

## PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah kelompok orang yang sedang mengalami transisi menuju masa dewasa, mereka biasanya berusia antara 18 dan 25 tahun dan bertanggung jawab sepenuhnya atas pertumbuhan pribadi mereka, membawa beban tanggung jawab atas perjalanan menuju kedewasaan. Setiap mahasiswa yang mendaftar di perguruan tinggi harus mematuhi ketentuan yang berlaku, termasuk batas studi. Mahasiswa seharusnya dapat menyelesaikan program dalam waktu 3,5 hingga 5 tahun. Menurut peraturan akademik Universitas Muhammadiyah Surakarta, mahasiswa harus menyelesaikan pendidikannya dalam waktu empat tahun (delapan semester) atau selambat-lambatnya tujuh tahun (empat belas semester), dengan toleransi keterlambatan maksimal tujuh tahun. Oleh karena itu, mahasiswa dianggap lulus tepat waktu jika mereka berhasil menyelesaikan semua mata kuliah dalam waktu delapan semester.

Menurut (UU RI Nomor 12 tahun 2012) mengamanatkan bahwa mahasiswa yang berusaha meraih gelar sarjana diharapkan memenuhi persyaratan Trimarda perguruan tinggi. Universitas Muhammadiyah Surakarta, sebagai institusi pendidikan tinggi terkemuka di Jawa Tengah, juga mengikuti ketentuan undang-undang tersebut. Dalam konteks ini, mahasiswa tingkat sarjana (S-1) diwajibkan untuk menyelesaikan skripsi sebagai bagian integral dari proses akademis mereka dalam memperoleh gelar sarjana.

Bagi mahasiswa yang telah mencapai semester akhir, tugas akhir atau skripsi menjadi tantangan akademis utama yang harus dihadapi sebagai syarat kelulusan (Seto, dkk, 2020). Keberhasilan dalam penulisan skripsi tidak semata-mata dilihat dari nilai akhir yang diperoleh, melainkan juga dari penilaian penulis terhadap tujuan dan manfaat dari penelitian tersebut (Rahmat & Bakhrul, 2020). Namun, tuntutan akademik bagi mahasiswa semester akhir tidak jarang menghadapi berbagai kendala, menyebabkan penundaan dalam penyelesaian tugas akhir dan berujung pada kelulusan yang melebihi batas waktu normal. Faktor-faktor seperti penggunaan smartphone yang berlebihan, keterlibatan dalam pekerjaan di

luar akademik, partisipasi dalam kegiatan organisasi, tekanan dari teman sebaya, dan hambatan akademik sering menjadi penyebab prokrastinasi pada mahasiswa di akhir masa kuliah (Khairun & Hakim, 2019; Tezer et. al., 2020). Di samping beberapa hal yang menjadi penghambat mahasiswa melakukan prokrastinasi juga tidak dapat dilepaskan dari kepribadian mahasiswa sendiri dikemukakan oleh Bernard (dalam Catrunada & Puspitawati, 2008, h. 4). Hal tersebut didukung oleh penelitian Díaz-Moralez, Cohen, & Ferrari (2008) yang menyatakan bahwa prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan akan tetapi prokrastinasi merupakan suatu kebiasaan yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lainnya yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung. Kepribadian sebagai faktor yang memegang peranan penting dalam perilaku sehari-hari dan merupakan suatu bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan di mana individu tinggal.

