

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan adalah kunci masa depan untuk kehidupan yang lebih baik, apalagi di Indonesia yang masih sangat mementingkan ijazah dalam bekerja. Mengingat ketatnya persaingan dalam dunia kerja dan berkarir yang lebih serta untuk dapat menduduki jabatan yang lebih tinggi, seseorang dituntut memiliki level pendidikan yang lebih tinggi (Sonny, 2021). Melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi atau melanjutkan kuliah lagi bagi seorang karyawan butuh perlakuan khusus, seperti menyesuaikan waktu antara bekerja dan menghadiri perkuliahan (Sifa, 2020). Seseorang yang menjalani kuliah sambil bekerja memiliki dua peran ganda yaitu sebagai karyawan atau pegawai dan sebagai seorang mahasiswa (Karim, 2021).

Mahasiswa merupakan orang yang sedang menempuh jenjang pendidikan di perguruan tinggi. Mahasiswa dituntut untuk menjadi calon ilmuwan sehingga mahasiswa mempunyai tanggung jawab yang besar dalam bidang akademik, seperti mencari buku referensi dan membaca buku-buku serta jurnal penelitian guna memenuhi tugas yang diberikan dosen. Disamping itu mahasiswa juga dituntut untuk segera mungkin menyelesaikan masa studinya dengan membuat tugas akhir atau skripsi (Broto, 2016).

Skripsi merupakan tugas akhir bagi mahasiswa semester akhir yang pengerjaannya membutuhkan waktu yang lama, yaitu mulai dari proposal hingga penelitian (Ulum, 2018). Hambatan mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah rasa malas, kesulitan memperoleh referensi, ketidakmampuan

mengatur waktu, kurang komunikasi dengan dosen, dan lain-lain. Banyak mahasiswa yang sedang menyusun skripsi merasa diberi beban berat, akhirnya kesulitan-kesulitan yang dirasakan tersebut berkembang yang akhirnya dapat menyebabkan mahasiswa menunda penyusunan skripsinya, bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya (Wahyuningtiyas *et.al.*, 2019).

Menunda menyelesaikan skripsi dapat disebut juga dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi merupakan suatu hambatan perilaku yang mengarah pada tindakan membuang-buang waktu sehingga menunda tugas (dalam berbagai jenis tugas) yang dilakukan secara berulang-ulang sebagai sebuah kebiasaan (Handayani & Abdullah, 2016). Mahasiswa cenderung mempunyai perilaku prokrastinasi, hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniati (2014) hasilnya bahwa paling banyak mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik sedang (65,1%). Penelitian dengan metode kualitatif yang dilakukan oleh Burhan dan Herman (2019) menunjukkan hasil bahwa kebiasaan perilaku prokrastinasi akademik dilakukan oleh semua informan yang diajukan pertanyaan oleh peneliti. Perilaku prokrastinasi akademik dilakukan oleh mahasiswa dalam kondisi sadar dan memang disengaja dilakukan karena adanya beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi.

Faktor-faktor yang menyebabkan mahasiswa suka menunda adalah karena kurang kepercayaan diri, cemas, bahkan stres. Tidak hanya stres yang menyebabkan seorang mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik, namun juga seseorang yang sedang melakukan prokrastinasi akan merasakan stres (Handayani & Abdullah, 2016). Mahasiswa saat menyusun skripsi terkadang

berfikir pesimis, bingung dalam pembuatan judul atau proses pengerjaannya yang akhirnya timbul rasa cemas, gelisah, bingung dan stres (Ulum, 2018).

Stres merupakan respon maladaptif dari seseorang karena mendapatkan stressor (Stuart, 2016). Stres yang terjadi pada mahasiswa saat menyusun skripsi karena mahasiswa tidak mampu mengatasi kesulitan-kesulitan yang ditemui dalam proses penyusunan skripsi. Faktor yang mempengaruhi stres yang dialami mahasiswa saat menyusun skripsi terdiri atas dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi, kemampuan atau kecerdasan seseorang, sedangkan faktor eksternal meliputi; tuntutan kampus, keluarga, dan keuangan (Broto, 2016).

Penelitian Azahra (2017) menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi mengalami stres dengan kategori stres sedang (79,8%). Sama halnya dengan penelitian Ulum (2018) dan (Indarwati, 2018) dalam penelitiannya menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa dalam menyusun skripsi mengalami stres dengan kategori sedang. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosyad (2019) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sebagian besar mengalami stres dengan kategori normal (59,3%).

Stres yang dialami mahasiswa termasuk stres negatif sebab memberi dampak buruk pada diri mahasiswa tersebut. Stres yang dialami mahasiswa nampak pada segi fisik, emosional, kognitif, dan interpersonal (Broto, 2016). Mahasiswa yang sedang mengalami stres akan menyebabkan tidak mampu berpikir kritis sehingga diperlukan untuk mengatur atau manajemen stresnya dengan baik untuk mengembalikan perasaan rileks dan reaksi positif

agar mampu menghadapi situasi sulit kembali (Handayani & Abdullah, 2016).

