

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Prokrastinasi biasanya dialami oleh mahasiswa, tidak terkecuali mahasiswa yang bermukim di pondok (Ridha, 2022). Hal itu dikarenakan kegiatan mahasiswa yang bermukim di pondok pesantren bukan hanya fokus dengan perkuliahan, belajar dan mengerjakan tugas akademik melainkan terdapat kegiatan lain seperti mengaji Al-Quran, menjalankan kepengurusan pondok, dan masih banyak lagi. (Handayani, 2022)

Bidang pendidikan di Indonesia mengalami perkembangan cukup pesat utamanya pada opsi pendidikan, mulai dari jenis pendidikan formal hingga non formal bahkan pondok pesantren (Mustopa & Iswantir, 2023). Rosma (2022) menyampaikan bahwa pondok pesantren menjadi alternatif baik dari orang tua maupun mahasiswa ketika memilih tempat untuk menuntut ilmu ataupun tempat bermukim dalam menuntut ilmu daripada kos-kosan ataupun kontrakan. Izah et al. (2023) berpendapat bahwa banyak yang memilih pondok pesantren sebagai tempat bermukim dengan diiringi mengenyam pendidikan dengan berbagai faktor diantaranya ialah terjaminnya religiusitas, bertambahnya wawasan islami melalui pengajaran yang diberikan oleh pondok, dll.

Mawaddah (2022) kurikulum yang digunakan pada tiap pesantren juga bisa berbeda. Dalam rentang waktu yang lama, pada pondok pesantren juga diperkenalkan dan diaplikasikan salah satu teknik belajar seperti membaca kitab kuning yang kemudian dimaknai dalam bahasa lokal yang dilakukan secara individu yang dibimbing oleh para ustadz ustadzah seperti halaqah, munazharah, balaghah, majlis ta'lim serta tahfidz (Halim, 2022). Winarni (2021) menyatakan bahwa di dalam pondok pesantren memiliki sistem kedisiplinan yang ketat namun dengan banyaknya aktivitas yang harus dijalani, mahasiswa sangat mungkin mengalami *overwhelmed* dan berpotensi melakukan prokrastinasi akademik.

Menurut Nugrahani dan Maghfuroh (2022) terdapat banyak mahasiswa yang telat lulus, hal ini pada umumnya indikasi perilaku yang disebut prokrastinasi akademik. Hal tersebut peneliti temui dari hasil *survey* singkat dengan beberapa mahasiswa yang bermukim di pondok pesantren. Adapun contoh sederhana dari hasil *survey* yang didapat ialah ketika kita diberikan sebuah tugas dengan jangka waktu seminggu, banyak dari kita yang lebih memilih mengerjakan tugas pada satu hari sebelum pengumpulan, contoh lainnya adalah ketika di pondok pesantren sering mempunyai *event* rutin mau tidak mau mereka harus mendahulukan acara di pondok tersebut, hal tersebut sudah bisa dikategorikan sebagai perilaku prokrastinasi akademik yang diakibatkan tidak seimbangnya *self-regulated learning* dan efikasi diri. Menurut Anabillah et al. (2022) prokrastinasi akademik memiliki efek merugikan bagi mahasiswa, yaitu banyak waktu yang terbuang percuma tanpa memperoleh hal yang berguna ataupun produktif, serta tekanan atau stress yang diakibatkan mengerjakan tugas mendekati *deadline* yang singkat, dan mampu menurunkan prestasi akademik mahasiswa.

Penting bagi individu mengetahui cara dalam meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik, utamanya bagi mahasiswa yang bermukim di pondok pesantren. Menurut Anabillah et al. (2022) terdapat hal yang bisa dilakukan dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik yaitu manajemen waktu yang meliputi; pemantapan tujuan, penyusunan prioritas, penyusunan jadwal yang asertif, bersikap pasti, pencegahan penundaan, mengurangi waktu yang mubazir, dan kontrol pada waktu. Namun, memiliki peran ganda sebagai santri serta mahasiswa merupakan hal yang tak mudah dan mereka harus menyesuaikan diri.

