

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA
MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN TUGAS PERKULIAHAN**

SKRIPSI



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2024

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN PROKRASTINASI AKADEMIK
PADA MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN TUGAS
PERKULIAHAN**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang
sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**



Oleh:

Silda Sasmita

201710230311046

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

20224

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Silda Sasmita

Nim : 201710230311046

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 15 Juni 2024

dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan

memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI :

Ketua/Pembimbing I,


Dr. Cahyaning Suryaningrum, M.Si.
Anggota I

Sekretaris/Pembimbing II,


Susanti Prasetyaningrum, M.Psi.
Anggota II


Dr. Dini Permana Sari, S.Psi.,M.M


Ratih Eka Pertiwi, S.Psi.,M.Psi

Mengesahkan
Dekan,

Dr. Rr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si



SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Silda Sasmita

NIM : 201710230311046

Fakultas / Jurusan : Psikologi / Psikologi

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul :

“Hubungan Efikasi Diri Dan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas”

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar- benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 5 Agustus 2024

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Putri Saraswati, S.Psi., M.Si.

Yang menyatakan



Silda Sasmita

Daftar Isi

Daftar Isi	3
KATA PENGANTAR	6
Prokrastinasi	11
Efikasi Diri	14
Kerangka Berpikir	16
Hipotesis	16
METODE PENELITIAN	16
Rancangan Penelitian	16
Subjek penelitian	16
Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian (N = 196)	17
Variabel Dan Instrumen Penelitian	17
Tabel 2. Reliabilitas Variabel	18
Prosedur Dan Analisa Data Penelitian	18
HASIL PENELITIAN	19
Tabel 1 Uji Analisis Deskriptif dan Kategori Variabel	19
Tabel 2 Uji normalitas	19
Uji Koefisien Determinasi	20
Tabel 1.	20
Tabel 2 Uji Korelasi	21
Efikasi diri	21
Prokrastinasi	21
SIMPULAN DAN IMPLIKASI	23
Daftar Pustaka	24
Halaman Lampiran	27
Lampiran 1 Kuisiner Penelitian	28
lampiran 2 uji normalita	31
Lampiran 3 koefisien konsta	32
Lampiran 4 uji realibilitas dan validitas	32
Lampira 5 deskriptif	32
Lampiran 6 data kasar	33

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Puji Syukur Penulis panjatkan kehadiran Alla SWT yang telah melimpahkan Rahmat Dan Hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN PROKRASINASI MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN TUGAS PERKULIAHAN” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam proses penyusunan skripsi ini. penulis banyak mendapatkan bimbingan dan petunjuk serta bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada

1. Dr. Rr Siti Suminarti Fisika, M. Si selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang
2. Ibu Cahyaning Suryaningrum M.Si. dan Ibu Susanti Prasetyaningrum, S. Psi., M. Psi., selaku Pembimbing I dan Pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berguna. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik
3. Ibu Putri Saraswati, S. Psi., M. Psi., selaku ketua program psikologi Universitas Muhammadiyah Malang sekaligus dosen pembimbing II penulis yang telah mendukung dan memberi pengarahan sejak penyusunan skripsi ini.
4. Ayah dan Ibu, yang telah menyelipkan nama penulis dalam setiap doa-doanya serta curahan kasih sayang yang tiada taranya. Hal ini merupakan kekuatan terbesar penulis untuk terus memiliki motivasi dalam perkuliahan dan proses skripsi ini
5. Kepada sahabat terbaik penulis yaitu Siti Zulaicha yang telah menemani penulis dan memberikan motivasi agar penulis tidak pasrah dalam menyelesaikan skripsi. Tak bisa dipungkiri bahwa dengan bantuan allah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis sangat bersyukur karena memiliki sahabat yang tidak hanya mendengarkan curahan hati tapi juga memberi motivasi yang membuat penulis tak ingin menyerah dalam hidup.
6. Teman-teman Fakultas Psikologi khususnya angkatan 2017 kelas A dan E yang selalu memberikan semangat dan juga membantu proses turun lapang penulis.
7. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Kepada teman-teman yang sudah membantu dalam mengisi kuesioner penulis dalam proses skripsi ini

Penulis menyadari tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini sangat penulis harapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya

Malang 15 Juni 2024

Silda Sasmita

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN TUGAS PERKULIAHAN

Silda Sasmita

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Malang

sasmitasilda738@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memperjelas hubungan antara efikasi diri siswa dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda tugas akademik sehingga mengakibatkan seseorang mengalami kegagalan akademik. Prokrastinasi sendiri merupakan fenomena umum di kalangan mahasiswa dan dapat menjadi tantangan dalam kehidupan akademik. Kelompok penelitian ini terdiri dari mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang. Metode pengambilan sampel adalah random sampling dengan pengumpulan data menggunakan skala efikasi diri Likert dan skala prokrastinasi akademik. Jumlah responden 195 orang, kriteria usia 16-26 tahun, penduduk Jawa Timur, berjenis kelamin perempuan dan laki-laki. Karena beberapa data tidak terdistribusi normal maka menggunakan uji koefisien korelasi pada SPSS versi 25 for Windows maka digunakan analisis parametrik untuk analisis data. Hasil uji korelasi menunjukkan $R = 0,369$, $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi dapat dilihat dari hasil koefisien determinasi ($R = 0,369$). Hal ini menunjukkan bahwa validitas prediktif variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi sebesar 36,9%. Dengan demikian, terdapat 63,9 faktor selain penelitian yang dapat menyebabkan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa.

Kata kunci: Efikasi Diri, Prokrastinasi akademik, Mahasiswa

This research aims to clarify the relationship between student self-efficacy and academic procrastination. Academic procrastination is the behavior of delaying academic tasks, resulting in someone experiencing academic failure. Procrastination itself is a common phenomenon among students and can be a challenge in academic life. This research group consisted of students from the Muhammadiyah University of Malang. The sampling method was random sampling with data collection using a Likert self-efficacy scale and an academic procrastination scale. The number of respondents was 195 people, age criteria were 16-26 years, residents of East Java, female and male. Because some of the data was not normally distributed, using the correlation coefficient test in SPSS version 25 for Windows, parametric analysis was used for data analysis. The correlation test results show $R = 0.369$, $p = 0.000$ ($p < 0.05$). It can be concluded that there is a significant positive relationship between the self-efficacy variable and academic procrastination. The influence of self-efficacy on procrastination can be seen from the results of the coefficient of determination ($R = 0.369$). This shows that the predictive validity of the self-efficacy variable on procrastination is 36.9%. Thus, there are 63.9 factors other than research that can cause student academic procrastination behavior.

keyword: self-efficacy, procrastination academic student

Mahasiswa adalah agen perubahan yang membawa perubahan di komunitas dan negaranya agar bisa maju ketika mereka mencapai kinerja tinggi dalam kegiatan tertentu. Tugas seorang pelajar sebagai pelajar adalah belajar: mempelajari ilmu pengetahuan, berorganisasi, bersosialisasi, menjadi pemimpin agar berhasil dalam hidup.

Menurut Asy'ari (2017), mahasiswa sering disebut sebagai kelompok intelektual dan intelektual yang memikul beban dalam menentukan nasib masa depan bangsa. Namun tidak dapat dipungkiri bahwa sebagian mahasiswa menunjukkan karakteristik dan perilaku penundaan yang mempengaruhi penilaiannya ketika menyelesaikan tugas tertentu selama perkuliahan. Hal ini dikarenakan siswa sering melakukan kegiatan yang boros di awal sehingga menyia-nyiakan waktu yang seharusnya digunakan untuk menyelesaikan tugas kuliah (Avianti et al.

Dalam kehidupan seorang mahasiswa, ada beberapa masalah yang tidak punya pilihan selain ditunda. Salah satunya adalah penundaan akademik. Berdasarkan Rothblum (1986, dalam Budiman 2020), konsep ini dapat terwujud dalam perilaku siswa seperti tidak belajar saat ujian dan terkadang selalu menunda-nunda pekerjaan rumah (Rothblum, Solomon, & Muraka, 1986, dalam Budiman 2020). Selain itu, Ferrari (1995, Budiman 2020) berpendapat bahwa prokrastinasi akademik adalah tindakan menunda penyelesaian tugas sekolah dan menyebabkan siswa mengalami kegagalan akademik. Begitu pula dengan perilaku prokrastinasi akademik yang dapat menghambat kemajuan akademik siswa dan berujung pada kegagalan (Budiman et al., 2020). Meskipun prokrastinasi akademik merupakan hal yang lumrah dalam konteks akademik, hal ini merupakan fenomena yang meresahkan.

Menurut hasil penelitian Mayasari, Mustami'ah, dan Warni (2010), fenomena penelitian dalam negeri menunjukkan bahwa 75% mahasiswa Universitas Hang Tua Surabaya tertinggal studinya dalam hal perbedaan waktu antara jadwal kerja dan kinerja sebenarnya. Dikatakan bahwa dia mengambil. Kebanyakan orang cenderung menunda-nunda tugas-tugas berprioritas tinggi yang biasanya sulit atau menyita waktu, dan sering kali lebih mudah untuk melakukan hal-hal sederhana yang kurang penting, namun individu kekurangan persediaan, sehingga membenarkan penundaan tugas-tugas berprioritas tinggi. Menyelesaikan tugas atau Karena perubahan keadaan, individu pada awalnya memilih untuk menyelesaikan tugas yang lebih sederhana (Clere, 2011).

