

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Ghufron (dalam Ghufron & Risnawita, 2016) istilah prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda sampai hari berikutnya”. Hal ini sejalan dengan pendapat Tuckman & Sexton (dalam Tuckman, 1990) yang mendefinisikan prokrastinasi sebagai ketidakmampuan pengaturan diri yang mengakibatkan kecenderungan untuk menunda atau benar-benar menghindari kegiatan di bawah kendali seseorang.

Prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan, istilah ini pertama kali digunakan oleh Brown dan Holzman (dalam Ghufron & Risnawita, 2016). Ghufron dan Risnawita (2016) juga menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda atau tidak segera memulai pekerjaan, ketika menghadapi sesuatu pekerjaan dan tugas disebut seseorang yang melakukan prokrastinasi. Tidak peduli apakah penundaan tersebut

mempunyai alasan atau tidak. Setiap penundaan dalam menghadapi suatu tugas disebut prokrastinasi.

Andarini dan Fatma (2013) prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda pengerjaan tugas-tugas formal yang berhubungan dengan akademik pada waktu yang telah ditetapkan, yang dilakukan secara sadar oleh individu tersebut. Hal ini sejalan dengan pendapat Fauziah (2015) prokrastinasi akademik adalah prokrastinasi yang terjadi di lingkungan akademik, seperti di kampus yang berhubungan dengan tugas-tugas kuliah.

Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus (Ferrari, Johnshon, & McCown, dalam Ghufron & Risnawita, 2016). Perilaku-perilaku yang mencirikan penundaan dalam tugas akademik dipilah dari perilaku lainnya dan dikelompokkan menjadi unsur prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irasional yang dimiliki seseorang. Keyakinan irasional tersebut dapat disebabkan suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah. Ghufron dan Risnawita (2016) juga menambahkan seseorang memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan. Oleh karena itu, seseorang merasa tidak mampu menyelesaikan tugasnya secara memadai sehingga menunda-nunda menyelesaikan tugas tersebut secara memadai. Schouwenberg (dalam Andarini & Fatma, 2013) menambahkan bahwa prokrastinasi akademik

sebagai suatu perilaku penundaan dapat termanifestasi dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati.

Berdasarkan penjelasan-penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah kecenderungan menunda-nunda maupun memulai tugas yang berhubungan dengan kinerja akademik pada waktu yang telah ditetapkan.

2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Tuckman (1990) mengemukakan aspek-aspek prokrastinasi akademik menjadi tiga macam, yaitu:

1. Membuang waktu

Seorang prokrastinator biasanya memiliki kecenderungan untuk membuang-buang waktu hingga akhirnya dapat melakukan penundaan. Menurut Tuckman (1990) setiap orang mempunyai kecenderungan untuk melakukan suatu tugas ataupun pekerjaan.

2. *Task avoidance* (menghindari tugas)

Yaitu keadaan dimana seseorang cenderung menghindar dalam mengerjakan tugas dikarenakan mengalami kesulitan ketika melakukan hal-hal yang dianggap tidak menyenangkan. Kemudahan dan kesenangan seseorang dalam menyelesaikan suatu pekerjaan mempengaruhi seseorang dalam melakukan penundaan atau prokrastinasi

3. *Blaming others* (menyalahkan orang lain)

Adalah kecenderungan menyalahkan kejadian eksternal atau orang lain untuk setiap konsekuensi dari prokrastinasi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi biasanya cenderung akan meyalahkan kejadian eksternal atau orang lain. Hal tersebut kemungkinan akibat dari konsekuensi prokrastinasi yang dilakukan yang menyebabkan kegagalan atau keraguan diri sehingga cenderung menyalahkan orang lain atau kejadian eksternal.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Ghufroon dan Risnawita (2016) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi dua macam, yaitu internal dan faktor eksternal.

1. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu dalam mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis dari individu.

a. Kondisi fisik individu

Faktor dari dalam individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu. Tingkat inteligensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi. Walaupun prokrastinasi sering

disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional yang dimiliki seseorang (Wulan, dalam Ghufron & Risnawita, 2016).

b. Kondisi psikologis individu

Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik (Ferrari, dalam Ghufron & Risnawita, 2016).

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu berupa pengasuhan orangtua dan lingkungan yang kondusif, yaitu lingkungan yang *lenient*.

a. Gaya pengasuhan orangtua

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete (dalam Ghufron & Risnawita, 2016) menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak perempuan yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan *avoidance procrastination* menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula.

b. Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan (Millgram, dalam Ghufron & Risnawita, 2016). Ghufron (dalam Ghufron & Risnawita, 2016) juga menambahkan tingkat level sekolah, juga apakah sekolah terletak di desa ataupun di kota tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi.

B. Dukungan Sosial Orangtua

1. Pengertian Dukungan Sosial Orangtua

Pender, Murdaugh, dan Parsons (2010) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah bantuan, kepedulian, atau kesedihan seseorang yang diberikan kepada orang lain. Bantuan tersebut dapat berupa bantuan fisik atau psikologis seperti perasaan dicintai, dihargai, atau diterima. Pender, Murdaugh, dan Parsons (2010) juga menambahkan dukungan sosial yang diberikan oleh kelompok dapat membantu seseorang mencapai keberhasilan koping dan kepuasan, sekaligus membuat kehidupan menjadi efektif. Hal ini sejalan dengan pendapat Fibrianti (2009) berpendapat bahwa dukungan sosial orangtua adalah bantuan yang diberikan oleh orangtua berupa informasi, penghargaan dan materi.

Sarafino dan Smith (2010) menyatakan dukungan sosial juga mengacu pada kenyamanan, perhatian, harga diri, atau bantuan yang tersedia bagi

seseorang dari orang lain atau kelompok, kemudian mengacu pada pengertian seseorang atau persepsi bahwa kenyamanan, perhatian, dan bantuan tersedia jika dibutuhkan yaitu berupa dukungan yang dirasakan.

Menurut Raudatussalamah dan Fitri (2012) dukungan sosial digunakan untuk sumber sosial yang dipersepsikan dan diterima individu oleh kelompok nonprofessional dalam hubungan menolong dalam bentuk dukungan formal dan informal. Rook (Smet, 1994) menganggap dukungan sosial sebagai salah satu fungsi pertalian (ikatan) sosial.

Rodin dan Salovey (dalam Smet, 1994) menyatakan sumber dukungan sosial yang paling penting adalah perkawinan dan keluarga. Orangtua merupakan bagian dalam keluarga yang merupakan individu dewasa yang paling dekat dengan anak dan merupakan salah satu sumber dukungan sosial bagi anak. Kewajiban orangtua adalah terlibat dalam pengasuhan positif dan memandu anak menjadi manusia yang kompeten (Santrock, 2007).

Dukungan sosial dari orangtua adalah bantuan yang diberikan orangtua kepada anak-anaknya untuk menyelesaikan suatu masalah. Dalam dunia pendidikan fungsi dukungan sosial orangtua ini adalah untuk membantu anak dalam mengatasi masalah dalam belajar (Winarni, Anjariah, & Romas 2006). Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang tinggi akan mempunyai pikiran lebih positif terhadap situasi yang sulit dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat dukungan rendah. Mahasiswa juga meyakini bahwa orangtua selalu ada untuk membantu.

Berdasarkan uraian diatas, dukungan sosial orangtua adalah dukungan yang diberikan orangtua kepada anaknya berupa bantuan fisik atau psikologis seperti perasaan dicintai, dihargai, atau diterima sehingga membantu individu menyelesaikan masalahnya.

