

**HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2016 UIN
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG DALAM
MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MASA PANDEMI COVID 19**

SKRIPSI



Oleh:

Roro Lovieziyyad An Nada

NIM. 16410207

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2020**

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK
MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2016 UIN MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MASA
PANDEMI COVID 19**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

**Roro Lovieziyyad An Nada
NIM. 16410207**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK
MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2016 UIN MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MASA
PANDEMI COVID 19

SKRIPSI

Oleh

Roro Lovieziyyad An Nada
NIM. 16410207

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing



Dr. Zamroni, S.Psi., M.Pd
NIDT. 19871006201608011039

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang




Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIDT. 19671029 199403 2 001

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK
MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2016 UIN MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MASA
PANDEMI COVID 19

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal, 14 Januari 2021

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

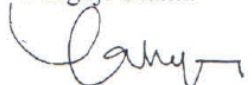


Dr. Zamroni, S.Psi., M.Pd

NIDT. 1987100620160801 1039

Anggota Penguji lain

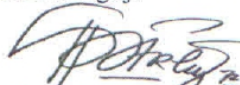
Penguji Utama



Drs. H. Yahya, MA

NIP. 19660518199103 1004

Ketua Penguji



Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si, Psikologi

NIP. 197207181 99903 2001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Psikologi (S.Psi)

Tanggal, 2020

Mengetahui, Dekan
Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si.

NIP. 19671029 199403 2 001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Roro Lovieziyyad An Nada

NIM : 16410207

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2016 UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MASA PANDEMI COVID 19** merupakan hasil karya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau diterbitkan orang lain melainkan sebagai acuan atau bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang baik dan benar. Apabila di kemudian hari terdapat klaim dari pihak lain maka sudah bukan lagi menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan Pihak Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar tanpa ada paksaan dari pihak manapun, apabila terdapat ketidakbenaran maka saya siap dan bersedia menerima sanksi.

Malang, 20 Desember 2020.



Roro Lovieziyyad An Nada
NIM. 16410207

MOTTO

أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي

“Aku Sesuai dengan Perasangka Hambaku”

**Allah Sesuai dengan Perasangka Hamba-Nya, Maka Berharaplah
yang Baik Dari-Nya.**

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang

Kupersembahkan karya ini kepada:

Buyaku Moch Muhson dan umiku Julaikah yang telah memberikan kasih sayang dan selalu memberikan dukungan disetiap langkah serta doa yang tiada henti mereka panjatkan untuk keberhasilan anak-anaknya.

Terimakasih atas segala pengorbanan yang telah Buya dan Umi berikan. Segala perjuangan yang telah aku capai selama ini tidak akan berhasil tanpa doa dan ridho kalian.

KATA PENGANTAR

Bismillah

Puji syukur kami haturkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya. Sehingga pada kesempatan ini penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul Hubungan *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi Angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dalam Menyelesaikan Skripsi pada Masa Pandemi Covid 19.

Dengan kerendahan hati, penulis menyadari sepenuhnya akan kemampuan dan kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis tidak lepas dari bantuan, bimbingan saran serta motivasi semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung dalam membantu penyusunan proposal ini.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih dengan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat

1. Bapak Prof. Dr. Abdul Haris, M. Ag selaku Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan seluruh stafnya.
2. Ibu Dr. Siti Mahmudah, M. Si selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Dr. Zamroni, S.Psi., M.Pd. Selaku dosen pembimbing, terimakasih atas semua waktu yang telah diberikan kepada penulis guna membimbing serta memberikan ilmunya kepada penulis.
4. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi UIN Malang yang telah mendidik, membimbing serta mengajarkan tentang banyak hal kepada penulis selama proses belajar.
5. Kedua orangtuaku serta seluruh saudaraku yang selalu memberikan doa, dukungan dan motivasi hingga terselesaikannya skripsi.
6. Ustadz H. Maliku Fajri Shobah, Lc., M.Pd dan ustadzah Jauhrotul Maknunah, S.Psi yang telah membimbing dan selalu memberikan semangat selama saya

di kota Malang. Semoga Allah selalu memberikan kesehatan dan selalu menjadi keluarga yang diberkahi oleh Allah.

7. Mbak Kiki, mbak Zahro, mbak Fiqoh, mbak Nafis dan Ifa yang selalu memberikan semangat dan tanpa lelah terus memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.
8. Fida dan Mihu yang telah menjadi *social support*.
9. Mbak Mihmi dan Sasa yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan skripsi.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini baik secara moril maupun materi.

Semoga Allah memberikan balasan atas segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis hingga terselesaikannya skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri maupun pembaca walaupun penulis menyadari masih banyak kekurangan yang terdapat dalam skripsi ini, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun selalu saya harapkan dari siapapun.

Malang, 20 Desember 2020

Roro Lovieziyyad An Nada
NIM.16410207

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	100
D. Manfaat Penelitian.....	11
BAB II.....	122
KAJIAN TEORI	122
A. Efikasi Diri (<i>Self-Efficacy</i>)	122
1. Definsi <i>Self-Efficacy</i>	122
2. <i>Self-Efficacy</i> dalam Perspektif Psikologi	226
3. Teori <i>Self-Efficacy</i>	259
4. Pengukuran Variabel <i>Self-efficacy</i>	192
B. Prokrastinasi Akademik	30
1. Pengertian Prokrastinasi dan Bentuk Prokrastinasi.....	30
2. Prokrastinasi dalam Perspektif Psikologi.....	33
3. Teori Prokrastinasi Akademik.....	34

4. Pengukuran Variabel Prokrastinasi Akademik	37
C. Hubungan. Self-Efficacy. dan. Prokrastinasi. Akademik.....	40
D. Kerangka Pemikiran.....	42
E. Hipotesis Penelitian.....	46
BAB III	46
METODE PENELITIAN.....	46
A. Pendekatan Penelitian	46
B. Identifikasi Variabel Penelitian	46
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	47
D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling Penelitian.....	49
E. Metode Pengumpulan Data	50
F. Instrumen Penelitian.....	51
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	54
H. Teknik Analisis Data	58
BAB IV	62
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	62
A. Pelaksanaan Penelitian	62
1. Gambaran Lokasi Penelitian	62
2. Waktu, Tempat dan Subjek Penelitian	63
3. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data.....	63
4. Hambatan Penelitian	64
B. Hasil Penelitian	64
1. Deskripsi data Penelitian.....	64
2. Kategorisasi.....	66
3. Uji Asumsi	68

4. Uji Hipotesis	70
C. Pembahasan.....	72
1. Tingkat <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa/i Psikologi.....	72
2. Tingkat Prokrastinasi Mahasiswa/i Psikologi	77
3. Hubungan <i>Self-Efficacy</i> dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa/i Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.	82
BAB V	91
PENUTUP	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran.....	92
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN-LAMPIRAN	98

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Distribusi Skor Skala	51
Tabel 3. 2 <i>Blue-Print</i> Skala Efikasi Diri	52
Tabel 3. 3 <i>Blue-Print</i> Prokrastinasi Akademik	53
Tabel 3. 4 Validitas Aitem Instrumen <i>Self-Efficacy</i> (n= 56).....	55
Tabel 3. 5 Validitas Aitem Instrumen Prokrastinasi Akademik (n = 56).....	56
Tabel 3. 6 Reliabilitas Instrumen Uji Coba.....	58
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Penelitian.....	65
Tabel 4. 2 Kategorisasi Variabel Penelitian (n = 56).....	66
Tabel 4. 3 Kategorisasi Masing-Masing Aspek Variabel	67
Tabel 4. 4 Uji Normalitas Data	69
Tabel 4. 5 Uji Linieritas Data.....	70
Tabel 4. 6 Korelasi Antar Variabel <i>Self-Efficacy</i> dengan Prokrastinasi Akademik	71
Tabel 4. 7 Hasil Uji Korelasi Variabel <i>self-efficacy</i> dan Prokrastinasi.....	82

DAFTAR GAMBAR

Bagan 2. 1 Kerangka Pemikiran	45
Gambar 4. 1 Kategorisasi Tingkatan <i>Self-Efficacy</i>	73
Gambar 4. 2 Kategorisasi <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswa Psikologi	74
Gambar 4. 3 Kategori <i>Self-Efficacy</i> Mahasiswi Psikologi	74
Gambar 4. 4 Kategorisasi Tingkatan Aspek Level	75
Gambar 4. 5 Kategorisasi Tingkatan Aspek Strength.....	75
Gambar 4. 6 Kategorisasi Tingkatan Aspek Generality.....	76
Gambar 4. 7 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik	77
Gambar 4. 8 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi	78
Gambar 4. 9 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswi Psikologi	78
Gambar 4. 10 Kategorisasi Tingkatan Aspek Menunda Pekerjaan.....	269
Gambar 4. 11 Kategorisasi Tingkatan Aspek Terlambat Mengerjakan Tugas	80
Gambar 4. 12 Kategorisasi Tingkatan Aspek Adanya Kesenjangan Waktu antara rencana dan kinerja	80
Gambar 4. 13 Kategorisasi Tingkatan Aspek Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan.....	80

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Aitem-aitem <i>Self-Efficacy</i>	90
Lampiran 2 Aitem-aitem Prokrastinasi Akademik	93
Lampiran 3 Hasil Uji Coba Skala <i>Self-Efficacy</i>	97
Lampiran 4 Hasil Uji Coba Skala Prokrstisasi Akademik.....	101
Lampiran 5 Hasil Uji Normalitas <i>Self-Efficacy</i> dan Prokrastinasi Akademik	104
Lampiran 6 Hasil Uji Linieritas <i>Self-Efficacy</i> dan Prokrastinasi Akademik.....	105
Lampiran 7 Hasil Uji Korelasi <i>Self-Efficacy</i> dan Prokrastinasi Akademik	106
Lampiran 8 Hasil Kategorisasi <i>Self-Efficacy</i>	107
Lampiran 9 Hasil Ktegorisasi Prokrastinasi Akademik	108

ABSTRAK

Roro Lovieziyyad An Nada 16410207, Hubungan *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi Angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Masa Pandemi Covid 19. *Skripsi*, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 2020

Kata Kunci: *Self-Efficacy*, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda tugas yang berhubungan dengan pendidikan atau akademik yang dilakukan secara berulang kali dan memilih melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan. Selain itu, adanya tekanan seperti *deadline* tugas perkuliahan dari dosen dan kegiatan akademik lainnya juga dapat memunculkan rasa jenuh, cemas, putus asa hingga dapat menimbulkan rasa stress. Untuk menghadapi perilaku prokrastinasi akademik dibutuhkan sebuah keyakinan dalam diri mahasiswa akan kemampuan yang ia miliki untuk dapat menghadapi berbagai masalah yang ada sehingga diharapkan mahasiswa tersebut dapat menangani berbagai masalahnya dengan tindakan yang efektif. Keyakinan atas kemampuan yang dimiliki dalam mengontrol perilaku dari tuntutan lingkungan dengan harapan dapat memperoleh hasil yang baik disebut dengan *self-efficacy*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik, tingkat *self-efficacy* dan hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dalam menyelesaikan skripsi pada masa pandemi Covid 19. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan yang negatif antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pengambilan data secara *simple random sampling* dan sampel penelitian ini sebanyak 56 mahasiswa/i, pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura berjumlah 28 aitem dan skala prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrari berjumlah 31 aitem. Analisis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis deskripsi dan *product moment*. Hasil penelitian dengan menggunakan uji forma *Pearson Correlation* menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik dengan skor koefisien korelasi (-0,661) dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

ABSTRACT

Roro Lovieziyyad An Nada 16410207, Relationship between Self-Efficacy and Academic Procrastination of 2016 Psychology Students UIN Maulana Malik Ibrahim Malang in Completing Thesis During the Covid 19 Pandemic. Thesis, Faculty of Psychology, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 2020

Keywords : *Self-Efficacy*, academic procrastination, College student

Academic procrastination is the behavior of consistently avoiding tasks related to schooling or academics and preferring to carry out other things that are deemed more enjoyable. In addition, the presence of stresses such as deadlines for teaching assignments by lecturers and other academic events can often contribute to feelings of boredom, anxiety, and hopelessness that can cause stress. Addressing academic procrastination activity involves a confidence in the student's ability to deal with various current issues so that it is hoped that these students will be able to deal with various problems with appropriate action. Belief in the ability to control behavior from environmental demands with the hope of obtaining good results is called self-efficacy.

