

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa memiliki kewajiban mengikuti proses pembelajaran, mengerjakan tugas, dan melaksanakan ujian. Mahasiswa yang tidak mampu untuk mengatur waktu dengan baik akan terjebak dengan menunda belajar untuk ujian dan penumpukan tugas-tugas perkuliahan sampai akhirnya mengerjakan tugas dibatas waktu pengumpulan tugas. Penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa terhadap tugas-tugas perkuliahannya tersebut dikenal dengan istilah prokrastinasi (Amel et al., 2024).

Prokrastinasi adalah suatu perilaku yang tidak baik dalam memanfaatkan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu tindakan atau menunda tugas yang ingin dikerjakan sampai waktu berikutnya, sehingga perilaku penundaan tersebut dapat menghambat pembelajaran individu itu sendiri (Ramadhani et al., 2020). Individu yang tidak dapat mengelola waktu dengan baik mereka cenderung akan melakukan perilaku penundaan dalam mengerjakan tugas maupun pekerjaan (Bangun & Sovranita, 2022). Pelaku yang melakukan prokrastinasi disebut prokrastinator.

Permasalahan yang ditemukan di lapangan yaitu banyaknya mahasiswa yang menunda-nunda dalam mengerjakan tugas, tidak semua mahasiswa dapat membagi waktunya dengan baik sehingga sulit memprioritaskan tugas mana

yang akan dikerjakan terlebih dahulu yang menyebabkan tugas yang pada dasarnya lebih penting menjadi terabaikan dan ditunda-tunda (Pertiwi, 2020).

Prokrastinasi juga dilakukan oleh mahasiswa yang masuk dalam kegiatan berorganisasi. Namun kondisi ini membutuhkan pengelolaan waktu yang baik karena kebanyakan dari mahasiswa akan kesulitan untuk membagi dirinya dalam mengerjakan tugas perkuliahan maupun tugas diorganisasi (Amel et al., 2024). Kemudian dari wawancara yang dilakukan kepada mahasiswa psikologi berinisial Jannah AD, dapat diambil informasi bahwa ia sangat sulit membagi waktunya berorganisasi dengan perkuliahan karena banyaknya tuntutan pekerjaannya di organisasi tersebut, sehingga ia menyampingkan tugas yang diberikan oleh dosen (Jannah AD, Komunikasi Personal, 01 September 24).

Selanjutnya wawancara yang dilakukan kepada mahasiswa psikologi islam berinisial AP, dapat diambil informasi bahwa AP sering melakukan prokrastinasi apalagi saat tugasnya banyak atau terasa berat, biasanya AP suka menunda alasan belum *mood* yang mana ujung-ujungnya membuatnya makin stres karna waktu yang sudah mepet (AP, Komunikasi Personal, 01 September 24). Kemudian wawancara yang dilakukan kepada mahasiswa psikologi islam berinisial SM, dapat diambil informasi bahwa SM sering melakukan prokrastinasi tetapi bukan karena malas atau tidak *mood*, melainkan karena SM merasa takut jika hasil tugasnya tidak sesuai harapan. SM khawatir tugasnya tidak sempurna dan jelek. Kadang SM juga suka terlalu memikirkan yang terbaik sampai akhirnya SM tidak pernah memulai pekerjaannya (SM, Komunikasi Personal, 01 September 24).

Tingkat prokrastinasi juga tidak menutup kemungkinan dipengaruhi oleh perbedaan jenis kelamin (Lantang & Jannah, 2024). Gender merupakan karakteristik yang dimiliki individu sebagai upaya pembeda satu sama lain secara biologis maupun psikologis. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa prokrastinasi juga berhubungan dengan berbagai faktor kepribadian dan konstruksi psikologis. Studi berdasarkan jenis kelamin mengungkapkan perbedaan dalam perilaku menunda-nunda siswa laki-laki dan perempuan, siswa laki-laki ditemukan lebih banyak menunda-nunda dari pada siswa perempuan (Astuti et al., 2021). Kemudian pada penelitian lain yang dilakukan menemukan Huda (2015) persentase prokrastinasi pada laki-laki sebesar 78,5% dibandingkan dengan perempuan dengan persentase prokrastinasi sebesar 21,5%.