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial Orangtua

Safarino dan Smith (2010) membagi dukungan sosial orangtua menjadi empat aspek, yaitu:

1. Dukungan emosional atau penghargaan
Yaitu mencakup rasa empati, peduli, perhatian, penilaian positif dan dorongan terhadap seseorang yang memberikan kenyamanan dan keyakinan dengan rasa dicintai dari keluarga.
2. Dukungan nyata atau instrumental
Yaitu mencakup bantuan langsung, seperti memberi atau meminjamkan uang kepada anak, atau membantu mengerjakan tugasnya.
3. Dukungan informasi
Yaitu mencakup pemberian nasehat, arahan, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi tertentu.
4. Dukungan persahabatan
Yaitu mengacu pada ketersediaan oranglain untuk menghabiskan waktu dengan orang tersebut, sehingga memberi perasaan

kekeluargaan dan perasaan diterima dan menjadi anggota yang melakukan aktivitas sosial dengan kelompok.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial Orangtua

Menurut Reis (dalam Tarmidi dan Rambe, 2010) terdapat tiga faktor yang mempengaruhi dukungan sosial orangtua yaitu:

1. Keintiman

Dukungan sosial lebih banyak diperoleh dari keintiman daripada aspek-aspek lain dalam interaksi sosial, semakin intim seseorang maka dukungan yang diperoleh semakin besar.

2. Harga diri

Individu dengan harga diri memandang bantuan dari orang lain merupakan suatu bentuk penurunan harga diri karena dengan menerima bantuan orang lain diartikan bahwa individu yang bersangkutan tidak mampu lagi berusaha.

3. Keterampilan sosial

Individu dengan pergaulan yang luas akan memiliki keterampilan sosial yang tinggi, sehingga akan memiliki jaringan sosial yang jelas pula. Sedangkan individu yang memiliki jaringan individu yang kurang luas memiliki keterampilan sosial yang rendah.

C. Hubungan Antara dukungan Sosial Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

Mahasiswa adalah seorang agen pembawa perubahan, menjadi seorang yang dapat memberikan solusi bagi permasalahan yang dihadapi oleh suatu masyarakat bangsa dan negaranya. Mahasiswa juga adalah sebutan yang diberikan kepada individu yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi (Indie, dalam Andarini & Fatma, 2013). Selama menuntut ilmu di perguruan tinggi, sebagai mahasiswa tidak terlepas dari kewajiban mengerjakan tugas-tugas akademik. Beberapa tuntutan penyelesaian tugas tersebut antara lain adalah membuat berbagai macam tugas akademik maupun ujian yang merupakan suatu bentuk evaluasi bagi mahasiswa yang dilaksanakan secara rutin, serta kegiatan non akademik lainnya (Mayasari, Mustami'ah, & Warni, 2010).

Mahasiswa yang merupakan salah satu sumber daya manusia yang diharapkan dapat menjadi penerus bangsa dituntut untuk mempunyai tingkat kedisiplinan, kreativitas, dan etos kerja yang tinggi dalam mengerjakan tugas kuliahnya, mahasiswa juga harus terlibat aktif dalam proses pembelajaran agar mereka menjadi sukses dalam meningkatkan prestasi akademik mereka (Kadi, 2016). Namun, sampai sekarang masih dijumpai ketidaksiapan dalam memenuhi tuntutan tersebut. Fenomena yang terjadi ketika dalam masa perkuliahan salah satunya adalah penundaan dalam mengerjakan tugas kuliah (Kadi, 2016). Sebagai mahasiswa yang berperan dalam kemajuan bangsa hal ini merupakan salah satu bentuk perilaku yang tidak disiplin. Perilaku yang tidak disiplin dalam

penggunaan waktu dalam suasana psikologi ilmiah psikologi dikenal dengan istilah prokrastinasi (Putri, Wiyanti, & Priyatama, 2012). Hal ini sejalan dengan pendapat Kartadinata dan Tjundjing (2008) yang mana dengan melihat fenomena yang ada, prokrastinasi tampak sebagai sesuatu yang umum terjadi dalam dunia akademik.

