

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pendidikan memiliki peran fundamental dalam membentuk kualitas sumber daya manusia, tidak hanya dari sisi penguasaan pengetahuan, tetapi juga dalam pengembangan kemampuan pengelolaan diri, pengambilan keputusan, serta kesiapan menghadapi tuntutan akademik dan profesional (UNESCO, 2021). Pada jenjang pendidikan tinggi, proses pendidikan menempatkan mahasiswa sebagai subjek pembelajaran yang dituntut untuk mandiri, bertanggung jawab, dan mampu mengelola berbagai aspek kehidupan akademiknya secara optimal. Mahasiswa diberikan keleluasaan dalam mengatur waktu dan aktivitas akademik, namun pada saat yang sama dituntut untuk bertanggung jawab terhadap pencapaian akademiknya. Kondisi tersebut menjadikan kemampuan pengelolaan diri, khususnya perilaku belajar dan penggunaan waktu sebagai aspek yang krusial dalam keberhasilan studi mahasiswa (Wolters & Brady, 2021:233).

Masa pendidikan tinggi atau masa perkuliahan merupakan fase yang ditandai dengan meningkatnya tuntutan akademik yang harus dikelola secara bersamaan. Mahasiswa dihadapkan pada berbagai tugas, presentasi, ujian, dan proyek akademik dengan tenggat waktu yang sering kali saling berdekatan. Situasi ini menuntut kemampuan manajemen waktu yang baik agar mahasiswa mampu merencanakan, memprioritaskan, dan menyelesaikan tugas secara efektif. Ketika waktu tidak dikelola dengan baik, mahasiswa cenderung mengalami kesulitan dalam menjaga konsistensi belajar, yang pada akhirnya mengganggu kualitas proses pembelajaran dan hasil akademik yang dicapai (Winarna & Rozamuri, 2022:89).

Dalam konteks tersebut, prokrastinasi akademik menjadi salah satu fenomena yang paling menonjol dalam kehidupan perkuliahan. Prokrastinasi akademik merujuk pada perilaku menunda pengerjaan tugas-tugas akademik secara sadar meskipun mahasiswa mengetahui bahwa penundaan tersebut dapat menimbulkan konsekuensi

negatif. Fenomena ini bukan sekadar kebiasaan sementara, tetapi telah dilaporkan sebagai pola perilaku yang cukup luas di kalangan mahasiswa. Hasil penelitian Putri dkk. (2020:1) menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa Indonesia menunjukkan kecenderungan menunda pengerjaan tugas hingga mendekati tenggat waktu, terutama pada tugas yang dianggap sulit atau membutuhkan upaya kognitif tinggi.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian internasional yang menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik masih menjadi permasalahan yang dominan dalam pendidikan tinggi. Penelitian Steel dan Klingsieck (2022:1) menunjukkan bahwa sekitar 50–70% mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik secara konsisten, terlepas dari tingkat kemampuan akademik yang dimiliki. Hal ini mengindikasikan bahwa prokrastinasi bukan disebabkan oleh kurangnya kapasitas intelektual semata, melainkan lebih berkaitan dengan cara mahasiswa mengelola waktu dan merespons tekanan akademik yang menyertai tugas-tugas perkuliahan.

Prokrastinasi akademik sering kali muncul akibat ketidakmampuan mahasiswa dalam memanfaatkan waktu yang tersedia secara efektif. Secara objektif, mahasiswa umumnya memiliki waktu yang cukup untuk menyelesaikan tugas akademik. Namun, penundaan yang berulang menyebabkan waktu tersebut tidak digunakan secara optimal sejak awal, sehingga pengerjaan tugas menumpuk menjelang tenggat waktu. Sejalan dengan itu, hasil penelitian Wolters dan Brady (2021:233) menegaskan bahwa lemahnya perencanaan, penetapan prioritas, dan pengendalian penggunaan waktu berkontribusi signifikan terhadap munculnya prokrastinasi akademik. Kondisi ini menciptakan kesenjangan antara waktu yang tersedia dan waktu yang benar-benar digunakan untuk aktivitas akademik.

Kesenjangan dalam pengelolaan waktu tersebut berdampak langsung pada kualitas kinerja akademik. Penelitian Kooren dkk. (2024:287) menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berhubungan negatif dengan prestasi akademik, di mana mahasiswa yang cenderung menunda tugas memperoleh capaian nilai yang lebih rendah. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan waktu pengerjaan yang mendorong mahasiswa belajar secara terburu-buru, mengurangi pendalaman materi, serta

mengabaikan proses perbaikan tugas. Akibatnya, nilai akademik yang diperoleh sering kali tidak mencerminkan potensi kemampuan mahasiswa secara optimal.