Prokrastinasi juga terjadi pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2015 dan 2016 Universitas Medan Area, dengan hasil menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dan stres akademik dengan prokrastinasi akademik dimana nilai koefisien determinasi R^2 sebesar 0,268. Artinya prokrastinasi dibentuk oleh regulasi diri dan stres akademik dengan kontribusi sebesar 26,8%. Sementara sisanya sebesar 73,2% prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh faktor lain, yaitu: penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan (Arwina et al., 2022).

Penyebab prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa disebutkan juga dalam penelitian Ferrari et al., (1995) yaitu (1) sikap ketergantungan dan selalu membutuhkan bantuan orang lain, sikap kurang tegas, sikap memberontak dan kesulitan mengambil keputusan (2) tidak menyukai tugas (*aversive of the task*), perasaan tidak menyukai suatu tugas ini berkaitan dengan perasaan terbebani tugas yang berlebihan, tidak puas dengan tugas yang didapat dan perasaan tidak senang terhadap tugas yang diberikan dan yang terakhir yaitu (3) ketakutan akan gagal (*fear of failure*), yaitu takut gagal atau menolak kegagalan ini merupakan kecenderungan mengalami rasa bersalah ia tidak dapat mencapai tujuan atau keinginan. Ketakutan ini mendorong seseorang untuk cenderung menunda atau mengulur waktu dalam menyelesaikan suatu pekerjaan.

Perasaan takut merupakan suatu emosi dasar manusia setelah dilahirkan yang merupakan perlindungan untuk melawan sesuatu yang dianggap bahaya yang dapat mengancam dirinya (Atmojo et al., 2023). Kegagalan dapat mengancam individu yang telah terbiasa menghubungkan kegagalan dengan konsekuensi yang aversif. Individu yang yakin bahwa konsekuensi tersebut akan terjadi ketika mereka gagal, maka mereka lebih cenderung menilai situasi evaluatif sebagai ancaman. Oleh karena itu, kekuatan dari keyakinan tentang konsekuensi aversif dari kegagalan dapat menunjukkan tingkat *fear of failure* individu secara keseluruhan.

Mahasiswa yang memiliki *fear of failure* seringkali menunjukkan berbagai karakteristik yang dapat memengaruhi kinerja akademik dan kesejahteraan

mereka secara keseluruhan. Mereka juga dapat terdorong oleh rasa malu yang berasal dari rasa takut gagal untuk memenuhi harapan. Selain itu, mereka juga memiliki ekspektasi yang tinggi terhadap diri mereka sendiri yang dapat mengakibatkan kekecewaan dan kecemasan jika tidak terpenuhi (Anoita et al., 2020). Dorongan menghindari kegagalan merupakan konsekuensi negatif dari *fear of failure* (takut akan kegagalan) dan merupakan kapasitas individu untuk mengantisipasi rasa malu, penghinaan, kehilangan status atau kepercayaan diri (Bauzir & Zulfiana, 2021).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Caya et al., (2024) pada tahun 2024, *fear of failure* pada mahasiswa dapat bervariasi pada masing-masing individu. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti jenis kelamin, tahun akademik, ruang lingkup institusi Pendidikan dan tempat tinggal (keluarga), serta *mindset*. Selain itu, *fear of failure* juga berhubungan dengan aspek psikologis lainnya seperti perfeksionisme dan penundaan akademik. Asal mula rasa takut ini dapat dikaitkan dengan berbagai faktor, seperti kegagalan sebelumnya, kritik yang tidak menyenangkan, dan kurangnya kepercayaan diri (Al Farisi et al., 2024).

Fear of failure rendah ditandai dengan harga diri rendah, namun individu lebih terbuka mengambil risiko dan melihat kegagalan sebagai pengalaman belajar. Mereka cenderung menerima kegagalan dan mengambil risiko yang telah diperhitungkan. *Fear of failure* sedang melibatkan kriteria keberhasilan dan kegagalan terinternalisasi, mengarah pada penilaian diri negatif dan menghindari

situasi yang beresiko akan gagal. *Fear of failure* tinggi ditandai dengan harga diri tinggi namun sangat menghindari kegagalan, melihatnya sebagai ancaman dan membuat alasan terus-menerus untuk menghindari situasi rawan kegagalan (Al Farisi et al., 2024).

