

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehidupan dan interaksi masyarakat telah berubah akibat globalisasi dan era digital. Penggunaan teknologi berkembang pesat dalam aktivitas sehari-hari, di mana manfaat internet dan *platform* digital semakin unggul mulai dari komunikasi hingga akses informasi yang cepat. Penduduk Indonesia pada tahun 2023 berjumlah 278.696.200, namun 221.563.479 merupakan pengguna internet, menurut studi survei yang diterbitkan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2024 (APJII, 2024). Grafik ini menggambarkan betapa luasnya teknologi digital, bahkan di bidang pendidikan, yang memanfaatkan internet untuk memfasilitasi pembelajaran.

Pendidikan merupakan kebutuhan dasar berkaitan dengan proses pembelajaran setiap individu dalam mengembangkan potensi diri. Elemen terpenting dalam menciptakan potensi individu yang produktif adalah pendidikan. Berdasarkan Undang-Undang RI No. 20 tahun 2003 Pasal 13 ayat (1) menjelaskan bahwa terdapat tiga jalur pendidikan yang dapat ditempuh, yaitu formal, nonformal, dan informal. Salah satu pendidikan formal yaitu perguruan tinggi. Sebutan untuk peserta didik dalam perguruan tinggi yaitu mahasiswa, di mana batas usia mahasiswa 18-30 tahun (Sihombing, 2020). Masa remaja akhir rentang usia 16 tahun atau 17 tahun hingga 18 tahun dan masa dewasa awal/dini rentang usia 18 tahun hingga 40 tahun di mana tiap tahapan perkembangan tersebut terdapat tugas perkembangan yang harus terpenuhi agar kehidupan terasa bahagia dan membawa ke arah keberhasilan, serta sebaliknya (Bawono, 2021). Artinya mahasiswa berada pada masa remaja akhir dan memasuki masa dewasa awal. Perkembangan individu dalam aspek fisik, psikologis, dan sosial memunculkan berbagai tugas perkembangan.

Perguruan tinggi berkontribusi penting dalam menciptakan individu mandiri, tangguh, inovatif, dan bermartabat. Seiring dengan meningkatnya jenjang pendidikan yang ditempuh individu, tanggung jawab yang harus dipenuhi juga semakin besar. Salah satunya, mahasiswa yang dianggap sebagai calon intelektual

muda diharapkan mampu berkontribusi dalam masyarakat, berkembang menjadi pemikir yang kritis dan berwawasan luas (Ramadini, 2019). Oleh karena itu, menjalani proses pendidikan di perguruan tinggi tidak sederhana. Banyaknya tuntutan terhadap mahasiswa tentu akan dihadapkan dengan kegiatan belajar yang tidak mudah sebagai tugas utama, seperti mengerjakan tugas baik tugas mata kuliah maupun tugas akhir atau skripsi, menulis makalah, membaca buku, presentasi, diskusi, menghadiri seminar, turut aktif dalam pembelajaran, dan aktivitas lainnya yang bersifat akademik maupun non akademik. Menurut Mardiani, dkk. (2021) pengaturan waktu yang baik harus dimiliki oleh mahasiswa agar kegiatan dan tugas yang dimiliki dapat diselesaikan tepat waktu. Selain itu, adanya *platform* digital memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk lebih produktif dalam melaksanakan tanggung jawabnya karena mereka dapat mengakses materi kuliah, jurnal, dan sumber daya lainnya dengan mudah, bahkan tanpa harus meninggalkan rumah. Hal ini seharusnya menjadi keuntungan bagi mahasiswa dalam memenuhi tanggung jawab akademik mereka.

Faktanya, permasalahan yang sering terjadi pada mahasiswa adalah kurangnya pengaturan waktu yang baik. Beberapa alasan mahasiswa melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas, seperti kurang motivasi atau malas, merasa masih memiliki cukup waktu, dipengaruhi oleh kondisi psikologis, biologis, ataupun lingkungan. Salah satunya, era digital memang memberikan banyak kemudahan, namun juga membawa tantangan baru berupa distraksi. Media sosial, video *streaming*, dan *game online* menjadi pengalihan yang mengganggu konsentrasi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas maupun belajar. Sikap ini menyebabkan mahasiswa lupa akan tugas yang wajib mereka selesaikan, utamanya tugas skripsi selaku salah satu ketentuan kelulusan. Setiawan dan Faradina (2018) menyatakan bahwa kurangnya kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu dengan efektif, baik selama proses perkuliahan maupun dalam menyelesaikan tugas akhir/skripsi dapat mengakibatkan keterlambatan dalam menyelesaikan studi. Hal ini dapat dikatakan bahwa keterlambatan dalam menyelesaikan studi perguruan tinggi oleh mahasiswa tidak selalu berkaitan dengan tingkat kecerdasan, namun juga berkaitan dengan kemampuan mahasiswa mengelola waktu dengan efektif

