

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa dalam proses belajar di pendidikan tinggi tidak terlepas dari penugasan, baik tugas akademik maupun non akademik. Tugas non akademik adalah tugas yang didapatkan diluar kegiatan perkuliahan seperti tugas yang didapatkan dalam mengikuti organisasi (Khotimah et al., 2022). Tugas akademik adalah tugas yang diberikan oleh dosen untuk setiap mata kuliah (Damri et al., 2017). Beberapa tugas akademik meliputi tugas membaca, mengerjakan makalah, belajar mempersiapkan ujian, mengurus administrasi, dan menghadiri kelas (Assafi'i et al., 2023). Mahasiswa tidak hanya dituntut untuk memahami materi, tetapi juga tugas laboratorium, mengasah keterampilan, dan berpartisipasi dalam kegiatan organisasi (Khotimah et al., 2022). Hal ini disesuaikan dengan kurikulum pendidikan yang dirancang untuk memastikan bahwa proses pembelajaran yang dilakukan dapat memberikan mahasiswa keterampilan yang cukup untuk menghadapi masa depan (Manggali et al., 2024).

Mahasiswa sering malas untuk menyelesaikan tugas mereka, sikap malas ini disebabkan oleh kondisi psikologis yang mereka alami, yang mendorong mereka untuk menghindari tugas tersebut (Saman, 2017). Mahasiswa yang menunjukkan perilaku menunda menyelesaikan tugas secara sengaja dan berulang, serta lebih memilih mengerjakan hal yang tidak mendukung penyelesaian tugas, yang akhirnya menyebabkan keadaan emosional tidak menyenangkan bagi pelakunya disebut dengan prokrastinasi akademik (Dewi et al., 2023). Prokrastinasi akademik dapat

dimanifestasikan dalam indikator berupa penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dan kinerja aktual, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan seperti ngobrol, nonton, mendengarkan musik dan jalan-jalan (Fauziah, 2015).

Tingkat prokrastinasi akademik merupakan hal yang umum di banyak negara, seperti yang diungkapkan oleh Vargas (2017) dalam penelitian yang dilakukan di Meksiko tahun 2017 pada mahasiswa psikologi yang menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik yaitu 91%. Berdasarkan hasil penelitian tahun 2023 pada mahasiswa keperawatan di Riau menunjukkan prokrastinasi akademik pada kategori tinggi yaitu sebesar 53,2% (Putri et al., 2023). Penelitian lain yang dilakukan di Bali tahun 2021 menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan pada mahasiswa keperawatan tergolong ke dalam kategori sedang dengan persentase 48,8% (Devayanti et al., 2022). Hasil penelitian di Jember tahun 2023 pada mahasiswa keperawatan menunjukan perilaku prokrastinasi akademik pada kategori sedang yaitu sebesar 69,9% (Azizah et al., 2024). Berdasarkan penelitian terdahulu di Universitas Muhammadiyah Lamongan tahun 2022 menunjukkan sebagian besar kebiasaan prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa keperawatan dalam kategori sedang sebanyak 72 mahasiswa 65,5% (Khotimah et al., 2022). Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 19 Juni tahun 2024 di kelas 4C keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan terhadap 22 mahasiswa menunjukan bahwa 18 mahasiswa 82%

melakukan tindakan menunda-nunda dalam memulai dan menyelesaikan tugas serta lebih memilih melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan.

Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal (Iskandar, 2023). Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa yang menjadi hambatan (Laia et al., 2022), seperti kondisi fisik individu yang merasa cepat kelelahan, kesehatan, regulasi emosi, efikasi diri, keyakinan diri, kecemasan, persepsi buruk terhadap dosen, ketidakmampuan untuk mengatur waktu (Fatimaullah et al., 2019). Faktor eksternal merupakan faktor penyebab yang datang dari luar, seperti tugas yang terlalu sulit, keadaan lingkungan seperti teman yang suka menunda tugas dan teman yang kurang bisa bekerja sama, pembimbing akademik yang memberikan tugas terlalu banyak, regulasi kampus yang terlalu longgar dan kurangnya referensi di perpustakaan (Suhadianto & Pratitis, 2019).

Dampak negatif dari prokrastinasi akademik adalah tugas atau hasil yang kurang maksimal, tingkat kecemasan yang tinggi selama pengerjaan tugas, meningkatkan jumlah kesalahan karena keterbatasan waktu, kesulitan berkonsentrasi, menurunkan motivasi belajar dan kepercayaan diri (Damri et al., 2017). Dampak lain dari prokrastinasi dapat menyebabkan stres, depresi, serta menimbulkan penyesalan dan permasalahan dalam menjalin relasi sosial, seperti menghindari dan pemutusan hubungan dengan orang lain (Suhadianto & Pratitis, 2019). Beberapa cara untuk mengatasi prokrastinasi akademik seperti evaluasi sikap terhadap tugas, menyelaraskan diri dengan tugas, menghindari perasaan terlalu terbebani, menurunkan tuntutan perfeksionis, memperhatikan hal hal

penting, monitoring pola perilaku secara sadar, memberi apresiasi kepada diri, dan meningkatkan respek terhadap diri sendiri (Wicaksono, 2017). Suatu proses yang dapat membantu mahasiswa mengelola pikiran, perilaku, dan emosi yang mereka miliki sehingga mereka mampu mengarahkan pengalaman belajar mereka disebut juga dengan *self regulated learning* (Rizkyani et al., 2021).

Self-regulated learning merupakan pendekatan tugas akademik yang dipelajari mahasiswa melalui pengalaman dan refleksi diri, mahasiswa dapat mengontrol perilaku, motivasi, dan kognisi untuk meningkatkan pembelajaran dan kinerja akademiknya serta perencanaan yang terarah untuk menetapkan strategi yang dibutuhkan untuk setiap tahapan kegiatan yang akan dilakukan mahasiswa (Rifandi & Edwina DS, 2020). Seseorang disebut memiliki *self regulated learning* jika pikiran dan perilakunya berada di bawah kendalinya sendiri, tidak dikendalikan oleh orang lain dan lingkungan. *Self-regulated learning* menunjuk kepada belajar yang sebagian besar terjadi dari pikiran, perasaan, strategi, dan perilaku yang dihasilkan individu sendiri yang ditujukan kepada pencapaian tujuan (Rohmaniyah, 2018). Mahasiswa yang mampu mengendalikan diri sendiri dalam proses belajar (*self-regulated learning*), maka semakin sedikit kemungkinan mereka melakukan tindakan prokrastinasi akademik (Alfina, 2014).

Berdasarkan fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi *self regulated learning* pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.
- 2) Mengidentifikasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.
- 3) Menganalisis hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan khususnya dalam hal manajemen keperawatan tentang *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan.

1.4.2 Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan bisa sebagai bahan masukan untuk menambah wawasan tentang hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Serta bisa menjadi tolak ukur untuk meningkatkan *self regulated learning* agar dapat mengurangi melakukan sikap prokrastinasi akademik.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat dijadikan tambahan referensi yang bisa dikembangkan oleh peneliti selanjutnya terutama tentang hubungan *self regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan.