Selain faktor manajemen waktu, prokrastinasi akademik juga berkaitan erat dengan faktor psikologis, khususnya *fear of failure*. *Fear of failure* tercermin dalam ketakutan mahasiswa terhadap kemungkinan memperoleh nilai rendah, gagal memenuhi ekspektasi akademik, atau mengecewakan pihak-pihak yang dianggap penting. Hasil penelitian Duru dkk. (2024:43) menemukan bahwa *fear of failure* berperan dalam meningkatkan kesulitan regulasi emosi, yang selanjutnya memicu kecenderungan menunda tugas akademik. Dalam kondisi ini, prokrastinasi berfungsi sebagai strategi penghindaran jangka pendek untuk mereduksi rasa cemas dan tidak nyaman yang muncul ketika menghadapi tuntutan akademik.

Interaksi antara lemahnya manajemen waktu dan tingginya *fear of failure* membentuk pola prokrastinasi akademik yang bersifat berulang. Ketika mahasiswa tidak mampu merencanakan waktu secara efektif dan pada saat yang bersamaan diliputi oleh ketakutan akan kegagalan, kecenderungan untuk menunda tugas menjadi semakin kuat. Penundaan tersebut kemudian mempersempit waktu pengerjaan, meningkatkan tekanan, dan menghasilkan kinerja akademik yang kurang optimal. Pola ini pada akhirnya mempertahankan siklus prokrastinasi yang sulit diputus. Hal ini sejalan dengan temuan hasil pra-penelitian yang telah dilakukan kepada 30 mahasiswa Indonesia selain mahasiswa Universitas Siliwangi dengan data lapangan sebagai berikut.

Tabel 1. 1
Hasil Kuesioner Pra-penelitian

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	RR	S	SS	N	SKOR	MEAN	%
		1	2	3	4	5				
1	Saya lebih suka menonton film daripada mengerjakan tugas	0	3	5	13	9	30	118	3.933	79%
2	Saya menunda tugas yang saya tidak sukai	3	5	0	11	11	30	112	3.733	75%
3	Saya masih sempat membuka media sosial meskipun saya belum menyelesaikan tugas	0	0	1	8	21	30	140	4.667	93%

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	RR	S	SS	N	SKOR	MEAN	%
		1	2	3	4	5				
4	Saya mengerjakan tugas untuk mendapatkan hasil belajar yang baik	2	1	5	14	8	30	115	3.833	77%
5	Saya mengatur waktu untuk bermain bersama teman	2	1	4	12	11	30	119	3.967	79%
6	Saya akan menolak dengan sopan ajakan teman untuk bermain saat tugas saya belum selesai	0	5	4	10	11	30	117	3.9	78%
7	Saya merasa bersalah jika hasil belajar saya membuat orang tua saya sedih	0	1	5	9	15	30	128	4.267	85%
8	Saya merasa tekanan besar untuk tidak mengecewakan orang-orang yang sudah mendukung saya	0	1	3	14	12	30	127	4.233	85%

Data di atas menunjukkan bahwa fenomena prokrastinasi akademik cukup menonjol, dengan 79% mahasiswa memiliki kecenderungan untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan seperti menonton film daripada mengerjakan tugas, 75% mahasiswa mengakui mereka menunda tugas yang tidak disukai, dan bahkan 93% mahasiswa secara sadar mengalihkan waktu produktif untuk bermain media sosial, alih-alih menyelesaikan tugas akademik. Namun, di samping kecenderungan menunda tersebut, sebanyak 77% mahasiswa tetap memiliki niat belajar yang baik, yang terlihat dari motivasi mereka untuk mengerjakan tugas demi hasil belajar yang optimal. Temuan ini memperlihatkan adanya kesenjangan (*gap*) antara niat untuk mengerjakan tugas dan tindakan aktualnya (*intention-behavior gap*).

Kesenjangan antara niat/rencana dan tindakan tersebut seringkali berakar pada bagaimana mahasiswa mengelola sumber daya waktu mereka. Manajemen waktu yang efektif, termasuk kemampuan menetapkan tujuan yang jelas dan menyusun prioritas, sangat penting untuk mendukung keberhasilan akademik. Namun, meskipun 79% mahasiswa menyadari perlunya menyeimbangkan waktu antara bermain dan belajar,

serta 78% mahasiswa mampu menetapkan prioritas dengan mendahulukan tugas akademik, tingkat prokrastinasi yang tinggi menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai manajemen waktu belum sepenuhnya terimplementasi dalam tindakan nyata. Hal ini mengindikasikan adanya faktor lain yang turut memengaruhi kecenderungan menunda tugas, sehingga pada akhirnya menghambat proses belajar.

Dalam konteks ini, salah satu faktor yang diduga berperan dalam menghambat proses belajar adalah *fear of failure* atau ketakutan akan kegagalan. Ketakutan ini bukan hanya sekadar kekhawatiran biasa, melainkan kecemasan mendalam yang dapat menghambat implementasi manajemen waktu secara optimal. Hal ini sejalan dengan 85% mahasiswa yang mengakui memiliki ketakutan akan masa depan yang tidak pasti, ditandai dengan rasa takut dalam kegagalan membangun karier yang dicita-citakan. Selain itu, proporsi yang sama juga menunjukkan kecemasan akan kemungkinan mengecewakan orang yang dianggap penting dalam hidup mereka, termasuk rasa takut membuat orang tua sedih apabila hasil belajar buruk, terutama dengan pertimbangan atas segala dukungan yang telah diberikan baik secara emosional maupun materiil. Ketakutan berlebih ini dapat mendorong mahasiswa untuk menghindari situasi yang berpotensi menimbulkan perasaan negatif. Salah satu bentuk penghindaran tersebut adalah menunda tugas yang dianggap sulit, sehingga pada akhirnya memperkuat kecenderungan prokrastinasi akademik.