Penelitian yang dilakukan Andika pada tahun 2021 menemukan bahwa pelajar Indonesia menunjukkan perilaku prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas dan tugas. Studi awal yang dilakukan secara online terhadap 622 orang menemukan bahwa siswa sering menunda-nunda dan menunda-nunda tugas (44,4%) dan menyelesaikan tugas mendekati tenggat waktu (54%) (Andhika dkk., 2021). Beberapa orang mengakui bahwa mereka ragu-ragu karena pekerjaan itu membosankan atau tidak menyenangkan, atau karena mereka ingin pekerjaan itu dihentikan, atau karena mereka tidak tahu harus mulai dari mana. Anda dapat menunggu hingga tekanan benar-benar meningkat sebelum mengambil tindakan yang tepat. Menunda-nunda tugas yang tidak Anda sukai adalah sifat umum. Namun, sebagian besar pekerjaan yang ada belum selesai, tugas-tugas menunggu untuk diselesaikan, dan tugas-tugas tersebut cenderung tertinggal di benak seseorang, menyebabkan perasaan bersalah dan gangguan (Clere et al 2011)

Menurut Tandok (2008, Zack & Hen 2018), dampak negatif dari prokrastinasi akademik adalah tekanan psikologis yang datang dari diri sendiri atau lingkungan, seperti tuntutan untuk menyelesaikan suatu makalah dengan cepat. Secara internal, orang yang suka menunda-nunda merasa marah, lelah, dan frustrasi, namun secara eksternal, orang yang suka menunda-nunda memberikan hasil yang kurang optimal, menyelesaikan tugas lebih lambat, dan pada akhirnya akan tertunda penyelesaiannya. Dampak positif yang dirasakan oleh orang yang suka menunda-nunda adalah suasana hati yang lebih baik dan beban kerja yang lebih sedikit (Joel & El, 2013). Selain itu, McCown dan Roberts (1993, Zack & Hen 2018) menemukan bahwa banyak siswa percaya bahwa penundaan mengurangi kinerja akademik dan meningkatkan stres. Demikian pula Pychyl (1995) menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik siswa menimbulkan efek negatif seperti rasa bersalah, kecemasan, dan stres (Binder, 2000, Zack & Hen 2018). Hal ini juga terlihat dari temuan Ferrari (2013, dalam Zack & Hen 2018). Zack dan Hen, (2018) dikaitkan dengan hasil akademik, termasuk tekanan psikologis, kecemasan, kesehatan yang buruk, perilaku kesehatan yang negatif, penurunan kesejahteraan, kinerja akademik yang buruk, penyesalan, dan penghindaran hubungan sosial (Zack & Han ed., 2018).

Dampak dari perilaku prokrastinasi ini berdampak pada belajar siswa karena tidak mampu mencapai nilai minimal suatu mata pelajaran karena rendahnya nilai (Budiman et al., 2020). Setiap orang mempunyai kecenderungan untuk menunda-nunda pada waktu yang berbeda dalam hidupnya. Bagi sebagian orang, hal ini merupakan sifat mereka dan mereka cenderung ragu-ragu dalam sebagian besar situasi kehidupan, sementara yang lain cenderung ragu-ragu dalam situasi atau bidang tertentu (Klingsid Deck, 2013, Zack & Hen 2018). Menurut Steel & Klinik (2016), meskipun sebagian besar penelitian menyebut penundaan sebagai ciri kepribadian yang stabil, keadaan eksternal atau internal dapat menyebabkan atau memediasi perilaku sebenarnya (Zack & Hen 2020). Hingga saat ini, dinamika pasti yang mendasari penundaan yang tidak rasional ini masih belum diketahui (Wilson & Nguyen, 2012; Zack & Hen 2018). Banyak penelitian telah menunjukkan berbagai faktor pribadi, kognitif, emosional, dan motivasi, yang tampaknya mengarah pada representasi fenomena ini yang agak terfragmentasi (Rebetez, Rochat & Van der Linden, 2015, Zack & Hen 2018). Namun, jelas bahwa sebagian besar orang yang menunda-nunda mengalami ketidaknyamanan pada tingkat tertentu dan ingin mengurangi perilaku ini (Zacks & Hen, 2018).

Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor. Salah satunya adalah faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu, seperti kepercayaan diri, pengendalian diri, efikasi diri, motivasi, pengaturan diri, kesadaran diri, dan kritik diri. Faktor ekstrinsik, atau faktor yang berasal dari luar individu dan turut menyebabkan kecenderungan melakukan penundaan akademik. Diantaranya pola asuh orang tua serta kondisi dan lingkungan yang permisif (Nurlatifah, 2018).

Faktor internal adalah faktor internal seseorang yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi. Faktor-faktor tersebut antara lain kondisi fisik; Faktor intra-individu yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik juga mencakup status kesehatan individu, seperti kondisi fisik dan kelelahan. Orang yang mengalami kelelahan lebih cenderung menunda-nunda dibandingkan mereka yang tidak mengalami kelelahan. Meskipun tingkat kecerdasan seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi atau keadaan psikologis seseorang, namun keadaan psikologis ciri kepribadian seseorang juga mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi. Kecemasan dalam hubungan sosial. Motivasi seseorang juga berdampak negatif terhadap penundaan. Semakin tinggi motivasi intrinsik seseorang dalam mengerjakan suatu

tugas, maka semakin rendah pula kecenderungan untuk menunda-nunda tugas sekolah (Nurlatifah, 2018).

Faktor eksternalnya adalah gaya pengasuhan, namun jika tingkat pengasuhan ayah yang otoriter menyebabkan kecenderungan penundaan kronis pada peserta penelitian perempuan, maka tingkat pengasuhan ayah yang otoriter menyebabkan anak perempuan tidak melakukan penundaan. Ibu yang cenderung menunda-nunda produk Anak perempuan yang juga cenderung menunda-nunda Kondisi lingkungan Kondisi lingkungan yang ringan Penundaan akademik lebih sering terjadi pada lingkungan yang pengawasannya lebih sedikit dibandingkan pada lingkungan yang pengawasannya lebih banyak. Kelas atau jenjang sekolah tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang, baik di desa maupun di kota (Nurlatifah, 2018). Faktor yang mempengaruhi antara lain harga diri, efikasi diri, perfeksionisme dan pengendalian diri, penolakan terhadap kendali dan otoritas, pengalaman kelompok, dan model keberhasilan dan kegagalan (Burka dan Yuen, 2008).

Menurut Mulyana (2018), faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik antara lain (1) adanya pemikiran irasional pada diri para prokrastinator, yaitu keyakinan bahwa tugas harus diselesaikan dengan sempurna; (2) Adanya rasa takut kemampuannya dinilai, rasa takut akan kegagalan atau kesulitan dalam mengambil keputusan, atau rasa takut memerlukan bantuan orang lain dalam melakukan pekerjaan. (3) Saya malas, sulit mengatur waktu, dan benci pekerjaan. (4) Adanya punishment dan reward dapat menimbulkan penundaan yang dapat menimbulkan hasil yang kurang optimal, sehingga Anda merasa lebih nyaman untuk tidak langsung melakukannya. (5) Adanya faktor lingkungan yaitu kurangnya pengawasan dari lingkungan seperti lingkungan keluarga dan sekolah juga dapat menyebabkan masyarakat melakukan penundaan. (6) Selain itu, prokrastinasi disebabkan karena terlalu banyak tugas yang menumpuk dan harus diselesaikan dengan cepat, sehingga menunda satu tugas juga dapat menunda tugas lainnya (Wahyuningsih et al., 2021).

Dari pembahasan di atas terlihat jelas bahwa banyak faktor yang dapat mempengaruhi seseorang dalam melaksanakan penangguhan. Salah satunya adalah efikasi diri. Hal ini menentukan seberapa yakin setiap individu terhadap kemampuannya dalam melaksanakan proses pembelajaran sehingga mencapai hasil belajar yang optimal. Sebuah studi oleh Klassen, Krawchuk, dan Sukaina menemukan bahwa penundaan dikaitkan dengan pengaturan diri, efikasi diri akademik, harga diri, dan efikasi diri untuk pengaturan diri (Malkoç & Mutlu, 2018).

Sebuah studi oleh Klassen (2010) menunjukkan bahwa efikasi diri, atau kepercayaan diri terhadap kemampuan seseorang dalam melakukan suatu tugas, berhubungan dengan perilaku prokrastinasi akademik, dan hubungan ini terkait dengan perilaku prokrastinasi akademik kurang percaya diri. Hal ini menyebabkan munculnya penundaan. Menurut Bandura (1989), efikasi diri mungkin berperan dalam mencegah siswa menunda studinya. Efikasi diri didefinisikan sebagai keyakinan dan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan tindakan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Przepiórka et al., 2019).

