

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah seorang sudah melewati pendidikan sekolah dasar dan sudah terdaftar dalam suatu perguruan tinggi untuk melanjutkan pendidikannya. Mahasiswa yang sudah memasuki masa dewasa memiliki dua jenis fase dewasa yaitu dewasa awal dan dewasa akhir. Dapat dikatakan sebagai akhir masa puber dan pemulaan awal masa dewasa adalah memiliki jiwa mandiri saat mengambil keputusan, kemampuan dalam ekonomi, memiliki tanggung jawab terhadap tugas-tugas diperkuliahan. Mahasiswa yang sudah memutuskan untuk kuliah, maka wajib mengakhirinya dengan baik.¹

Untuk menjadi mahasiswa seorang harus memiliki syarat yaitu wajib mempunyai sertifikat ijazah pendidikan menengah serta mempunyai tekad yang di syaratkan sang perguruan tinggi yang bersangkutan. Sedangkan pada pasal 106 No.1 mahasiswa juga berhak menggunakan fasilitas kampus dengan baik, mematuhi tata tertip, dan layananan bidang akademik secara hormat. Selain itu pada pasal 107 No.1 berkewajiban untuk ikut melunasi biaya pendidikan kecuali bagi mahasiswa yang mendapat beasiswa atau UKT0, mematuhi tata tertib dan ketentuan yang berjalan, ikut menjaga nama baik kampus.²

Mahasiswa adalah pribadi yang kritis dan menimba ilmu dan sumber daya insan yang berkualitas tinggi sehingga dapat menggambarkan sikap yang mencerminkan adanya kecerdasan pada berfikir kritis, kedisiplinan, kreatifitas juga memiliki semangat yang besar saat membuat tugas. Ditingkat perguruan tinggi menjadikan mahasiswa untuk mandiri dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya sendiri serta memiliki bekal penguasaan ketrampilan belajar.³

Dalam mewujudkan pendidikan pada universitas, mahasiswa memiliki tanggung jawab yang besar dilingkungan kampus mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen, dan salah satu tugas mahasiswa akhir merampungkan skripsi menjadi syarat untuk mempunyai ijazah S1. Semua mahasiswa merasakan rintangan mencari referensi menentukan judul, kesulitan mencari responden untuk penelitian kuantitatif dan menganalisis data-data penelitian, sedikit pengetahuan pada membentuk karya tulis

¹ Yesi Kurnia Dewi, 2020. Hubungan Antara Keefektifan Berorganisasi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. Skripsi di unduh 15 Maret 2023.

² https://simpuh.kemendikbud.go.id/regulasi/pp_30_90.pdf

³ Eti Nurhayati, *Psikologi Pendidikan Inovati*. (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011), 44.

ilmiah, memprioritaskan pekerjaan.⁴ Banyak mahasiswa berpendapat skripsi adalah tanggung jawab tidak mudah.

Mahasiswa akhir pada lingkungan kuliah serta sosial tak jarang mendapat pertanyaan yang dilontarkan kepada mereka perihal “skripsi”. contoh sudah sampai bab berapa skripsinya dan kapan sidang dan wisuda. Sebab skripsi ialah buku yang mempunyai lima bab, jadi tidak mudah buat mengerjakannya sebagai akibatnya membutuhkan banyak waktu serta energi.

Hakikatnya mahasiswa bisa merampungkan tugas akhir dengan baik yang maknanya dapat lulus sempurna. Ketika mahasiswa menduga merangkai kata istilah sebagai mengurus energi serta fisik. Tidak sedikit sudah menganggurkan skripsi bahkan terdapat yang membiarkan tugas akhirnya. Setiap mahasiswa akan merasakan kendala menyusun yaitu gangguan psikologis contoh capek, tertekan, serta putus harapan hal ini dikatakan kecemasan.⁵