dalam menyelesaikan tugas-tugasnya, khususnya skripsi. Syarat wajib untuk mendapatkan gelar sarjana adalah mahasiswa harus menyelesaikan skripsi (Lestianti, dkk., 2023). Tindakan menunda menyelesaikan tugas disebut dengan prokrastinasi.

Prokrastinasi bukan hanya sekadar tindakan menunda-nunda, tetapi juga merupakan fenomena yang secara perlahan merusak kemampuan intelektual mahasiswa di berbagai penjuru dunia, khususnya prokrastinasi akademik. Steel (2007) menjelaskan bahwa perilaku prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan tugas yang direncanakan, meskipun mereka mengetahui bahwa penundaan tersebut akan membawa dampak negatif. Menurut Nurjan (2020), prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda menyelesaikan tugas akademik secara sadar dilakukan oleh mahasiswa sehingga menimbulkan dampak negatif, seperti tugas semakin menumpuk dan terbengkalai, khususnya performa akademik mahasiswa. Setiap tahun banyak mahasiswa terjebak dalam siklus penundaan yang tidak ada habisnya, sehingga mengakibatkan mereka kehilangan peluang untuk meraih prestasi yang seharusnya dapat diraih saat itu. Penelitian oleh Husain, dkk. (2023) dengan judul “Perilaku Prokrastinasi Akademik dan Faktor Penyebabnya pada Mahasiswa” menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo memiliki persentase sebesar 77,42% yang dapat diartikan berada pada kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa fenomena prokrastinasi akademik merupakan isu yang sangat signifikan di kalangan mahasiswa.

Solomon dan Rothblum (1984) menemukan bahwa 50% - 90% mahasiswa mengalami kecenderungan prokrastinasi akademik, terdiri dari 46% mahasiswa lebih sering melakukan penundaan ketika mengerjakan penulisan makalah (*writing a term paper*); 30% penundaan saat membaca tugas mingguan; 27,6% penundaan belajar untuk ujian; 23% penundaan tugas kehadiran; 10,6% penundaan tugas administratif; dan 10,2% penundaan pada kegiatan sekolah secara umum. Data yang menunjukkan bahwa 46% mahasiswa lebih sering melakukan penundaan ketika mengerjakan penulisan makalah (*writing a term paper*) tersebut menjadi

gambaran yang relevan untuk memahami bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cenderung melakukan prokrastinasi akademik. Bukan hal yang mengherankan jika mahasiswa tersebut cenderung mengalami prokrastinasi akademik, mengingat tekanan, kompleksitas seperti pengumpulan data, analisis mendalam, serta penyusunan tulisan yang membutuhkan ketelitian dan manajemen waktu yang baik, serta lebih menantang dibandingkan penulisan makalah biasa, terlebih jika terlibat dalam kegiatan organisasi atau pekerjaan, yang dapat menambah tekanan. Hal ini juga dijelaskan oleh Lestianti, dkk. (2023) bahwa beberapa permasalahan yang dialami mahasiswa meliputi kesulitan dalam mencari referensi materi, kesibukan kerja, kesulitan manajemen waktu, malas, kondisi kesehatan dan kurangnya pengetahuan dalam menyusun skripsi, serta beban finansial. Akibatnya, mahasiswa akan cenderung melakukan prokrastinasi akademik dengan mengalihkan perhatian pada aktivitas yang dianggap lebih menghibur, kemudian berdampak pada nilai akademik dan terlambatnya kelulusan mahasiswa.