This study aims to determine the level of academic procrastination, the level of self-efficacy and the relationship between self-efficacy and academic procrastination of the 2016 batch of psychology students at UIN Maulana Malik Ibrahim Malang in completing their thesis during the Covid 19 pandemic. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between self-efficacy and academic procrastination.

This study used a quantitative approach with data collection by simple random sampling and the sample of this study was 56 students, the data collection in this study used the self-efficacy scale proposed by Bandura totaling 28 items and the academic procrastination scale proposed by Ferrari totaling 31 items. The research carried out in this study is the analysis of the description and the timing of the product. The findings of the analysis using the Pearson Correlation Formula Test showed that there was a substantial negative association between the self-efficacy variable and the academic procrastination with the correlation coefficient value (-0.661) with $p = 0,000$ ($p < 0,05$)

مستخلص البحث

رارا لوفي زياد الندى، العلاقة بين الكفاءة الذاتية والمماثلة الأكاديمية لطلاب علم النفس دفعة ٢٠١٦، في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. في استكمال أطروحة خلال وباء كوفيد ١٩، مقال، كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. ٢٠٢٠

الكلمات الرئيسية: الكفاءة الذاتية، التسوية الأكاديمية، الطالب

التسوية الأكاديمية هو سلوك التأخير الوظيفية التعليمية أو الأكاديمية المتكررة واختيار القيام بأنشطة أخرى مثل المواعيد النهائية لوظيفة المحاضرات من المحاضرين والأنشطة بخلاف ذلك، هناك التزام تعتبر أسعد منه، يتطلب الثقة في الطلاب من أجل . الأكاديمية الأخرى التي يمكن أن تسبب الملل والقلق واليأس وكذلك التوتر القدرة على التعامل مع المشكلات الموجودة حتى نتمكن من حل المشكلة على أكمل وجه الثقة في قدرات المرء يسمى الكفاءة الذاتية وذلك للحصول على نتائج أفضل سلوك التحكم من المطالب البيئية في

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد مستوى التسوية الأكاديمية ومستوى الكفاءة الذاتية والعلاقة بين الكفاءة الذاتية والمماثلة الأكاديمية لدفعة 2016 من طلاب علم النفس في جامعة لندن مولانا مالك إبراهيم مالانج في إكمال أطروحتهم خلال جائحة كوفيد 19. الفرضية المقترحة في هذه الدراسة هي أن هناك علاقة سلبية بين الكفاءة الذاتية والمماثلة الأكاديمية

استخدمت هذه الدراسة نهجًا كميًا مع جمع البيانات عن طريق أخذ عينات عشوائية بسيطة وكانت عينة هذه الدراسة 56 طالبًا، واستخدمت مجموعة البيانات في هذه الدراسة مقياس الكفاءة الذاتية الذي اقترحه باندورا التحليل. الذي بلغ 28 عنصرًا ومقياس التسوية الأكاديمية الذي اقترحه فيراري والذي بلغ إجماليه 31 عنصرًا أظهرت نتائج الدراسة باستخدام اختبار بيرسون. الذي تم في هذه الدراسة هو تحليل الوصف ولحظة المنتج للارتباط وجود علاقة سلبية معنوية بين متغيري الكفاءة الذاتية والتسوية الأكاديمية بدرجة معامل الارتباط (-). (0.661p = 0.000 (p < 0.05) مع

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Institusi pendidikan tinggi seperti universitas dan perguruan tinggi lainnya memiliki peran penting untuk mencetak generasi penerus bangsa yang berkualitas dan memiliki potensi unggul di bidangnya masing-masing, sehingga saat menuntut ilmu di perguruan tinggi, mahasiswa diasah agar menjadi pribadi yang bertanggung jawab melalui pemberian tugas-tugas perkuliahan oleh dosen dengan batas pengumpulan di waktu tertentu.

Masuknya individu ke dunia perkuliahan akan menyebabkan ia menghadapi banyak perubahan besar pada proses belajar, salah satu perbedaan yang ada adalah terletak pada pola interaksi antara dosen dan mahasiswa. Berbeda dengan sistem pendidikan di sekolah dasar atau menengah, di perkuliahan mahasiswa lebih dibiasakan untuk belajar mandiri dan dosen hanya sebagai fasilitator jika mahasiswa mengalami kesulitan dalam memahami matakuliah yang diambil (Gunarsa & Ny Singgih, 2000: 43). Oleh karena itu, mahasiswa dituntut untuk terus siap akan berbagai tugas-tugas yang telah diberikan (Gunarsa & Ny Singgih, 2000).

Selain itu, sarana prasarana belajar mengajar dalam dunia perkuliahan juga berbeda dengan sekolah. Adanya sarana dan prasarana yang mendukung dapat menjadikan faktor mahasiswa lebih bersemangat dan mudah untuk

menyelesaikan tugas perkuliahan (Wekke, 2019: 4). Ada beberapa ciri khas yang berbeda pada sistem pendidikan antara perguruan tinggi dengan sekolah menengah, salah satunya adalah tuntutan kemandirian yang lebih banyak ditekankan selama proses pembelajaran (Wekke, 2019:4). Mahasiswa harus memiliki antusiasme dan inisiatif yang tinggi sehingga proses pembelajaran dalam dunia perkuliahan tidak hanya sebatas dengan tatap muka dalam kelas, melainkan mahasiswa juga sering melakukan penelitian yang dilakukan di luar kampus untuk memenuhi tugas yang diberikan (Wekke, 2019:6).

Kenyataan yang ada sering ditemui mahasiswa melakukan perilaku menunda dalam menyelesaikan tugas dari dosen atau biasa disebut dengan perilaku prokrastinasi (Wibowo, 2014:65). Pengertian lain dari prokrastinasi adalah perilaku menunda suatu pekerjaan dengan sengaja dan menyadari bahwa perilaku tersebut akan membawa dampak yang buruk baginya (Wibowo, 2014:67). Prokrastinasi yang terjadi di lingkungan pendidikan disebut prokrastinasi akademik dan prokrastinasi jenis ini sering dilakukan oleh pelajar. Menurut Wolters (dalam Triyono & Khairi) prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda pengerjaan tugas yang sudah diberikan dosen jauh-jauh hari dengan cara melaksanakannya di saat-saat terakhir sehingga menimbulkan kegagalan dalam hasil tugas (Triyono & Khairi, 2018:59).

Burka dan Yuen (dalam, Ursia, Siaputra & Sutanto) berpendapat bahwa prokrastinasi akademik memiliki beberapa dampak negatif yaitu dapat mengganggu proses belajar, menumpuk tugas sehingga tugas menjadi

terbengkalai, terlalu banyak membuang-buang waktu sehingga menyelesaikan tugas menjadi kurang maksimal dan dapat memperoleh nilai yang kurang memuaskan (Ursia, Siaputra & Sutanto. 2013:3-4). Selain itu, prokastinasi juga dapat menyebabkan mahasiswa mengalami pengaruh yang buruk pada psikologisnya, karena dengan adanya perilaku prokastinasi (menunda) seorang mahasiswa tidak dapat menyelesaikan tugas sesuai dengan target waktu yang telah ditentukan lalu dengan ini mahasiswa akan mengalami tekanan hingga mengalami stress (Ursia *et al.*, 2013).

Banyak permasalahan yang sering terjadi dalam dunia pendidikan salah satunya adalah perilaku suka menunda. Dalam penelitian Steel (dalam Wangid, 2014), sejarah mengatakan bahwa sejak tiga ribu tahun yang lalu prokrastinasi masuk kategori penyebab rusaknya individu (Wangid, 2014: 236). Selain itu, prokrastinasi atau perilaku menunda dapat terjadi di kehidupan sehari-hari dan setiap individu pasti pernah melakukannya karena adanya beberapa alasan. Salah satu alasan munculnya prokrastinasi yaitu keterbatasan waktu karena ada kegiatan lain yang harus dikerjakan terlebih dahulu. Tetapi ada sebagian individu melakukan penundaan tanpa alasan yang kuat sehingga dapat menimbulkan permasalahan lain (Wangid, 2014: 236). Dengan demikian dapat diketahui bahwa perilaku menunda dapat terjadi kapan saja dan semua individu sangat mungkin untuk melakukannya, tetapi yang menjadi persoalan ialah apa yang menjadi alasan individu tersebut menunda sebuah pekerjaannya (Wangid, 2014: 238).

Nyatanya perilaku prokrastinasi sangat sering dilakukan dalam kehidupan sehari-hari bahkan sesuai penemuan dalam penelitian yang dilakukan oleh Potts (dalam Julianda) mengatakan bahwa pelaku prokrastinasi tertinggi dilakukan oleh mahasiswa dengan persentasi sebesar 75% (Julianda, 2012: 5). Ada juga pada penelitian yang dilakukan oleh Putra & Halimah (2014: 1) sebanyak 37,6% dari 231 mahasiswa psikologi Universitas Surabaya melakukan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik yang sering dilakukan oleh mahasiswa adalah saat menyelesaikan tugas akhir atau skripsi yang mana tugas ini merupakan salah satu persyaratan mendapatkan gelar S1 (Putra & Halimah, 2014: 1).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Pasaribu, Syofii dan Harlin (2016) yang berjudul "*Analisis Kesulitan Penyelesaian Tugas Akhir Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Mesin Universtas Sriwijaya*" mengatakan bahwa sebagian besar alasan mahasiswa yang mengalami keterhambatan dalam skripsi yaitu karena kesulitan dalam mengidentifikasi permasalahan yang ada, kesulitan dalam mencari sumber referensi dan suka menunda-nunda (prokrastinasi) pengerjaan skripsi.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terbentuknya perilaku prokrastinasi (menunda) yang dikemukakan oleh Chu & Cho (2005 :247) yaitu ada dua yang pertama adalah faktor internal dan faktor eksternal. Salah satu faktor internalnya adalah rendahnya *self-efficacy* atau keyakinan dan kepercayaan diri (Rumiani, 2006:39). Pada beberapa penelitian mengatakan bahwa prokrastinasi berpotensi besar muncul karena faktor dari dalam diri

individu (internal), sehingga meningkatkan kualitas internal individu sangat penting karena dapat mempengaruhi seberapa tinggi tingkat perilaku prokrastinasi yang muncul (Janssen & Carton, 1999: 439).