Akibatnya banyak mahasiswa yang merealisasi skripsi sebagai tahap yang ditakuti. maka dari itu keluar rasa cemas waktu menyusun skripsi terpenting saat mendekati tenggang waktu. Kecemasan tersebut terasa waktu mahasiswa melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing, dikarenakan dosen menuntut mereka supaya segera menyelesaikan skripsi dengan baik. Selain dari dosen pembimbing pertanyaan tersebut sering kali dilontarkan dari teman-temannya.⁶

Setiap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki tingkat kecemasan yang tidak sama. Terdapat mahasiswa yang tingkat kecemasannya rendah dan ada juga tingkat kecemasan tinggi seperti tidak ingin membahas mengenai progres skripsi.

Menurut buku keperawatan jiwa kecemasan adalah khawatir tidak nampak sehingga menyebabkan tubuh tidak berdaya.⁷ Kecemasan adalah suatu perasaan takut pada suatu masalah, yang sebenarnya masalah tersebut tidak benar-benar datang di masa dapat yang dapat membahayakan kesejahteraan hidup. Ciri khas kecemasan sendiri yaitu perasaan takut yang luar biasa dari suatu ketidakpastian. Perasaan ketakutan yang tidak menentu bisa mengancam dan mendorong orang untuk bergerak

⁴ Dian Eko Budianto, 2022. Hubungan Antara Kecemasan Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi. Diunduh tanggal 07 Januari 2023

⁵ Tri Endra Pramanda Susilo, Eldawaty, Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi Di Prodi Penjaskers Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Journal Kounseling* Vol 4 No 2 2022 : hal 105-113

⁶ Ibid hlm, 2

⁷ Gail W. Stuart, (2006). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Alih Bahasa: Ramona P. Kapoh & Egi Kamora Yudha. Jakarta:EGC.

meskipun berbahaya. Kecemasan yang berlebih juga dapat membuat seseorang mengalami psikomatik. Individu yang mengalami psikomatik akan mengeluh secara fisik karena stress psikososial dipisahkan oleh tekanan mental.⁸

Sikap cemas dirasakan setiap orang dan mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Mahasiswa yang merasakan kecemasan ketika mengerjakan tugas akhir disebabkan adanya suatu pikiran-pikiran negatif yang muncul pada pikiran sendiri, sehingga pikiran-pikiran negatif itulah yang menimbulkan perasaan tidak nyaman.⁹

Seringkali kecemasan dianggap sebagai bentuk sikap yang negatif faktanya kecemasan juga diperlukan. Kecemasan dapat bermanfaat untuk memberikan masukan ketika melakukan kegiatan guna untuk memberikan motivasi sebelum ujian. Terdapat kecemasan yang bersifat negatif lebih menekankan ketekunan yang lebih besar dibandingkan dengan tantangan yang dihadapi. Terjadinya kecemasan yaitu peristiwa negatif yang terjadi pada masalah dan pikiran yang tidak masuk akal. Peristiwa yang terjadi pada masalah adalah suatu peristiwa yang tidak menyenangkan misalnya pernah gagal dalam tes pendaftaran. Faktor lainnya mendefinisikan bahwa kecemasan ini terjadi karena suatu peristiwa tertentu melainkan disebabkan oleh mengenai keyakinan atau kepercayaan kepercayaan terhadap kejadian yang dapat menimbulkan kecemasan.¹⁰

Speilberger, Liebert, dan Morris sudah melakukan pengujian konseptual buat mengukur kecemasan yang telah dirasakan oleh insan hal tersebut diartikan sebagai konsep kekhawatiran dan emosionalitas. Dimana dimensi emosi adalah perasaan yang tidak menyenangkan yang dapat mengakibatkan emosi menjadi negatif Sedangkan kekhawatiran ialah asal kecemasan berupa pikiran negatif perihal diri sendiri akibat lingkungannya seperti kritis terhadap diri sendiri, menyerah terhadap situasi yang ada, serta merasa khawatir berlebihan perihal peristiwa.¹¹