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperjelas hubungan antara efikasi diri siswa dengan prokrastinasi akademik. Manfaat teoritis dan praktis bagi penelitian (1) Secara teoritis diharapkan dapat memperkaya penelitian di bidang psikologi pendidikan dengan menyediakan data dan hasil analisis mengenai hubungan antara self-ability dan prokrastinasi akademik. (2) Manfaat praktis dari penelitian ini adalah memberikan masukan kepada partisipan untuk meningkatkan self efikasi diri dalam mencegah prokrastinasi akademik,

sehingga memberikan masukan sebagai bahan refleksi diri untuk mengurangi atau mencegah prokrastinasi akademik bisa melakukan.

Prokrastinasi

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin prokrastinasi, dengan awalan “pro” yang berarti maju atau maju, dan akhiran “crastinus” yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan, hal ini akan menghasilkan “pembatalan” atau “penundaan ke hari berikutnya.” Menurut para ilmuwan, istilah prokrastinasi digunakan untuk merujuk pada kecenderungan menunda tugas atau tugas. Orang yang suka menunda-nunda tidak mempunyai niat atau minat untuk menghindari tugas yang ada, tetapi hanya ingin menunda tugas atau waktu untuk menyelesaikan tugas tersebut, sehingga tugas tersebut membutuhkan waktu lebih lama untuk diselesaikan. Oleh karena itu, kami menemukan bahwa orang yang suka menunda-nunda cenderung lebih suka menghabiskan waktu luangnya untuk berpartisipasi dalam suatu kegiatan jika mereka tahu bahwa hal itu dapat mengakibatkan mereka tidak menyelesaikan tugas.

Penundaan adalah perilaku tidak menggunakan waktu secara efisien (Zahra & Hernawati, 2015). Hal ini dapat terjadi jika pelaksanaan suatu tugas atau perintah tertunda. Selain itu, hal ini dapat diartikan sebagai bentuk penghindaran tugas karena takut akan ketidaknyamanan atau kegagalan dalam tugas yang ada. Prokrastinasi juga merupakan ciri atau kebiasaan negatif seseorang ketika menyelesaikan suatu tugas (Pradinata & Susilo, 2016). Isyarat yang Anda lihat mungkin menargetkan perilaku yang tidak memanfaatkan waktu Anda dengan baik. Perilaku ini termasuk tidak memanfaatkan waktu atau menunda-nunda, dan bisa juga berupa perilaku menunda-nunda. Orang yang ragu disebut prokrastinator (Yuangga & Sunarsi, 2018).

Prokrastinasi akademik adalah perilaku manusia yang sangat kompleks yang melibatkan kombinasi faktor emosional, kognitif, dan perilaku, atau kecenderungan untuk merespons objek atau aktivitas dengan perilaku tertentu (Chun Chu dan Choi, 2005). Meskipun banyak tokoh terkemuka telah melakukan penelitian ekstensif tentang penundaan akademik, masih terdapat kekurangan dalam pemahaman mengapa siswa terjerumus ke dalam penundaan akademik (Visser et al., 2018).

Hal ini merangsang rasa ingin tahu dan, dengan memilih siswa dengan tingkat penundaan akademik yang berbeda, memberikan wawasan tentang perbedaan antara siswa yang suka menunda-nunda akademik dan siswa dengan penundaan akademik tinggi, sedang, dan rendah. Ini merupakan perbedaan penting dibandingkan dengan penelitian sebelumnya tentang penundaan akademik (Grunschel et al., 2013; Klingsieck et al., 2013; Lindt et al., 2014). Pemilihan responden penelitian ini tidak didasarkan pada penelitian yang menentukan tingkat prokrastinasi akademik. Penelitian sebelumnya hanya melakukan wawancara dimana pewawancara melakukan wawancara di dekat restoran kampus universitas dan menanyakan kepada responden apakah mereka bersedia diwawancarai mengenai prokrastinasi akademik (Klingsieck et al., 2013).

Dalam penelitian lain, survei hanya didistribusikan di kampus universitas (Grunschel et al., 2013), atau siswa diminta untuk menyelesaikan survei di antara instruktur atau siswa yang dihubungi melalui forum Google (Visser et al., 2018). Berdasarkan penjelasan di atas, prokrastinasi akademik merupakan gabungan dari perilaku siswa dalam menjawab suatu tugas atau tugas, dimana siswa dalam menanggapi tugas sesuai dengan minat dan

kemampuannya dalam menyelesaikan tugas atau tugas tersebut dapat disimpulkan berbeda-beda (Joel & El, 2013).

Menurut Ferrari et al (Ghufron dan Risnawita, 2012) ada aspek-aspek berikut Ukuran penundaan, keterlambatan, waktu, dan prioritas menyebabkan penundaan akademik. Faktor yang mempengaruhi antara lain harga diri, efikasi diri, perfeksionisme dan pengendalian diri, penolakan terhadap kendali dan otoritas, pengalaman kelompok, dan model keberhasilan dan kegagalan (Joel & El, 2013).

Aspek kesiswaan meliputi (1) Persepsi Waktu. Orang yang suka menunda-nunda cenderung menjadi orang yang tidak memenuhi tenggat waktu. Mereka fokus pada masa kini dan tidak memikirkan masa depan. Orang yang suka menunda-nunda tahu bahwa mereka harus segera menyelesaikan tugas yang ada, tetapi mereka menundanya atau menunda penyelesaian tugas tersebut meskipun mereka sudah memulainya. Akibatnya, menjadi tidak mungkin untuk memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan suatu tugas. (2) Kesenjangan antara niat dan tindakan, keinginan dan tindakan, serta perbedaan antara keinginan, tindakan, dan kenyataan. Hal ini berdampak pada ketidakmampuan siswa untuk menyelesaikan studinya meskipun ada keinginan untuk menyelesaikan studinya. Hal ini juga berkaitan dengan perbedaan waktu antara rencana dan hasil aktual. Orang yang suka menunda-nunda mengalami kesulitan menyelesaikan sesuatu dalam tenggat waktu yang ditentukan. Seorang siswa mungkin berencana untuk mulai mengerjakan suatu tugas pada waktu yang telah ditentukan, namun ketika waktunya tiba, mereka tidak melakukan apa pun yang bertentangan dengan rencananya sehingga menyebabkan penundaan atau tidak menyelesaikan tugas secara maksimal. (3) Sakit mental dan kecemasan saat menunda-nunda. Menunda tindakan membuat pelaku merasa tidak nyaman, dan akibat negatif yang ditimbulkannya menimbulkan rasa takut pada pelaku. Pada mulanya para siswa hanya diam saja, tidak sadar waktu sudah hampir habis karena merasa waktu yang tersisa masih banyak. Hal ini membuat mereka khawatir tidak dapat menyelesaikan tugasnya. (4) persepsi atau keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki; Sekalipun penundaan tidak ada hubungannya dengan kemampuan kognitif seseorang, keraguan terhadap kemampuannya sendiri dapat menyebabkan mereka menunda-nunda. Hal ini, ditambah dengan ketakutan akan kegagalan, menyebabkan orang menyalahkan diri sendiri atas kegagalan. Untuk menghindari terjadinya kedua emosi tersebut, orang mungkin menghindari tugas sekolah karena takut gagal (Zuraida, 2017).

Menurut Nurlatifah (2018) (1) Keterlambatan memulai dan menyelesaikan tugas. Orang yang suka menunda-nunda cenderung menunda penyelesaian pekerjaan atau tugas. (2) Keterlambatan penyelesaian tugas. Orang yang suka menunda-nunda membutuhkan waktu lama untuk menyelesaikan tugasnya. Mereka merencanakan tugas-tugas mereka dan kurang memperhatikan waktu yang tersedia. Hal ini menyebabkan keterlambatan waktu pemrosesan dan membuat Anda merasa tidak memiliki cukup waktu untuk menyelesaikan tugas. (3) Perbedaan waktu antara rencana dan hasil aktual. Orang yang suka menunda-nunda biasanya merasa tidak punya cukup waktu. Mereka telah menetapkan waktu sebelumnya untuk menyelesaikan tugas tersebut. Dengan cara ini, mereka merencanakan pekerjaannya pada tugas dan mengalokasikan waktunya sesuai dengan tugas yang akan dilaksanakan, namun kenyataannya, orang yang suka menunda-nunda tidak dapat menyelesaikan tugasnya sesuai rencana semula. (4) Ayo lakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Orang yang suka menunda-nunda biasanya lebih menyukai aktivitas yang menyenangkan daripada menyelesaikan tugas. Luangkan waktu Anda untuk menonton, membaca, dan bermain. Oleh karena itu, perlu beberapa waktu agar hal ini dapat berfungsi.

Penundaan akademik terjadi dalam berbagai bentuk dan dapat dilakukan oleh siapa saja dan dalam semua jenis pekerjaan. Mulyana (2018) mengkategorikan penundaan menjadi dua jenis. (1) Penundaan fungsional adalah penundaan pekerjaan atau tugas dengan tujuan memperoleh informasi yang lebih akurat. (2) penundaan disfungsional, yaitu menunda-nunda pekerjaan atau tugas tanpa tujuan. Hal ini mempunyai akibat yang buruk dan menimbulkan masalah. Ada dua jenis penundaan disfungsional, bergantung pada tujuan penundaan tersebut. Itu adalah: Penundaan pengambilan keputusan adalah penundaan pengambilan keputusan dan merupakan alat coping untuk menghindari potensi stres dan beradaptasi dengan keputusan yang dianggap membuat stres. Penundaan pengambilan keputusan dikaitkan dengan kelupaan dan kegagalan proses kognitif, namun tidak dengan kurangnya kecerdasan seseorang. Jenis penundaan disfungsional yang kedua adalah penundaan penghindaran dan penundaan perilaku, yang merupakan penundaan nyata dalam tindakan. Dengan menunda-nunda, Anda dapat menghindari tugas-tugas yang tidak menyenangkan dan sulit diselesaikan.

Beberapa faktor penyebab dan pengaruh terhadap terjadinya prokrastinasi akademik (Zuraida, 2017). Ada dua faktor utama yang mempengaruhi penundaan. Salah satunya adalah faktor internal yang berasal dari dalam diri individu dan membentuk perilaku prokrastinasi. Faktor internal meliputi tipe kepribadian individu serta kelemahan fisik dan psikologis. Faktor-faktor tersebut adalah: (1) kondisi fisik orang tersebut; Faktor intra-individu yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik juga mencakup status kesehatan individu, seperti kondisi fisik dan kelelahan. Orang yang mengalami kelelahan lebih cenderung menunda-nunda dibandingkan mereka yang tidak mengalami kelelahan. Meskipun tingkat kecerdasan seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi, namun seringkali prokrastinasi disebabkan oleh adanya keyakinan yang tidak rasional dalam diri seseorang. (2) Menurut Milgram (Stocks, 2016) keadaan psikologis individu, yaitu karakteristik kepribadian individu yang mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi, misalnya karakteristik keterampilan sosial yang tercermin dalam pengaturan diri dalam hubungan sosial dan kecemasan. Tingkat motivasi seseorang juga berdampak negatif terhadap penundaan. Semakin tinggi motivasi intrinsik seseorang dalam menyelesaikan suatu tugas, maka semakin kecil kemungkinannya untuk menunda-nunda tugas sekolah. (3) Adanya keyakinan yang tidak rasional. Adanya keyakinan tersebut dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam melakukan sesuatu dengan baik (self efikasi) dan keyakinan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna (Zuraida, 2017).

Faktor Ekstrinsik, yaitu faktor yang berasal dari luar diri individu, seperti. Terlalu banyak tugas yang harus diselesaikan pada waktu yang bersamaan. Faktor eksternal lainnya antara lain faktor lingkungan dan pola asuh orang tua. (1) Gaya pengasuhan. Dalam studi yang dilakukan oleh Ferrari dan Ollivete 2007 (Joel & El 2013), tingkat pola asuh ayah yang otoriter menyebabkan berkembangnya penundaan kronis pada peserta studi perempuan, sedangkan tingkat pola asuh ayah yang otoriter menyebabkan berkurangnya penundaan pada anak terutama anak perempuan. Ibu dengan kecenderungan menghindar akan melahirkan anak perempuan dengan kecenderungan menghindar. (2) Pada kondisi lingkungan permisif, prokrastinasi akademik lebih banyak terjadi pada lingkungan pengawasan rendah dibandingkan pada lingkungan pengawasan tinggi. Kelas atau jenjang sekolah, lokasi sekolah desa atau kota tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang (Joel & El, 2013).

Menurut Burka dan Yuen (Sagita, 2017), penundaan berarti “menunda suatu tindakan: menundanya ke hari atau waktu lain. Arti dari pernyataan tersebut adalah bahwa prokrastinasi adalah suatu kegiatan yang tertundanya pelaksanaan suatu kegiatan dari satu kegiatan ke kegiatan berikutnya. Di kalangan akademis, prokrastinasi digambarkan sebagai perilaku

menunda tugas sekolah hingga waktu yang tersedia habis. Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik (Damri et al., 2017). Hal ini didukung oleh Solomon dan Rothblum (Doni & Daharnis, 2017), yang menjelaskan bahwa: “Menyelesaikan tugas, (d) menyelesaikan tugas administratif, (e) menghadiri rapat, dan (f) menyelesaikan tugas akademik umum “Ada enam bidang akademik untuk melihat jenis tugas yang biasanya ditunda oleh siswa. yaitu tugas tertulis, tugas ujian, tugas membaca, tugas administrasi, tugas absensi, dan tugas akademik umum (Muttaqien, 2015).

Efikasi Diri

Bandura & Woods (Alvianti, 2021) menjelaskan bahwa efikasi diri mengacu pada kemampuan individu untuk meningkatkan motivasi, kemampuan kognitif, dan perilaku yang diperlukan untuk merespons berbagai situasi yang dihadapinya. Rasa percaya diri yang dimiliki seseorang diharapkan dapat membantu siswa dalam menghadapi berbagai situasi yang muncul dalam dirinya. Bandura (Sarafino 2008, dalam Alvianti 2021) menyatakan bahwa efikasi diri individu memungkinkan dirinya menghadapi situasi yang berbeda. Hal ini sejalan dengan pernyataan Sarafino (2006, Alvianti 2021) yang menyatakan bahwa orang dengan efikasi diri yang tinggi mengalami lebih sedikit tekanan ketika menghadapi stresor dan pemicu stres (Avianti et al., 2021).

Efikasi diri merupakan prediktor positif yang meningkatkan kinerja akademik siswa, sedangkan prokrastinasi akademik adalah segala aktivitas yang mengurangi atau melemahkan kinerja akademik siswa (Mutlu, 2018). Efikasi diri mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan suatu perilaku tertentu (Bandura, 1997; Efendi, 2013). Hal ini memengaruhi pilihan yang diambil individu, tujuan pembelajarannya, upaya yang mereka keluarkan, dan ketekunan mereka terhadap tugas (Scnell, 2015, Budiman et al, 2020). Orang dengan efikasi diri yang tinggi mampu mempersiapkan diri dengan lebih efektif dan menyelesaikan tugas dengan lebih baik (Bandura, 1982, Zaini Miftach, 2018). Oleh karena itu, efikasi diri berperan penting dalam keterampilan dan kinerja akademik, seperti penyelesaian tugas. Oleh karena itu, kedua variabel ini layak untuk diteliti. Efikasi diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan belajar siswa (Rustika, 2012; Köseoğlu, 2015). Jika siswa yakin dapat mencapai potensi maksimalnya, maka ia akan berusaha mencapai prestasi yang optimal (Budiman et al)

Selain itu, keyakinan efikasi diri mempengaruhi tindakan dan pilihan perilaku seseorang, seberapa besar usaha yang dilakukannya, berapa lama ia bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, seberapa tangguh mereka dalam menghadapi kesulitan. Niat adalah. Yang penting adalah seberapa besar tekanan dan ketakutan yang mereka alami dalam meniru pedoman lingkungan hidup, dan seberapa besar kepatuhan yang mereka rasakan. Efikasi diri juga membantu seseorang menentukan seberapa besar upaya yang mereka lakukan dalam suatu aktivitas dan seberapa baik mereka bertahan dalam menghadapi tantangan dan hambatan. Peningkatan efikasi diri meningkatkan usaha, ketekunan, dan ketahanan. Sebaliknya, efikasi diri yang rendah bertindak sebagai penghalang yang mendorong penghindaran tujuan. Penelitian yang dilakukan oleh Gaskill dan Murphy (2004) menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki dampak yang signifikan terhadap kinerja akademik dan merupakan indikator dasar yang paling kuat yang digunakan siswa ketika menyelesaikan tugas kuliah mereka.