Fenomena tersebut sejalan dengan penjelasan Steel (2007:65) melalui Temporal Motivation Theory (TMT) yang menyatakan bahwa seseorang cenderung menunda ketika nilai tugas dipersepsikan rendah, hambatan emosional tinggi, atau tenggat waktu dirasa masih jauh. Artinya, semakin besar tekanan emosional atau ketidaknyamanan psikologis yang dirasakan mahasiswa saat mengerjakan tugas, semakin besar pula kemungkinan mereka untuk menunda. Secara keseluruhan, *time management* yang baik membantu menekan faktor delay (penundaan), sedangkan *fear of failure* justru menurunkan ekspektasi keberhasilan. Ketika keduanya hadir bersamaan dalam diri mahasiswa, salah satunya dapat memperkuat atau memperlemah motivasi. Bahkan, mahasiswa yang memiliki *time management* yang baik bisa tetap menunda tugas jika *fear of failure* cukup tinggi, karena penurunan ekspektasi keberhasilan lebih dominan

daripada kemampuan mengatur waktu. Pola ini menjelaskan mengapa manajemen waktu yang dilaporkan cukup baik pada pra-penelitian tidak secara otomatis menurunkan tingkat prokrastinasi.

Meskipun hubungan antara manajemen waktu, *fear of failure*, dan prokrastinasi sudah banyak dibahas secara terpisah, penelitian yang menggabungkan ketiga variabel tersebut masih terbatas, terutama dalam konteks mahasiswa. Lebih lanjut, beberapa penelitian terdahulu, seperti yang dilakukan oleh Prawesti dan Listiara (2020:254), konsisten menemukan hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi, namun data di lapangan menunjukkan adanya inkonsistensi antar kesadaran individu akan pentingnya manajemen waktu dengan perilaku aktual mereka yang tetap prokrastinatif. Kesenjangan empiris ini memicu kebutuhan untuk meneliti lebih dalam interaksi variabel lain yang memiliki kemungkinan untuk memediasi atau memperkuat pengaruh tersebut.

Kemudian, meskipun penelitian oleh Rahayu & Agustiana (2021) mendukung peran signifikan *fear of failure* terhadap prokrastinasi, namun literatur yang ada masih jarang mengeksplorasi bagaimana *time management* dan *fear of failure* berinteraksi secara simultan pada mahasiswa, terutama untuk menjelaskan inkonsistensi temuan empiris terkait manajemen waktu tersebut. Secara keseluruhan, fenomena pra-penelitian yang menunjukkan bahwa manajemen waktu tinggi tetapi prokrastinasi tetap besar mengindikasikan adanya celah penelitian yang belum terjawab, terutama terkait kemungkinan peran *fear of failure* sebagai variabel yang memperlemah efektivitas manajemen waktu.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti dan mengkaji lebih dalam mengenai permasalahan tersebut melalui kegiatan penelitian dengan judul “**HUBUNGAN *TIME MANAGEMENT* DAN *FEAR OF FAILURE* TERHADAP PROKRASTINASI MAHASISWA**” (Survey pada Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Angkatan 2023).”

1.2. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara *time management* dengan prokrastinasi

akademik?

2. Apakah terdapat hubungan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik?
3. Apakah terdapat hubungan antara *time management* dan *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik?

1.3. Tujuan Penelitian

1. Hubungan antara *time management* dan prokrastinasi akademik mahasiswa
2. Hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik mahasiswa
3. Hubungan antara *time management* dan *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan serta referensi bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa pendidikan ekonomi tentang hubungan *time management* dan *fear of failure*, serta bagaimana kontribusinya terhadap prokrastinasi akademik. Kemudian sebagai tambahan informasi dan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penelitian ini.

1.4.2. Manfaat Praktik

1. Bagi pembaca
 Penelitian ini diharapkan dapat mengetahui ukuran tingkat *time management* dan dapat memahami *fear of failure* pada mahasiswa.
2. Bagi peneliti
 Sebagai pengalaman dan menambah pengetahuan dalam aplikasi ilmu yang telah diperoleh, serta mengetahui gambaran mengenai hubungan *time management* dan *fear of failure* pada mahasiswa pendidikan ekonomi.
3. Bagi Universitas Siliwangi
 Penelitian ini diiharapkan dapat menambah wawasan atau informasi bagi dunia pendidikan di Universitas Siliwangi mengenai masalah-masalah yang dihadapi mahasiswa berkaitan dengan *time management* dan *fear of failure* untuk memperlemah kecenderungan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.