Menurut penelitian yang berjudul “*Hubungan Self-Efficacy, dan Motivasi Berprestasi dengan Kecemasan Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi*” mengatakan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara *self-efficacy* dengan motivasi berprestasi. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy* dan motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah kecemasan untuk mengerjakan dan menyelesaikan skripsi.

Dalam teori kognitif sosial, Bandura (Pajares & Miller) menjelaskan bahwa *self-efficacy* juga dapat mempengaruhi bagaimana seseorang untuk bertindak, seberapa besar usaha yang ia lakukan untuk menyelesaikan sebuah pekerjaan, seberapa kuat ia menghadapi rintangan dan tekanan serta mengetahui seberapa jernih pikiran mereka dalam mencari solusi untuk memecahkan masalah-masalah yang ada (Pajares & Miller, 1994). Dapat diketahui bahwa keberadaan dari *self-efficacy* dapat mempengaruhi tindakan yang dipilih oleh individu untuk mencapai yang ia harapkan dan mengetahui seberapa gigih individu dalam menghadapi rintangan-rintangan yang ada untuk mencapai tujuan tersebut (Pajares & Miller, 1994).

Dengan demikian, perilaku mahasiswa dapat diprediksi melalui *self-efficacy* yang mahasiswa miliki karena keyakinan hal itu dapat membantu menentukan hasil yang ingin dicapai. Contohnya jika seorang mahasiswa yang

meyakini bahwa ia memiliki bakat berbicara di depan umum maka ia akan cenderung sukses dalam melakukan presentasi di depan kelas. Namun, sebaliknya jika mahasiswa tersebut ragu-ragu atas kemampuannya berbicara di depan umum maka ia akan berpotensi gagal dan mendapat nilai yang rendah dalam presentasi di depan kelas (Damri, Engkizar & Anwar, 2017:78)

Menurut Bandura (1999), *self-efficacy* adalah suatu keyakinan yang dimiliki oleh individu dalam menjelaskan seberapa besar usaha atau perilaku yang lakukan untuk menghadapi suatu kesulitan yang ada (Bandura, 1999). *Self-efficacy* dapat membantu individu untuk menentukan suatu tindakan dalam menghadapi keadaan-keadaan yang tidak diharapkan. Bandura juga mengatakan bahwa *self-efficacy* sebagai perilaku menilai diri atas kemampuan yang ia miliki dalam merencanakan suatu tindakan untuk mencapai tujuan tertentu. Sumber perilaku manusia berasal dari apa yang ia pikirkan, apa yang ia rasakan dan apa yang ia yakini, sehingga keberadaan *self-efficacy* sangat mempengaruhi bagaimana individu tersebut bertindak untuk sukses menyelesaikan tugas-tugas yang ada (Bandura, 1999:24).

Dalam penelitian Gaskill & Murphy (dalam, Damri) menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki pengaruh yang kuat bagi mahasiswa untuk menyelesaikan tugas-tugas diperkuliahan (Damri *et al.*, 2017: 92). Jika mahasiswa memiliki *self-efficacy* yang rendah ia akan sering mengalami depresi atau keadaan tertekan saat menghadapi masalah diperkuliahan. Itu artinya seorang mahasiswa diharapkan memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi agar ia mampu tetap berperilaku positif

dalam menghadapi situasi-situasi sulit saat proses mengerjakan skripsi karena *self-efficacy* menjadi salah satu faktor internal mahasiswa dalam menentukan bagaimana ia bersikap.

Terbentuknya perilaku prokrastinasi juga dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu lingkungan. Menurut Rumiani (2006) dengan adanya lingkungan yang kurang kondusif dan kurang adanya pengawasan dapat mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi. Nyatanya pada masa ini terjadi sebuah musibah memilukan bagi seluruh penduduk bumi yang belum pernah terjadi sebelumnya yaitu adanya pandemi COVID-19. Dampak dari adanya pandemi ini berakibat fatal bagi seluruh segmen kehidupan di bumi salah satunya pada sistem pendidikan di Indonesia. Banyak lembaga pendidikan formal maupun non formal hingga perguruan tinggi memutuskan untuk tutup hingga waktu yang tidak dapat dipastikan. Lembaga-lembaga pendidikan mengambil keputusan demikian yakni untuk mengurangi kontak langsung dengan orang-orang sekitar guna mengurangi penyebaran dari virus corona (COVID-19).

Ada banyak kerugian yang terjadi akibat dari perubahan sistem pembelajaran di masa pandemi yaitu ujian sekolah yang biasa dilakukan dengan normal kini menjadi tertunda atau bahkan dibatalkan. Guru juga tidak dapat memberikan pengembangan pendidikan berupa keterampilan maupun keahlian-keahlian tertentu kepada murid (Syah, 2020: 396). Proses pembelajaran di sekolah maupun perguruan tinggi yang dulunya dilakukan dengan cara berinteraksi langsung, kini siswa dan guru mau tidak mau harus melakukannya

dari rumah dan proses tersebut berubah menjadi cara *online*. Padahal tidak semua guru maupun dosen mahir mengajar dengan menggunakan teknologi internet atau media sosial (Purwanto; Pramono;Asbari *et al.*, 2020: 8).

Adanya fenomena pandemi ini mengakibatkan banyak mahasiswa dari berbagai kampus mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas akhir. Mahasiswa menjadi kesulitan menuntaskan skripsi karena mereka tidak dapat keluar rumah untuk melakukan penelitian di lapangan yang menjadi salah satu sumber data primer dalam penelitian yang dilakukan. Mahasiswa juga mengalami kesulitan dalam mengakses sumber-sumber referensi untuk tugas akhir karena perpustakaan yang ada di kampus ditutup dan buku-buku yang menjadi sumber bacaan sebagai menopang skripsi tidak bisa di dapatkan. Kemudian ada pula mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan bimbingan skripsi melalui via *online*.

Permasalahan pada proses penyelesaian skripsi yang muncul di masa pandemi ini sangat berpengaruh terhadap jumlah prokrastinasi akademik mahasiswa yang menjadi semakin tinggi, salah satu contohnya yaitu pada mahasiswa psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Dibuktikan dengan adanya data kelulusan 2 tahun terakhir yaitu pada angkatan 2014 jumlah mahasiswa yang lulus tepat waktu mencapai 49% dari 220 mahasiswa dan pada angkatan 2015 mencapai 58% dari 243 mahasiswa. Kemudian pada mahasiswa angkatan 2016 mengalami penurunan jumlah mahasiswa lulus tepat waktu yaitu hanya 23% dari 243 mahasiswa.

Sesuai penjelasan yang telah dipaparkan dapat diketahui bahwa banyaknya jumlah mahasiswa serta tingkat *output*/lulusan yang belum mencukupi prasyarat dapat mempengaruhi akreditasi lembaga pendidikan. Akreditasi sendiri memiliki pengertian sebagai pengakuan terhadap mutu perguruan tinggi atau prodi sebagai bentuk telah memenuhi standar yang ditetapkan oleh BAN-PT (Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi). Adanya standar ini dapat memberi jaminan kepada masyarakat bahwa kampus atau prodi tersebut layak dan dapat menjadi acuan utama untuk proses belajar, sehingga *output*nya memiliki kualitas yang baik (Kamal & Rahmadiane, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Fauziyah dengan judul “*Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung*” menemukan bahwa ada tiga faktor penyebab munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yaitu fisik, psikis dan lingkungan. Tidak dapat dipungkiri bahwa banyak faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, sehingga dibutuhkan tingkat *self-efficacy* yang tinggi untuk menghadapi masalah-masalah tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2016 dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Masa Pandemi Covid 19.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat *self-efficacy* mahasiswa psikologi angkatan 2016 yang sedang menyelesaikan skripsi pada masa pandemi Covid 19?
2. Bagaimana tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi angkatan 2016 yang sedang menyelesaikan skripsi pada masa pandemi Covid 19?
3. Apakah ada hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam proses menyelesaikan skripsi di masa pandemi Covid 19?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disebutkan, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat *self-efficacy* mahasiswa psikologi angkatan 2016 yang sedang menyelesaikan skripsi pada masa pandemi Covid 19.
2. Mengetahui tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi angkatan 2016 yang sedang menyelesaikan skripsi pada masa pandemi Covid 19.
3. Mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam proses menyelesaikan skripsi di masa pandemi Covid 19.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritik, yaitu berharap penelitian ini dapat menjadi salah satu sumber informasi kepada peneliti lain yang ingin meneliti mengenai *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik khususnya di masa pandemi Covid 19.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi peneliti, yaitu memberikan pengetahuan bagi peneliti mengenai berbagai macam permasalahan yang di alami mahasiswa akhir dalam proses menyelesaikan skripsi di masa pandemi Covid 19.
 - b. Bagi Mahasiswa, yaitu diharapkan dapat memberikan wawasan bagi mahasiswa akhir mengenai apa saja kendala yang dapat memperlambat proses menyelesaikan skripsi dan mengetahui bagaimana solusi untuk menangani permasalahan-permasalahan tersebut.
 - c. Bagi Prodi Psikologi, yaitu diharapkan dapat bermanfaat menjadi bahan informasi bagi dosen sehingga dapat memberikan arahan kepada mahasiswa-mahasiswanya dalam proses menyelesaikan skripsi khususnya mengenai permasalahan *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)

1. Definsi *Self-Efficacy*

Banyaknya tugas mahasiswa yang diberikan menuntut mahasiswa untuk memiliki keyakinan yang besar mengenai kemampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas tersebut. Pada dasarnya *self-efficacy* ialah keyakinan atas kemampuan yang dimiliki untuk mengatur, mengerjakan dan menyelesaikan tugas tertentu (Bandura, 1999 :22). *Efficacy* dapat diartikan sebagai bentuk penilaian diri mengenai apakah ia mampu untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dengan baik atau tidak. Menurut Nuzulia (2010: 25), *self-efficacy* merupakan sebuah keyakinan atau keputusan akan kemampuan diri yang terbentuk dari proses kognitif untuk menyelesaikan atau melakukan tindakan tertentu dalam melaksanakan sebuah tugas agar tercapainya sebuah hasil yang diinginkan. Sedangkan menurut Corsini (2009: 5) mengungkapkan *self-efficacy* adalah keyakinan bahwa ia mampu untuk mengendalikan perilaku sesuai keadaan lingkungan untuk dapat mencapai apa yang diinginkan dengan baik.