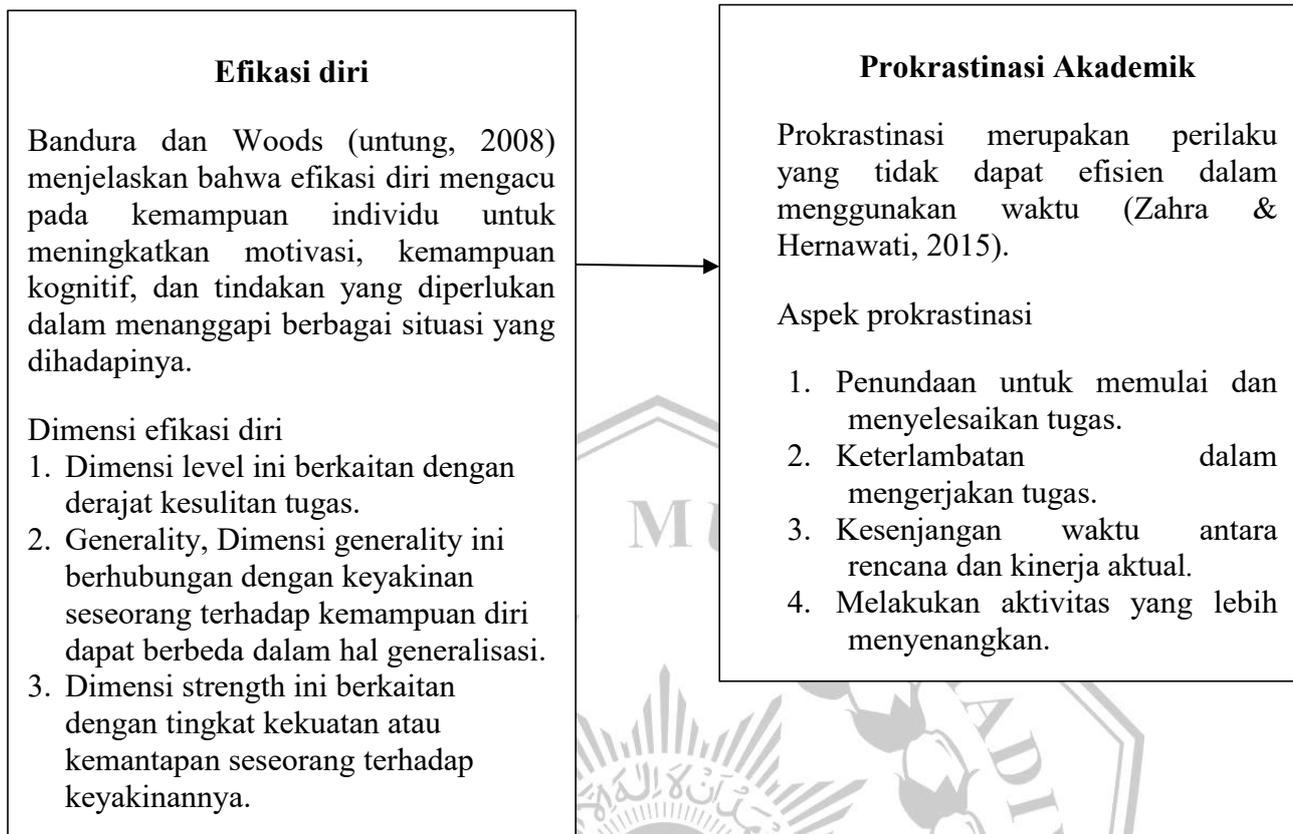
Menurut Rahayu (2019), ada empat sumber informasi penting yang digunakan individu untuk meningkatkan efikasi diri. Penguasaan yang berpengalaman: Keberhasilan yang dicapai seseorang terutama disebabkan oleh faktor eksternal dalam dirinya dan biasanya tidak

mempengaruhi perkembangan efikasi diri. Namun ketika keberhasilan terjadi karena rintangan yang besar dan merupakan hasil perjuangan diri sendiri, maka hal ini mempengaruhi berkembangnya self-efikasi 2). Pengalaman Perwakilan atau Peniruan (Vicarious Experience) Pengalaman keberhasilan orang lain yang serupa dengan individu dalam melaksanakan suatu tugas biasanya meningkatkan efikasi diri orang tersebut dalam melaksanakan tugas yang sama. Efek ini dicapai melalui pemodelan sosial. Hal ini biasanya terjadi pada orang yang tidak mampu menjadi model karena kurangnya pengetahuan tentang kemampuannya sendiri. Namun, efikasi diri yang dicapai tidak berpengaruh ketika model yang diamati tidak sama atau berbeda dengan model 3). Persuasi Sosial Persuasi sosial juga disebut umpan balik kinerja spesifik. Informasi mengenai keterampilan yang disampaikan secara lisan oleh seorang influencer biasanya digunakan untuk meyakinkan seseorang bahwa orang tersebut mampu sepenuhnya dalam melakukan suatu pekerjaan 4). Kondisi Fisik dan Emosional (Physiological and Emotional Conditions) Ketakutan dan stres yang timbul dalam diri seseorang ketika menjalankan suatu tugas seringkali berarti kegagalan. Secara umum keberhasilan diharapkan pada kondisi yang tidak ditandai dengan ketegangan dan tidak mengalami ketidaknyamanan atau gangguan somatik lainnya. Efikasi diri biasanya ditandai dengan tingkat stres dan kecemasan yang rendah, sedangkan efikasi diri yang rendah ditandai dengan tingkat stres dan kecemasan yang tinggi. Keempat hal tersebut dapat menjadi sarana bagi tumbuh dan berkembangnya efikasi diri individu (Rahayu, 2019).

Indeks efikasi diri mengacu pada tiga dimensi efikasi diri, dimensi ukuran, dimensi kekuatan, dan dimensi umum. Brown et.al (Sahidillah, 2020) merumuskan beberapa indikator efikasi diri. Jika seseorang yakin bahwa dia dapat menyelesaikan tugas tertentu, dia menentukan tujuan yang harus dicapai. 2) Mengetahui bahwa mereka dapat memotivasi dirinya sendiri untuk mengambil tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas, individu akan lebih termotivasi untuk memilih dan melakukan tugas yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas tersebut. Berkat kerja keras orang tersebut, ia yakin bisa bekerja keras, tekun dan tekun menyelesaikan tugas yang diberikan dengan cara apapun. 4) Saya yakin dengan kemampuan saya dalam menghadapi rintangan dan tantangan. Individu mampu bertahan dalam menghadapi tantangan dan hambatan yang muncul (Nurdin et al., 2020).

Bandura (1977) memiliki tiga aspek efikasi diri. Yaitu (1) dimensi ukuran (level) ini berkaitan dengan kesulitan tugas. Jika tugas yang diberikan kepada individu diurutkan berdasarkan tingkat kesulitannya, perbedaan efikasi diri individu mungkin terbatas pada tugas yang mudah, sedang, atau tinggi. Individu melakukan tindakan yang dirasa mampu dilakukan atau tugas yang dianggap di luar batas kemampuannya. (2) Generalitas Dimensi generalitas mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuannya, yang mungkin berbeda dalam hal generalisasi. Artinya, seseorang mungkin hanya menilai kepercayaan dirinya pada suatu aktivitas tertentu. (3) Dimensi kekuatan ini mengacu pada derajat kekuatan atau kestabilan keyakinan seseorang. Rendahnya tingkat efikasi diri mudah terguncang oleh pengalaman yang melemahkannya (Sarirah & Chaq, 2019). Berdasarkan teori di atas, dijelaskan efikasi diri. Efikasi diri merupakan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi, dan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi berbeda-beda tergantung pengalaman dan kepribadian individu yang menghadapi permasalahan tersebut berbeda akan menyelesaikannya.

Kerangka Berpikir



Hipotesis

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan di atas, maka hipotesis dari penelitian ini adalah adanya hubungan dari efikasi diri antara prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, yaitu mencari dan menetapkan korelasi antar variabel penelitian. Dalam hal ini variabel penelitian yang dimaksud adalah efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Hubungan antara dua variabel dijelaskan dengan ukuran statistik yang disebut koefisien korelasi, dan peneliti menggunakan koefisien korelasi product-moment. Koefisien ini menunjukkan seberapa besar hubungan perubahan suatu variabel terhadap perubahan variabel lainnya. Hal ini memungkinkan peneliti untuk menjelaskan hubungan antara efikasi diri siswa dan penundaan akademik.

Subjek penelitian

Sasaran penelitian ini adalah mahasiswa yang berjumlah 196 responden. Pengumpulan secara acak. Menurut Sugiyono (2016), “accidental sampling” atau “accidental sampling” adalah teknik penentuan sampel secara acak. Apabila peneliti menemukan seorang siswa, maka siswa tersebut dapat dijadikan sampel jika memenuhi kebutuhan peneliti (Zaini Miftach, 2018).

Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian (N = 196)

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
1	Usia		
	16	1	0,5%
	18	6	3,1%
	19	19	9,7%
	20	53	27,2%
	21	54	27,7%
	22	53	27,2%
	23	7	3,6%
	24	1	0,5%
	26	1	0,5%
2	Tingkat Semester		
	Semester 2	46	21,5%
	Semester 4	46	23,6%
	Semester 5	6	3,1%
	Semester 6	34	17,4%
	Semester 7	22	11,3
	Semester 8	38	19,5%
	Semester 9	3	1,5%
	Semester 10	4	2,1%

Variabel Dan Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini, terdapat dua variable, dimana variabel bebas (X) adalah efikasi diri dan (Y) adalah prokrastinasi.

Efikasi diri merupakan kemampuan individu dalam meningkatkan motivasi diri, kognitifnya serta tindakan yang diperlukan dalam menghadapi berbagai situasi yang dihadapi oleh

individu. Dalam penelitian ini skala yang digunakan untuk mengukur efikasi diri adalah skala efikasi diri yang dikembangkan oleh Bandura yang terdiri dari 32 item. Item pernyataan tersebut dibagi menjadi tiga sub variabel. Dua belas item pertama untuk melihat dimensi tingkat (*level*), Dua belas item kedua untuk melihat dimensi kekuatan (*strength*), sedangkan delapan item ketiga untuk melihat dimensi generalisasi (*generality*). Skala efikasi diri dalam penelitian ini diadaptasi dalam jurnal hubungan *self-efikasi* dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan dengan validitas 0,457 dan reliabilitas 0,838 oleh (Damri et al., 2017).

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang melibatkan suatu kombinasi antara afektif, kognitif, dan kecenderungan dalam menanggapi suatu objek atau aktivitas. Untuk mengukur prokrastinasi akademik menggunakan skala prokrastinasi akademik yang dikembangkan oleh Ferrari (1995, dalam (Damri 2017)) yang terdiri dari 32 item yang dibagi menjadi empat sub variabel. Delapan item pertama untuk melihat penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, delapan item kedua untuk melihat keterlambatan dalam mengerjakan tugas, delapan item ketiga untuk melihat kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, sedangkan delapan item keempat untuk melihat melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Kedua alat ukur diatas menggunakan skala *Likert* yang di dalamnya mencakup (*favorable*) dan (*unfavorable*). Setiap jawaban pada kedua skala tersebut terdiri dari lima pilihan jawaban yaitu: “1” untuk hamper tidak pernah, “2” untuk jarang, “3” kadang-kadang, “4” untuk sering, “5” untuk hamper selalu. Dalam pemberian skor, pilihan jawaban hampir selalu pada item *favorable* memiliki skor 5 dan pada *unfavorable* memiliki skor 1. Pilihan jawaban sering pada item *favorable* memiliki skor 4 dan *unfavorable* memiliki skor 3. Pilihan jawaban jarang pada item *favorable* memiliki skor 2 dan *unfavorable* memiliki skor 4. Pilihan jawaban hampir tidak pernah pada item *favorable* memiliki skor 1 sedangkan pada item *unfavorable* memiliki skor 5.

Tabel 2. Reliabilitas Variabel

No	Variabel	Reliabilitas	Validitas
1	Prokrastinasi	,847	,464
2	Efikasi Diri	,928	699

Prosedur Dan Analisa Data Penelitian

Survei akan dilakukan dalam tiga langkah. Tahap pertama adalah tahap persiapan dimana peneliti membuat rencana penelitian yang terdiri dari pendahuluan, penyelidikan teori, dan metode penelitian. Pendahuluan menjelaskan alasan dilakukannya penelitian. Selanjutnya, kami mengkaji dan memperdalam teori penelitian dengan menjelaskan teori variabel efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Bagian Metodologi Penelitian melalui proses penyiapan perangkat penelitian yang digunakan pada tahap pelaksanaan. Setelah peralatan siap, langkah selanjutnya adalah melakukan uji coba timbangan kepada siswa untuk mengetahui apakah timbangan yang digunakan dapat didistribusikan. Setelah timbangan siap digunakan, kami akan terus membagikannya di media sosial.

Pada tahap kedua yang dilakukan peneliti, mereka mengumpulkan data menggunakan Google Form dan menyebarkan kuesioner serta skala yang layak digunakan melalui media sosial.

Analisis data tahap ketiga. Artinya memasukkan hasil survei yang Anda distribusikan kepada siswa Anda ke dalam SPSS Statistics 17 untuk diproses. Digunakan untuk analisis parametrik menggunakan tipe data interval. Kami kemudian menguji normalitas data untuk setiap skala atau secara bersamaan dan menganalisis koefisien korelasi product moment.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil uji statistic yang dilakukan kepada 195 responden didapatkan hasil uji analisis deskriptif sebagai berikut

Tabel 1 Uji Analisis Deskriptif dan Kategori Variabel

No	Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase	Mean	SD
1	Prokrastinasi	Tinggi	29	14,9%	123,0410	1,91671
		Sedang	155	79,5%		
		Rendah	11	5,6%		
2	Efikasi Diri	Tinggi	53	27,2%	112,0564	15,39353
		Sedang	112	57,4%		
		Rendah	30	15,4%		

Berdasarkan uraian tabel diatas menunjukkan bahwa responden dengan prokrastinasi tingkat rendah sebesar 5,6 % dengan jumlah responden sebanyak 11 responden, pada tingkat sedang sebesar 79,5% dengan 155 responden, pada tingkat tinggi sebesar 14,9% dengan 29 responden. Sedangkan, pada variabel efikasi diri sebanyak 30 responden di tingkat rendah dengan 15,4%, sebanyak 112 responden di tingkat sedang dengan 57,4% dan sebanyak 53 responden di tingkat tinggi dengan 27,2%.

Tabel 2 Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		196
Normal Parameters ^b	Mean	.0000000
	Std. Deviation	17.34467456
Most Extreme Differences	Absolute	.062
	Positive	.062

	Negative	-.032
Test Statistic		.062
Asymp. Sig. (2-tailed)		.063 ^c
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan Kolmogorov-smirnov dan Shapiro-wilk secara simultan diketahui nilai signifikansi $0,063 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Tabel 3 Uji Pearson

Correlations			
		Efikasi Diri	prokrastinasi
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	.369**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	195	195
prokrastinasi	Pearson Correlation	.369**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	195	195

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan pada tabel uji *pearson correlation* efikasi diri memiliki sig (2 tailed) sebesar 0.000 hal tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki korelasi yang signifikan dengan prokrastinasi akademik yang mengarah pada hubungan yang positif

Uji Koefisien Determinasi

pada penelitian ini, uji data menggunakan uji regresi sederhana dengan uji koefisien korelasi dan didapatkan hasil sebagai berikut

Tabel 1.

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.369 ^a	.136	.132	12.723
a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri				

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai R square sebesar 0.136 disimpulkan bahwa pengaruh dari efikasi diri terhadap prokrastinasi sebesar 11,4 %.

Tabel 2 Uji Korelasi

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	81.621	6.336		12.882	.000
	Efikasi Diri	.281	.051	.369	5.517	.000

a. Dependent Variable: prokrastinasi

Berdasarkan hasil tabel diatas, efikasi diri memiliki nilai sig 0.000 (<0.05) maka berkesimpulan efikasi diri memiliki hubungan secara signifikan terhadap prokrastinasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri dan prokrastinasi memiliki arah hubungan positif. Berdasarkan nilai konstanta yang diperoleh 81.621 maka bisa diartikan bahwa jika efikasi diri memiliki nilai konstanta 0, maka prokrastinasi bernilai 81.621.

Berdasarkan nilai koefisien efikasi diri bernilai 0,281 maka bisa dikatakan variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini tidak saling berpengaruh yang diartikan ketika variabel meningkat maka variabel dependent akan menurun maka hubungan efikasi diri dan prokrastinasi pada variabel penelitian ini memiliki hubungan yang rata-rata dan tidak saling mempengaruhi satu sama lain.

DISKUSI

Hasil analisis data mengenai variabel efikasi diri dan prokrastinasi siswa secara umum dijelaskan sebagai berikut. Efikasi diri, ada tiga indikator skala efikasi diri yang digunakan untuk menggambarkan variabel-variabel dalam penelitian yang meliputi (1) tingkat kesulitan tugas (tingkat ukuran), (2) kekuatan (umumnya) dan, (3) kekuatan (*strength*). Ketiga indikator tersebut dianalisis dan dikategorikan dalam sebuah tabel tersebut.

Efikasi diri. Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa *self efikasi* mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang tergolong sedang dengan persentase sebesar 27,2% dan 57,4%. Angka tersebut menunjukkan bahwa sebagian siswa berada pada posisi rata-rata, siswa menunjukkan perilaku prokrastinasi ketika menyelesaikan tugas dari instruktur dan tidak mampu mengatasi kesulitan yang ada karena kurangnya percaya diri.

Prokrastinasi

Berdasarkan hasil penelitian di atas prokrastinasi akademik diklasifikasikan yang diukur berdasarkan indikator. Ada 4 aspek. (1) menyelesaikan tugas dan keterlambatan penyelesaian tugas, dan (2) keterlambatan penyelesaian tugas. (3) kesenjangan antara rencana kerja dengan kinerja aktual, dan (4) melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dibandingkan menyelesaikan tugas yang perlu diselesaikan. Mengacu pada indikator-indikator tersebut, analisis data menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas

termasuk dalam kategori sedang, dimana 79,5% mahasiswa mengalami prokrastinasi, terlambat, kurang waktu, dan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Menguji hubungan antar variabel berdasarkan analisis korelasi product moment untuk mengetahui untuk hubungan antara variabel X dan variabel Y. Untuk membuktikan adanya hubungan atau tidaknya suatu variabel dapat menggunakan nilai $\alpha=0,05$, dimana suatu variabel dinyatakan memiliki hubungan jika nilai sig > 0,05

Berdasarkan pengujian hipotesis nilai korelasi *product moment* (r_{xy}) antara variabel *self efficacy* dengan tingkat prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan adalah sebesar 0,369, signifikan sebesar 0,000, dan koefisien korelasi signifikansi ditunjukkan sebesar 99% atau 0,01, terdapat hubungan positif antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan.

Berdasarkan pernyataan di atas, maka hasil yang ditemukan oleh peneliti dalam penelitian ini dapat diterima. Hasil analisis dalam penelitian ini menggunakan metode analisis korelasi product moment, nilai korelasi sebesar 0,369 dan nilai signifikan $0,000 < 0,01$. Oleh karena itu tampak adanya hubungan positif pada variabel efikasi diri dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik bersifat searah, yaitu penurunan suatu variabel cenderung menurunkan variabel yang lain, atau peningkatan suatu variabel cenderung meningkatkan variabel yang lain. Jika ada kecenderungan berarti ada korelasi positif.