Knaus (2002) prokrastinasi dianggap sebagai suatu kecenderungan untuk menghindari tugas-tugas yang kurang disukai sehingga terdapat keterlambatan dalam penyelesaiannya. Sedangkan menurut Hartati et al. (2022) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik sebagai sebuah sifat penundaan dalam penyelesaian suatu tugas yang disebabkan karena sulit menentukan keputusan ketika memulai suatu kegiatan yang segera

diselesaikan, pemberontakan pada regulasi diri, serta rasa takut mengenai resiko dari kesuksesannya dimasa. Sejalan dengan hal tersebut Pertiwi (2020) menyimpulkan prokrastinasi akademik sebagai ketidak berhasilan mahasiswa ketika proses pengerjaan tugas yang tidak selesai dengan waktu yang ditargetkan ataupun pengerjaan dengan mendekati batas akhir tugas. Tuaputimain (2021) menjelaskan terdapat dampak akibat prokrastinasi akademik sering kali diabaikan bagi segelintir mahasiswa. Kondisi itu diperlihatkan dari beberapa temuan riset yang berujung pada kesimpulan akhir dimana tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa bisa dikatakan tinggi.

Adapun aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari (1995) yaitu pertama, perilaku mengulur-ulur ketika mengawali dan penyelesaian tugas (menunda ketika memulai pengerjaan tugas, mengulur waktu menyelesaikan pekerjaan). Kedua, penundaan pengerjaan tugas (membutuhkan waktu yang cukup lama ketika pengerjaan, tidak memiliki *self management* waktu ketika proses penyelesaian tugas). Ketiga, perbedaan waktu antara *planning* dengan eksekusi (*overtime* mengejar *deadline*, ketidaksesuaian rencana dengan tindakan). Keempat, lebih memprioritaskan mengerjakan aktivitas yang lainnya daripada berusaha menyelesaikan tugas (mendahulukan aktivitas lain daripada tugas, mengerjakan tugas namun sambil melakukan aktivitas lain). Selain aspek tersebut, juga terdapat faktor prokrastinasi akademik menurut Mu'alima (2021) juga menunjukkan bahwa faktor prokrastinasi terbagi dua, yaitu faktor internal meliputi *self-regulated learning*, *self-efficacy*, manajemen waktu, serta kontrol diri. Sedangkan faktor eksternalnya yaitu meliputi dukungan sosial.

Arum dan Konradus (2022) menyampaikan bahwa prokrastinasi akademik memiliki faktor penyebabnya diantaranya ialah *self-regulated learning*, dimana jika mahasiswa mempunyai *self-regulated learning* bagus maka dapat meminimalisirkan perilaku prokrastinasi akademik. Begitupun juga sebaliknya, jika *self-regulated learning* buruk, maka mampu berujung

pada hasil yang buruk juga (Atra, 2022). Mengenai mahasiswa yang bermukim di pondok pesantren terindikasi melakukan prokrastinasi akademik yaitu karena tidak seimbanginya *self-regulated learning* dan efikasi diri mahasiswa berupa kurangnya pembelajaran mandiri, motivasi yang rendah, keterbatasan sumber daya, budaya pendidikan, dan pengaruh lingkungan (Almasri, 2015).

Bandura (1997) menjelaskan *self-regulation* sebagai kekuatan individu dalam menjadi pribadi yang bisa mengelola dirinya sendiri, mendorong perilaku pengelolaan lingkungan, menghasilkan dukungan kognisi, serta menghasilkan resiko bagi perilaku sendiri. Sedangkan Zimmerman (2008) mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai tahapan individu dalam pengendalian kognisi, perilaku, perasaan yang secara rinci juga bertujuan pada tercapainya target yang dibuat. Ayu dan Meutia (2020) memaparkan *self-regulated learning* sebagai sebuah tahap dalam mengatur pembelajaran bagi diri sendiri meliputi perencanaan, pemantauan dan modifikasi, manajemen diri yang berkomitmen untuk selalu melakukan kegiatan belajar dengan rasa tanggungjawab.

