 24.

<sup>9</sup>Rohmatun dan Taufik, "Hubungan *Self Efficacy* dan Pola Asuh Otoriter Terhadap Prokrastinasi Akademik", 53.

hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dan *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada guru, variabel manajemen waktu dan *self efficacy* secara bersama-sama memberikan sumbangan sebesar 21,3% terhadap penurunan perilaku prokrastinasi akademik.<sup>10</sup>

Faktor yang kedua adalah *self regulated learning* didefinisikan sebagai tingkatan dimana partisipan secara aktif melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar. Secara metakognisi, *self-regulated learner* merencanakan, mengorganisasi, mengarahkan diri, memonitor diri, dan mengevaluasi diri pada tingkatan-tingkatan yang berbeda dari apa yang mereka pelajari. Secara motivasi, mereka merasa diri mereka sendiri kompeten, dan mandiri. Secara perilaku mereka memilih, menyusun, dan membuat lingkungan mereka untuk belajar yang optimal.<sup>11</sup>

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self regulated learning* memiliki korelasi negatif dengan prokrastinasi akademik, antara lain: penelitian oleh Steel yang mengemukakan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan kecenderungan seseorang untuk melakukan prokrastinasi adalah kesulitan untuk mengatur diri (*self regulation*).<sup>12</sup>

Penelitian lain oleh Fitria Dwi Rizanti terhadap 32 mahasiswa Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al Akbar Surabaya yang menemukan

---

<sup>10</sup>Kusnul Ika dan M. As'ad Djalali, "Manajemen Waktu, Efikasi Diri dan Prokrastinasi", *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 02 No. 03 (September, 2013), 221.

<sup>11</sup>Abd. Mukhid, "Strategi *Self Regulated Learning* (Perspektif Teoritik)", *Jurnal Tadris*, Vol. 03 No. 02 (2008), 223-224.

<sup>12</sup>Herdiati, "Pengaruh *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik", 3.

bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal Al Qur'an pada mahasiswa, variabel *self regulated learning* memberikan sumbangan sebesar 69,2% terhadap penurunan perilaku prokrastinasi akademik.<sup>13</sup> Selanjutnya penelitian oleh Irma Alfina terhadap 24 siswa akselerasi di SMA Negeri 1 Samarinda menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan kemampuan *self regulated learning* siswa, yang berarti semakin rendah prokrastinasi seorang siswa maka akan semakin tinggi kemampuan *self regulated learning* yang dimiliki.<sup>14</sup>

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan beberapa Mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2013 STAIN Kediri pada tanggal 5 April 2016, diperoleh informasi bahwa sebagian mahasiswa tersebut melakukan prokrastinasi, yaitu menunda-nunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen, mengerjakan tugas di kampus atau menjelang tugas akan dikumpulkan, menunda dalam membaca materi perkuliahan yang ditugaskan oleh dosen, dan suka belajar pada malam terakhir atau saat-saat terakhir menjelang ujian. Semua perilaku tersebut dapat dikatakan prokrastinasi akademik karena bersifat penundaan dalam pelaksanaan tugas akademik.

---

<sup>13</sup>Fitria Dwi Rizanti, "Hubungan antara *Self Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menghafal Alquran Pada Mahasiswa Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya", *Character*, Vol. 02 No. 01 (2013), 6.

<sup>14</sup>Irma Alfina, "Hubungan *Self Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Akselerasi (SMA Negeri Samarinda)", *eJournal Psikologi*, Vol. 02 No. 02 (2014), 235.

Penyebab seseorang melakukan prokrastinasi beraneka ragam. Jika dilihat dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa Mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2013 STAIN Kediri, penyebab mereka menunda-nunda mengerjakan tugas atau melakukan prokrastinasi karena rasa malas, suka main, mengerjakan tugas menunggu suasana hati senang dan memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Selain itu kurangnya kemampuan dalam membagi waktu antara kuliah dengan berorganisasi, ada juga yang kuliah sambil bekerja sehingga mengalami kelelahan dan tugas menjadi tertunda untuk dikerjakan.

Prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2013 STAIN Kediri ini juga disebabkan oleh kurangnya keyakinan dalam diri mereka untuk mampu menyelesaikan tugas-tugas akademik yang dihadapinya, terutama apabila tugas tersebut kompleks. Kondisi tersebut memunculkan kecenderungan perilaku untuk menghindar dalam mengerjakan tugas, yang pada akhirnya mengerjakan tugas di saat-saat terakhir pengumpulan. Padahal keyakinan diri akan kemampuan yang dimiliki (*self efficacy*) merupakan salah satu kunci penting bagi mahasiswa dalam keberhasilan proses belajarnya. Keyakinan individu menyelesaikan tugas dengan baik akan mempengaruhi semangat individu dalam menghadapi tantangan dan rasa percaya diri untuk berprestasi sehingga keinginan melakukan prokrastinasi akademik akan berkurang.

Beberapa mahasiswa juga mengaku belum mampu menerapkan pengaturan diri dalam belajar (*self regulated learning*) dengan baik. Banyaknya tugas kuliah yang harus dikerjakan, ditambah aktivitas lain di luar akademik membuat mereka kesulitan dalam mengatur waktu dengan baik. Dampak yang terjadi mereka merasa malas, sehingga menghindari dalam mengerjakan tugas yang pada akhirnya mengerjakan tugas di saat-saat terakhir pengumpulan. Padahal *self regulated learning* memiliki peran besar bagi keberhasilan mahasiswa dalam proses belajarnya. Dengan penerapan strategi *self-regulated learning* yang baik, maka mahasiswa akan mampu membuat rencana dan prioritas dalam melakukan aktivitas sehingga keinginan melakukan prokrastinasi akademik akan berkurang.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai ‘‘**Pengaruh *Self Efficacy* dan *Self Regulated Learning* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi Pendidikan Agama Islam Angkatan 2013 STAIN Kediri**’’.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Seberapa besar pengaruh *self efficacy* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri?