Menurut data yang dikumpulkan oleh peneliti dari Bagian Akademik Prodi S1 Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, ada mahasiswa yang telah lulus lebih dari delapan semester dan masih terdaftar sebagai mahasiswa aktif meskipun sudah melampaui batas waktu yang ditentukan. Bagian akademik tersebut memiliki mahasiswa aktif yang sedang mengerjakan skripsi sebanyak 275 mahasiswa pada angkatan tahun 2017-2019 diantaranya terdapat 22 mahasiswa diangkatan 2017, 71 mahasiswa diangkatan 2018, 182 mahasiswa diangkatan 2019. Prokrastinasi pada mahasiswa menjadi perhatian utama, seperti yang terungkap dalam studi yang diselenggarakan di Universitas Surabaya. Menurut Suhadianto (2019), 73% siswa menunda tugas seperti menyusun makalah dan skripsi, 76,8% menunda membaca buku atau referensi, 61,8% menunda kegiatan belajar, 54,4% menunda menyelesaikan administrasi akademik, dan 56,8% terlambat masuk kelas. Dengan persentase yang tinggi ini, perlu diakui bahwa mahasiswa yang prokrastinasi adalah masalah yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Lubis (2018) menyatakan bahwa siswa harus memiliki kecerdasan kognitif, pemikiran kritis, dan keterampilan emosional untuk mengendalikan hubungan sosial dan pribadi.

Ketidakmampuan untuk mengelola waktu dengan baik adalah salah satu ciri perilaku prokrastinasi akademik (Rosário et al., 2009), yang dapat menyebabkan kesulitan bagi siswa untuk menyelesaikan tugas dengan tepat waktu. Data administrasi dari jurusan keperawatan Universitas Negeri Gorontalo pada tahun 2022 menunjukkan bahwa mahasiswa masih mengontrak mata kuliah skripsi. Ini terlihat dari jumlah Ners B 155 yang seharusnya menyelesaikan skripsi dari tahun 2016 hingga 2018. Ini menunjukkan bahwa terlalu lama menunda studi dapat berdampak negatif pada pencapaian tujuan utama siswa dalam menyelesaikan pendidikan mereka (Soeli & Yusuf, 2022). Hasil dari penelitian Zuraida (2019) membuktikan bahwa tingkat prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama terdapat 32.47% memiliki tingkat prokrastinasi tinggi, 45.45% memiliki prokrastinasi sedang dan 22.08% memiliki tingkat prokrastinasi rendah. Mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik rendah maka semakin tinggi tingkat prestasi belajarnya, namun sebaliknya jika mahasiswa memiliki prokrastinasi akademik semakin tinggi maka hasil prestasi belajarnya juga semakin rendah.

Kata prokrastinasi sebagaimana dikemukakan oleh Ferrari, dkk (1995) Prokrastinasi adalah kebiasaan yang umum terjadi dalam kehidupan sehari-hari, dan kata tersebut berasal dari bahasa latin *procrastinare* yang secara semantik terdiri dari dua kata yaitu *pro* dan *cratinus*. Istilah *pro* berarti “bergerak ke depan (*moving forward*)” sedangkan *cratinus* berarti “milik hari esok (*belonging to tomorrow*)”. Sehingga istilah *procrastinare* mempunyai makna “menunda sampai kepada hari berikutnya”. Dalam pengertian ini, prokrastinasi mengindikasikan penundaan suatu tugas hingga hari berikutnya. Solomon dan Rothblum (1984) mengatakan bahwa salah satu tugas mahasiswa yang sering menggunakan prokrastinasi yaitu seperti tugas mengarang, menulis skripsi, laporan praktikum, membaca dan belajar untuk ujian. Prokrastinasi merupakan perilaku yang kerap dilakukan dalam kegiatan sehari-hari. Prokrastinasi bisa dilakukan oleh siapa saja dan di mana saja. Burka & Yuen (dalam Ferrari & Tice, 2000) mengemukakan bahwa prokrastinasi bisa dilakukan pada berbagai macam tugas dan dalam berbagai

konteks. Berdasarkan uraian di atas, bisa disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan tindakan penundaan yang dilakukan secara sengaja terhadap tugas-tugas dalam lingkup kehidupan akademik yang berguna untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Menurut Ferrari, dkk (1995) prokrastinasi akademik dapat dilihat melalui beberapa aspek yang dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri nya, yaitu (1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas. Seseorang menunda-nunda untuk memulai mengerjakan maupun menyelesaikan sampai tuntas jika sudah mulai mengerjakan tugas tersebut sebelumnya; (2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Hal ini dapat dilihat dari kecenderungan seseorang menghabiskan waktu yang lebih lama untuk mengerjakan tugas disebabkan karena mempersiapkan diri secara berlebihan. Disisi lain seseorang melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki; (3) Kesenjangan waktu antara niat dan perilaku. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan; dan (4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Kecenderungan seseorang untuk mengalihkan perhatian atau melakukan tindakan yang tidak relevan dengan tugas yang seharusnya dilakukan. Ini berarti seseorang mungkin menunda pekerjaan yang penting dengan sengaja mengalihkan perhatian ke hal-hal lain yang mungkin lebih menyenangkan atau kurang menantang.