Lebih dari itu, prokrastinasi tidak hanya berdampak negatif pada kinerja akademik, tetapi juga berkontribusi terhadap peningkatan stres, kecemasan, bahkan depresi pada mahasiswa utamanya pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Satrio dan Nurhadiani (2024) menyatakan bahwa kecemasan, depresi, emosi yang tidak stabil, dan rendahnya harga diri individu berhubungan dengan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang cenderung melakukan prokrastinasi sering kali menunda dalam menyusun skripsi hingga mendekati *deadline*. Mereka cenderung lebih suka terlibat dalam aktivitas lain yang lebih menghibur seperti bermain *games*, bermain media sosial, menonton drama, dan lainnya sebagai bentuk penghindaran terhadap tugas yang menantang dan membosankan. Hal ini juga dijelaskan oleh Tannia dan Monika (2022) bahwa prokrastinasi disebabkan karena perhatian individu mudah teralihkan pada aktivitas yang dianggap lebih menyenangkan, seperti tidur, menonton, bermain *game*, mengakses media sosial, sehingga mengabaikan tugas dan tanggung jawab yang seharusnya diselesaikan. Akibatnya, ketika mendekati *deadline* mahasiswa mulai merasa cemas dan khawatir yang muncul dari rasa takut akan keterlambatan dalam pengumpulan

tugas, ketidaksiapan dalam menghadapi ujian, kebingungan saat mencoba menyelesaikan tugas yang rumit, hingga ketidaksiapan untuk bimbingan skripsi.

Dampak prokrastinasi yang beragam tidak hanya terlihat dari penelitian-penelitian sebelumnya, tetapi juga tercermin dalam pengalaman nyata yang dialami mahasiswa Universitas Trunojoyo Madura. Berdasarkan hasil pra-penelitian, beberapa mahasiswa Universitas Trunojoyo Madura menggambarkan sikap mereka dalam menghadapi tugas atau tanggung jawabnya sebagai mahasiswa, berikut ini:

Tabel 1.1 Data Pra-Penelitian Pertama Mahasiswa Universitas Trunojoyo Madura

No	Nama Subjek	Alasan Melakukan Prokrastinasi	Dampak
1	NJ	a. Merasa lebih lancar berpikir saat mendekati <i>deadline</i> b. Lebih memilih menonton drama Korea c. <i>Deadline</i> masih lama	a. Panik b. Takut tugas atau jawaban tidak sesuai c. Begadang
2	AS	a. Menunda tugas karena merasa bosan, terutama jika mata kuliah sulit b. Lebih memilih jalan-jalan atau <i>scrolling</i> TikTok c. Kurang bersemangat jika mengerjakan tugas jauh-jauh hari	a. Panik b. Stres hingga menangis c. Takut telat mengumpulkan d. Bingung untuk menjawab tugas atau ujian e. Nilai rendah

Berdasarkan tabel 1.1 mereka mengatakan bahwa mahasiswa sengaja menyelesaikan tugas dan menyiapkan diri untuk menghadapi ujian ketika mendekati *deadline*. Mereka juga merasa memiliki energi lebih besar ketika mengerjakan tugas dalam semalam sebelum *deadline*. Dampak pada psikologis juga dirasakan oleh mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tersebut, seperti panik, cemas, takut, stres. Jika tugas atau mata kuliah terlihat sulit dan *deadline* masih jauh, mereka lebih memilih melakukan hal yang mereka suka seperti *scroll* TikTok, menonton drama Korea, dan lainnya. Tannia dan Monika (2022), menyatakan bahwa mahasiswa memilih menunda dalam mengerjakan tugas dikarenakan mereka ingin menghindari tugas dan perhatian individu mudah teralihkan dengan aktivitas yang dianggap lebih menyenangkan, seperti tidur, menonton, bermain *game*, serta mengakses media sosial. Prokrastinasi ini tidak hanya menghambat pencapaian potensi akademik, tetapi juga menurunkan kualitas

hasil kerja dan potensi mahasiswa untuk berkembang yang berdampak pada nilai atau prestasi akademik rendah.

Menindaklanjuti hal tersebut, peneliti melakukan pra-penelitian kembali yang hanya dilakukan kepada 87 mahasiswa Psikologi. Mahasiswa Psikologi Universitas Trunojoyo Madura menggambarkan sikap mereka dalam menghadapi tugas atau tanggung jawabnya sebagai mahasiswa di era digital, sebagai berikut:

Tabel 1.2 Data Pra-Penelitian Kedua Mahasiswa Psikologi Universitas Trunojoyo Madura