2. Seberapa besar pengaruh *self regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri?
3. Seberapa besar pengaruh *self efficacy* dan *self regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri?

### C. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang telah diajukan, maka tujuan dari penelitian adalah menguji teori Joseph R. Ferrari dkk yang menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik, semakin rendah *self efficacy* maka semakin tinggi kemungkinan seseorang melakukan prokrastinasi akademik.<sup>15</sup> Dan teori Caroline Senecal dan Richard Koestner yang menemukan bahwa cara siswa dalam meregulasi perilaku akademiknya berhubungan signifikan dengan perilaku prokrastinasi, dimana siswa yang memiliki alasan intrinsik dalam mengejar pendidikannya maka akan mengurangi kemungkinan ia melakukan prokrastinasi.<sup>16</sup>

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah:

---

<sup>15</sup>Joseph R. Ferrari, et. al., "Academic Procrastination : Personality Correlates with Myers Briggs Types, Self Efficacy, and Academic Locus of Control", *Journal of Social Behavior and Personality*, Vol. 07 No. 03 (1992), 496.

<sup>16</sup>Caroline Senecal dan Richard Koestner, "Self Regulation and Academic Procrastination", *The Journal Of Social Psychology*, Vol. 135 No. 05 (1995), 607.

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *self efficacy* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri.
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *self regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri.
3. Untuk mengetahui seberapa besar *self efficacy* dan *self regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

##### 1. Kegunaan Teoritis

Hasil temuan ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pengembangan kajian ilmu Psikologi Pendidikan terutama yang terkait dengan *self efficacy*, *self regulated learning* dan prokrastinasi akademik, sehingga dapat dijadikan tambahan referensi bagi penelitian-penelitian sejenis oleh peneliti selanjutnya.

##### 2. Kegunaan Praktis

###### a. Bagi Jurusan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi jurusan dalam menyusun kebijakan-kebijakan akademik dan pendukung lainnya yang dapat menekan

laju tingkat prokrastinasi akademik dan semakin mengoptimalkan *self efficacy* dan *self regulated learning* pada mahasiswa.

b. Bagi Mahasiswa

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi mahasiswa mengenai pentingnya meminimalisir tingkat prokrastinasi akademik dengan penerapan *self efficacy* dan *self-regulated learning* dalam kegiatan akademiknya sehingga mahasiswa dapat mencapai kesuksesan akademiknya.

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sarana untuk mengembangkan daya berpikir dan penerapan keilmuan yang telah dipelajari di perguruan tinggi dan menambah ilmu pengetahuan dari permasalahan yang diteliti.

## E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian, yang kebenarannya masih harus diuji secara empirik. Hipotesis merupakan kendali bagi peneliti agar arah penelitian yang dilakukan tidak kemana-mana. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah:

1. Ha: Ada pengaruh negatif yang signifikan antara *self efficacy* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri.

Ho: Tidak ada pengaruh negatif yang signifikan antara *self efficacy* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri.

2. Ha : Ada pengaruh negatif yang signifikan antara *self regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri.

Ho : Tidak ada pengaruh negatif yang signifikan antara *self regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri.

3. Ha : Ada pengaruh negatif yang signifikan antara *self efficacy* dan *self regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri.

Ho : Tidak ada pengaruh negatif yang signifikan antara *self efficacy* dan *self regulated learning* terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri.

## **F. Penegasan Istilah**

Penegasan istilah dapat berbentuk definisi operasional variabel yang akan diteliti.<sup>17</sup> Definisi operasional yaitu konsep teoritik dalam suatu penelitian yang harus diterjemahkan dalam bentuk operasionalnya dengan

---

<sup>17</sup> STAIN Kediri, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Kediri: STAIN Press, 2012), 72.

tujuan untuk mempermudah usaha pengukuran dan proses pengumpulan data. Definisi operasional masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

1. *Self efficacy*

Keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. *Self efficacy* tidak berkaitan dengan kecakapan yang dimiliki, tetapi berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal yang dapat dilakukan dengan kecakapan yang ia miliki seberapa besar pun besarnya. *Self efficacy* pada tiap diri individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga dimensi yaitu dimensi tingkat kesulitan tugas (*level*), tingkat kekuatan (*strength*) dan luas bidang tugas (*generality*).

2. *Self regulated learning*

Kemampuan untuk menjadi partisipan yang aktif secara metakognisi, motivasi dan perilaku di dalam proses belajar. Secara metakognisi, *self-regulated learner* merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri dan menginstruksikan diri pada tingkatan-tingkatan yang berbeda dari apa yang mereka pelajari. Secara motivasi, mereka mau mengambil tindakan dan tanggung jawab atas kegiatan belajar yang dia lakukan. Secara perilaku, mereka memilih, menyusun dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik yang seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian tujuan atas aktivitas yang dilakukan.

### 3. Prokrastinasi akademik

Perilaku penundaan yang dilakukan oleh individu dalam merespon tugas akademik, baik menunda dalam memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual, dan memilih melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.