

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Seorang mahasiswa yang menempuh pendidikan sarjana, memiliki tuntutan untuk dapat bertanggung jawab terhadap proses akademik yang sedang mereka tempuh dalam bentuk komitmen. Komitmen yang telah dibangun sedari proses awal dimulai hingga tahap akhir pendidikan penting untuk dijaga karena menentukan akhir pendidikan seorang mahasiswa. Bentuk dari realisasi komitmen tersebut adalah dengan menjalankan segala proses pembelajaran dengan baik dan menyelesaikan semua tugas sesuai dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Sehingga seorang mahasiswa mampu memenuhi segala ketentuan dan syarat yang diberikan oleh kampus untuk menyelesaikan pendidikannya dan dapat memperoleh gelar sarjana. Umumnya masa pendidikan sarjana berkisar antara tiga setengah tahun hingga empat tahun (atau setara dengan tujuh semester hingga delapan semester). Lamanya waktu yang dibutuhkan seorang mahasiswa dalam menyelesaikan pendidikannya, sangat bergantung pada manajemen diri dan waktu mahasiswa tersebut (Putra, 2021).

Sejumlah penelitian mengenai prokrastinasi di Indonesia menemukan mahasiswa di Indonesia memiliki tingkat prokrastinasi yang cukup tinggi. Dalam sebuah studi di tahun 2018 yang dilakukan oleh Muyana (2018), dengan responden 229 mahasiswa prodi Bimbingan Konseling (BK) di Universitas Ahmad Dahlan di Yogyakarta, ditemukan bahwa 70% dari mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi. Hal serupa juga dijumpai pada penelitian yang dilakukan oleh Syifa (2020), pada 103 mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Pontianak dengan 64,1% mahasiswa menunjukkan tingkat keterlambatan akademik yang tinggi. Dari beberapa penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa sangat rentan untuk mengalami prokrastinasi akademik. Prokrastinasi atau perilaku menunda dalam mengerjakan tugas - tugas selama masa pendidikan yang mahasiswa lakukan menjadi sebuah momok yang akan sangat mempengaruhi performa pendidikan mahasiswa tersebut (Neidi, 2021). Istilah prokrastinasi sendiri berasal dari bahasa latin "*procrastination*".

“*Pro*” artinya mendorong atau maju, dan “*crastinus*” adalah membuat keputusan di esok hari (Nurmala, 2022). Jika kedua kata tersebut digabungkan, maka memiliki arti menunda atau mengundurkan suatu hal sampai hari berikutnya. Gejala perilaku menunda atau prokrastinasi banyak dimanifestasikan dalam dunia pendidikan (Jannah, 2014).

Hal ini dilatar belakangi oleh suatu pola pikir bahwa masih terdapat hari esok untuk memulai mengerjakan tugasnya tersebut. Kondisi ini yang membuat mahasiswa akhirnya tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik dan membuka peluang terhadap kinerja dan hasil dari tugas yang tidak maksimal. Perilaku yang mahasiswa tersebut lakukan menggambarkan sebuah perilaku yang disebut juga sebagai prokrastinasi (Nurmala, 2022).

Menurut Mujahidah dalam Bakri (2021), penundaan berulang yang dilakukan mahasiswa dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman seperti cemas, bersalah, dan panik dan lain sebagainya. Perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa disebabkan oleh dua faktor yaitu dapat berupa internal maupun eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang dipengaruhi oleh permasalahan yang datang dari dalam diri mahasiswa yang memiliki kaitan dengan perilaku phubbing contoh faktor internal ini bisa muncul dalam arah minat mahasiswa yang selalu terarah pada hal-hal yang lebih menarik seperti bermain game, dan menonton film.

Aktifitas yang paling banyak dijumpai dan sangat mudah membuat seorang mahasiswa terdistraksi adalah bermain *game online*, bermain sosial media, dan hal lainnya yang umumnya berkaitan dengan dunia maya. Dengan ukuran *smartphone* yang *compact*, memungkinkannya untuk dapat dibawa dengan mudah. Sehingga banyak mahasiswa yang terlena dan lebih sering menghabiskan waktu untuk menggunakan *smartphone* baik di rumah maupun di lingkungan kampus. Kondisi ini membuat intensitas penggunaan *smartphone* pada mahasiswa menjadi tinggi (Sitorus, 2022).

Menurut data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia APJII pada tahun 2022, 98,64% pengguna *smartphone* berasal dari kelompok usia 19 tahun hingga 34 tahun dan berdasarkan tingkat penetrasi pengguna internet berdasarkan

pekerjaan yang paling tinggi adalah pelajar dan mahasiswa yaitu sebesar 99,26% . Hal yang sama dituturkan dalam BPS (2022), bahwa penggunaan telepon seluler pada tahun 2022 mencapai 67,88% dengan pengguna internet yang berusia 19-24 tahun sebesar 14.69%.

Smartphone memberikan sangat banyak dampak positif pada kehidupan. Namun jika tidak bijak maka, *smartphone* juga akan menjerumuskan seseorang menjadi lupa waktu dengan hanya berfokus pada *smartphone* mereka. Hal ini dijelaskan oleh Tsaqila (2019), dimana penggunaan *smartphone* yang berlebihan dalam kehidupan dapat menimbulkan berbagai macam dampak negatif. Perilaku *phubbing* adalah salah satu efek negatif dari penggunaan *smartphone* terutama pada mahasiswa. Istilah *phubbing* sendiri pertama kali dibuat oleh sekelompok ahli bahasa saat mereka menyusun katalog atau kamus McCann dan Macquarie. Kemudian istilah tersebut dimasukkan secara resmi ke dalam kamus Macquarie pada tahun 2012. *Phubbing* berasal dari kata *phone* dan *snubbing*. Kata *phubbing* ini kemudian menunjukkan sikap menyakiti lawan bicara melalui penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Seseorang dengan perilaku *phubbing* akan berpura – pura menyimak suatu aktifitas sosial, namun sesungguhnya fokus mereka tertuju hanya pada *smartphone* yang berada di tangannya. Perilaku tersebut akhirnya membuat orang lain yang sedang berkomunikasi dengannya menjadi tidak nyaman. (Youarti & Hidayah, 2018).

Phubbing muncul sebagai akibat dari ketergantungan manusia terhadap *smartphone*, sehingga seseorang menjadi kurang peduli dan kurang berminat untuk membangun interaksi dengan lingkungan sekitar (Raharjo, 2021). *Phubbing* akan menghadirkan sikap pengabaian terhadap orang lain dikarenakan seseorang lebih fokus terhadap *smartphone*-nya (Mustolah dkk., 2022). Menurut Amelia dkk (2019), seseorang disebut memiliki perilaku *phubbing* adalah saat individu tersebut terlalu memberikan perhatian yang besar hanya pada *smartphone* mereka saat berkumpul dengan teman-temannya.

Hal tersebut dapat dilihat dengan perilaku selalu memegang *smartphone* setiap saat dan kemudian menjadi khawatir jika tidak ada *smartphone*. Mereka

bahkan bisa terlalu fokus pada *smartphone* sampai menimbulkan kecelakaan, seperti menabrak tiang listrik saat berjalan.

Seseorang dengan perilaku *phubbing* seringkali akan mengecek *smartphone* mereka setiap 5 menit sekali. Sebagian ahli berpendapat jika diakumulasikan dalam sehari, penggunaan *smartphone* yang dianggap masih normal adalah selama lima jam. Namun sebagian lainnya, mengatakan bahwa pemakaian tersebut tergolong lama. Kebanyakan dari pengguna *smartphone* tidak menyadari berapa lama ia telah memainkan *smartphone*-nya. Fenomena yang ditemui oleh Jihan dan Rusli (2019), ketika sejumlah orang berkumpul di suatu tempat, salah satu dari mereka pasti ada yang akan sibuk memainkan *smartphone*. Hal ini dilatarbelakangi oleh besarnya pengaruh *smartphone* dalam kehidupan individu pada era sekarang.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Hanika (2015), mendapati bahwa mayoritas responden merasa lebih nyaman berkomunikasi melalui *smartphone* daripada bertemu secara langsung. Dalam penelitian tersebut, dikatakan bahwa sebagian besar responden belum mengetahui istilah *phubbing*. Namun secara tidak sadar, dalam kegiatan sehari-hari mereka pernah melakukan perilaku *phubbing*. Alasan yang diutarakan responden terhadap munculnya perilaku *phubbing* tersebut dikarenakan mereka merasa bosan dan tidak tertarik pembicaraan lawan bicara. Sehingga pada fenomena ini *phubbing* juga dapat muncul ketika seseorang menjadi bosan di tengah percakapan dan menggunakan ponsel untuk mengalihkan percakapan.

Perilaku *phubbing* yang terjadi ini menjadi momok dan menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (2016), disebabkan karena akan menciptakan suasana tidak peduli pada orang lain sehingga dapat mengurangi hubungan interaksi antar individu. Perilaku *phubbing* akan menciptakan kondisi mengisolasi diri secara sadar dalam bentuk menghindari aktivitas sosial serta mengisolasi dirinya dikarenakan ia paham bahwa ia sedang mengalami permasalahan *phubbing*, fenomena ini disebut dengan *personal acknowledgement* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016).

Dalam salah satu penelitian oleh yang dilakukan oleh Syifa (2020), dengan responden 103 mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Pontianak, didapati bahwa 88,3% mahasiswa yang masuk dalam kategori *phubbing* yang tinggi. Sehingga dapat dikatakan mahasiswa merupakan kelompok populasi yang rentan melakukan *phubbing*. Pada penelitian lainnya yang dilakukan Hafizah dkk (2021), menemukan bahwa 88 dari 203 (43%) partisipan mahasiswa memiliki kecenderungan untuk memiliki perilaku *phubbing*.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku *phubbing* memiliki banyak dampak terhadap mahasiswa. Meskipun telah banyak penelitian yang menjelaskan dampak negatif dari *phubbing* tetapi sayangnya hal ini masih dianggap sebagai suatu fenomena yang normal. Apabila hal ini tidak dibatasi dan dihindari, bukan tidak mungkin masalah pendidikan yang lebih parah, khususnya prokrastinasi akademik bagi mahasiswa, dapat muncul berkaitan dengan *phubbing* yang dilakukan oleh mahasiswa tersebut.

Saat ini masih belum banyak penelitian yang meneliti mengenai hubungan perilaku *phubbing* yang dilakukan oleh Rachman, dkk (2020) yang menunjukkan hasil bahwa *phubbing* mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa. Akan tetapi pada penelitian tersebut mengukur variabel penelitian tersebut hanya dalam lingkup salah satu universitas.

Berdasarkan pemaparan diatas penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan. Hal tersebut dilatarbelakangi oleh luasnya dampak perilaku *phubbing* yang dilakukan oleh mahasiswa terhadap prokrastinasi akademik. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian ini akan membahas lebih rinci perilaku *phubbing* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Pemilihan mahasiswa sebagai subjek yang melakukan *phubbing* dilatarbelakangi oleh adanya dampak dari perilaku *phubbing* terhadap prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi praktis dan juga para mahasiwa dalam mendapatkan intervensi tentang besarnya dampak yang akan ditimbulkan. Adapun penelitian ini merupakan bagian dari payung penelitian yang mengkaji mengenai perilaku *phubbing* khususnya di Indonesia.

Indonesia memiliki mayoritas penduduk pemeluk agama Islam yang sangat besar (Syam, 2021), Islam mengajarkan untuk mengatur keseimbangan dalam aspek kehidupan. Meskipun Al-Qur'an menegaskan bahwa tujuan utama kehidupan manusia di dunia ini adalah beribadah kepada Allah SWT, namun tidak dipungkiri bahwa urusan duniawi juga harus diperhatikan, mengingat kehidupan dunia ini juga ikut menentukan keberhasilan manusia di akhirat (Marzuki, 2012).

Hal ini tercantum dalam surah Al-Qasas ayat 77:

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ
الْبَيْتَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ ٧٧

Artinya: "Dan, carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (pahala) negeri akhirat, tetapi janganlah kamu lupakan bagianmu di dunia. Berbuatbaiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu dan janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan." (QS. Al-Qasas :77)

Semua perbuatan dari berbagai aspek kehidupan yang ada dalam Islam akan diminta pertanggung jawabannya (Luis & Moncayo, 2017) termasuk pada manusia yang sedang didalam masa muda, salah satunya adalah mahasiswa yang sedang dalam menuntut ilmu. Islam memberikan dorongan yang kuat kepada umatnya untuk terus menuntut ilmu sepanjang hayatnya karena menuntut ilmu pada dasarnya merupakan kewajiban bagi setiap muslim untuk diterapkan dalam semua tahapan kehidupan (Budiman, 2017). Mahasiswa tentunya memiliki peran untuk bertanggung jawab dalam proses menuntut ilmu yaitu menentukan sikap dan perilaku diri sendiri sesuai dengan tugas dan kewajiban (Shofiah, 2019).

Dalam surah al-muddassir ayat 38 juga telah disebutkan bahwa tiap-tiap diri itu bertanggung jawab atas apa yang diperbuatnya (Luis & Moncayo, 2017).

كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِيْنَةٌ ٣٨

Artinya: "Setiap orang bertanggung jawab atas apa yang telah ia lakukan." (QS. Al-muddassir:38)

Ayat tersebut, menjelaskan mengenai tanggung jawab manusia bukan saja terhadap apa yang diperbuatnya akan tetapi menyeluruh sampai pada semua akibat dari perbuatannya. Sebagaimana orang menjalankan kehidupan yang bermanfaat serta menuntut ilmu yang bermanfaat, itu akan meninggalkan bekas kebaikan dan masih akan berbekas sampai kapanpun (Luis & Moncayo, 2017). Oleh sebab itu manfaatkan masa muda dengan sebaik mungkin ketika sedang menjalankan pendidikan dan jangan membiarkan waktu terbuang sia-sia seperti menunda-nunda memulai pekerjaan.

1.2. Identifikasi Masalah

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku *phubbing* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa ?
2. Bagaimana hubungan antara perilaku *phubbing* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam tinjauan Islam?

1.3. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan antara perilaku *phubbing* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa dalam tinjauan Islam.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya sumber keilmuan psikologi terkait hubungan antara perilaku *phubbing* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.
2. Penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan kontribusi serta bahan rujukan bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa, diharapkan penelitian memberikan gambaran dan pengetahuan untuk mahasiswa agar dapat mencegah perilaku *phubbing* yang dapat memicu prokrastinasi akademik, serta meningkatkan kesadaran supaya hal tersebut tidak terjadi pada dirinya.
2. Bagi universitas, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai panduan dalam membantu mahasiswa yang mengalami prokrastinasi akademik.
3. Bagi psikolog, diharapkan penelitian ini bisa menjadi bahan rujukan untuk membuat program intervensi.