No	Pernyataan	Ya	Tidak	% Ya	% Tidak
<i>Perceived Time</i>					
1	Saya sering gagal menyelesaikan tugas tepat waktu karena terlalu lama bermain <i>game</i> atau <i>scrolling</i> media sosial	60	27	69%	31%
2	Saya merasa waktu untuk menyelesaikan tugas masih lama, sehingga saya menghabiskan waktu dengan menonton film terlebih dahulu	69	18	79,3%	20,7%
<i>Intention-Action Gap</i>					
1	Meskipun saya berniat untuk menyelesaikan tugas lebih dulu, saya sering kali justru menghabiskan waktu untuk aktivitas digital hingga mendekati <i>deadline</i>	75	12	86,2%	13,8%
2	Saya sering memulai tugas tidak sesuai rencana atau niat awal, tetapi tekanan mendekati <i>deadline</i> mendorong saya untuk menyelesaikannya pada menit terakhir	66	21	75,9%	24,1%
<i>Emotional Distress</i>					
1	Saya merasa cemas karena menyadari bahwa saya menunda tugas akibat terlalu banyak menonton film atau bermain ponsel	68	19	78,2%	21,8%
2	Ketika mulai mengerjakan tugas, saya sering merasa stres dan bosan sehingga beralih bermain media sosial untuk mengurangi ketegangan	56	31	64,4%	35,6%

3	Saya sering merasa tertekan menjelang <i>deadline</i> tugas karena telah menunda tugas terlalu lama	65	22	74,7%	25,3%
<i>Perceived Ability</i>					
1	Saya sering menunda tugas karena merasa kemampuan saya tidak cukup untuk menyelesaikannya, sehingga mengalihkan waktu dengan bermain <i>game</i> atau menonton film.	66	21	75,9%	24,1%
2	Saya menunda memulai tugas akademik karena merasa tugas tersebut terlalu sulit untuk diselesaikan dengan baik	72	15	82,8%	17,2%
3	Saya khawatir tugas yang saya selesaikan gagal mendapatkan nilai tinggi, sehingga untuk mengalihkan kekhawatiran tersebut saya memilih bermain ponsel terlebih dahulu	75	12	86,2%	13,8%
Jumlah		10	87 Mahasiswa	77,3%	22,7%

Berdasarkan data pra-penelitian di atas dapat diketahui bahwa di era digital dari 87 mahasiswa Psikologi, 77,3% menunjukkan kecenderungan yang tinggi untuk menunda tugas atau tanggung jawab akademik mereka sebagai mahasiswa, terutama akibat dari gangguan aktivitas digital, seperti *game*, media sosial, maupun menonton film. Ketidakmampuan dalam mengelola gangguan tersebut menjadi penyebab utama munculnya prokrastinasi akademik, terutama ketika mereka ragu untuk menuntaskan tugas karena sulit dan merasa masih ada waktu yang cukup panjang untuk menyelesaikannya. Sehingga, digitalisasi meskipun memberikan kemudahan akses informasi terhadap mahasiswa, juga dapat dimungkinkan meningkatkan potensi penundaan tugas melalui berbagai distraksi digital.

Prokrastinasi akademik memiliki empat aspek yang dijelaskan oleh Steel (2007), yaitu pertama aspek *perceived time* merujuk pada individu yang sering kali gagal menepati *deadline* di mana mereka lebih fokus pada masa sekarang dan tidak memperhatikan atau mempertimbangkan masa depan. Kedua aspek *intention-action gap* berkaitan dengan adanya celah atau ketidakseimbangan antara niat (*intention*) seseorang untuk melakukan sesuatu dan tindakan nyata (*action*) yang

akhirnya dilakukan. Ketiga, aspek *emotional distress* berkaitan dengan perasaan cemas yang timbul akibat konsekuensi negatif dari menunda tugas seperti tekanan waktu atau hasil yang buruk, namun mereka tetap menunda untuk menghindari ketidaknyamanan jangka pendek seperti cemas, stres, tertekan, atau bosan yang muncul saat mereka mulai mengerjakan tugas. *Emotional distress* berkaitan dengan kegagalan individu dalam mengatur diri, di mana individu mencoba menghindari tugas yang tidak menyenangkan tetapi akhirnya menghadapi tekanan lebih besar seiring mendekatnya *deadline*. Keempat, aspek *perceived ability* berkaitan dengan keraguan terhadap kemampuan diri dan faktor takut gagal menyebabkan individu merasa tidak memiliki kemampuan. Menurut Husain, dkk. (2023) prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal berkaitan dengan kondisi pribadi individu, termasuk keadaan fisik dan psikologis, di mana gangguan pada aspek tersebut dapat meningkatkan kecenderungan untuk menunda-nunda (prokrastinasi). Kemudian, faktor eksternal dipengaruhi oleh faktor lingkungan, seperti tingkat kesulitan materi akademik atau ajakan dari teman untuk melakukan aktivitas yang lebih menarik, kurangnya fasilitas untuk pembelajaran, serta distraksi digital sebagai salah satu faktor eksternal prokrastinasi yang semakin menonjol. Internet menawarkan kebebasan bagi individu untuk memilih kapan dan bagaimana mereka terlibat dalam aktivitas *online*. Oleh sebab itu, adanya internet juga bisa menyebabkan munculnya potensi prokrastinasi.