Mahasiswa sambil bekerja tentunya membagi waktu antara kuliah dengan bekerjanya dan berusaha untuk melakukan keduanya dengan baik. Mahasiswa yang melakukan dua aktivitas agar berjalan dengan baik tentunya mengeluarkan tenaga ekstra agar keduanya mampu berjalan dengan baik. dan juga tentunya mahasiswa yang bekerja akan merasakan beban atau tekanan karena tanggung jawab ganda yang harus dijalankan dengan baik agar tercapainya target individu. Mahasiswa sambil bekerja lebih memilih untuk menunda tugas kuliahnya karena setelah pulang kerja atau kuliah, mahasiswa akan merasakan kelelahan maka individu lebih memilih aktivitas lainnya seperti beristirahat (Yesiana, 2020). Hal ini sesuai dengan penelitian Burhan dan Herman (2019), hasilnya bahwa faktor determinan yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa yaitu buruknya pengelolaan waktu, dapat dilihat melalui tidak adanya perencanaan dalam mengerjakan tugas, tidak adanya pembuatan prioritas utama, dan dalam mengerjakan tugas kuliah mahasiswa lebih memilih mengerjakannya pada saat deadline pengumpulan tugas.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 29 Oktober 2021 dengan metode wawancara terhadap 10 mahasiswa program studi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap semester akhir kelas transfer yang sedang mengerjakan skripsi, didapatkan hasil bahwa 9 mahasiswa menyatakan merasa sering sulit tidur dan memikirkan skripsi yang belum selesai sedangkan waktu untuk mengerjakan hanya pada malam hari sepulang bekerja. Namun setelah pulang bekerja terlalu lelah, inginnya hanya istirahat

sehingga 8 mahasiswa memilih untuk menunda mengerjakan skripsinya. Sedangkan 2 mahasiswa menyatakan selalu menyempatkan waktu untuk mengerjakan skripsinya.

Berdasarkan studi pendahuluan dan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan tingkat stres dan kesibukan bekerja dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah hubungan tingkat stres dan kesibukan bekerja dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan kesibukan bekerja dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap.
- b. Mengetahui gambaran kesibukan bekerja pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap
- c. Mengetahui gambaran prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

- d. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap.
- e. Menganalisis hubungan kesibukan bekerja dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah data pustaka mengenai teori tentang hubungan tingkat stres dan kesibukan bekerja dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institut Pendidikan

Memberikan informasi kepada civitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap tentang hubungan tingkat stres dan kesibukan bekerja dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman dan pengetahuan penelitian tentang hubungan tingkat stres dan kesibukan bekerja dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian tentang hubungan tingkat stres dan kesibukan bekerja dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang terkait dengan penelitian yang dilakukan penulis disajikan dalam Tabel 1.1

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

Peneliti, Tahun dan Judul	Tujuan, Variabel dan Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
Burhan dan Herman (2019) Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar)	Penelitian ini bertujuan: mengetahui gambaran perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa, mengetahui faktor determinan perilaku prokrastinasi akademik, dan mengetahui dampak yang ditimbulkan dari perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Variabel dalam penelitian ini adalah perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan mengamati dan berinteraksi dengan mahasiswa Prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Negeri Makassar. Instrumen menggunakan wawancara mendalam.	Faktor determinan yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa yaitu buruknya pengelolaan waktu, dapat dilihat melalui tidak adanya perencanaan dalam mengerjakan tugas, tidak adanya pembuatan prioritas utama, dan dalam mengerjakan tugas kuliah mahasiswa lebih memilih mengerjakannya pada saat deadline pengumpulan tugas.	Persamaan: 1. Meneliti tentang Prokrastinasi. Perbedaan: 1. Desain penelitian yang akan penulis gunakan adalah penelitian kuantitatif korelatif dengan desain <i>cross sectional</i> . 2. Variabel bebas yang akan digunakan peneliti adalah tingkat stress dan kesibukan bekerja. 3. Sampel yang akan penulis gunakan adalah mahasiswa yang bekerja
Wahyuningtiyas et al, (2019), Hubungan Manajemen Stres dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara manajemen stres dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Variabel bebas adalah manajemen stres sedangkan	Terdapat hubungan negatif antara manajemen stres dengan prokrastinasi akademik ($r = -0.803$, $p = 0.000$).	Persamaan: 1. Variabel terikat menggunakan Prokrastinasi. 2. Desain penelitian menggunakan

Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi	variabel terikatnya adalah perilaku Prokrastinasi. Penelitian kuantitatif korelasional <i>cross sectional</i> . Sampel sebanyak 100 mahasiswa dengan teknik insidental sampling. Analisis data menggunakan Analisis data menggunakan uji <i>Pearson – Product Moment</i>	metode korelatif <i>cross sectional</i> .	
		<p>Perbedaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel bebas yang akan digunakan penulis adalah tingkat stres dan kesibukan bekerja. 2. Analisis data menggunakan uji Chi square. 3. Sampel yang akan penulis gunakan adalah mahasiswa yang bekerja 	
Handayani & Abdullah (2016), Hubungan Stres dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa	Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan stres dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Variabel bebas yang digunakan adalah stres sedangkan variabel terikatnya adalah prokrastinasi pada mahasiswa. Analisis Regresi dan Korelasi Parsial dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik stratified proposional random sampling sebanyak 52 mahasiswa	<p>Hasil penelitian menunjukkan nilai $R^2 = 0,141$ artinya variabel stres memberikan sumbangan efektif sebesar 14,1 % terhadap variabel prokrastinasi, sedangkan sisanya 85,9% disebabkan variabel lain</p>	<p>Persamaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel terikat menggunakan Prokrastinasi. 2. Variabel bebas menggunakan stres. 3. Desain penelitian menggunakan metode korelatif <i>cross sectional</i>. <p>Perbedaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel bebas yang akan digunakan penulis adalah tingkat stres dan kesibukan bekerja. 2. Analisis data menggunakan uji Chi square. 3. Sampel yang akan penulis gunakan adalah mahasiswa yang bekerja