Self-regulated learning merupakan kemampuan mahasiswa ketika mengontrol diri dalam proses belajar termasuk menetapkan tujuan, perencanaan, pemantauan, dan evaluasi belajar (Pintrich, 2000). Mahasiswa yang memiliki keterampilan SRL cenderung menghindari prokrastinasi akademik karena mereka memiliki motivasi diri dan mampu mengelola waktu dengan baik, sedangkan dalam konteks pondok pesantren memiliki jadwal yang padat bisa menjadi tantangan, *self-regulated learning* amat penting agar mahasiswa lebih produktif dan disiplin (Wolters, 2003)

Adapun aspek *self-regulated learning* menurut Arum dan Konradus (2022) yaitu kognisi, motivasi, perilaku. Selain aspek terdapat juga faktor yang mendorong *self-regulated learning* menurut Woolfolk (2004) pertama pengetahuan meliputi kelebihan dan kekurangan diri, minat/bakat, dan cara belajar. Kedua, motivasi sebagai kemampuan mendorong individu untuk

tetap berinisiatif untuk belajar), Ketiga, keinginan untuk mempertahankan belajar dan pengerjaan tugas. Keempat, pengaruh keluarga. Sedangkan menurut Zimmerman (1990) faktor yang mendorong individu melakukan *self-regulated learning* yaitu perilaku (meliputi wawasan, target, *skill* metakognisi, dan efikasi diri), perilaku (meliputi *behavior self-reaction*, *personal self-reaction*, dan *environment self-reaction*), dan lingkungan (meliputi keluarga dan sosial).

Selain *self-regulated learning*, menurut Mu'alima (2021) efikasi diri juga menjadi faktor munculnya prokrastinasi akademik. Bandura (1997) mendefinisikan efikasi diri sebagai sebuah kepercayaan dalam diri seseorang mengenai potensi ketika penyelesaian tugas yang berfokus meraih target yang direncanakan. Efikasi diri bagian dari penilaian diri dalam kemampuan membedakan tindakan baik dan buruk, serta mampu atau tidak mengerjakan suatu hal sesuai yang disyaratkan (Alwisol, 2007).

Sedangkan menurut Santrock (2007) efikasi diri ialah sebuah kepercayaan seseorang dalam kemampuan penguasaan situasi serta menghasilkan sesuatu yang menguntungkan. Muwaddah (2021) menganggap efikasi diri sebagai suatu kepercayaan pada diri individu dalam proses mendapatkan sesuatu yang diinginkan dengan tujuan yang sudah direncanakan. Individu yang punya efikasi diri yang tinggi maka akan memiliki rasa ingin unggul atau berhasil lebih tinggi daripada yang rendah. Sulaiman & Ismail (2023) menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan bagian dari kunci sumber tindakan manusia dalam menentukan sebanyak apa tekanan serta kebingungan pengalaman individu dalam *copying* di lingkungan mereka. Alasan mengenai efikasi diri mahasiswa yang bermukim di pondok pesantren rendah, diantaranya adalah karena lingkungan yang terbatas, pengaruh social dan budaya, keterbatasan sumber daya, dan kurikulum yang terfokus (Mardiana, 2020).

Selain hal diatas, faktor lain yang menyebabkan rendahnya efikasi diri pada mahasiswa yang bermukim di pondok pesantren menurut Fauzan (2016) meliputi sistem pengajaran yang dominan masih tradisional yang

dimana hal tersebut mampu mengurangi kepercayaan mahasiswa terhadap kemampuan mereka dalam *problem solving* ataupun menyelesaikan tugas akademik secara mandiri, budaya ketaatan dan kepatuhan yang sudah diketahui bahwa termasuk pada area otoritas dari ustadz ataupun kyai yang mampu membuat mahasiswa cenderung pasif dalam pengambilan keputusan, yang terakhir adalah karena lingkungan yang kompetitif dapat menyebabkan tekanan pada mahasiswa terutama bagi mahasiswa yang kurang mampu atau lambat dalam kompetitif (Mujahidin, 2014)