Self-efficacy merupakan salah satu konsep yang dirumuskan oleh Albert Bandura, seorang guru besar psikologi yang bersumber dari Social Learning Theory. Bandura (1999: 24) mengatakan bahwa *self-efficacy*

sebagai keyakinan akan kemampuan seseorang untuk mengatur segala tindakan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan dan berusaha untuk terus meningkatkan nilai kemampuan dalam seluruh kegiatan yang akan dilakukan. Menurut Alwisol (2006: 287) sendiri *self-efficacy* dapat diartikan sebagai persepsi seseorang menganggap seberapa kuat dirinya dalam menghadapi dan bertahan pada situasi tertentu yang disertai dengan keyakinan bahwa dirinya mampu melakukan tindakan tertentu untuk mencapai tujuan yang diinginkan dan diharapkan.

Penilaian kemampuan yang ada dalam pengertian *self-efficacy* tidak hanya terfokus pada jenis kemampuan dan keahlian yang individu miliki tetapi lebih pada bagaimana keyakinan diri terhadap apa yang bisa individu lakukan agar keinginan yang yang diharapkan dapat tercapai dengan baik. Oleh karena itu, bagi Bandura (1999: 25) adanya keyakinan diri yang baik sangat berperan penting dalam membantu aktivitas seseorang sebab dengan adanya keyakinan yang baik akan memotivasi individu untuk memunculkan keterampilan yang terbaik.

Alwisol mengatakan bahwa *self-efficacy* berhubungan dengan bagaimana keyakinan individu sehingga ia dapat memberikan kontrol pada diri sendiri dan mempengaruhi motivasi, perasaan, tindakan, dan pikiran diri dalam mencapai tujuan yang diinginkan (Alwisol, 2006 :288). Sesuai dengan konsep Bandura (dalam Alwisol) *self-efficacy* merupakan variabel pribadi

yang sangat penting bagi individu sebagai penentu sebuah tingkah laku (Alwisol, 2006: 287).

Bandura mengartikan *self-efficacy* sebagai *judgement* atas kemampuan dalam bertindak seperti merencanakan atau mengorganisasikan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu (Bandura, 1999). Dengan demikian *self-efficacy* dapat diartikan sebagai keyakinan diri pada kemampuan dalam mengerjakna atau menyelesaikan suatu pekerjaan untuk mencapai sebuah keberhasilan (Bandura, 1999).

Menurut Bandura *self-efficacy* menjadi salah satu kunci dari sumber perilaku manusia (*human agency*) karena apa yang menjadi pikiran, kepercayaan dan perasaan yang dimiliki seseorang dapat mempengaruhi tindakan orang tersebut (Bandura, 1999: 21). Selain itu, *efficacy* dapat mempengaruhi seseorang dalam segi bagaimana ia memilih cara untuk bertindak, mengukur seberapa besar usaha yang akan ia lakukan, seberapa lama waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan sebuah pekerjaan, seberapa besar kekuatan yang ia butuhkan untuk menghadapi sebuah rintangan yang ada, seberapa jernih pikiran untuk menghadapi tekanan dan rintangan yang ada agar mendapatkan solusi yang baik, dan seberapa tinggi tingkat tindakan mereka dalam memenuhi tujuan yang mereka harapkan (Mukhid, 2009). Bandura (1999 : 21) mengatakan bahwa *self-efficacy* juga dapat membantu individu untuk lebih berkonsentrasi dalam menyelesaikan tugas-tugas yang ada, mengetahui seberapa gigih inidvidu dalam menghadapi

permasalahan dan seberapa besar ketekunan individu dalam menghadapi situasi yang tidak diinginkan.

Yakin dengan kemampuan yang dimiliki sehingga ia dapat mencapai sesuatu yang diinginkan karena kepercayaan diri dalam menentukan apa yang harus diperbuat. Sebaliknya, jika individu tersebut tidak memiliki keyakinan atas potensi yang dimiliki maka ia cenderung akan gagal dalam mencapai sesuatu yang ia inginkan (Mukhid, 2009 : 107). Tingkat *efficacy* yang tinggi dapat meningkatkan kecapan diri, individu cenderung memandang banyaknya tugas yang sulit sebagai sebuah tantangan yang menyenangkan sehingga individu akan lebih memperkuat usaha-usaha agar dapat menyelesaikannya dengan baik. Individu yang memiliki tingkat *efficacy* yang tinggi akan lebih mudah bangkit setelah mendapatkan kegagalan (Mukhid, 2009 : 109).

Self-efficacy yang tinggi dapat membantu individu untuk mengembalikan kepercayaan diri dan membuat perasaan menjadi lebih tenang ketika menghadapi tugas dan kegiatan yang sulit. Namun, jika individu tersebut memiliki *self-efficacy* yang rendah maka ia akan cenderung untuk terus menganggap bahwa permasalahan, tugas dan kegiatan yang ia hadapi menjadi lebih sulit dibanding sesungguhnya (Mukhid, 2009 : 117). Dari pendapat yang telah dipaparkan Bandura (1999) mengemukakan bahwa *self-efficacy* memegang peranan yang penting dalam kehidupan sehari-hari dan yang paling berpengaruh dalam menentukan prestasi mahasiswa.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan yang ada dalam diri individu terhadap kemampuan yang ia miliki untuk mengatur dan mengorganisaikan berbagai tindakan serta membantu individu dalam memprediksi seberapa besar usaha yang dibutuhkan untuk menghadapi berbagai macam permasalahan dan rintangan agar tercapai tujuan yang ia inginkan. *Self-efficacy* sangat penting dalam kehidupan sehari-hari karena *self-efficacy* sangat berpengaruh dalam berbagai aspek kehidupan manusia seperti sebagai alat untuk menangani munculnya stress dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja dan lingkungan baru.

2. *Self-Efficacy* dalam Perspektif Psikologi

Terdapat beberapa perspektif teori yang menjadi landasan konstruk *self-efficacy* di antaranya psikologi kognitif sosial dan kepribadian.

a. Psikologi Kognitif Sosial

Psikologi kognitif disebut sebagai studi yang mempelajari dinamika proses mental, seperti persepsi dan pemrosesan informasi. Proses ini meliputi teknik-teknik untuk menangkap, menyimpan, mengolah, dan memproses informasi pada otak. Psikologi kognitif sangat berperan dalam proses pengambilan keputusan dan penyelesaian masalah serta pola berpikir dan berbahasa. Hasil dari proses ini selanjutnya dapat diamati melalui perilaku nyata yang ditampilkan (Solso, Maclin & Maclin, 2007: 17).

Bandura menggunakan istilah *self-efficacy* mengacu pada keyakinan (beliefs) tentang kemampuan seseorang untuk mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan untuk mencapai hasil, dengan kata lain *self-efficacy* adalah keyakinan menilai diri berkenaan dengan kompetensi seseorang untuk sukses dalam tugas-tugasnya (Bandura, 1997)

Menurut teori kognitif sosial Bandura, keyakinan *self-efficacy* mempengaruhi pilihan orang dalam memuat dan menjalankan tindakan yang mereka kejar. Individu cenderung berkonsentrasi dalam tugas yang tidak dapat mereka kerjakan. *Self-efficacy* juga membantu menentukan sejauh mana usaha yang akan dikerahkan orang dalam suatu aktivitas, seberapa lama mereka akan gigih ketika menghadapi rintangan dan seberapa ulet mereka akan menghadapi situasi yang tidak cocok (Mukhid, 2009 : 109)

Self-efficacy juga mempengaruhi sejumlah stress dan pengalaman kecemasan individu seperti ketika mereka menyibukkan diri dalam suatu aktivitas. Dengan demikian, perilaku dapat diprediksi melalui *self-efficacy* yang dirasakan (keyakinan seseorang tentang kemampuannya) walaupun perilaku tersebut terkadang dapat berbeda dari kemampuan actual karena pentingnya *self-efficacy* yang dirasakan (Mukhid, 2009 : 110).

b. Psikologi Kepribadian

Kepribadian (personality) merupakan salah satu kajian psikologi yang lahir berdasarkan pemikiran, kajian atau temuan-temuan (hasil praktik

penanganan kasus) para ahli. Objek kajian kepribadian adalah “human behavior”, perilaku manusia, yang pembahasannya, terkait dengan apa, mengapa, dan bagaimana perilaku tersebut.

Judge dalam Nur Ghufron & Rini Risnawita (2012), menganggap bahwa efikasi diri adalah indikator positif dari core self evaluation untuk melakukan evaluasi diri yang berguna untuk memahami diri. Efikasi diri merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau self knowledge yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari karena efikasi diri yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan, termasuk didalamnya perkiraan terhadap tantangan yang akan dihadapi (Ghufron & Risnawati, 2012 : 76-77)

Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Alwisol, dalam bukunya yang berjudul psikologi kepribadian disebutkan bahwa efikasi adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan (Alwisol, 2006 : 287). Dengan bahasa yang berbeda Juntika Nurihsan dan Syamsu Yusuf mengemukakan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan diri (sikap percaya diri) terhadap kemampuan sendiri untuk menampilkan tingkah laku yang akan mengarahkannya kepada hasil yang diharapkan (Yusuf & Nurihsan, 2008 : 135).

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dia mampu melakukan sesuatu untuk mencapai sebuah tujuan dan mengatasi hambatan.

3. Teori *Self-Efficacy*

a. Faktor yang mempengaruhi *Self-efficacy*

Pendapat lain dari Bandura (dalam Rusdi, 2018 11-12) menyatakan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* antara lain:

1) Budaya

Budaya seperti nilai dan kepercayaan yang ada di masyarakat berfungsi sebagai pengaturan diri yang mana juga dapat digunakan untuk pedoman dan tolak ukur atas *self-efficacy*.

2) Gender

Berdasarkan hasil penelitian Bandura (1999 : 5) perbedaan gender juga mempengaruhi *self-efficacy*. *Self-efficacy* yang dimiliki oleh wanita cenderung tinggi dibanding *self-efficacy* yang ada dalam diri pria karena wanita memiliki peran dan tugas yang lebih banyak jika menjadi ibu rumah tangga dan wanita karir.

3) Sifat tugas yang diberikan.

Tingkat kesulitan yang dihadapi individu dalam mengerjakan tugas juga mempengaruhi penilaian individu atas kemampuan yang ia

miliki. Semakin sulit tugas yang diberikan individu akan cenderung menilai rendah kemampuan yang ia miliki begitu juga sebaliknya.