Berdasarkan analisis di atas diketahui bahwa subjek dalam penelitian ini cenderung bergerak ke satu arah. Artinya, ketika prokrastinasi akademik meningkat, efikasi diri juga meningkat, dan sebaliknya, jika efikasi diri menurun, maka prokrastinasi akan menurun. Analisis deskriptif terhadap kategori tersebut menunjukkan bahwa 79,5% mahasiswa menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik, yaitu prokrastinasi, keterlambatan menyelesaikan tugas, kesenjangan antara jadwal kerja dengan kinerja sebenarnya, dan kecenderungan untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas perkuliahan. Efikasi diri efektif dalam memerikan kontribusi terhadap prokrastinasi akademik, terbukti dari nilai koefisien determinasi sebesar 0,369. Efikasi diri terbukti dapat memprediksi prokrastinasi akademik sebesar 36,9%, dimana 63,9% diantaranya disebabkan oleh variabel yang tidak terukur seperti kurangnya kemampuan mengatur diri, pengasuhan orang tua, dan faktor lain yang dapat dijelaskan.

Berdasarkan pengujian hipotesis penelitian ini, aspek-aspek yang termasuk dalam variabel *self efficacy* terdapat pada variabel prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang, sebagaimana diuraikan di atas berkaitan dengan aspek. Menurut Bandura, efikasi diri terdiri dari tiga dimensi utama, level (tingkat, besaran), kekuatan (generalitas), dan intensitas (kekuatan). Sedangkan aspek-aspek prokrastinasi akademik yang digambarkan oleh Ferrari adalah 1) keterlambatan dalam memulai atau menyelesaikan tugas, 2) keterlambatan/stagnasi dalam menyelesaikan tugas, 3) jeda waktu antara perencanaan dan pelaksanaan sebenarnya, dan 4) belajar lebih dari yang diharapkan. Lakukan aktivitas lain yang menyenangkan. Penyelesaian tugas yang memerlukan kejelasan.

Berdasarkan karya peneliti sebelumnya. Berdasarkan pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi

akademik. Namun terdapat penelitian lain yang menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut. Misalnya saja hasil penelitian berjudul “Hubungan Self Efficacy Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi” oleh Annisa Rosni Zusya, Sari Zakiah Akmal (Tuaputimain, 2021). Berdasarkan hasil uji korelasi, kami menemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menyelesaikan makala ($r = -0.059$, $p = 0.398$). Salah satu aspek yang termasuk dalam variabel efikasi diri adalah level ketika siswa dihadapkan dengan tugas-tugas yang terorganisir, individu membatasi diri mereka pada tugas-tugas yang lebih sederhana dan mencakup tugas-tugas yang lebih sulit tergantung pada batas kemampuan yang mereka rasakan. Ketika siswa merasa bahwa keterampilannya cukup untuk menyelesaikan tugas-tugas yang sesuai dengan levelnya.

Efikasi diri ditinjau dari aspek kekuatan, menggambarkan aspek kekuatan pribadi, keyakinan, dan harapan dalam mengenal kehidupan. Aspek ini biasanya berkaitan dengan semakin tinggi tingkat kesulitan suatu tugas, maka semakin lemah penyelesaian tugas tersebut sehingga mengakibatkan tertunda dan lambatnya tugas perkuliahan. Aspek generalisasi juga mengacu pada orang yang yakin dengan kemampuannya. Aspek memungkinkan siswa untuk menyelesaikan tugas mereka seperti yang diharapkan dan tanpa penundaan. Ketreampilan tugas berperan dalam mengatasi keterlambatan penyelesaian tugas perkuliahan.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hanifa Dwi Akalin dan Damajanti Kusuma Dewi yang mensurvei 308 siswa angkatan 2015, 2016, dan 2017 untuk mempelajari tentang efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Hasil analisis data diperoleh nilai r sebesar 0,183 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi Universitas Surabaya (Surabaya et al., 2017).

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ditemukan menunjukkan bahwa hasil penelitian menggambarkan efikasi diri dan prokrastinasi akademik siswa cenderung berada pada kategori sedang. Terdapat korelasi positif sebesar 0,369 atau 36,9% antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. Semakin tinggi efikasi diri pada sebagian mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademiknya, begitu pula sebaliknya, dan semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang. Implikasi penelitian ini dapat dijadikan acuan literasi untuk penelitian selanjutnya. Sehingga mengungkapkan fakto-faktor yang belum diteliti pada penelitian ini. Selanjutnya sebagai bahan pertimbangan bagi mahasiswa bahwa perilaku prokrastinasi dapat menimbulkan kerugian baik secara langsung ataupun tidak.

bahan pertimbangan bagi mahasiswa bahwa perilaku prokrastinasi dapat menimbulkan kerugian baik secara langsung ataupun tidak.

Daftar Pustaka

- Andhika, M. J., Psikologi, P. S., Psikologi, J., Psikologi, F., Ilmu, D. A. N., Budaya, S., & Indonesia, U. I. (2021). *PERAN KEPRIBADIAN BIG FIVE SEBAGAI PREDIKTOR*.
- Avianti, D., Setiawati, O. R., Lutfianawati, D., & Putri, A. M. (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Program Studi Pendidikan Dokter. *PSYCHE: Jurnal Psikologi*, 3(1), 83–93. <https://doi.org/10.36269/psyche.v3i1.283>
- Budiman, R., Purwanto, E., & Murtadho, A. (2020). Cognitive Behavioral Therapy to Improve Self-Efficacy and Reduce Academic Procrastination. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(3), 144–150.
- Clere, N. (2011). How to overcome mycoses? In *Actualites Pharmaceutiques* (Vol. 50, Issue 507). [https://doi.org/10.1016/S0515-3700\(11\)70996-X](https://doi.org/10.1016/S0515-3700(11)70996-X)
- Damri, D., Engkizar, E., & Anwar, F. (2017). Hubungan Self-Efficacy Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 74. <https://doi.org/10.22373/je.v3i1.1415>
- Efendi, R. (2013). Self Efficacy: Studi Indigenous pada Guru Bersuku Jawa. *Journal of Social and Industrial Psychology*, Vol. 2(No. 2), 61–67. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/sip/article/view/2595>
- Joel, M., & El, T. (2013). *HUBUNGAN ANTARA SELF ESTEEM DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA ANGKATAN 2010 FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS SURABAYA Marvel Joel Tetan. El. 2(1), 1–17.*
- Malkoç, A., & Mutlu, A. K. (2018). Academic self-efficacy and academic procrastination: Exploring the mediating role of academic motivation in Turkish university students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(10), 2087–2093. <https://doi.org/10.13189/ujer.2018.061005>
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.1868>
- Nurdin, S., Weski, A., & Rahayu, Y. S. (2020). Efikasi Diri dan Motivasi dalam Upaya Meningkatkan Kinerja Karyawan Pemasaran. *Jurnal Sain Manajemen*, 2(1), 85–96.

- Nurlatifah, R. (2018). *Yogyakarta 2018* [Universitas islam indonesia yogyakarta]. <http://hdl.handle.net/123456789/7439>
- Przepiórka, A., Błachnio, A., & Siu, N. Y. F. (2019). The relationships between self-efficacy, self-control, chronotype, procrastination and sleep problems in young adults. *Chronobiology International*, 36(8), 1025–1035. <https://doi.org/10.1080/07420528.2019.1607370>
- Rahayu, D. P. (2019). *Pengaruh efikasi diri dan motivasi usaha terhadap keberhasilan usaha pada pemilik distro pakaian di plaza parahyangan bandung*. UNIVERSITAS KOMPUTER INDONESIA.
- Sagita, D. & D. (2017). Abstrak. *Jurnal Bikotetik*, 1(1), 43–52.
- Sarirah, T., & Chaq, S. A. (2019). Academic self-efficacy as a predictor toward decisional procrastination among college students preparing a thesis in Indonesia. *Journal of Advanced Research in Social Sciences and Humanities*, 4(1), 23–28. <https://doi.org/10.26500/jarssh-04-2019-0104>
- Stocks, N. (2016). 濟無 No Title No Title No Title. 1–23.
- Surabaya, U. N., Psikologi, J., & Psikologi, J. (2017). *TUGAS PERKULIAHAN MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA Hanif Dwi Azkarina Damajanti Kusuma Dewi Abstrak*. 1–4.
- Tuaputimain, H. (2021). Korelasi Antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Teologi Berita Idup*, 4(1), 180–191.
- Visser, L., Korthagen, F. A. J., & Schoonenboom, J. (2018). Differences in learning characteristics between students with high, average, and low levels of academic procrastination: Students' views on factors influencing their learning. *Frontiers in Psychology*, 9(MAY), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00808>
- Wahyuningsih, P., Rahmawati, & Handoyo, A. W. (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Sistema: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 39–45. <https://jurnal.fkip-uwgm.ac.id/index.php/sjp>
- Yuangga, K. D., & Sunarsi, D. (2018). The Influence of Procrastination and Low Time Management on Student Self Efficacy (at MA Soebono Mantofani). *PINISI Discretion Review*, 2(1), 85. <https://doi.org/10.26858/pdr.v2i1.13248>
- Zacks, S., & Hen, M. (2018). Academic interventions for academic procrastination : A review of the literature. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 46(2), 117–130. <https://doi.org/10.1080/10852352.2016.1198154>

Zaini Miftach. (2018). 濟無 No Title No Title No Title. 2007, 53–54.