Adapun aspek efikasi diri menurut Bandura (1997) ialah *magnitude* (tingkat kesukaran), kemudian *generality* (rentang perilaku), dan *strength* (kemampuan dalam mengerjakan tugas). Selain itu juga terdapat faktor efikasi diri oleh Bandura (1997) yaitu pertama *enactive attainment and performance accomplishment* (pengalaman kesuksesan dan pemerolehan prestasi) yang dianggap sebagai sumber ekspektasi. Kedua, *vicarious experience* (pengalaman orang lain) sebagai pembelajaran bagi individu tersebut. Ketiga, *verbal persuasion* (persuasi verbal) tentang sugesti akan keyakinan mampu mengatasi segala masalah. Keempat, *physiological state and emotional arousal* (keadaan fisik dan psikis). Adicondro & Purnamasari (2011) mengungkapkan jika individu punya efikasi diri tinggi pasti punya kepercayaan tentang potensi pada pengorganisasian dan *problem solving* suatu tugas guna mencapai target dalam berbagai tingkat kesukaran. Hal ini mengakibatkan *self-regulated learning* juga akan tinggi. Alasan lain peneliti memilih Pondok Pesantren Sirojutholibin dan memilih santri putri adalah karena berdasarkan penelitian dari Balqis & Andina (2022) bahwa perempuan lebih rentan mengalami *burn out* yang cenderung berakhir pada prokrastinasi akademik.

Telah banyak penelitian yang membahas pengaruh *self-regulated learning* dan efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa namun secara simultan. Sedangkan, masih sedikit yang membahas pengaruh *self-regulated learning* dan efikasi diri terhadap perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa secara bersamaan. Tujuan kajian ini guna mengetahui

apakah *self-regulated learning* dan efikasi diri berdampak terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bermukim di Pondok Pesantren Sirojuttholibin secara bersamaan, bukan simultan.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Terdapat masalah yang dialami mahasiswa yang bermukim di pondok pesantren berupa prokrastinasi akademik. Mengacu pada penelitian terdahulu, mahasiswa yang bermukim di pondok diketahui juga melakukan perilaku prokrastinasi akademik, dikarenakan adanya berbagai macam kegiatan pondok dan kegiatan di kampus.
2. Sementara itu, kontribusi diri sendiri dianggap krusial karena diri sendiri sebagai wadah mahasiswa untuk manajemen diri sendiri akan apa yang perlu dan tidak perlu dilakukan. Sehingga muncul pertanyaan apakah mahasiswa yang bermukim di pondok pesantren yang mempunyai *self-regulated learning* dan efikasi diri cenderung memiliki perilaku prokrastinasi akademik ada pada rentang kategori tinggi atau tidak memiliki pengaruh sama sekali.

1.3 Rumusan Masalah

1. Apakah *self-regulated learning* berpengaruh pada perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa yang bermukim di Pondok Pesantren Sirojuttholibin?
2. Apakah efikasi diri berpengaruh pada perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa yang bermukim di Pondok Pesantren Sirojuttholibin?
3. Apakah *self-regulated learning* dan efikasi diri berpengaruh pada perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa yang bermukim di Pondok Pesantren Sirojuttholibin?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Mengetahui pengaruh *self-regulated learning* pada perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa yang bermukim di Pondok Pesantren Sirojuttholibin.

2. Mengetahui pengaruh efikasi diri pada perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa yang bermukim di Pondok Pesantren Sirojuttholibin.
3. Mengetahui pengaruh *self-regulated learning* dan efikasi diri pada perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa yang bermukim di Pondok Pesantren Sirojuttholibin.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Kajian ini diajukan agar mampu memperoleh temuan baru yang mampu memberikan sumbangan pada kajian ilmu pengetahuan sosial, utamanya pada bidang psikologi terkait *self-regulated learning* dan efikasi diri dalam perilaku prokrastinasi akademik.

1.5.2 Manfaat Penelitian

Secara praktis, hasil kajian ini diharapkan mampu menghasilkan riset baru terkait hipotesis yang telah diajukan. Sementara itu, bagi mahasiswa agar mampu mengevaluasi dirinya terkait *self-regulated learning* dan efikasi dirinya dalam perilaku prokrastinasi akademi. Karena perilaku prokrastinasi akademik yang dibiarkan begitu saja akan mengganggu kualitas proses belajar mahasiswa.