4) Intensif eksternal

Ada satu faktor yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* (Bandura, 1999: 24) ialah intensif ekstral atau dorongan eksternal dari lingkungan sekitar, yaitu intensif berupa dorongan, dukungan/*support* yang diberikan orang lain kepada individu untuk mencapai sebuah keberhasilan.

5) Status atau peran individu dalam lingkungan

Informasi positif dan negatif mengenai individu dalam masyarakat dapat mempengaruhi *self-efficacy* dalam individu. Individu dengan kedudukan atau status yang tinggi di lingkungannya akan lebih memiliki efikasi yang tinggi begitu juga sebaliknya.

Kesimpulan yang didapatkan dari uraian di atas ialah ada lima faktor yang dapat mempengaruhi *self- efficacy* baik yang berasal dari dalam diri individu (internal) maupun luar individu (eksternal), seperti budaya, perbedaan gender, sifat tugas yang diberikan, dukungan sosial, dan status sosial.

b. Dampak *Self-Efficacy*

Menurut Luthans (dalam Rusdi, 2018:8-9) *self-efficacy* akan memepengaruhi beberapa hal, yaitu:

1) Pemilihan perilaku

Self-efficacy juga dapat berperan sebagai penentu individu dalam mengambil sebuah keputusan.

2) Daya tahan

Individu dengan efikasi tinggi akan cenderung lebih kuat menghadapi berbagai permasalahan yang menghadang.

3) Usaha dan motivasi

Usaha yang lebih giat dalam menyelesaikan tugas lebih terlihat dari individu dengan efikasi tinggi dibandingkan dengan individu yang dengan efikasi rendah.

4) Daya tahan terhadap stress

Individu dengan efikasi rendah akan sering mengalami stress karena ia selalu merasa bahwa dirinya akan gagal dan mudah tidak percaya diri untuk menghadapi sedikit permasalahan yang ada dibanding individu dengan efikasi yang tinggi.

5) Pola pemikiran fasilitatif

Individu dengan efikasi tinggi akan memotivasi diri seperti selalu mengatakan pada diri sendiri bahwa ia pasti dapat menyelesaikan berbagai pekerjaannya berbeda dengan individu yang efikasinya rendah cenderung berfikir tidak akan dapat menyelesaikan pekerjaan yang ada.

Menurut Bandura (1999: 33) salah satu variabel terpenting dalam diri manusia adalah adanya *self-efficacy* karena variabel ini sangat mempengaruhi bagaimana individu tersebut mengambil keputusan dan sebagai penentu dalam berperilaku untuk tujuan yang ingin diraih. Situasi yang sedang dihadapi individu juga dapat mempengaruhi *Self-efficacy* karena kemampuan individu untuk mengontrol pikiran dapat mempengaruhi keadaan fisiologis diri.

Selain itu menurut Luthans (dalam Rusdi, 2012: 11) perbedaan proses pencapaian suatu pekerjaan dapat mempengaruhi *efficacy* diri seperti:

- 1) Melakukan pekerjaan secara individu akan lebih meningkatkan *self-efficacy* dibanding melakukannya secara berkelompok.
- 2) *Self-efficacy* akan turun jika individu mengalami kegagalan saat ia merasa sudah melakukan suatu kegiatan dengan sebaik-baiknya.
- 3) Kegagalan yang dialami individu dengan efikasi rendah cenderung lebih buruk dibanding individu dengan efikasi yang tinggi.
- 4) Mengalami kegagalan akan lebih sulit mempengaruhi efikasi diri dari individu yang sering mengalami keberhasilan.

4. Pengukuran *Self-Efficacy*

Pengukuran variabel *self-efficacy* dalam penelitian ini menggunakan kuesioner *academic self-efficacy scale* (ASES) yang dikembangkan pada tahun 1988 dengan mengacu pada tiga dimensi *self-efficacy* yaitu pertama, *level* yang berkaitan dengan derajat kesulitan individu dalam mengerjakan

tugas (Bandura, 1999 : 36). Kedua, *strength* yaitu tingkat keyakinan, kekuatan, dan ketahanan *self-efficacy* yang ia miliki. Ketiga, *generality* yang berkaitan dengan seberapa mampu individu mengeneralisasi seluruh tugas dan situasi (Bandura, 1999).

a. Aspek dan Indikator *Self-Efficacy*

Bandura (1999: 28- 32) mengatakan ada tiga dimensi *self-efficacy*, yaitu:

1) Tingkat (*Level*)

Aspek ini melihat bagaimana individu menilai seberapa besar tingkat kesulitan tugas yang ia hadapi apakah tugas tersebut masuk dalam kategori tugas yang sulit, sedang ataukah mudah. Persepsi atau anggapan setiap individu pasti berbeda-beda dalam menilai tingkat kesulitan tugas. Jika mahasiswa menganggap tugas yang ada mudah maka ia akan cenderung mampu mengatasi kesulitan tersebut agar dapat segera menyelesaikna skripsi. Aspek ini berkaitan bagaimana individu mampu mengatasi kesulitan dengan tindakan yang mampu ia lakukan (Bandura, 1999 : 28).

Indikator yang terdapat pada aspek level ialah keyakinan unttuk dapat menyelesaikan tugas-tugas yang ada, yang mana individu sendirilah yang menetapkan target apa yang harus ia selesaikan. Kemudian terdapat indikator bahwa individu yakin terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas dari yang mudah hingga sulit (Hasanah, Dewi, Rosyida, 2019 : 553).

2) Kekuatan (*Strength*)

Aspek ini adalah tingkat keyakinan, kekuatan, dan ketahanan *self-efficacy* yang ia miliki. Ketika *self-efficacy* yang di miliki mahasiswa kuat maka ia akan lebih tekun pada usahanya untuk segera menyelesaikan skripsi meski banyak tantangan dan rintangan, begitu pual sebaliknya. (Bandura, 1999 : 30)

Indikator dalam aspek kekuatan yaitu adanya keyakinan untuk dapat bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan dan hambatan yang muncul serta mampu bangkit dari kegagalan. Indikator yang kedua adalah adanya keyakinan untuk tetap berusaha keras, gigih dan tekun. Adanya usaha yang keras dari individu untuk menyelesaikan tugas yang dttetapkan dengan menggunakan segala daya yang dimiliki (Hasanah, Dewi, Rosyida, 2019 : 553).

3) Generalisasi (*Generality*)

Aspek ini mengarah pada penilaian terhadap kemampuan yang ada dalam menghadapi aktivitas dan tugas yang berbeda-beda. Seseorang dapat menilai dirinya memiliki *efficacy* pada satu tugas maupun beberapa tugas. Pada aspek ini dapat dilihat bagaimana kegigihan mahasiswa dalam menghadapi berbagai tuntutan skripsi sehingga ia lebih kuat dan pantang menyerah. Dengan demikian, dapat diketahui bahwa semakin banyak *efficacy* yang diterapkan individu dalam kehidupannya maka semakin tinggi tingkat *efficacy* yang ia miliki.

Aspek generalisasi memiliki bentuk indikator seperti memotivasi diri dan berusaha melakukan apapun untuk dapat menyelesaikan tugas. Individu mampu menumbuhkan motivasi pada diri sendiri untuk bisa memilih dan melakukan tindakan-tindakan yang diperlukan dalam rangka menyelesaikan tugas (Hasanah, Dewi, Rosyida, 2019 : 553).

Kesimpulan yang dapat diambil dari penjelasan di atas ialah ada tiga dimensi *self-efficacy* yaitu seberapa besar tingkat (level) kesulitan yang ada yang bagaimana ia mampu menghadapi, adanya generalisasi yaitu berbagai bentuk aktivitas dan penilaian *efficacy* yang dapat diterapkan dan tingkat ketahanan individu dalam menghadapi berbagai rintangan pada proses mengerjakan tugas.

b. Sumber *Self-Efficacy*

Menurut Bandura (dalam Alwisol, 2006: 290-292) ada empat faktor penting yang mempengaruhi pembentukan *self-efficacy* individu yaitu:

1) Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experience*)

Keberhasilan atau prestasi yang pernah dicapai dimasa lalu menjadi salah satu sumber yang kuat dalam mempengaruhi pembentukan *self-efficacy* karena individu yang mendapatkan prestasi *self-efficacy* nya akan cenderung meningkat, begitu pula sebaliknya jika sedang mengalami kegagalan *self-efficacy* yang ada dalam individu cenderung turun (Rusdi, 2018: 8).

2) Pengalaman Orang Lain (*Vicarious Experience*)

Self-efficacy dapat meningkat jika individu melihat orang lain berhasil menyelesaikan tugas dengan usaha yang sama, karena dengan hal ini individu akan merasa dirinya juga dapat berhasil sesuai dengan pengalaman orang yang ia lihat. Namun jika individu tersebut telah melihat orang lain tetap mengalami kegagalan walau telah berusaha dengan keras maka *self-efficacy* pun akan turun. Faktor ini sangat dipengaruhi oleh bagaimana persepsi individu dengan orang yang ia amati atau model. Semakin besar rasa kesamaan yang dimiliki individu dengan model maka keberhasilan atau kegagalan yang dialami oleh model akan semakin mempengaruhi *self-efficacy* individu tersebut. Sebaliknya, jika individu merasa berbeda dengan sang model maka *self-efficacy* individu tidak akan dipengaruhi oleh perilaku model.

3) Persuasi Verbal (*Verbal Persuasion*)

Adanya persuasi verbal juga dapat mempengaruhi *self-efficacy* walaupun faktor ini cenderung tidak terlalu kuat pengaruhnya karena tidak berupa bentuk pengalaman langsung yang dapat diamati oleh individu. Bentuk dari persuasi verbal dapat berupa saran, nasihat, dan sebuah bimbingan untuk dapat memberikan motivasi atau keyakinan atas kemampuan yang individu miliki dalam menyelesaikan sebuah tugas. Jika individu sedang dalam keadaan yang tidak menyenangkan

seperti mengalami sebuah gagal yang terus menekan maka pengaruh dari persuasi verbal akan cepat lenyap. Namun, jika individu sedang dalam kondisi yang tepat maka persuasi verbal dari orang lain dapat meningkatkan *self-efficacy* (Rusdi, 2018: 8).

4) Keadaan Emosional

Keadaan emosi biasanya dapat mempengaruhi performa individu contohnya rasa cemas, takut dan stress yang di alami individu dapat mengurangi *self-efficacy* atau bahkan juga dapat meningkatkan *self-efficacy* dalam diri.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat empat indikator penting dapat mempengaruhi terbentuknya *self-efficacy*, yaitu pengalaman keberhasilan yang berupa prestasi yang pernah diraih sebelumnya, adanya model sosial berupa mengamati keberhasilan orang lain, persuasi verbal berupa nasihat, motivasi ataupun saran yang dapat meningkatkan *self-efficacy*, dan keadaan emosional individu pada suatu kegiatan.

c. Tahap Perkembangan *Self-Efficacy*

Dalam setiap fase perkembangan *self-efficacy* dibutuhkan kompetensi dari individu untuk berhasil melalui setiap fase perkembangan tersebut. Dalam setiap fase terdapat pengalaman individu untuk terus belajar. Dalam teori sosial kognitif Bandura (1999: 32-34) menyebutkan tahap-tahap

perkembangan *self-efficacy* disepanjang rentang kehidupan, fase-fase perkembangan *self-efficacy* adalah:

1) Masa Awal Perkembangan (Bayi).