Prokrastinasi merupakan perilaku yang diharapkan tidak terjadi dalam dunia akademik, sebab tindakan ini dapat menimbulkan konsekuensi berupa lumpuhnya kemajuan akademik (Burka & Yuen, dalam Kartadinata & Tjundjing, 2008). Hal ini sejalan dengan pendapat Senecal dan Koestner (1995) yang mengungkapkan bahwa prokrastinasi umum terjadi di lingkungan akademik. Prokrastinasi yang terjadi di lingkungan akademik disebut prokrastinasi akademik. Andarini dan Fatma (2013) prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda pengerjaan tugas-tugas formal yang berhubungan dengan akademik pada waktu yang telah ditetapkan, yang dilakukan secara sadar oleh individu tersebut.

Ghufron dan Risnawita (2016) menyatakan prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu dan faktor eksternal berupa faktor luar diri individu. Faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah faktor lingkungan. Lingkungan juga faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan seseorang terutama lingkungan keluarga. Horton dan Hunt (dalam Rahayu & Wigna, 2011) keluarga adalah pengelompokan kekerabatan yang menyelenggarakan pemeliharaan anak

dan kebutuhan manusiawi tertentu. Bagi mahasiswa keluarga merupakan suatu kelompok primer yang pertama dan di sanalah perkembangan kepribadian bermula. Pendidikan yang diterima oleh mahasiswa dalam keluarga merupakan awal dan pusat bagi seluruh pertumbuhan dan perkembangan mereka untuk menjadi dewasa, dengan demikian menjadi hak dan kewajiban orang tua sebagai penanggung jawab yang utama dalam mendidik mereka (Rahayu & Wigna, 2011).

Wijaya dan Pratitis (2012) berpendapat dengan adanya kepercayaan dan dukungan orangtua, membuat mahasiswa dapat menghadapi kesulitan atau permasalahan di perguruan tinggi. Menurut Lestariningsih (dalam Andarini & Fatma, 2013) dukungan sosial juga mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dengan adanya dukungan sosial sangat efektif membantu individu khususnya mahasiswa untuk menyelesaikan studi. Apabila individu memperoleh dukungan sosial berupa perhatian, ia akan lebih mempunyai kemandirian yang baik serta memiliki sikap yang dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, memahami apa yang menyebabkan penundaan dan bagaimana cara yang tepat untuk menyikapi tugas tersebut serta mampu mempertanggung jawabkan tugasnya agar sikap prokrastinasi tidak berlarut-larut.

Uraian diatas diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Andarini dan Fatma (2013) mengenai “hubungan antara *distress* dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi” yang

mana hasil penelitiannya menunjukkan ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik, ditunjukkan oleh nilai korelasi (r) sebesar 0,603; $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini juga berarti menunjukkan dukungan sosial dapat digunakan sebagai prediktor (variabel bebas) untuk memprediksi atau mengukur variabel prokrastinasi akademik. Dukungan sosial juga mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dengan adanya dukungan sosial sangat membantu individu khususnya dalam menyelesaikan studi.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Fibrianti (2009) mengenai “hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang” menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi. Nilai koefisien korelasi $r_{xy} = -0,372$ menunjukkan arah hubungan kedua variabel negatif, yaitu semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial orangtua maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

Penelitian yang dilakukan Eggens, Van Der Werf, dan Bosker (2007) menemukan bahwa dukungan emosional yang diberikan oleh orangtua memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi. Eggens, Van Der Werf, dan Bosker (2007) juga menyatakan bahwa ada hubungan antara jaringan

personal dan dukungan sosial terhadap perilaku belajar dan harga diri pada pelajar. Jaringan personal dan dukungan sosial dapat berfungsi sebagai “jaring penyelamat” yang membantu pelajar dalam penanggulangan stress dan kesulitan-kesulitan masa belajar.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian teori diatas, maka peneliti mengajukan hipotesis “Ada hubungan yang negatif antara dukungan sosial orangtua terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau”. Semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial orangtua maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa.