

BAB I

PENDAHULUAN

A.Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu cara untuk memperoleh ilmu pengetahuan dari berbagai bidang studi. Pendidikan dapat diperoleh melalui jalur formal maupun nonformal (Syaadah et al., 2023). Pendidikan formal seperti pada lembaga pendidikan tinggi memegang peranan penting dalam mencetak pribadi yang mandiri, bermartabat, tangguh, dan kreatif. Untuk mencapai status sebagai pribadi yang mandiri, kreatif, tangguh, dan bermartabat bukanlah hal yang mudah, banyak proses pembelajaran yang harus dilalui. Demikian pula mahasiswa sebagai individu yang menuntut ilmu di perguruan tinggi, mau tidak mau akan dihadapkan pada rutinitas kegiatan belajar menyelesaikan tugas dari dosen, dan sebagainya. Mahasiswa merupakan pembelajar yang mencari ilmu di Perguruan Tinggi. Ilmu yang diperoleh mahasiswa di perguruan tinggi diperoleh melalui proses belajar di institut pendidikan dituntut untuk mampu mengembangkan dan memaksimalkan potensi diri yang dimilikinya. Mahasiswa diberi tugas dan tanggung jawab untuk mengikuti proses belajar-mengajar dengan penuh komitmen.

Proses pembelajaran yang cukup menyeluruh dikemukakan oleh Bell-Gredler (dalam Salsabila et al., 2024) yang menyatakan bahwa pembelajaran merupakan suatu proses yang dilakukan oleh manusia untuk memperoleh berbagai jenis kompetensi, keterampilan, dan sikap. Kemampuan, keterampilan, dan sikap ini berkembang secara bertahap dan konsisten dari masa kanak-kanak hingga usia tua melalui serangkaian pengalaman belajar. Pembelajaran juga diartikan sebagai kejadian internal atau prosedur yang harus dilakukan, Seseorang untuk mendorong peningkatan dalam diri sendiri atau perubahan perilaku, misalnya, belajar, membaca, dan mendengarkan konten, yang membangkitkan semangat Hal ini menunjukkan bahwa melalui pembelajaran, seseorang akan mendapatkan hasil yang lebih baik. Dalam

mengasah ilmu pengetahuan tersebut, tentu saja sebagai mahasiswa harus mengembangkan tanggung jawab akademiknya seperti belajar, menyelesaikan tugas, mengikuti ujian, tidak menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas serta aktif mengikuti perkuliahan (Abdillah & Fitriana, 2021).

Mahasiswa sering dianggap sebagai individu yang matang secara fisik dan mental serta terdidik dengan baik dalam kehidupan sehari-hari. Ada berbagai tanggung jawab dan kewajiban yang harus diemban mahasiswa dalam kegiatan perkuliahan, seperti menjalankan tugas akademik (Muhamad & Nurhayati, 2022). Setiap mahasiswa dituntut untuk mencapai nilai yang baik dalam setiap mata kuliah. Untuk mencapai nilai yang baik, mahasiswa harus terlibat aktif di kelas, seperti menghadiri kelas secara teratur, mematuhi peraturan kampus, menyelesaikan tugas untuk setiap mata kuliah yang diikuti, dan berbicara di depan dosen (Munthe & Lase, 2022).

Prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa di perguruan tinggi terjadi ketika mahasiswa diwajibkan untuk dapat membaca literatur, melakukan analisis, atau menyerahkan tugas-tugas akademik (Jamila, 2020). Di perguruan tinggi, durasi maksimum untuk program (S1) dibatasi hingga 14 semester; jika mahasiswa tidak dapat menyelesaikan mata kuliah dalam jangka waktu maksimum dan terus menyelesaikan tugas perkuliahan tidak tepat waktu dan mendapatkan nilai yang kurang baik maka dapat mengulang mata kuliah atau kuliah pendek (KSP) hingga mahasiswa tersebut jika terus menerus melakukan penundaan dianggap telah putus kuliah (DO). Penelitian tentang kemampuan regulasi diri dan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh Mu'alima (2021) menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Kemampuan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa. Seseorang yang mampu memanfaatkan waktunya secara efektif dengan mengenali hal-hal yang harus diprioritaskan dan yang tidak dikatakan mampu melakukan manajemen waktu (Wahyuni & Machali, 2021).

Penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu yang buruk memiliki hubungan yang positif dengan perilaku prokrastinasi (Grunschel et al dalam Erwinda et al., 2023). Ketidakmampuan dalam mengalokasikan waktu dengan baik sering kali menyebabkan siswa merasa terbebani dengan banyaknya tugas yang harus diselesaikan secara bersamaan, sehingga mereka lebih memilih untuk menunda tugas daripada menghadapi tekanan tersebut (Irwansyah et al., 2022). Menurut Bandura (dalam S. Khoirunnisa & Hariyadi, 2023), mengungkapkan bahwa seseorang yang meningkatkan regulasi dirinya akan mulai memperkuat diri dengan perasaan bangga atau mengatakan bahwa mereka telah melakukan pekerjaan dengan baik ketika menyelesaikan suatu tujuan. Pengaturan diri yang efektif menunjukkan bahwa mahasiswa akan menunjukkan peningkatan motivasi, ketekunan, dan efisiensi dalam mencapai hasil akademis yang sukses. Mahasiswa termotivasi untuk menjadi pelajar yang lebih bertanggung jawab dan tekun sebagai hasil dari keyakinan ini.

Zimmerman (2000) menyatakan bahwa pengaturan diri adalah proses yang dilakukan individu untuk mengaktifkan dan mempertahankan pikiran, emosi, dan tindakan mereka untuk mencapai tujuan pribadi. Dalam konteks akademis, manajemen waktu yang efektif dalam bidang akademis sangat penting bagi keberhasilan mahasiswa dalam menangani berbagai tanggung jawab, seperti menghadiri kuliah, menyelesaikan tugas, berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler, dan mengelola kehidupan pribadi. Dengan menerapkan manajemen waktu yang efektif, siswa dapat meningkatkan produktivitas dan mengurangi stres yang timbul akibat keterbatasan waktu.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa regulasi diri yang tinggi berkorelasi dengan pencapaian akademik yang lebih baik (dalam Schunk & Zimmerma R. N. Khoirunnisa et al., 2022). Beberapa penelitian telah menemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara kemampuan regulasi diri dan prokrastinasi akademik, di mana semakin tinggi kemampuan regulasi diri, maka semakin rendah kecenderungan prokrastinasi

(Mujirohrawati & Khoirunnisa, 2020; Triovano & Khoirunnisa, 2021). Akan tetapi, sebagian besar penelitian tersebut masih dilakukan dalam konteks umum dan belum mempertimbangkan. Oleh karena itu, masih terdapat keterbatasan dalam hal konteks lokal dan karakteristik partisipan yang diteliti. Sebagian besar studi sebelumnya dilakukan pada populasi mahasiswa di luar negeri atau pada mahasiswa tahun akhir, serta kurangnya studi dengan pendekatan kuantitatif pada mahasiswa.

Fenomena yang terjadi saat ini dalam proses perkuliahan selalu dihadapkan dengan tuntutan, keputusan, dan pilihan yang harus diambil oleh mahasiswa (Pramudiyanto et al., 2024), penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa dikenal dengan istilah prokrastinasi. Prokrastinasi adalah kecenderungan individu untuk menghindari suatu tugas atau pekerjaan yang dilakukan secara sengaja. Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya bahwa terdapat Tingkat prokrastinasi pada kalangan mahasiswa pun terbilang cukup tinggi. Lebih dari 70% mahasiswa di perguruan tinggi pernah mengalami keterlambatan dalam belajar dan mengumpulkan tugas secara tidak teratur yang mengindikasikan perilaku prokrastinasi (Steel & Klingsieck dalam Anabillah et al., 2022).