Pada awal perkembangannya manusia dilahirkan tanpa memiliki rasa untuk mengenal dirinya. Bayi memulai pengalamannya dengan melihat dampak dari perilaku yang ia perbuat seperti menangis, menendang dan menggoyangkan tempat tidurnya hingga orang tuanya datang. Hal itu dilakukan berulang kali sehingga ia dapat mengetahui respon apa saja yang dapat muncul ketika ia melakukan sebuah perilaku-perilaku tersebut. Hingga bayipun tumbuh menjadi anak-anak ia akan tetap melakukan dan memperhatikan setiap respon dari apa yang ia lakukan terhadap lingkungan sekitar. Setiap individu memiliki *self* yang berbeda karena pengaruh pengalaman yang berbeda.

2) Masa Anak-Anak.

Anak kecil dapat mempelajari kemampuan fisik, sosial, bahasa, memahami dan mengelola segala bentuk situasi dalam lingkungan yang ia hadapi setiap hari didapatkan dari lingkungan terdekatnya yaitu keluarga. Sehingga keluarga memiliki pengaruh terhadap perkembangan *efficacy* individu. Teman sebaya juga memiliki pengaruh dalam perkembangan *efficacy* anak karena

hubungan teman sebaya dapat menjadi model *efficacy* dalam berfikir dan berperilaku anak.

3) Masa Remaja

Setiap periode perkembangan akan membawa tantangan baru pada *coping efficacy*, sebagai remaja yang mendekati masa dewasa mereka harus belajar untuk memikul tanggung jawab terhadap diri mereka sendiri dalam setiap dimensi kehidupan. Hal ini akan mengasah kemampuan remaja untuk belajar menghadapi masa pubertas, baik secara emosional, seksualitas, belajar untuk sukses dalam menghadapi masalah-masalah yang belum pernah ia hadapi sebelumnya dengan baik.

4) Masa Dewasa

Masa dewasa merupakan fase seseorang harus belajar untuk menangani banyak tuntutan baru dalam kehidupannya baik berhubungan dengan persahabatan, pernikahan, pekerjaan, kedudukan sebagai orang tua, dan karir pekerjaan. Terdapat banyak cara keyakinan *self-efficacy* mempengaruhi perkembangan karir dan kesuksesan dalam menguasai suatu keahlian. Pada fase awal *self-efficacy* menentukan seberapa baik masalah-masalah tersebut dapat mengembangkan dasar kognitif, manajemen diri, dan keahlian interpersonal.

5) Masa Lanjut Usia

Self-efficacy pada usia lanjut usia lebih berpusat pada *reappraisal* (penilaian kembali) mengenai kemampuan mereka.

Bandura (1999 : 33) mengatakan bahwa *self-efficacy* berkembang secara teratur dari bayi hingga dewasa. Awal pertumbuhan *self-efficacy* adalah dari orang tua lalu saudara kandung, teman sebaya kemudian hingga menjadi dewasa.

B. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi dan Bentuk Prokrastinasi

Dalam perkuliahan seringkali mahasiswa diberikan tugas oleh dosen dan sering pula muncul rasa enggan dan malas untuk mengerjakan tugas tersebut. Rasa enggan dan malas yang muncul dalam diri mahasiswa merupakan salah satu dari kondisi psikologis yang mengakibatkan munculnya perilaku ingin menjauhi atau menghindari tugas yang ada. Adanya perilaku ingin menghindari tugas merupakan salah satu indikator dari perilaku menunda atau dapat disebut dengan prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan menunda pekerjaan dan memilih melakukan hal lain yang tidak memiliki manfaat. (Steel, 2007: 66).

Istilah prokrastinasi bagi Steel (2007 :66) berasal dari bahasa latin *procrastion* yang berarti mendorong atau bergerak maju dan *crastinus* yang berarti keputusan hari esok, jika digabungkan maka memiliki arti menunda sampai hari esok. Menurut Ferrari (1995 : 5) mengatakan pengertian

prokrastinasi dapat adalah bentuk perilaku dalam menunda tugas, jadi setiap perbuatan yang bertujuan untuk menunda dan tidak memiliki alasan lain merupakan perilaku prokrastinasi. Berdasarkan berbagai pendapat yang ada maka dapat ditarik kesimpulan mengenai makna prokrastinasi yaitu perilaku menunda tugas atau menunda pekerjaan apapun.

Ada dua bentuk prokrastinasi yang dapat kita ketahui yang pertama adalah prokrastinasi akademik atau perilaku menunda yang berkaitan dengan pekerjaan akademik seperti tugas perkuliahan dan tugas kantor hingga batas akhir (Ernima, Parimita & Wibowo, 2016 : 65). Bentuk prokrastinasi yang kedua adalah prokrastinasi non akademik seperti menunda pekerjaan yang bukan bersifat akademis contohnya pekerjaan rumah tangga dan tugas sosial (Tjundjing, 2006 : 17).

Prokrastinasi yang sering dilakukan dalam dunia pendidikan menurut Rothblum, Solomon dan Murakami (1984: 503) disebut dengan prokrastinasi akademik yaitu menunda pekerjaan tugas akademik. Menurut Lay mendefinisikan prokrastinasi akademik memiliki pengertian kebiasaan melakukan perilaku menunda sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu (dalam Tjundjing, 2006 : 17). Kemudian menurut Schouwenburg (dalam Kartadinata & Tjunding, 2008: 110). menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda baik dalam memulai atau dalam menyelesaikan tugas dan lebih memilih melakukan pekerjaan lain yang dianggap menyenangkan.

Selain itu pengertian prokrastinasi akademik Wolters (2003: 34) yaitu menunda mengerjakan tugas hingga batas waktu akhir sehingga menimbulkan suatu kegagalan. Prokrastinasi akademik dapat diartikan sebagai kebiasaan yang tidak efektif karena dapat menimbulkan dampak negatif dan apabila dilakukan dalam waktu yang lama akan menimbulkan gangguan pada kondisi psikologis individu (McCloskey, 2011 : 2). Selain itu ada beberapa ahli yang mengatakan bahwa kebiasaan menunda-nunda adalah suatu gangguan yang tidak dapat dihilangkan tetapi hanya bisa dikurangi dan cara yang paling mudah untuk mengurangi perilaku tersebut adalah dengan merubah pemikiran (kognitif) dan memberikan motivasi (Prawitasari, 2012 : 12).

Menurut pendapat (Milgram, Mey-Tal & Levinson, 1998) menyebutkan prokrastinasi akademik sebagai perilaku yang mengakibatkan kegagalan dan keterlambatan dalam menyelesaikan berbagai macam pekerjaan kantor dan sekolah karena perilaku menunda tersebut. Berdasarkan berbagai pengertian yang telah dikemukakan dapat ditarik kesimpulan dari pengertian prokrastinasi menurut peneliti yaitu perilaku menunda tugas yang bersifat akademis dan dilakukan berulang kali karena merasa kesulitan dalam menyelesaikannya kemudian memilih untuk mencari aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan.

2. Prokrastinasi Akademik dalam Perspektif Psikologi

Menurut Ferrari (1995) Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan bidang akademik misalnya tugas ekolah atau tugas kursus. Mahasiswa yang memiliki perilaku prokrastinasi, jika menghadapi tugas apapun cenderung untuk menunda. Begitu juga dengan mahasiswa yang tidak memiliki kedisiplinan sebagai pelajar memungkinkan untuk memiliki sifat kurang disiplin baik dalam menyelesaikan tugas dan suka mengulur-ulur waktu untuk mengerjakannya. Sifat-sifat yang dimiliki mahasiswa tersebut mencerminkan tipe kepribadiannya masing-masing (Utaminingsih & Setyabudi, 2012 : 48).

Kepribadian didefinisikan sebagai karakteristik individu yang merupakan pola yang cenderung konsisten mengenai perasaan, pikiran dan perilaku (Utaminingsih & Setyabudi, 2012 : 48). Dengan kata lain kepribadian seseorang merupakan suatu totalitas dari pikiran, perasaan, maupun perilaku yang tampak dari seorang individu. kepribadian dijelaskan sebagai pola dari karakteristik berpikir, merasa dan perilaku yang membedakan satu orang dengan orang lain dan cenderung menetap (Utaminingsih & Setyabudi, 2012).

Dengan demikian dapat diasumsikan bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik memiliki tipe kepribadian yang disiplin, teratur, sehingga akan segera mengerjakan tugas. Sedangkan, mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik diasumsikan memiliki tipe kepribadian yang mudah menyerah.

3. Teori Prokrastinasi Akademik

a. Jenis Prokrastinasi

Menurut (Ferrari, 1995 : 15) membagi prokrastinasi menjadi dua jenis, yaitu:

- 1) *Functional Procrastination* adalah melakukan perilaku menunda dengan tujuan mencari sumber lain untuk menambah referensi dalam tugas agar lebih lengkap, prokrastinasi jenis ini dapat memberikan dampak yang positif.
- 2) *Dysfunctional Procrastination* merupakan menunda sebuah pekerjaan tanpa adanya tujuan tertentu sehingga menimbulkan dampak negatif. Ada dua macam *Dysfunctional Procrastinasi* menurut Harriot dan Ferrari (dalam Putra & Halimah, 2014) dilihat berdasarkan tujuan melakukan penundaannya, yaitu:
 - 3) *Decisional Procrastination* merupakan suatu perilaku menunda yang dilakukan dengan tujuan untuk menghindari rasa stress. Jenis prokrastinasi ini yang kemudian akan menimbulkan permasalahan-permasalahan dalam diri individu.
 - 4) *Evoidance Procrastination* dan *Behavioral Procrastination* adalah menunda yang digunakan hanya untuk menghindari tugas karena dirasa membosankan dan sulit untuk dilakukan. (Putra & Halimah, 2014).