Menurut Ferrari (1995) faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan dua macam yaitu faktor internal (dari dalam diri individu) dan faktor eksternal (dari luar diri individu). Faktor internal, yaitu faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu diantaranya yaitu evaluasi diri, efikasi diri, pusat kendali, regulasi diri, kesadaran diri, dan kecemasan. Faktor eksternal yaitu faktor-faktor diluar individu yang ikut mempengaruhi kecenderungan timbulnya prokrastinasi pada seseorang, antara lain: gaya

pengasuhan orang tua, kondisi lingkungan yang laten, kondisi lingkungan yang mendasarkan pada penilaian akhir, serta dukungan sosial. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh 2 faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal, dalam penelitian ini faktor internal berupa kesadaran diri dan faktor eksternal berupa dukungan sosial yang menjadi variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini.

Salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu kesadaran diri. Kesadaran diri merupakan kemampuan memahami perasaan dan menilai diri secara akurat serta bagaimana emosi mempengaruhi perbuatan individu, terutama kecakapan emosi (Goleman, 2000). Suhadianto (2019) menjelaskan kesadaran diri terdapat pada *Emotional Intellegency*, dan inilah pengembangan dimulai menuju pada kesadaran diri seperti rasa tanggung jawab dan keberanian. Jadi kesimpulannya adalah kesadaran diri (*self-awareness*) merupakan bentuk pemahaman mengenai dirinya sendiri sehingga dapat mengenali, mengontrol perasaan, pikiran, dan perbuatan kepada orang lain. Steven & Howard (2003) juga menjelaskan bahwa kesadaran diri (*self-awareness*) adalah kemampuan dalam memahami perasaan, alasan melakukan suatu hal tersebut, dan sadar akan pengaruh perilakunya kepada orang lain

Menurut Goleman (2000) terdapat 3 aspek kesadaran diri yaitu: a. Kesadaran emosi, yaitu individu mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya; b. Penilaian diri secara akurat, yaitu kesadaran untuk dapat memahami emosi dirinya dan bagaimana dampak atau pengaruh emosi pada dirinya; c. Percaya diri, yaitu rasa percaya dan sebuah keyakinan dalam diri sehingga seseorang bisa memaksimalkan kelebihan dalam diri yang mana akhirnya dapat memahami kelebihan dan kekurangannya.

Seseorang yang mampu mengenali dan memahami karakter dirinya dengan baik maka akan memiliki kesadaran diri yang baik pula, dengan adanya kesadaran diri tersebut, peserta didik mampu untuk mengontrol perilakunya sehingga prokrastinasi akademik yang terus berkembang bisa diminimalisir. Dari hasil

penelitian yang dilakukan oleh Nadia (2018) menunjukkan hasil statistik adanya hubungan yang negatif antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik dengan nilai korelasi sebesar  $-0,222$  ( $p=0,014$ ). Ini berarti semakin tinggi kesadaran diri mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik yang dilakukan dan sebaliknya semakin rendah kesadaran diri mahasiswa maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian Vinda Chairunnisa & Dika Sahputra (2019) juga menunjukkan bahwa kesadaran diri serta prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa dalam kategori sedang. Qomariyah (2018) juga menunjukkan korelasi antara kedua variabel yang berhubungan negatif sehingga semakin tinggi kesadaran diri yang dimiliki mahasiswa maka prokrastinasi mahasiswa akan menurun. Kesimpulan dan hasil dari penelitian ditemukannya korelasi pada kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan konseling semester lima di UMN Alwashliyah Medan. Ini berarti semakin tinggi kesadaran diri peserta didik maka semakin rendah prokrastinasi yang dilakukan dan begitu pula sebaliknya semakin rendah kesadaran diri peserta didik maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