Menurut Panda dan Singh (2022), salah satu faktor internal prokrastinasi akademik yaitu pusat kendali, sebagai variabel utama yang mempengaruhi prokrastinasi dalam penelitian ini. Menurut Abdullah (2019) untuk memahami motivasi, emosi, dan perilaku manusia dimulai dengan pemahaman tentang proses sosial dan kognitif, selain itu pemahaman proses sosial dan kognitif tersebut dapat menunjukkan cara individu mengatur perilaku, memotivasi diri dan menciptakan sistem sosial untuk mengatur serta menyusun kehidupan sehari-hari. Hal ini dapat dikatakan bahwa untuk memahami perilaku mahasiswa utamanya perilaku prokrastinasi akademik dapat dimulai dengan pemahaman terkait proses kognitif individu, di mana pusat kendali termasuk dalam proses kognitif. Rotter (1966) mendefinisikan pusat kendali sebagai keyakinan individu tentang sumber penguat

(*reinforcement*) atau penilaian mereka terhadap hasil dari perilaku mereka sendiri. Lebih singkatnya, pusat kendali adalah keyakinan individu mengenai sumber kontrol atas hasil dalam kehidupan sehari-hari, yaitu apakah keberhasilan atau kegagalan lebih dipengaruhi oleh tindakan pribadi atau faktor eksternal (Irfani, 2024). Konsep ini dalam dunia pendidikan salah satunya perguruan tinggi biasanya mengarah pada cara mahasiswa memandang penyebab keberhasilan dan kegagalan akademik. Pusat kendali menurut Rotter (1966) mencakup dua aspek, yaitu pusat kendali internal dan pusat kendali eksternal.

Berdasarkan temuan Rotter, mahasiswa dengan pusat kendali eksternal yang dominan menganggap bahwa faktor dari luar menjadi penyebab suatu peristiwa terjadi pada dirinya, sehingga cenderung kurang motivasi, merasa tidak perlu berusaha ataupun mencari informasi untuk memecahkan suatu masalah. Hal ini juga dijelaskan oleh Ghufro dan Risnawita (2010) yaitu individu dengan pusat kendali eksternal lebih dominan cenderung menyalahkan lingkungan sekitar jika mengalami kegagalan yang akan berpengaruh pada tindakan di masa depan. Situasi ini terjadi karena individu merasa tidak memiliki kemampuan yang cukup dan kurangnya usaha, sehingga membuat mereka kehilangan harapan dan motivasi untuk mengatasi kegagalan yang dialami. Jika dikaitkan dengan era digital, hal tersebut mengakibatkan mahasiswa akan lebih rentan terhadap distraksi digital sehingga melakukan prokrastinasi karena pada akhirnya mereka lebih memilih menghabiskan waktu untuk aktivitas non-akademik di internet, seperti media sosial, *game online*, atau hiburan digital lainnya. Sedangkan mahasiswa dengan pusat kendali internal cenderung menggunakan teknologi digital secara produktif, terorganisir dan efisien dalam mengelola waktu *online* dan untuk mendukung aktivitas akademik mereka, seperti melakukan riset atau mengerjakan tugas tepat waktu. Hal ini disebabkan karena mahasiswa dengan pusat kendali internal tersebut memiliki inisiatif atau dorongan yang tinggi dan memiliki pandangan bahwa untuk mencapai kesuksesan membutuhkan kerja keras dengan segala kemampuannya serta didukung dengan pemikiran yang lebih efektif.

Penelitian sebelumnya yang meneliti hubungan pusat kendali dan prokrastinasi menunjukkan hasil yang beragam. Beberapa penelitian menyatakan