Jadi dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi ada dua jenis yaitu *Fungsional Procrastination* memiliki arti perilaku menunda yang disertai dengan alasan dan tujuan yang jelas sehingga tidak menghasilkan dampak yang buruk, bahkan akan lebih berguna untuk tugas tersebut agar terselesaikan dengan baik. Kemudian *Disfungsional Procrastination* memiliki arti perilaku menunda yang tidak disertai dengan alasan dan tujuan yang jelas sehingga akan memunculkan dampak yang buruk.

a. Faktor Prokrastinasi Akademik

Faktor prokrastinasi akademik menurut Ferrari (1995) ada dua macam yaitu:

- 1) Faktor Eksternal yaitu faktor yang bersumber dari luar individu seperti lingkungan, gaya pengasuhan orang tua dan rendahnya pengawasan. Faktor luar ini lebih dipengaruhi oleh bagaimana gaya pengasuhan dan kontrol sosial dalam masyarakat. Ayah yang cenderung otoriter dalam mengasuh anak akan lebih mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi pada anak, berbeda dengan gaya pengasuhan ayah yang bersifat autoritatif yang akan lebih dapat mencegah sang anak menjadi individu yang berperilaku prokrastinasi (Ghufroon & Risnawati, 2012).
- 2) Faktor Internal yaitu faktor yang bersumber dari dalam diri individu seperti keadaan fisik dan psikologis individu. Keadaan fisik yang lelah sangat berpengaruh pada munculnya perilaku prokrastinasi begitu pula

faktor psikologis seperti kurangnya motivasi, kurangnya control diri ataupun tingkat kecemasan yang berhubungan dengan sosial juga menimbulkan kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi lebih tinggi (Aini & Mahardayani, 2011: 67).

Ada pendapat lain yang mengatakan bahwa penyebab dari perilaku prokrastinasi akademik adalah kurang mampunya individu dalam manajemen waktu sebab hal ini dapat menimbulkan konsekuensi dalam kemajuan akademik karena dapat memperoleh nilai tugas yang rendah dan menyebabkan individu menjadi stress dan tertekan karena tugas yang tak terselesaikan tepat waktu (Djamarah, 2002). Ferrari (1995) juga menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik sangat merugikan individu itu sendiri seperti ia akan lebih mendapat tekanan dalam segi psikologis seperti stress karena merasa kesal dengan tugas-tugas sulit yang telah ditunda.

Menurut Solomon & Rothblum (1989: 505-506) munculnya perilaku prokrastinasi akademik yang sering dilakukan oleh mahasiswa dapat terjadi karena beberapa sebab yang melatar belakangi, yaitu:

- 1) Menganggap tugas harus terselesaikan dengan hasil yang sempurna.
- 2) Cemas atas kemampuan yang dimiliki karena takut gagal dalam mengambil sebuah keputusan sehingga lebih mengandalkan pertolongan dari orang lain untuk menyelesaikan tugas.
- 3) Malas dan susah mengatur waktu untuk mengerjakan tugas.

- 4) Menganggap bahwa mengerjakan tugas dengan segera dapat menghasilkan tugas yang kurang sempurna.
- 5) Kurangnya pengawasan dalam lingkungan keluarga atau sekolah.
- 6) Prokrastinasi muncul karena banyaknya tugas yang telah menumpuk akibat perilaku menunda sehingga menyebabkan tugas lain menjadi tertunda lagi.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dikemukakan maka peneliti menyimpulkan bahwa faktor munculnya prokrastinasi akademik ada dua, yang pertama yakni bersumber dari dalam diri individu (internal) seperti keadaan fisiologi individu dan keadaan psikologi individu yaitu berupa keyakinan akan kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi tekanan, tantangan dan gangguan, kemampuan manajemen waktu, inisiatif pribadi, takut gagal dan rasa cemas. Kemudian faktor yang kedua yaitu yang bersumber dari luar individu (eksternal) seperti model pengasuhan orang tua dan pengawasan dari lingkungan keluarga dan sekolah.

4. Pengukuran Prokrastinasi Akademik

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Procrastination Assessment Scale-Student* (PASS) yang dikembangkan pada tahun 1984. Alat ukur ini dikembangkan untuk mengukur frekuensi kognitif dan perilaku prokrastinasi akademik dalam lingkup mahasiswa (Setiawan, 2013: 77). PASS terdiri dari dua bagian, yang pertama adalah untuk mengukur

prevalensi akademik dalam enam bidang akademik dan yang kedua adalah menilai alasan untuk menunda (Nurjan, 2020 : 4).

Ada beberapa aspek dan indikator dari prokrastinasi akademik menurut (Ferrari, 1995) yaitu:

- 1) Menunda dalam memulai dan memunda dalam menyelesaikan tugas. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa skripsi yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi tetap cenderung menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya menunda untuk menyelesaikannya sampai tuntas jika individu sudah mulai mengerjakannya.
- 2) Terlambat untuk segera menyelesaikan tugas. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan skripsi dengan melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan skripsi.
- 3) Adanya kesenjangan waktu antara jadwal yang telah direncanakan proses pengerjaan tugas. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditetapkan sebelumnya (Milgram *et al.*, 1998 : 300) .

- 4) Menganggap menjejakan tugas adalah pekerjaan yang membosankan dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Mahasiswa procrastinator cenderung sengaja tidak segera mengerjakan menyelesaikan skripsi dan menggunakan waktu luangnya dengan melakukan kativitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan.

Menurut (Milgram *et al.*, 1998 301- 302) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik memunculkan beberapa perilaku yang spesifik seperti:

- 1) Menunda dalam memulai maupun menunda dalam proses menyelesaikan tugas yang ada.
- 2) Mengakibatkan munculnya dampak yang buruk seperti keterlambatan dan gagal untuk menyelesaikan tugas.
- 3) Tugas-tugas yang dikerjakan dianggap tugas yang tidak penting seperti tugas sekolah maupun tugas kantor.
- 4) Munculnya keadaan emosional yang buruk sperti rasa cemas, rasa bersalah, marah, panik, dan sebagainya.

Selain itu, menurut Rosario (dalam Aini & Mahardayani, 2011: 66) menyebutkan karakteristik prokrastinasi akademik seperti kurang mampu dalam memenejemen waktu hingga memunculkan kemalasan dan tekanan.

C. Hubungan *Self-Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik.

Mahasiswa merupakan individu yang dituntut untuk mampu mengemban tanggung jawab dengan optimal, mahasiswa harus mampu menyelesaikan berbagai tugas baik yang bersifat akademik seperti tugas-tugas perkuliahan, melakukan penelitian, mengejar deadline dari dosen dan bersifat non akademik seperti kegiatan-kegiatan yang ada di organisasi yang diikuti. Aktivitas-aktivitas tersebut membutuhkan kerja keras dan kemampuan memahami yang cepat serta kemampuan membagi waktu (manajemen waktu) agar dapat menyelesaikan semua kegiatan dengan baik., Bahkan mahasiswa juga diharapkan untuk lebih aktif, mandiri, dan bertanggungjawab walaupun banyak tekanan yang ada. Namun, jika mahasiswa tersebut tidak mampu untuk memenuhi tuntutan-tuntutan yang ada maka mahasiswa cenderung akan melakukan perilaku menunda-nunda pekerjaan sampai batas waktu yang ditentukan dengan berbagai alasan.

Rasa enggan dan malas dalam mengerjakan tugas seringkali muncul pada diri mahasiswa dan saat perilaku tersebut berlangsung lama akan mengakibatkan banyaknya tugas yang menumpuk sehingga menimbulkan rasa cemas hingga stress (Ghufron & Risnawita, 2012: 77). Adanya tekanan-tekanan justru akan mendorong mahasiswa untuk melakukan tindakan prokrastinasi. Prokrastinasi yang dilakukan oleh pelajar untuk menunda mengerjakan tugas dengan sengaja disebut prokrastinasi akademik (Tjundjing & Kartadinata, 2008: 110). Selain

mengakibatkan mahasiswa terlambat mengerjakan tugas yang dapat berakibat semakin lama waktu untuk lulus, perilaku prokrastinasi juga dapat memunculkan dampak buruk lainnya seperti nilai akademik yang rendah, menimbulkan stress bahkan tingkat kesehatan yang rendah (Tjundjing & Kartadinata, 2008).

Banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan oleh mahasiswa baik tugas akademik maupun non akademik dapat menimbulkan dampak yang berbeda-beda, perbedaan reaksi yang ditimbulkan dapat dipengaruhi oleh faktor kognitif, faktor kognitif tersebut dapat disebut dengan *efficacy*, pengertian *efficacy* sendiri ialah keyakinan seseorang dengan kemampuan yang dimiliki untuk mengerjakan pekerjaan atau tugas tertentu (Bandura, 1999: 21). Bandura (1999: 21) juga mengatakan bahwa *self- efficacy* menjadi salah satu proses kognitif yang dimiliki individu sebagai alat mengorganisasikan dan mengolah perilaku sesuai dengan situasi tertentu agar tujuan yang diinginkan dapat tercapai.

Seperti yang sudah diketahui, mahasiswa yang melakukan prokrastinasi sebenarnya tetap ingin menyelesaikan aktivitas akademik dengan sebaik mungkin sesuai batas waktu yang ditentukan (Bandura 1999). Namun, hal ini tidak dapat tercapai karena hilangnya motivasi yang ada dalam diri mahasiswa sehingga ia terjebak dalam perilaku prokrastinasi akademik. Dengan ini dapat diketahui bahwa *self- efficacy* memiliki kedudukan yang penting sebagai pembentuk motivasi dalam diri individu (Bandura, 1999: 27). Hal ini dikarenakan jika mahasiswa memiliki keyakinan pada dirinya bahwa dia mampu

dalam menghadapi berbagai situasi yang ada dan dapat mengesampingkan berbagai macam bentuk tekanan yang menghadang maka mahasiswa akan dapat mencapai keberhasilan sesuai harapan yang ada.

Berdasarkan keterangan yang telah dijelaskan diketahui bahwa *self-efficacy* mempengaruhi prokrastinasi akademik. Mahasiswa dengan efikasi tinggi kemungkinan rendah untuk melakukan perilaku prokrastinasi. Begitu pula sebaliknya, jika mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi maka *self-efficacy* yang ada dalam diri mahasiswa cenderung rendah. Oleh karena itu, dengan adanya *self-efficacy* dalam diri mahasiswa akan memberikan keyakinan bahwa ia adalah individu yang diberi kemampuan untuk segera menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan.

D. Kerangka Pemikiran

Mahasiswa akan mengalami banyak permasalahan saat di perkuliahan, khususnya yang berhubungan dengan kegiatan akademik hingga menimbulkan dampak negatif bagi kondisi fisik maupun psikis mahasiswa. Tekanan yang didapat dari adanya tugas perkuliahan, *deadline* serta tuntutan-tuntutan untuk belajar lebih mandiri dan bertanggung jawab dalam mengambil keputusan dapat menimbulkan rasa jenuh, rasa cemas, putus asa hingga stres yang berlarut-larut. Selain itu, adanya tekanan-tekanan tersebut juga dapat mengakibatkan menurunnya motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan dan aktivitas sehari-hari. Dengan demikian mahasiswa dapat rentan untuk melakukan

prokrastinasi akademik seperti suka terlambat dalam menghadiri perkuliahan, suka menunda mengerjakan tugas perkuliahan hingga batas yang telah ditentukan, suka melakukan aktivitas yang dianggapnya lebih menyenangkan dibanding menyelesaikan tugas perkuliahan (Prameswari & Sudiantara, 2015).