Hal ini searah dengan penelitian yang dilakukan oleh Maulidya et al., (2024) terhadap mahasiswa bidikmisi yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi. Ketakutan akan kegagalan muncul karena mahasiswa bidikmisi kurang yakin akan kemampuan diri dan menghindari penilaian negatif dari orang lain sehingga melakukan prokrastinasi dan selanjutnya penelitian yang dilakukan Septanier (2022) terhadap Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Makassar yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan dan pengaruh yang signifikan antara *fear of failure* dan prokrastinasi pada mahasiswa PPB FIP UNM Angkatan 2018-2020. Seseorang yang memiliki rasa takut akan kegagalan yang tinggi akan cenderung menganggap tugasnya tidak menyenangkan dan menyebabkan ia mudah teralihkan oleh hal lain sehingga melakukan prokrastinasi.

Berbeda halnya dengan penelitian di atas, penelitian selanjutnya menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara *fear of failure* dan prokrastinasi. Penelitian yang dilakukan oleh Parastiara & Yoenanto (2022) terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas akhir dengan hasil

penelitian menunjukkan *fear of failure* dan motivasi tidak mempengaruhi prokrastinasi.

Terdapatnya kesenjangan penelitian dalam menjelaskan ada-tidaknya hubungan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi, menjadikan hubungan kedua variabel tersebut menarik untuk dilakukan penelitian lanjutan pada mahasiswa Psikologi islam UIN Imam Bonjol Padang. Kemudian pemilihan mahasiswa psikologi sebagai subjek dalam penelitian ini didasarkan pada pertimbangan bahwa mereka memiliki tingkat kesadaran yang lebih tinggi terhadap kondisi psikologis, termasuk emosi, motivasi, dan perilaku mereka sendiri (Puteri & Dewi, 2021). Meskipun demikian, kenyataannya mahasiswa psikologi juga tidak lepas dari tekanan akademik dan kecemasan terhadap kegagalan, terutama karena tuntutan untuk tampil kompeten dalam memahami dan menerapkan teori-teori psikologis dalam kehidupan nyata (Anwar et al., 2024).

Penelitian ini menarik karena berupaya mengkaji prokrastinasi tidak semata-mata sebagai persoalan manajemen waktu atau rendahnya disiplin diri, melainkan sebagai fenomena psikologis yang berkaitan dengan regulasi emosi.

Dengan menempatkan *fear of failure* sebagai variabel prediktor, penelitian ini menekankan bahwa perilaku menunda tugas dapat dipahami sebagai bentuk mekanisme penghindaran terhadap kemungkinan evaluasi negatif atau kegagalan. Pendekatan ini memberikan sudut pandang yang lebih komprehensif

dalam memahami dinamika internal mahasiswa, khususnya bagaimana aspek afektif berkontribusi terhadap munculnya prokrastinasi.

Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada fokus spesifik terhadap *fear of failure* sebagai konstruk emosional yang bersifat multidimensional, serta pada konteks populasi yang diteliti, yaitu mahasiswa Program Studi Psikologi Islam di perguruan tinggi keagamaan negeri. Kajian mengenai hubungan kedua variabel tersebut pada konteks ini masih relatif terbatas, sehingga penelitian ini memberikan kontribusi empiris yang lebih kontekstual sekaligus memperkaya literatur mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi prokrastinasi.

B. Rumusan Masalah

Berangkat dari latar belakang masalah di atas yang dipaparkan di atas, maka pokok permasalahan yang dikaji dirumuskan menjadi apakah terdapat hubungan antara *fear of failure* dengan prokratinasi pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang.

C. Batasan Masalah

Dimana berdasarkan rumusan masalah di atas, untuk memudahkan pembahasan dalam penelitian ini, penulis akan memfokuskan penelitiannya sebagai berikut:

1. Apa kategorisasi *fear of failure* pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang?

2. Apa kategorisasi prokrastinasi pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang?
3. Apakah ada hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui seberapa tingkat *fear of failure* pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang.
2. Untuk mengetahui seberapa tingkat prokrastinasi pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan *fear of failure* dengan prokrastinasi pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang.

E. Manfaat penelitian

Secara teoritis diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan terhadap masalah yang diteliti serta dapat digunakan sebagai karya ilmiah dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang Psikologi.