Kebanyakan mahasiswa berpendapat skripsi adalah tanggung jawab mahasiswa yang wajib diselesaikan. Hingga mereka merasa tidak memiliki keyakinan dengan kemampuannya sendiri dan merasa terbebani, sehingga bisa menyebabkan timbul rasa menunda untuk mengerjakannya yang dapat menimbulkan perilaku penundaan dalam pengerjaan skripsi karena sudah beranggapan bahwa skripsi adalah pekerjaan yang

⁸ Neni Andriyani, 2022. Hubungan Antara Self Efficacy dengan Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir Yang Mengerjakan Skripsi. Diunduh 09 Februari 2023

⁹ Ibid, hlm 5

¹⁰ Agus Mulyana, Farrid Soleh Nurudin, Dini Nurfatwa, Prokrastinasi Akademik, Emotion Focused Coping, dan Kecemasan pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikolog* vol 13 No 2 Hal 79-70 Oktober 2022

¹¹ M. Nur Gufron & Rini Risnawati S. *Teori-teori Psikologi*. S-Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014 202 hlm 143-144.

menjenuhkan dan sulit untuk dilakukan. Perilaku ini sering disebut dengan prokrastinasi.¹²

Prokrastinasi didefinisikan sebagai kegagalan. Hal tersebut diibaratkan dapat menghambat keberhasilan mahasiswa dalam mencapai kesuksesan bidang akademis dan non akademis Karena bisa menurunkan mutu dan kapasitas, menaikkan tingkat stress, yang berakibat negatif dalam kehidupan mahasiswa. Dampak yg terjadi akibat prokrastinasi akademik sering tak sebagai perhatian spesifik bagi sebagian mahasiswa. Kebanyakan kondisi tadi ditunjukkan dari beberapa hasil penelitian yang menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa yang masih cenderung tinggi.¹³

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik diprediksi akan sangat sedikit yang memanfaatkan tenggang waktu yang diberikan buat merampungkan tugasnya. karena mahasiswa cenderung selalu menunjukkan perilaku penundaan mengerjakan tugas secara sengaja dan disertai dengan perasaan tidak senang buat mengerjakan sesuatu yang wajib dikerjakan. Penundaan yang dilakukan tidak disertai menggunakan peran adaptif bisa menyebabkan mahasiswa kurang berprestasi. ¹⁴

Bahwa penyebab adanya perilaku prokrastinasi akademik pada diri mahasiswa diprediksi tidak terjadi begitu saja, namun terdapat yang menimbulkan perilaku prokrastinasi seperti adanya pikiran irrasional dari prokrastinator yang beranggapan bahwa suatu tugas wajib diselesaikan dengan sempurna, adanya kecemasan bahwa ketakutan akan kegagalan serta susah mengambil keputusan, malas dan kesulitan mengatur waktu, adanya punishment dan reward yang bisa mengakibatkan prokrastinasi, faktor lingkungan, dan tugas menumpuk terlalu banyak yang wajib segera diselesaikan sehingga mengakibatkan tugas lain tertunda.¹⁵

Selain itu problem terjadinya perilaku prokrastinasi terhadap mahasiswa tingkat akhir fakultas ushuluddin adab dan dakwah yaitu terdapat mahasiswa yang belum memiliki persiapan yang matang untuk mengerjakan skripsi, sulit membagi waktu antara pekerjaan dan kuliah, kurangnya motivasi untuk menyelesaikan skripsi, waktu bimbingan sering bertabrakan dengan kesibukan dirumah, tidak bisa membagi waktu antara pekerjaan dengan kuliah, minim motivasi dari orang sekitar, dan terdapat

¹² Dian Eko Budianto, 2022. Hubungan Antara Kecemasan Akademik Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi. Skripsi diunduh 07 Januari 2023.

¹³ Siti Mulyana. Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ilmiah Counsellia*, Vol 8 No. 1, Mei 2018 45-52

¹⁴ Ibid, hlm 45-52

¹⁵ Ibid, hlm 45-52

mahasiswa yang malas berfikir untuk mengerjakan skripsi. Karena dengan keadaan tersebut menyebabkan mahasiswa melakukan perilaku prokrastinasi.

Dari Ferrari mengungkapkan terdapat dua aspek yang bisa mengakibatkan prokrastinasi akademik, yaitu aspek internal seperti kondisi fisik individu dan kondisi psikologis individu seperti biasanya motivasi atau perasaan cemas, dan aspek eksternal gaya pengasuhan orang tua serta kondisi lingkungan. pada ilmu psikologi mahasiswa yang mengalami kecemasan serta kesulitan pada pengerjaan skripsi yang menyebabkan menahan-nunda buat merampungkan tugas tak jarang dianggap prokrastinasi.¹⁶

Dalam aneka macam prokrastinasi terdapat menjadi 2 jenis yaitu pertama *functional procrastination* ialah penundaan pekerjaan atau tugas menggunakan tujuan yang sama. kedua *Dysfunctional procrastination* ialah tugas yang tidak sesuai dan menimbulkan persoalan. Terdapat 2 bentuk *Dysfunctional procrastination* sesuai tujuan penundaan yang pertama *Desisional Procrastination* merupakan menunda keputusan dengan tujuan buat menghindari stress. *Desisional procrastination* tersebut berafiliasi dengan sedikit tingkat intelegensi seseorang. Serta yang kedua *avoidance and behavioral procrastination* ialah suatu sikap menunda yang tampak tersebut dilakukan dengan tujuan buat menjauhi perintah tidak meriangkan serta tidak mudah dikerjakan.¹⁷

Dapat disimpulkan bahwa dari beberapa definisi tersebut, terdapat perilaku yang telah dialami mahasiswa semester tingkat akhir fakultas ushuluddin adab dan dakwah yaitu seperti mereka cenderung takut, cemas dalam menyelesaikan skripsi karena belum memiliki persiapan yang matang untuk pengerjaan skripsi. Selain itu terdapat problem terjadinya perilaku prokrastinasi terhadap mahasiswa tingkat akhir fakultas ushuluddin adab dan dakwah yaitu terdapat mahasiswa yang belum memiliki persiapan yang matang untuk mengerjakan skripsi, sulit membagi waktu antara pekerjaan dan kuliah, kurangnya motivasi untuk menyelesaikan skripsi, waktu bimbingan sering bertabrakan dengan kegiatan di rumah, tidak bisa membagi waktu antara pekerjaan dengan kuliah, minim motivasi dari orang sekitar, dan terdapat mahasiswa yang malas berfikir untuk mengerjakan skripsi..

¹⁶ Diana Husnia, 2015. Hubungan Prokrastinasi Akademik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2011 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Dinduh tanggal 08 Februari 2023.

¹⁷ Siti Muyana. Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ilmiah Counsellia*, Vol 8 No. 1, Mei 2018 45-52

Oleh karena itu dalam penelitian ini, peneliti mengambil variabel terikat Kecemasan dan variabel bebas Prokrastinasi. Dari hasil survei awal penelitian terdapat data mahasiswa fakultas ushuluddin adab dan dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung terdapat mahasiswa yang tergolong aktif dan belum lulus angkatan tahun 2019 dengan jumlah keseluruhan 1.031 mahasiswa/i terdiri dari 12 prodi.¹⁸ Dan peneliti memandang bahwa penelitian ini sangat penting untuk dilakukan supaya bisa mengetahui tingkat kecemasan, tingkat prokrastinasi, bagaimana pengaruh kecemasan terhadap prokrastinasi mahasiswa yang menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan fenomena yang terjadi disetiap mahasiswa tingkat akhir dan latar belakang masalah yang sudah dipaparkan, maka peneliti mengambil tempat penelitian di fakultas ushuluddin adab dan dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung dengan judul “Pengaruh Kecemasan terhadap Prokrastinasi Mahasiswa yang menyelesaikan Skripsi”.