Kondisi lingkungan individu turut andil dalam mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada individu. Kondisi lingkungan yang positif, mampu membantu dilakukannya suatu perilaku, tanpa adanya dukungan sosial, individu akan merasa bekerja sendiri, menemukan hambatan-hambatan dalam pengerjaan tugas (Putrie, 2019). Amelia, dkk (2020) menyebutkan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam mengendalikan dan membantu perkembangan individu pada studi atau akademik yang dimiliki, dalam prokrastinasi akademik faktor yang mempengaruhi mahasiswa dalam melakukan perilaku tersebut adalah kurangnya dukungan sosial dari sekitar terhadap perkembangan akademik dan kesulitan yang dihadapi oleh mahasiswa. Purede, dkk (2022) juga menyatakan dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun nonverbal, bantuan nyata, atau tindakan yang didapat karena kehadiran orang lain dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Seperti

yang telah dijelaskan oleh (Ferrari, 1995) faktor-faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik meliputi dua faktor yakni faktor internal dan juga eksternal.

Pada faktor eksternal ini meliputi gaya pengasuhan orang tua, kondisi lingkungan yang laten, kondisi lingkungan yang mendasarkan pada penilaian akhir, serta dukungan sosial. Dukungan sosial sendiri merupakan komponen dari faktor eksternal yang terjadi pada prokrastinasi akademik ini yaitu pada kondisi lingkungan tiap individu. Hal ini berkaitan dengan tinggi rendahnya pengawasan atau dukungan yang diberikan. Pengawasan atau dukungan ini di dapatkan dari hubungannya dengan orang lain ataupun dari lingkungan tempat tinggal individu tersebut.

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial adalah orang lain memberikan kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan bantuan terhadap seseorang atau kelompok. Dukungan sosial biasanya didapatkan melalui keluarga, saudara, teman, pasangan, rekan kerja, dan organisasi atau kegiatan yang diikuti. Dukungan dari orang sekitar adalah sumber paling berpengaruh dalam kehidupan seorang individu. Dukungan sosial ini dapat berbentuk motivasi, ucapan penyemangat. Seseorang yang menerima dukungan sosial dari orang terdekatnya biasanya mereka akan merasa dicintai, dihargai dan diperhatikan. Sedangkan menurut Amseke (2018) dukungan sosial merupakan jenis kenyamanan, perhatian, penghargaan, nasihat, dan informasi relevan yang diberikan oleh mereka yang memiliki hubungan sosial yang dekat dengan yang menerima bantuan. Maka dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan oleh keluarga, saudara, teman, pasangan, rekan kerja, organisasi atau kegiatan yang diikuti, dan lingkungan sebagai bentuk perhatian maupun pertolongan terhadap individu yang sedang membutuhkan dukungan sosial memiliki beberapa aspek menurut Sarafino (2011) diantaranya: (1) dukungan emosional, dalam aspek emosional melibatkan kelekatan, jaminan, dan dorongan agar percaya dengan orang lain, hingga individu tersebut yakin jika orang lain dapat memberikan rasa nyaman yang tulus; (2) dukungan penghargaan/penilaian, dukungan ini berupa ekspresi setuju serta penilaian positif terhadap kemampuan orang lain serta dukungan untuk maju dan

semangat; (3) dukungan instrumental, dukungan ini berupa bantuan langsung baik finansial maupun sarana pendukung lainnya; (4) dukungan informasional, dukungan ini berupa informasi dengan memberikan masukan, arahan, dan informasi lain yang dibutuhkan guna menyelesaikan suatu permasalahan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2018) kepada mahasiswa, didapatkan bahwa ada hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial orang tua dengan hasil analisis data dengan 50 orang subjek penelitian diketahui hasil koefisien korelasi sebesar  $r = -0,224$ . Hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial orang tua menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial orang tua maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dukungan orang tua yang dimiliki oleh mahasiswa, semakin besar dukungan orang tua yang dimiliki mahasiswa maka prokrastinasi akademik mahasiswa akan menurun begitupun sebaliknya.