terdapat hubungan yang signifikan antara pusat kendali dan prokrastinasi. Misal, penelitian yang dilakukan oleh Soleh, dkk. (2020) dengan judul “Hubungan antara *Locus of Control* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri” yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *locus of control* dengan prokrastinasi akademik ke arah negatif. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Tuzzakiyah, dkk. (2023) dengan judul “Pengaruh *Locus of Control* dan Stres Akademik terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMK Negeri 50 Jakarta” menunjukkan hasil yang sama, menyatakan bahwa terdapat pengaruh *locus of control* terhadap prokrastinasi akademik ke arah negatif pada Siswa SMK Negeri 50 Jakarta kelas XI secara signifikan. Kedua penelitian tersebut mengindikasikan bahwa semakin kuat pusat kendali individu, semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik. Begitu pula sebaliknya, semakin lemah pusat kendali yang dimiliki, semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik individu. Di sisi lain, beberapa penelitian menyatakan tidak terdapat hubungan yang kuat antara pusat kendali dengan prokrastinasi. Misal, penelitian yang dilakukan oleh Boysan dan Kiral (2017) dengan judul “*Associations Between Procrastination, Personality, Perfectionism, Self-Esteem and Locus of Control*” yang menyatakan bahwa mereka tidak menemukan hubungan yang signifikan antara pusat kendali dengan prokrastinasi pada orang dewasa muda. Kondisi ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Khasanah dan Panduwinata (2022) dengan judul “Pengaruh *Locus of Control* dan *Self Regulated Learning* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Administrasi Perkantoran UNESA di Masa Pandemi” menunjukkan hasil yang sama, mereka menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh secara signifikan antara pusat kendali terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Administrasi UNESA di Masa Pandemi.

Perbedaan hasil penelitian ini menunjukkan adanya inkonsistensi dalam temuan terkait hubungan pusat kendali dengan prokrastinasi akademik yang perlu dijelaskan lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian ini membutuhkan pemahaman mendalam tentang bagaimana pusat kendali mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik, sehingga menjadi penting untuk dilakukan. Peneliti akan mengeksplorasi lebih lanjut dengan menggabungkan pendekatan teori yang berbeda

dari penelitian sebelumnya dan konteks yang lebih spesifik, yaitu prokrastinasi pada mahasiswa psikologi di era digital karena melihat ketergantungan mahasiswa terhadap teknologi digital dalam aktivitas akademik semakin meningkat yang dapat menyebabkan munculnya kecenderungan melakukan prokrastinasi. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh pusat kendali terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi Universitas Trunojoyo Madura di era digital dan diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengatasi masalah prokrastinasi yang semakin meningkat di era digital, memberikan kontribusi pada pengembangan strategi pendidikan yang lebih adaptif terhadap kebutuhan mahasiswa yang semakin terhubung dengan teknologi, serta memberikan wawasan baru yang dapat membantu mahasiswa meningkatkan performa akademik, pengendalian diri, dan kesejahteraan mereka. Merujuk pada pemaparan latar belakang ini, peneliti mengangkat judul “Pengaruh Pusat Kendali terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi di Era Digital”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan, peneliti merumuskan rumusan masalah, yaitu apakah terdapat pengaruh pusat kendali terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi di era digital?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan, maka disusun tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui pengaruh pusat kendali terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi di era digital.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan keilmuan, utamanya di bidang psikologi. Berikut manfaat teoritis maupun praktis :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan berkontribusi dalam pengembangan pemikiran pada berbagai bidang psikologi, khususnya dibidang

psikologi pendidikan, psikologi kepribadian, dan psikologi sosial. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam penelitian yang relevan terkait prokrastinasi akademik pada mahasiswa di era digital.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih berupa informasi tentang bagaimana pusat kendali dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa, terutama dalam lingkungan digital, khususnya mahasiswa psikologi semester akhir atau mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.
- b. Bagi orang tua, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada orang tua mengenai bagaimana pusat kendali dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa atau anak-anak mereka, terutama dalam lingkungan digital yang penuh dengan distraksi. Orang tua akan lebih mampu mengenali pola prokrastinasi yang dialami anaknya dan faktor psikologis yang mendasarinya, sehingga dapat memberikan dukungan yang lebih efektif.
- c. Bagi dosen wali dan dosen pembimbing skripsi, diharapkan dapat dapat memberikan informasi mengenai pentingnya pusat kendali yang baik dan pentingnya menghindari prokrastinasi akademik disertai cara mencegah maupun menanganinya pada mahasiswa psikologi melalui proses belajar-mengajar.
- d. Bagi lembaga pendidikan, diharapkan dapat memberikan informasi mengenai prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi Universitas Trunojoyo Madura di era digital, sehingga dapat membantu memfasilitasi proses belajar-mengajar, pencegahan, dan penanganan mahasiswa terhadap perilaku prokrastinasi.
- e. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan untuk memperdalam studi lebih lanjut mengenai pengaruh pusat kendali terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di era globalisasi, merancang intervensi yang lebih efektif dalam mengatasi prokrastinasi akademik, serta variabel lain yang mempengaruhi perilaku mahasiswa di era digital.