1.2 Identifikasi Masalah

Hasil pemaparan latar belakang, penulis mengenali yang mungkin berkaitan dengan pengaruh kecemasan terhadap prokrastinasi mahasiswa yang menyelesaikan skripsi. Karena tanpa disadari mahasiswa sering mengalami kecemasan dalam menyelesaikan skripsi hal ini disebabkan adanya mahasiswa belum memiliki persiapan yang matang dalam menyelesaikan skripsi dan memiliki pemikiran negatif yang timbul pada diri mahasiswa tersebut. Sehingga menyebabkan perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan skripsinya hal tersebut disebabkan oleh pikiran irrasional yang beranggapan bahwa tugas dikerjakan secara sempurna, sulit menentukan keputusan, malas berfikir serta kesulitan mengatur waktu, memiliki *punishment* dan *reward* yang dapat menimbulkan prokrastinasi, adanya faktor lingkungan, dan menyebabkan lainnya ikut tertunda.

1.3 Cakupan Masalah

Dalam sebuah penelitian, cakupan masalah sangat diperlukan dalam sebuah penelitian diharapkan dapat menjawab permasalahan peneliti yang lebih efektif dan efisien. Peneliti memfokuskan permasalahan pada kajian pengaruh kecemasan terhadap prokrastinasi yang merupakan perilaku cemas dan menunda-nunda sebuah pekerjaan

¹⁸ Zakiatul Maulidiyah, Survei Awal Penelitian. Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. 2023

akademik. Oleh karena itu, peneliti membatasi dalam cakupan masalah ini hanya berkaitan dengan kecemasan dan Prokrastinasi akademik.

1.4 Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini terdapat rumusan masalah sebagai berikut ini :

1. Bagaimana tingkat kecemasan mahasiswa yang menyelesaikan skripsi fakultas ushuluddin adab dan dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
2. Bagaimana tingkat prokrastinasi mahasiswa yang menyelesaikan skripsi fakultas ushuluddin adab dan dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
3. Bagaimana pengaruh kecemasan terhadap prokrastinasi mahasiswa yang menyelesaikan skripsi fakultas ushuluddin adab dan dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?

1.5 Tujuan Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat tujuan penelitian untuk menjawab rumusan masalah sebagai berikut ini :

1. Dapat mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa yang menyelesaikan skripsi fakultas ushuluddin adab dan dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
2. Dapat mengetahui tingkat prokrastinasi mahasiswa yang menyelesaikan skripsi fakultas ushuluddin adab dan dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
3. Dapat mengetahui pengaruh kecemasan terhadap prokrastinasi mahasiswa yang menyelesaikan skripsi fakultas ushuluddin adab dan dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?

1.6 Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat manfaat penelitian sebagai berikut ini:

1. Secara Teoritis
 - a. Penelitian ini supaya dapat menambah informasi, menambahkan pengaruh pemikiran kritis, serta bermanfaat untuk keilmuan Bimbingan Kanseling Islam mengenai pembahasan kecemasan dan kemalasan mahasiswa yang ditimbulkan oleh beberapa faktor dan cara penyelesaian anxiety dan

prokrastinasi mahasiswa ketika menyelesaikan tugas akhir dalam prespektif Bimbingan Konseling Islam.

- b. Agar dapat dijadikan sumber rujukan dan acuan yang relevan bagi peneliti selanjutnya
- c. Penelitian ini dapat digunakan untuk menjawab faktor-faktor kecemasan dan prokrastinasi mahasiswa ketika menyelesaikan tugas akhir studi.

2. Secara Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa akhir yang menyelesaikan skripsi sehingga dapat digunakan acuan mempertimbangkan yang akan dimunculkan.

b. Bagi instansi

Supaya dapat dijadikan acuan bagi perguruan tinggi dalam menyusun karya ilmiah khususnya mahasiswa merasakan kecemasan dalam menyusun skripsi.

c. Bagi peneliti

Sebagai persyaratan untuk menempuh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) di Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah