



## Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa

Puput Wahyuningsih<sup>1</sup>,  
Rahmawati<sup>2</sup>,  
Alfiandy Warih Handoyo<sup>3</sup>

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa  
puputwn@gmail.com

### Abstract

*This study aims to determine the relationship between self-efficacy and academic procrastination in students. The research population is the sixth semester students of the Faculty of Teacher Training and Education, Sultan Ageng Tirtayasa University. The sampling technique used random sampling with the Solvin formula which resulted in a sample of 294 students. Data analysis using regression analysis and correlation using SPSS 21 for windows. Correlation test results obtained  $R = -0,513$ ,  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). So it can be concluded that the self-efficacy variable has a significant negative relationship with academic procrastination. The effect of self-efficacy on academic procrastination seen from the results of the coefficient of determination ( $R = 0,264$ ) shows the effective contribution given by the self-efficacy variable to academic procrastination by 26,4%. Therefore, there are still 73,6% of other factors outside the study that may cause academic procrastination behavior in students.*

**Keywords:** *Self-efficacy; Academic Procrastination; Students*

### Article Info

Naskah Diterima :  
2021-6-8

Naskah Direvisi:  
2021-6-8

Naskah Disetujui:  
2020-06-15

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Populasi penelitian yaitu mahasiswa semester VI Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling dengan rumus Solvin yang menghasilkan sampel sebanyak 294 mahasiswa. Analisis data menggunakan analisis regresi dan korelasi menggunakan SPSS 21 for windows. Hasil uji korelasi didapatkan  $R = -0,513$ ,  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri secara signifikan memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik. Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik dilihat dari hasil koefisien determinasi ( $R = 0,264$ ) menunjukkan sumbangan efektif yang diberikan oleh variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 26,4%. Oleh karena itu, masih terdapat 73,6% faktor lain di luar penelitian yang kemungkinan menyebabkan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

**Kata Kunci :** Efikasi diri; Prokrastinasi Akademik; Mahasiswa

## PENDAHULUAN

Mahasiswa memiliki tuntutan yang tinggi karena merupakan individu yang mengemban pendidikan di perguruan tinggi. Lubis (2018) menjelaskan bahwa mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi sebagai civitas akademika. Mahasiswa juga harus memiliki kemampuan berpikir kritis, kemampuan memiliki perencanaan dalam bertindak, memiliki kewajiban dan mandiri dalam menyelesaikan tugas akademik, serta mulai mempertimbangkan kualitas dan standar norma yang berkembang di masyarakat. Mahasiswa memiliki banyak tuntutan sehingga membuat mahasiswa perlu memiliki pengaturan waktu yang baik. Menurut Pratiwi (2018) saat mahasiswa tidak menggunakan waktu sebaik-baiknya, mahasiswa akan cenderung mengulur-ulur waktu dan akhirnya melakukan aktivitas yang tidak bermanfaat sehingga mahasiswa tidak menggunakan waktu secara efektif dan efisien. Akibatnya, tugas terlalaikan dan hasil tugas kurang maksimal sehingga berpotensi menurunkan kualitas mahasiswa terutama kualitas tugas yang dikerjakannya. Faktor intelegensi bukan satu-satunya faktor dalam kelalaian mengerjakan tugas ataupun kurang maksimalnya tugas yang dikerjakan namun dapat disebabkan oleh budaya memunda pekerjaan atau tugas terutama dalam penyelesaian tugas akademik. Kebiasaan menunda suatu tugas disebut dengan istilah prokrastinasi akademik.

Wolter (Muyana, 2018). menyatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku individu yang melalaikan tugas sampai tenggat waktu terakhir atau kegagalan membereskan tugas akademik sesuai rencana yang telah dibuat sebelumnya. Muyana (2018). menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik diduga merupakan salah satu kendala kesuksesan akademik mahasiswa karena mereduksi kualitas dan kuantitas pembelajaran, meningkatkan tingkat stress bahkan memiliki konsekuensi dan dampak negatif dalam kehidupan mahasiswa yang mengakibatkan kecemasan. Penelitian (Rahman et al., 2018) mendeskripsikan sejumlah 186 dari total 1.047 mahasiswa atau sejumlah 17,76% mahasiswa yang memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik.

Penelitian yang dilakukan oleh Steel (Lubis, 2018) menghasilkan simpulan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi

terjadinya prokrastinasi akademik yaitu gagalnya individu dalam regulasi diri, efikasi diri yang rendah, kurangnya kontrol diri dan ketakutan yang berlebihan atau kegagalan dan terlalu perfeksionis sehingga memiliki keyakinan irasional. Beberapa kajian yang telah diteliti sebelumnya menunjukkan bahwa fenomena prokrastinasi akademik atau menunda-nunda tugas memiliki kecenderungan yang tinggi di kalangan mahasiswa. Dari kajian tersebut dapat ditarik simpulan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi efikasi diri di antaranya regulasi diri, kontrol diri, keyakinan irasional serta salah satunya yaitu efikasi diri.

Konsep efikasi diri pertama kali dikemukakan oleh Bandura (Feist & Feist, 2008). Bandura menginterpretasikan efikasi sebagai keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (Ghufroon & Risnawita, 2010). Penelitian Mamesah & Kusumiati (2019) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri sedang yaitu sejumlah 60,78%. Saat mahasiswa memiliki efikasi diri akademik yang baik, mahasiswa akan memiliki penyesuaian diri yang baik. Hal tersebut dilihat dari kemampuan mengerjakan tugas akademik dan cara adaptasi dengan orang di sekitar, lingkungan maupun kesulitan yang dihadapi. Permana, Harahap & Astuti (2016) menjelaskan bahwa individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki beberapa karakteristik di antaranya memahami kemampuan yang ia miliki, giat dalam berusaha, memiliki kecenderungan untuk terlibat langsung dalam menyelesaikan tugas dan sebagainya. Karakteristik tersebut dapat menunjukan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri tinggi dapat memahami kompetensi yang dimilikinya dan dapat menyelesaikan kewajibannya sebagai mahasiswa.

Berdasarkan beberapa penjelasan beberapa ahli dan penelitian mengenai efikasi diri dapat ditarik simpulan bahwa efikasi diri ialah penilaian diri individu terhadap keyakinan dirinya yang merasa mampu melaksanakan suatu tugas tertentu yang telah diberikan kepadanya. Keyakinan individu tersebut yang menjadi faktor mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik seperti yang telah diungkapkan dalam beberapa penelitian sebelumnya. Hasil penelitian yang

dilakukan Irawati (2015) memperlihatkan adanya hubungan negatif antara efikasi diri dan kesadaran dengan prokrastinasi akademik. Penelitian tersebut menunjukkan jika efikasi dan kesadaran diri semakin tinggi maka prokrastinasi akademik semakin rendah dan sebaliknya.

Peneliti telah melakukan studi lapangan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa (yang selanjutnya akan disingkat FKIP UNTIRTA) melalui observasi dan wawancara secara langsung dengan lima orang mahasiswa FKIP UNTIRTA secara acak mengenai prokrastinasi akademik. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik dengan berbagai alasan yang diutarakan yaitu lebih banyak menggunakan waktunya untuk melakukan hal-hal lain. Mahasiswa pun berpendapat bahwa jika mengerjakan tugas di akhir tenggat waktu akan lebih efektif dan menemukan ide-ide yang tidak terpikirkan sebelumnya dan merasa tugas harus selesai saat itu juga dan akhirnya bisa menyelesaikan. Walaupun mereka mengaku bahwa hasil tugasnya tidak semaksimal yang dapat dikerjakan namun mereka tetap melakukan prokrastinasi.

Adanya kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa dan keyakinan mereka terhadap kemampuannya untuk melakukan tugas tertentu, membuat peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa khususnya lingkungan FKIP UNTIRTA.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kuantitatif. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah teknik kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional menurut (Arikunto, 2007) adalah penelitian yang memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat yang dikaji dan melihat seberapa besar pengaruhnya hubungan antarvariabel tersebut. Penelitian yang akan dilakukan menggunakan pendekatan korelasional karena bertujuan untuk melihat bagaimana hubungan dua variabel yaitu efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, tanpa mengubah, menambahkan ataupun memanipulasi hasil data yang telah terkumpul.

## **Partisipan**

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa semester VI FKIP UNTIRTA sejumlah 294 mahasiswa. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik random sampling dengan menggunakan rumus Slovin terhadap populasi mahasiswa semester VI FKIP UNTIRTA yang berjumlah 1104 orang pada tahun ajaran 2020/2021. Teknik ini memberikan kesempatan sama rata bagi anggota populasi untuk menjadi anggota sampel.

## **Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket. Menurut Winkel (Komalasari et al., 2016) angket merupakan suatu kumpulan atau daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis. Angket dikenal juga dengan sebutan kuesioner. Pengambilan data yang akan digunakan peneliti dilakukan secara daring yaitu dengan menggunakan media *google form*.

Instrumen angket yang digunakan terdiri menjadi dua yaitu instrumen efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Skala pengukuran yang digunakan yaitu menggunakan skala likert. Sugiyono (2015) menuturkan bahwa skala *likert* memiliki tingkatan jawaban dari pilihan jawaban sangat positif sampai sangat negatif. Instrumen diuji validitas dan reliabilitas dan butir yang tidak valid dianggap gugur. Instrumen efikasi diri yang terdiri dari 36 item menjadi 35 item setelah diuji validitas dengan menggunakan *pearson product-moment* dan diuji reliabilitasnya nilai *cronbach's alpha* 0,904. Sementara instrumen prokrastinasi akademik terdiri dari 40 butir pernyataan menjadi 36 butir setelah uji validitas lalu diuji reliabilitasnya dengan nilai *cronbach's alpha* 9,11.

## **Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan bantuan program IBM SPSS versi 21.0, Teknik analisis data meliputi uji persyaratan analisis yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas serta pengujian hipotesis yang terdiri dari uji regresi linear sederhana dan uji hipotesis korelasi dengan menggunakan analisis *pearson product-moment*. Dasar pengambilan keputusan dalam korelasi *product-moment* yaitu jika nilai  $Sig < 0,05$ , maka variabel memiliki hubungan. Sementara jika nilai  $Sig > 0,05$ , maka kedua variabel tidak memiliki hubungan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis deskriptif pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Tabel 1 menunjukkan hasil data bahwa mahasiswa semester VI FKIP UNTIRTA rata-rata berada dalam kategori efikasi diri sedang sebesar 79%, sisanya berada dalam kategori efikasi diri tinggi sebesar 21% dan hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada mahasiswa yang berada dalam kategori efikasi diri rendah. Selanjutnya, untuk tingkat prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa kebanyakan mahasiswa memiliki kecenderungan prokrastinasi diri rendah yaitu sebanyak 84% dan sisanya 16% berada dalam kategori rendah. Terdapat satu mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi diri yang tinggi.

**Tabel 1. Analisis Deskriptif**

Kategori	Efikasi Diri		Prokrastinasi Akademik	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Rendah	0	0%	47	16%
Sedang	230	79%	246	84%
Tinggi	64	21%	1	0%

Sebelum melakukan uji hipotesis, perlu dilakukan uji persyaratan analisis meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dengan *kolmogorov-smirnov* dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian yang dilakukan terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas untuk regresi dilakukan pada nilai *unstandardized residual*. Jika nilai signifikansi  $> 0,05$ , nilai residual termasuk dalam distribusi normal. Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig 2-tailed) yaitu  $0,517 > 0,05$  sehingga data berada dalam distribusi normal.

**Tabel 2. Uji Normalitas**

Uji Normalitas	
<i>kolmogorov-smirnov</i>	0,817
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0,517

Selanjutnya dilakukan uji linearitas dengan melihat nilai signifikansi dengan taraf signifikansi 0.05. Jika nilai signifikansi  $> 0.05$  maka terdapat hubungan linear dan jika nilai signifikansi  $< 0.05$  maka tidak terdapat hubungan yang linear. Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan bahwa uji linearitas hubungan antara variabel efikasi diri dengan variabel prokrastinasi akademik menunjukkan terdapat hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik dengan nilai Sig Defiation From Linearity sebesar  $0.162 > 0.00$ .