Berdasarkan pengalaman pribadi sebagai mahasiswa selama proses menjalani proses perkuliahan sering di hadapkan dengan tugas tugas akademik misalnya tugas tugas kuliah seperti penulisan makalah penyelesaian tugas praktikum, maupun laporan praktikum, serta persiapan ujian. meskipun tugas telah diberikan jauh hari sebelumnya penyelesaian sering kali baru dilakukan mendekati tenggat waktu, bahkan dalam situasi buru-buru. Fenomena ini tidak hanya dialami sendiri, tetapi juga dirasakan oleh sebagian besar teman teman kuliah lainnya. Secara observasi tidak langsung terhadap teman-teman juga menunjukkan pola serupa, hal ini Menyebabkan penyelesaian tugas menjadi sulit dan dapat ditunda oleh karena itu salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik salah satunya adalah

kemampuan regulasi diri jika tidak memiliki pengaturan diri yang baik akibatnya pekerjaan dikerjakan dalam keadaan terburu-buru hasilnya kurang maksimal.

Salah satu faktor yang diduga berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik adalah kemampuan regulasi diri. Regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur pikiran, perasaan, dan perilakunya secara sadar dalam mencapai tujuan tertentu. Mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang baik cenderung mampu mengatur waktu, mengelola motivasi, dan mengendalikan distraksi sehingga lebih konsisten dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Sebaliknya, mahasiswa dengan regulasi diri rendah cenderung lebih mudah untuk menunda pekerjaan, meskipun tahu hal tersebut akan merugikan dirinya sendiri.

B.Rumusan Masalah

Fenomena yang terjadi saat ini dalam proses perkuliahan selalu dihadapkan dengan tuntutan, keputusan, dan pilihan yang harus diambil oleh mahasiswa (Pramudiyanto et al., 2024). Berdasarkan pengalaman pribadi sebagai mahasiswa selama menjalani proses perkuliahan sering di hadapkan dengan tugas tugas akademik, misalnya tugas tugas kuliah seperti penulisan makalah penyelesaian tugas praktikum, maupun laporan praktikum, serta persiapan ujian. meskipun tugas telah diberikan jauh hari sebelumnya penyelesaian sering kali baru dilakukan mendekati tenggat waktu, bahkan dalam situasi buru-buru. Fenomena ini tidak hanya dialami sendiri, tetapi juga dirasakan oleh sebagian besar teman teman kuliah lainnya Dengan pola serupa, hal ini Menyebabkan penyelesaian tugas menjadi sulit dan dapat ditunda salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah kemampuan regulasi diri, jika kurangnya kemampuan regulasi diri dapat mengerjakan pekerjaan serta tugas tugas dalam keadaan terburu-buru sehingga hasilnya kurang maksimal.

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik adalah kemampuan regulasi diri. Regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur pikiran, perasaan, dan perilakunya secara sadar dalam mencapai tujuan tertentu. Kemampuan regulasi diri yang baik cenderung mampu mengatur waktu, mengelola motivasi, dan mengendalikan distraksi sehingga lebih konsisten dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Sebaliknya, individu dengan regulasi diri rendah cenderung lebih mudah untuk menunda pekerjaan, meskipun tahu hal tersebut akan merugikan diri sendiri.

Berdasarkan Uraian diatas, maka peneliti ingin mengetahui adakah hubungan antara kemampuan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Darul Ulum Jombang.



C.Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu membuktikan adakah hubungan antara kemampuan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Darul Ulum Jombang.

D.Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik secara teoritis dan praktis, adalah sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang kemampuan pengaturan diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini dapat memberikan strategi belajar serta manajemen waktu efektif yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kemampuan regulasi diri, dan dapat mengurangi tingkat prokrastinasi dan kinerja akademik mahasiswa.