Penelitian ini bermanfaat pada beberapa bidang antara lain, manfaat teoritis dan praktis. Manfaat teoritisnya meliputi penambahan pengetahuan peneliti tentang peran antara kesadaran diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa, penambahan bidang penelitian, dan sumber penelitian baru. Manfaat praktis dari penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) bagi peneliti sendiri, yaitu meningkatkan pemahaman mereka tentang bagaimana prokrastinasi akademik memengaruhi kehidupan mereka; 2) bagi instansi, yaitu meningkatkan pemahaman mereka tentang bagaimana prokrastinasi akademik mempengaruhi prestasi akademik.

Berdasarkan uraian manfaat teoritis dan praktis serta penelitian terdahulu yang telah dipaparkan di atas, Adapun rumusan masalah yang ada pada penelitian ini adalah apakah terdapat peran kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta? apakah terdapat peran dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat



akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta? apakah terdapat peran kesadaran diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta? Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peran kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Mengetahui peran dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta, Mengetahui peran kesadaran diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dinamika hubungan dalam penelitian ini akan melibatkan analisis mendalam terkait peran kesadaran diri dan dukungan sosial dalam konteks prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa. Penelitian ini akan mengeksplorasi sejauh mana tingkat kesadaran diri mahasiswa berpengaruh terhadap kecenderungan prokrastinasi akademik mereka. Selain itu, penelitian ini juga akan menyelidiki dampak dukungan sosial yang diterima mahasiswa dalam mengurangi prokrastinasi akademik mereka. Melalui pendekatan ini, penelitian akan menelusuri bagaimana kesadaran diri dapat menjadi faktor penentu dalam mengelola waktu dan tanggung jawab akademik, sehingga berpotensi meminimalkan prokrastinasi. Selanjutnya, peran dukungan sosial akan diidentifikasi sebagai elemen kunci yang dapat membantu mahasiswa mengatasi tantangan prokrastinasi melalui aspek dukungan dan bimbingan dari lingkungan sosial mereka. Dengan demikian, dinamika hubungan dalam penelitian ini akan menggambarkan interaksi kompleks antara kesadaran diri, dukungan sosial, dan kecenderungan prokrastinasi akademik mahasiswa, membawa pemahaman yang lebih mendalam terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku akademik mahasiswa.

Pada penelitian (Satriantono & Wibowo, 2022) hanya terdapat hubungan 2 variabel dan kurangnya penelitian lanjut tentang faktor-faktor dan aspek lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Turmudi & Suryadi (2021) penelitian tersebut menggunakan

metode penelitian kualitatif yang merupakan penelitian subjektif, pada penelitian tersebut tidak dapat mewakili suatu kelompok atau kriteria inklusi secara luas karena terdiri dari pendapat maupun pengalaman sebagian orang. Sedangkan ada penelitian Amelia & Hadiwinarto (2020) memiliki subjek yang berbeda dengan subjek yang akan digunakan pada penelitian ini dan subjek dari penelitian tersebut adalah siswa SMA. Berdasarkan penelitian-penelitian yang tertera novelty pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa perlu adanya penelitian lebih lanjut sehingga ada pembaruan dari penelitian-penelitian sebelumnya. Sehingga peneliti tetap perlu untuk meneliti masalah prokrastinasi secara lanjut.

Berdasarkan ulasan diatas, terdapat 2 hipotesis pada penelitian ini diantaranya hipotesis mayor dan hipotesis minor. 1. Hipotesis mayor yakni adanya peran antara kesadaran diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. 2. Hipotesis minor pada penelitian ini yakni, terdapat peranan negatif antara kesadaran diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa dan terdapat peranan negatif antara dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.