**Tabel 3. Uji Linearitas**

	Uji Linearitas		Keterangan
	<i>Defiation from linearity</i>	Sig.	
Prokrastinasi * Efikasi Diri	0,162	0,00	Linear

Tabel 4 menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik ( $p < 0,05$ ). Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 0,264 atau 26,4% dan 73,6% sisanya merupakan pengaruh variabel lain di luar penelitian. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan dasar keputusan dalam korelasi *product-moment* dengan hasil  $0,00 < 0,05$  yang artinya efikasi diri memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik. Koefisien korelasi yaitu 0,513 yang menunjukkan bahwa hubungan efikasi diri dan prokrastinasi akademik berada dalam kategori sedang. Sementara arah hubungan terlihat dari hasil *pearson correlation* yang bernilai  $r = -0,513$ , menunjukkan hasil korelasi negatif yang berarti hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik memiliki arah hubungan negatif. Artinya, jika efikasi diri mahasiswa tinggi, maka dapat menurunkan perilaku prokrastinasi akademik, begitupula sebaliknya.

**Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis**

Variabel	R	<i>R square</i>	<i>Pearson Correlation</i>	Sig
Efikasi Diri dan Prokrastinasi Akademik	0,513	0,264	-0,513	0,00

Selain itu, arah hubungan negatif antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik juga dapat dilihat dari koefisiensi regresi. Tabel 5 menunjukan nilai konstanta sebesar 135,156 sedangkan nilai efikasi diri sebesar -0,555. Persamaan regresi dari hasil tabel 3 dapat ditulis  $Y = 135,156 + (-0,555)X$ . Persamaan regresi dapat diartikan bahwa nilai konstanta sebesar 135,156 menunjukkan nilai konsisten variabel efikasi diri. Nilai koefisien regresi X yaitu -0,555 yang artinya jika 1% nilai efikasi diri ditambahkan, maka nilai prokrastinasi akademik akan berkurang sebesar -0,555. Koefisiensi regresi tersebut negatif, artinya arah hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik adalah negatif.

**Tabel 5 Uji Regresi Linear Sederhana**

	<i>Unstandardized Coefficients</i>	<b>Sig</b>
Nilai Konstanta	135,156	0,00
Efikasi Diri	-0,555	0,00

Hasil analisis deskriptif menunjukkan efikasi diri mahasiswa rata-rata berada dalam kategori sedang dan sisanya berada dalam kategori tinggi. Sementara hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada mahasiswa yang berada dalam kategori rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri mahasiswa masih tergolong baik. Hasil analisis deskriptif berikutnya menunjukkan bahwa kecenderungan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik berada dalam kategori sedang, dan beberapa sisanya berada dalam kategori sedang. Hanya ada satu mahasiswa yang berada dalam kategori prokrastinasi akademik yang tinggi. Selanjutnya, berdasarkan uji hipotesis, diketahui bahwa efikasi diri memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Hal tersebut menunjukan bahwa rendahnya efikasi diri mahasiswa dapat meningkatkan kecenderungan prokrastinasi akademik. Jika mahasiswa memiliki efikasi diri yang tinggi maka dapat mereduksi perilaku prokrastinasi akademik. Sumbangan efektif efikasi diri terhadap prokrastinasi mahasiswa sebesar 26,4%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa masih ada faktor lain di luar penelitian yang memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa.

Hasil penelitian ini sesuai dengan kajian penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Risdiantoro & Hasanati (2016) menunjukan hubungan prokrastinasi akademik dengan kepuasan hidup mahasiswa menunjukan nilai hubungan negatif dengan nilai  $r = -0,188 < 0,01$ . Hasil dari nilai total hubungan didapatkan nilai 0,034 yang menunjukan kontribusi prokrastinasi akademik memengaruhi kepuasan hidup mahasiswa yang dimediasi oleh stress akademik sebesar 3,4% sementara 96,6% kepuasan hidup mahasiswa dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuningtiyas et al., 2019) menunjukan hasil adanya hubungan negatif yang kuat antara manajemen stress dan prokrastinasi akademik sebesar  $r = -0,803$  dengan  $p = 0,000$ ,

Hasil tersebut menunjukkan bahwa manajemen stress memiliki hubungan negatif yang kuat dengan prokrastinasi akademik. Dilihat pula pada sumbangan efektif kemampuan manajemen stress mahasiswa terhadap prokrastinasi akademik yaitu sebesar 64,5%, sementara 35,5% lainnya dipengaruhi oleh faktor di luar penelitian. Kontribusi tersebut termasuk tinggi karena memiliki presentase lebih dari 50%. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2018) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik dengan nilai korelasi  $r = -0,224$ . Sumbangan efektif dukungan sosial orang tua terhadap prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi yaitu 5% dan 95% sisanya merupakan faktor variabel lain di luar penelitian.

Hasil penelitian pada mahasiswa semester VI FKIP UNTIRTA membuktikan adanya faktor lain yang memengaruhi prokrastinasi akademik selain efikasi diri mahasiswa seperti yang telah dijelaskan peneliti sebelumnya. Dari hasil penelitian dapat dilihat mahasiswa masih memiliki efikasi diri tinggi dan sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa mempunyai keyakinan terhadap dirinya sendiri dalam mengerjakan tugas tertentu khususnya dalam tugas akademik. Hubungan antara efikasi dan prokrastinasi akademik berdasarkan hasil penelitian memiliki arah hubungan negatif. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingginya efikasi diri tinggi akan menurunkan kecenderungan prokrastinasi akademik. Adanya perbedaan studi pendahuluan dan hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam studi pendahuluan yang menunjukkan jika kepercayaan dirinya tinggi, mahasiswa akan melakukan prokrastinasi akademik. Merujuk pada hasil penelitian, kepercayaan tersebut diasumsikan bukan efikasi diri melainkan keyakinan irasional mahasiswa. Paztrek dkk (Asri & Dewi, 2014) menuturkan bahwa keyakinan irasional merupakan salah satu faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik.

Individu yang memiliki efikasi diri yang rendah memiliki beberapa karakteristik seperti kecenderungan menghindari tugas, meragukan kemampuan diri, tugas yang dirasa sulit dianggap sebagai ancaman, memiliki kualitas dan komitmen rendah dalam mengerjakan tugas dan sebagainya (Permana et al., 2016).

Ciri-ciri yang dimiliki oleh individu yang memiliki efikasi diri rendah tersebut sesuai dalam etiologi prokrastinasi yang diterangkan oleh Solomon & Rothbulum (Yenadi, 2019) bahwa prokrastinasi dapat terbagi menjadi tiga kategori yaitu ketakutan akan kegagalan (*fear of failure*), tidak menyukai tugas (*aversive of the task*) dan faktor lainnya yang meliputi sikap tidak tegas, sulit mengambil keputusan, ketergantungan akan bantuan orang lain dan lain-lain.

Walaupun rata-rata mahasiswa pada penelitian ini berada dalam kategori sedang, namun perilaku prokrastinasi akademik masih merupakan permasalahan belajar yang perlu diperhatikan karena prokrastinasi akademik ditunjukkan melalui berbagai perilaku negatif yang dapat berdampak negatif pada diri mahasiswa. Menurut Beheshtifar, Moghadam & Nasab (Risdiantoro & Hasanati, 2016) prokrastinator akan memiliki rasa cemas yang tinggi, sulit dalam membuat keputusan, dependensi terhadap bantuan orang lain, takut akan kegagalan, tidak berani mengambil risiko dari perbuatan yang dilakukan, sulit menyesuaikan diri, sukar menilai kompetensi diri secara personal, membenci tugas, tidak tegas dan melawan aturan sehingga mengakibatkan stress yang tinggi dan rendahnya prestasi belajar serta kesejahteraan yang rendah pada mahasiswa.

Pada akhirnya, penelitian ini mendukung hasil penelitian-penelitian terdahulu yang menyatakan adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi hanya sebesar 24,6% yang artinya 73,4% lainnya merupakan faktor pengaruh variabel lain di luar penelitian yang dilakukan. Oleh karena itu, pada peneliti berikutnya dapat dilakukan pengukuran terhadap pengaruh variabel lain yang belum diteliti dalam penelitian ini.