Secara praktis hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam untuk dapat mengembangkan strategi yang efektif untuk mencegah dan mengurangi perilaku prokrastinasi di kalangan mahasiswa. Hasil penelitian ini dapat mendorong penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor psikologis yang terkait dengan *fear of failure* dan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang.

F. Sistematika Penelitian

Sebagai pola dasar ataupun pedoman bagi penulis untuk mendapatkan gambaran yang utuh tentang penelitian yang dilakukan. Maka, sistematika penulisan dibagi ke dalam beberapa bab, yaitu:

BAB I Pendahuluan

Menjelaskan secara umum arahan tentang penelitian yang dilakukan peneliti mengenai hubungan *fear of failure* dan prokrastinasi pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang, sehingga pembaca dapat mengetahui latar belakang masalah, rumusan masalah, Batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

BAB II Landasan Teori

Berisi tentang pembahasan mengenai landasan teori yang meliputi penjelasan mengenai *fear of failure* dan prokrastinasi pada Mahasiswa Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang, hubungan antara variabel, penelitian yang relevan, kerangka konseptual, dan hipotesis penelitian.

BAB III Metode Penelitian

Berisi tentang penjelasan metodologi penelitian yang terdiri dari definisi operasional, populasi, sampel, dan instrument penelitian.

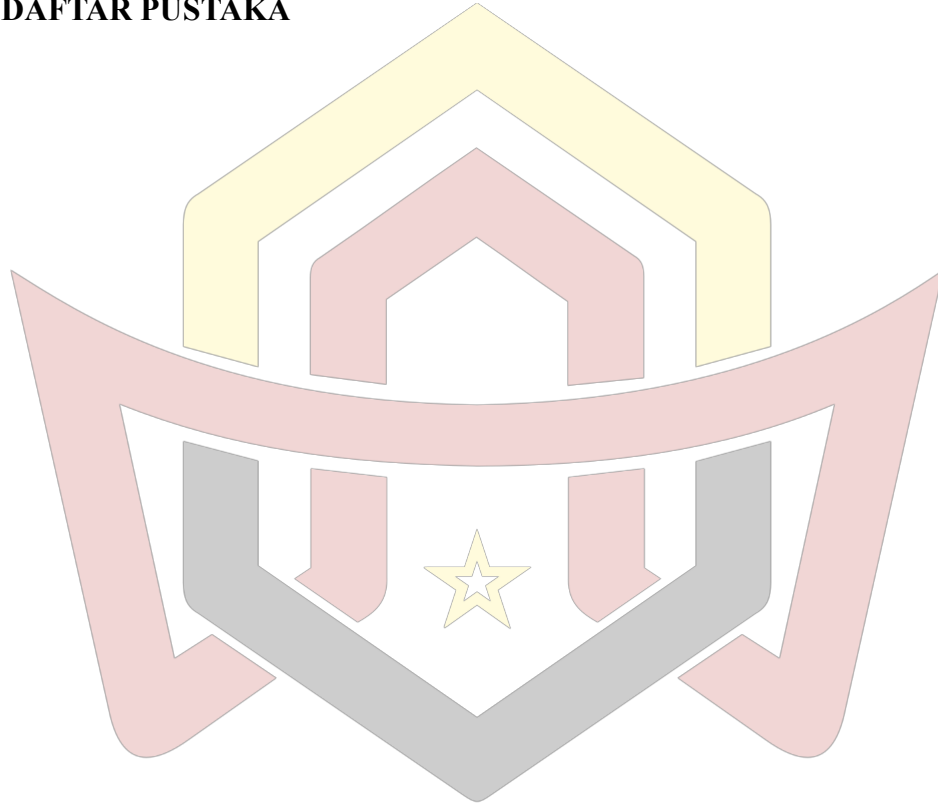
BAB IV Hasil & Pembahasan

Berisi tentang pembahasan mengenai model rancangan penelitian, populasi, sampel, lokasi, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

BAB V Kesimpulan & Saran

Berisi mengenai pembahasan kesimpulan-kesimpulan yang diperoleh dari hasil pengolahan data penelitian. Selain itu, pada bab ini juga berisi saran-saran bagi peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA



UIN IMAM BONJOL
PADANG