Zuraida. (2017). Hubungan prokstinasi akademik dengan prestasi belajar pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Potensi Utama. *Kognisi Jurnal*, 2(1), 30–41.



Halaman Lampiran



Lampiran 1 Kuisioner Penelitian

A. Identitas Responden

Inisial :

Semester :

Usia :

Kegiatan Di Luar Kuliah :

1. Organisasi :

2. Kuliah dan Part Time :

3. Kursus/les :

4. Tidak ada :

Tempat Tinggal :

1. Rumah :

2. Kos :

3. Asrama :

B. Petunjuk Pengisian Angket

1. Sebelum mengisi pernyataan-pernyataan dibawah, dimohon kesediaan Saudara untuk membaca terlebih dahulu petunjuk pengisian ini.

2. Setiap pernyataan memiliki 4 pilihan, pilihlah salah satu yang paling sesuai dengan keadaan anda, dengan cara memberi tanda centang (√) pada salah satu pilihan.

3. Keterangan: SS (Sangat Setuju), S (Setuju), Netral, Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS)

NO	ITEM PERNYATAAN	PROKRASTINASI	SS	S	N	TS	STS
I	Depalan (8) item untuk penundaan memulai dan menyelesaikan tugas						
1	Mengerjakan tugas kuliah jauh sebelum waktu pengumpulan						
2	Sibuk mempersiapkan bahan tugas sebelum mengerjakan tugas hingga dekat tenggat waktu pengumpulan yang tepat						
3	Secepatnya mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen						
4	Mengerjakan tugas dengan bersantai-santai hingga lupa batas waktu						
5	Mengerjakan tugas lebih cepat daripada teman lain						
6	Tertunda mengerjakan tugas karena teman mengajak saya pergi						
7	Memilih mengerjakan tugas secara tuntas daripada tidur						
8	Baru menyelesaikan tugas saat mendekati batas pengumpulan						

II	Delapan (8) item untuk keterlambatan dalam mengerjakan tugas				
1	Mengumpulkan tugas beberapa hari sebelum tugas dikumpulkan				
2	Bermain sepuas-puasnya agar dapat serius mengerjakan tugas nantinya				
3	Mampu mempersiapkan diri untuk belajar dalam waktu yang telah ditentukan				
4	Mencari-cari tempat yang tenang sehingga terlambat mengerjakan tugas				
5	Berusaha agar tugas kuliah selesai jauh sebelum waktu pengumpulan yang ditetapkan				
6	Belajar sampai larut malam, karena belum selesai mengerjakan tugas				
7	Memperhitungkan berapa lama waktu habis dalam mengerjakan tugas				
8	Mengulur-ngulur untuk memulai mengerjakan tugas yang telah direncanakan sebelumnya				
III	Delapan (8) item untuk kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual				
1	Mengerjakan tugas sesuai dengan jadwal yang telah saya susun				
2	Kesulitan untuk menyelesaikan tugas sesuai jadwal yang saya tentukan				
3	Menyelesaikan tugas lebih cepat dari waktu yang telah saya rencanakan				
4	Membatalkan jadwal belajar sesuai dengan jadwal belajar yang telah saya susun				
5	Mengumpulkan tugas pada waktu yang ditentukan dosen				
6	Tugas tidak terselesaikan sesuai waktu yang semestinya				
7	Menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang saya targetkan				
8	Menyelesaikan tugas terburu-buru sebelum dikumpulkan				
IV	Delapan item untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas yang harus dikerjakan				
1	Menyelesaikan tugas dahulu sebelum bermain <i>games online</i>				
2	Tetap mengerjakan tugas walaupun acara di tv menarik				
3	Mengerjakan tugas daripada pergi jalan-jalan ke mall				
4	Nongkrong pada waktu senggang dari pada menyelesaikan tugas				
5	Berkonsentrasi mengerjakan tugas dan menjauhkan barang-barang yang mengganggu				
6	Mengerjakan tugas sambil menonton tv yang acara				

	sedang menarik					
7	Belajar disetiap kesempatan walaupun waktunya sedikit					
8	Mengobrol dengan teman ketika sedang mengerjakan tugas					

No	ITEM PERNYATAAN INSTRUMEN EFIKASI DIRI	SS	S	N	TS	STS
I	Dua belas (12) item untuk melihat dimensi tingkat level					
1	Memahami kemampuan diri sesuai dengan tingkat kesulitan					
2	Mengandalkan kekuatan diri sendiri dalam menyelesaikan tugas					
3	Mengerjakan tugas kuliah yang sulit					
4	Menyusun strategi yang tepat dalam memulai proses pembuatan tugas					
5	Menyelesaikan tugas tugas dengan tepat waktu					
6	Menyelesaikan tugas kuliah yang diberikan dosen					
7	Menyelesaikan tugas tugas sendiri tanpa mencontoh tugas teman					
8	Menyelesaikan tugas tepat pada waktunya					
9	Belajar tanpa menunggu ajakan teman					
10	Mngeluarkan pendapat saat diskusi dikelas					
11	Membuat catatan saat belajar sendiri					
12	Belajar sendiri tanpa meminta bantuan teman					
II	Dua belas (12) item untuk melihat dimensi kekuatan (<i>strength</i>)					
1	Memfokuskan perhatian / konsentrasi dalam mengerjakan tugas kuliah					
2	Menjalankan komitmen dalam mengerjakan tugas					
3	Bertahan dalam mengerjakan tugas yang sulit					
4	Mengerjakan tugas saat merasa bosan					
5	Mengatasi rasa takut untuk mencoba lagi saat menemukan kegagalan					
6	Dihadapkan pada tugas yang sulit walaupun pernah gagal sebelumnya					
7	Mencari solusi ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas					
8	Mengerjakan tugas saat dalam keadaan sakit atau memiliki masalah					
9	Mendapatkan nilai bagus dalam mengerjakan tugas					
10	Membuat diri tertarik dalam mengerjakan tugas agar mendapat hasil yang baik					
11	Mengulang materi agar memperoleh hasil yang optimal					
12	Mempelajari materi pelajaran dirumah sebelum belajar dikampus					
III	Delapan (8) item untuk melihat dimensi generalisasi (<i>generality</i>)					

1	Memahami materi pelajaran yang diberikan dosen				
2	Mengambil keputusan yang tepat dalam proses belajar				
3	Memotivasi diri dalam mencari materi belajar / bahan tugas yang dibutuhkan				
4	Menemukan buku-buku sumber yang sesuai dengan topik tugas				
5	Belajar dalam waktu yang singkat				
6	Mengatur waktu belajar dengan kegiatan yang padat diorganisasi				
7	Membagi waktu belajar dan waktu bermain dengan teman				
8	Menyusun rencana kegiatan mengerjakan tugas yang baik dan akurat				

lampiran 2 uji normalita

Correlations

		Efikasidir i	prokrastinasi
Efikasidiri	Pearson Correlation	1	.369**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	195	195
prokrastinasi	Pearson Correlation	.369**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	195	195

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardiz ed Residual
N		196
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	17.34467456
	Most Extreme Differences	
	Absolute	.062
	Positive	.062
	Negative	-.032
Test Statistic		.062
Asymp. Sig. (2-tailed)		.063 ^c

a. Test distribution is Normal.

- b. Calculated from data.
c. Lilliefors Significance Correction.

Lampiran 3 koefisien konsta

Model		Coefficients ^a		t	Sig.	
		Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients			
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	81.621	6.336		12.882	.000
	Efikasidiri	.281	.051	.369	5.517	.000

a. Dependent Variable: prokrastinasi

Lampiran 4 uji realibilitas dan validitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.928	32

Lampiran 5 deskriptif

No	Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase	Mean	SD
1	Prokrastinasi	Tinggi	29	14,9%	123,0410	1,91671
		Sedang	155	79,5%		
		Rendah	11	5,6%		
2	Efikasi Diri	Tinggi	53	27,2%	112,0564	15,39353
		Sedang	112	57,4%		
		Sedang	30	15,4%		



LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/530/Lab-Psi/UMM/VI/2024

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Silda Sasmita
NIM : 201710230311046
Dosen Pembimbing : 1) Dr. Cahyaning Suryaningrum, M.Si
2) Susanti Prasetyaningrum, M.Psi

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Verifikasi Analisa Data.
Hasil: Lulus /Perbaikan

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Malang, 24 Juni 2024

Petugas Cek


Navy Tri Indah Sari, M.Si

Hasil Plagiasi 2

ORIGINALITY REPORT

14%	13%	7%	9%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	123dok.com Internet Source	3%
2	eprints.umm.ac.id Internet Source	1%
3	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	1%
4	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	1%
5	e-journal.potensi-utama.ac.id Internet Source	1%
6	journal.ikipgriptk.ac.id Internet Source	1%
7	penelitimuda.com Internet Source	1%
8	elibrary.unikom.ac.id Internet Source	1%
9	www.scribd.com Internet Source	1%