Setiap penelitian tentu memiliki keterbatasan tertentu. Penelitian ini pun memiliki beberapa keterbatasan, seperti instrumen yang digunakan menggunakan kuesioner yang memiliki keterbatasan yaitu responden bisa mengisi secara normatif dan belum tentu sama dengan realita yang sebenarnya. Ditambah dengan item pernyataan yang cukup banyak dengan total 71 item pernyataan pada dua instrumen yang dibagikan. Hal ini tentunya dapat berpengaruh

pada ketidakseriusan responden dalam mengisi pernyataan dengan jujur dan sesuai dengan dirinya. Selain itu, keterbatasan juga terletak pada penyebaran instrumen yang dilakukan secara daring sehingga mengabaikan peneliti tidak dapat mengontrol langsung pengisian instrumen oleh responden yang dapat berakibat pada munculnya kemungkinan bias pada proses pengisian angket penelitian.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian besar mahasiswa semester VI FKIP UNTIRTA memiliki tingkat efikasi diri dan prokrastinasi diri yang sedang. Sementara hasil uji hipotesis menunjukkan hasil adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dengan nilai  $r = -0,513$ . Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi sebesar 24,6% dan sisanya merupakan faktor variabel lain di luar penelitian. Hubungan dengan arah negatif memiliki arti jika mahasiswa memiliki efikasi diri yang tinggi, maka akan mereduksi perilaku prokrastinasi akademik dan begitupula sebaliknya. Jika mahasiswa dapat menampilkan efikasi diri yang tinggi melalui perilaku-perilaku yang positif, hal tersebut dapat mengurangi dampak negatif perilaku prokrastinasi akademik sehingga individu dapat memiliki kepercayaan terhadap dirinya untuk mengerjakan tugasnya dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2007). *Managemen Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Asri, D. N., & Dewi, N. K. (2014). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling IKIP PGRI Madiun Ditinjau dari Efikasi Diri, Fear of Failure, Gaya Pengasuhan Orang Tua, dan Iklim Akademik. *Jurnal LPPM*, 2(2), 32-37.
- Feist, J., & Feist G. J. (2008). *Theories of Personality Seventh Edition*. USA: McGraw-Hill Primis
- Ghufroon, M. N., & Risnawita R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media

- Irawati, D. (2015). Hubungan Antara Kesadaran Diri dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta*
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. (2016). *Asesmen Teknik Nontes dalam Perspektif BK Komprehensif*. Jakarta: PT Indeks.
- Lubis, I. S. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Diversita, 4(2)*, 90-98.
- Mamesah, T. S., & Kusumiati, R. Y. E. (2019). Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Provinsi NTT yang Merantau di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. *Jurnal Psikologi Konseling, 14(1)*, 317-329.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 8(1)*, 45-52.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX di MTS Al Hikmah Brebes. *Jurnal Hisbah, 13(1)*, 51-68.
- Pratiwi, S. I. (2018). Efikasi Diri Mahasiswa yang Mengalami Prokrastinasi Akademik. *Skripsi Sarjana, Universitas Muhammadiyah Surakarta*
- Rahman, I., Indra, H., & Kasman, R. (2018). Perilaku Prokrastinasi Akademik dan Layanan Bimbingan dan Konseling. *Tadbir Muwahhid, 2(2)*, 111-119.
- Risdianto, R., Iswinarti, & Hasanati, N. (2016). Hubungan Prokrastinasi Akademik, Stres Akademik dan Kepuasan Hidup Mahasiswa. *Seminar ASEAN 2<sup>nd</sup> Psychology & Humanity dalam Psychology Forum UMM Malang*
- Safitri, A. (2018). Hubungan Dukungan Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, 14(2)*, 165-184
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan RnD*. Bandung: Alfabeta
- Wahyuningtiyas, E. P., Suminarti, S., & Amalia, S. (2019). Hubungan Manajemen Stress dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal RAP UNP, 10(1)*, 28-45.
- Yenadi, A. S. (2019). Profil Prokrastinasi Akademik Siswa. *Skripsi Sarjana, UNTIRTA Serang*