Berbagai macam bentuk kesulitan pasti dirasakan saat penyusunan skripsi khususnya oleh mahasiswa akhir baik itu berupa beban yang berat maupun sekedar permasalahan ringan, jenis permasalahan tersebut dapat muncul dari dua faktor yaitu faktor internal (dalam individu) dan faktor eksternal (luar individu/ lingkungan) yang mana hal ini dawatirkan akan memunculkan perilaku negatif mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi seperti munculnya kecemasan hingga menimbulkan hilangnya motivasi untuk menyelesaikan skripsi tersebut. Nyatanya pada masa ini terjadi sebuah musibah memilukan bagi seluruh penduduk bumi yang belum pernah terjadi sebelumnya yaitu adanya pandemi COVID-19.

Prokrastinasi akademik dapat dihadapi dengan sebuah keyakinan pada diri mahasiswa bahwa ia mampu menghadapi berbagai masalah yang ada sehingga diharapkan mahasiswa tersebut dapat menangani masalahnya dengan tindakan yang efektif. Keyakinan atas kemampuan yang dimiliki dalam menjalankan tugas merupakan arti dari *self-efficacy* (Bandura, 1999: 22). *Self-efficacy* dapat menentukan seberapa besar usaha dan ketahanan mahasiswa dalam menghadapi masalah yang ada, sehingga jika seorang mahasiswa dengan *efficacy* tinggi maka ia akan lebih ada motivasi untuk terus belajar dan menyelesaikan

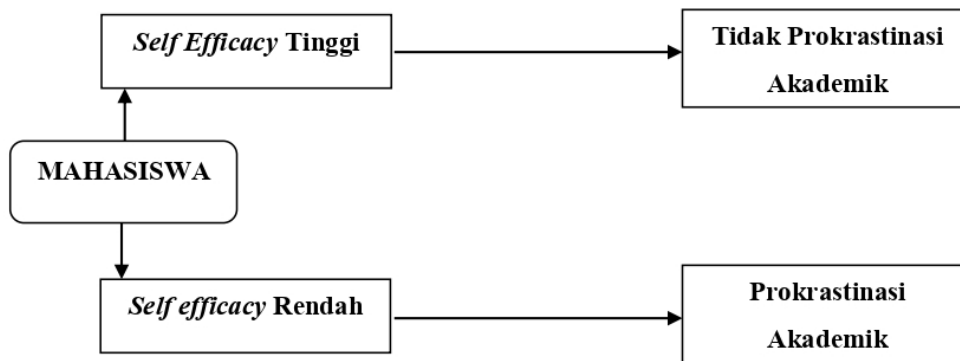
tugas-tugas perkuliahan dengan semaksimal mungkin khususnya tugas akhir yaitu skripsi.

Menurut Bandura (1999) mahasiswa dengan *efficacy* tinggi akan melakukan pekerjaan dengan sebaik mungkin karena dengan ini, ia juga lebih mempunyai motivasi kuat sehingga ia dapat memberikan kinerja yang baik untuk tugas-tugas yang ia hadapi walau banyak kesulitan-kesulitan yang menghadang seperti di masa-masa pandemi Covid 19 ini. Oleh sebab itu, dapat diketahui bahwa adanya *self-efficacy* yang tinggi dapat membantu mahasiswa untuk terus kuat untuk melewati berbagai macam permasalahan yang ada dalam dunia perkuliahan terutama dalam menyelesaikan studi sehingga mahasiswa tidak sampai melakukan perilaku menunda-nunda mengerjakan skripsi (prokrastinasi akademik) agar skripsi bisa selesai tepat waktu bahkan dengan hasil yang baik walaupun di masa pandemi Covid 19 ini.

Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2015) dengan judul “*Hubungan antara Self-efficacy dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2008 Universitas Negeri Yogyakarta*” menunjukkan bahwa rendahnya *self-efficacy* pada mahasiswa memunculkan perilaku prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi.

Berdasarkan keterangan yang telah dijelaskan maka muncul kesimpulan bahwa *self-efficacy* sangat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik jika

efficacy mahasiswa tinggi maka ia memiliki perilaku prokrasinasi akademik yang rendah begitupula sebaliknya.



Bagan 2. 1 Kerangka Pemikiran

E. Hipotesis Penelitian

Sesuai dengan paparan di atas, maka hipotesis yang dapat peneliti ajukan dalam penelitian ini adalah “adanya hubungan yang negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa” di masa pandemi covid 19.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Metode dalam penelitian ini adalah kuantitatif yang dijelaskan oleh Sugiyono (2016:13) sebagai metode pendekatan yang lebih banyak menggunakan data angka baik dalam pengambilan data hingga bentuk dari hasil penelitian. Begitu pula dengan Azwar (2011) mendefinisikannya sebagai metode yang menekankan pada data angka dan metode statistika. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antar variabel dalam penelitian ini, peneliti memilih untuk melakukan pendekatan jenis korelasi. Sesuai dengan tujuannya menurut Arikunto (2002: 239) penelitian korelasi bertujuan untuk mencari ada tidaknya hubungan pada variabel yang ingin diteliti baik dua variabel maupun lebih.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Secara sederhana variabel dapat disebut juga dengan objek atau atribut dalam penelitian yang memiliki gejala atau variasi antara objek lain (Sugiyono, 2016:60). Selain itu, variabel juga dapat diartikan dengan objek yang dipelajari dalam penelitian (Sugiyono, 2016: 60) Sedangkan pengertian dari variabel penelitian sendiri (Arikunto, 2002: 94) merupakan objek yang akan dipelajari dalam sebuah penelitian. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini ada dua yaitu;

1. Variabel Bebas (X) yaitu variabel yang mempengaruhi variabel lainnya (*Self-efficacy*).
2. Variabel Terikat (Y) yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Prokrastinasi Akademik).

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Agar memiliki batas-batas yang jelas dalam proses pengukuran, maka diperlukan penjabaran pengertian dari setiap variabel dalam bentuk definisi operasional. Pengertian dari definisi operasional adalah mendefinisikan suatu variabel sesuai dengan karakteristiknya yang dapat diamati. Konsep ini sangat penting dalam suatu penelitian karena dapat menjelaskan kebenaran dan fakta yang ada di lapangan (Azwar, 2011, 74).

1. Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)

Self-Efficacy dapat didefinisikan sebagai keyakinan individu menganggap seberapa kuat dirinya dalam menghadapi dan bertahan pada situasi tertentu yang disertai dengan keyakinan bahwa dirinya dapat melakukan tindakan tertentu untuk mencapai tujuan yang diinginkan dan diharapkan.

Tinggi rendahnya *self-efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa angkatan 2016 UIN Malang diungkap melalui skala sikap *self-efficacy* yang dicetuskan oleh Bandura (1999) meliputi aspek *level* (tingkat) dengan indikator keyakinan dapat menyelesaikan tugas yang ada dan

yakin terhadap kemampuan menyelesaikan tugas dari yang mudah hingga sulit. Aspek *strength* (kekuatan) memiliki dua indikator yaitu keyakinan untuk dapat bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan dan keyakinan untuk tetap berusaha keras gigih dan tekun. Kemudian aspek terakhir yaitu *generality* (generalisasi) dengan indikator memotivasi diri untuk berusaha melakukan apapun untuk dapat menyelesaikan tugas. Semakin tinggi skor yang dihasilkan menandakan semakin tinggi tingkat *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda tugas yang berhubungan dengan pendidikan atau akademik yang dilakukan secara berulang kali dan lebih memilih melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan. Tinggi rendahnya prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa dalam penelitian ini diungkap melalui skala yang disusun oleh Ferrari (1995) yaitu skala prokrastinasi akademik.

Aspek pertama yaitu perilaku menunda pekerjaan baik dalam memulai atau menyelesaikan tugas yang dihadapi. Aspek kedua adalah terlambat mengerjakan tugas dengan melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas. Aspek ketiga adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual karena mengalami

kesulitan dalam menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Kemudian aspek terakhir yaitu lebih memilih melakukan hal yang dianggap menyenangkan dibanding mengerjakan tugas. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa angkatan 2016.

D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan jumlah dari keseluruhan subjek yang ditetapkan untuk dipelajari dalam sebuah penelitian (Sugiyono, 2016). Populasi pada penelitian ini adalah Mahasiswa S1 psikologi angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengalami prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi berjumlah 187 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2016: 117). Sampel dapat dilakukan jika jumlah populasi yang besar sehingga tidak memungkinkan peneliti untuk mempelajari semua populasi karena adanya keterbatasan waktu, tenaga, dan dana. Arikunto (2006: 117) menjelaskan jika subjek penelitian kurang dari 100 maka lebih baiknya diambil semua. Namun, jika jumlah subjek terlalu besar maka dapat diambil 10%-15% atau 20%-25% dan seterusnya.

Dalam penelitian ini sampel yang diambil berjumlah 56 yang diambil dari 30% dari jumlah populasi. Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel berupa *random sampling* yang berarti menentukan sampel secara acak tanpa memperhatikan status karena anggota populasi dianggap homogeny. Dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2016: 118).

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data menurut Arikunto (2002: 222) adalah cara atau prosedur agar data pada setiap variabel dapat ditemukan. Tujuan metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah untuk mengungkap fakta dari variabel yang diteliti (Azwar, 2011: 77). Metode pengumpulan data dianggap penting karena dengan ini peneliti dapat menemukan jawaban dari masalah yang diteliti.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara dan observasi sebagai pengumpulan data awal selain itu juga menggunakan skala sebagai pengukur variabel. Pengertian dari skala pengukuran menurut Sugiyono (2016:133) merupakan kumpulan pernyataan yang digunakan untuk mengungkapkan aspek kepribadian yang dimiliki oleh individu yang berupa konstruk atau konsep psikologis.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Likert* dengan menggunakan respon skala empat. Menurut Sugiyono (2016: 134) skala *Likert* berfungsi sebagai alat mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok mengenai fenomena sosial. Dalam skala ini terdapat gradasi pernyataan positif dan negatif atau dapat disebut dengan *favorable* dan *unfavorable* seperti berupa kata Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 3. 1 Distribusi Skor Skala

<i>Aitem Favorable</i>	Skor	<i>Aitem Unfavorable</i>	Skor
Sangat Sesuai (SS)	4	Sangat Sesuai (SS)	1
Sering (S)	3	Sering (S)	2
Tidak Sesuai (TS)	2	Tidak Sesuai (TS)	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

F. Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan sarana yang berisikan pertanyaan atau pernyataan yang digunakan untuk mengolah dan menginterpretasikan data yang telah terkumpul dari responden untuk penelitian (Kuntjojo, 2009). Instrumen yang baik menurut Siregar (2017) setidaknya memenuhi lima kriteria yaitu validitas, reliabilitas, sensitifitas, objektivitas dan fisibilitas. Instrumen yang dipakai dalam penelitian ini berupa kuesioner dari dua variabel yaitu *self-efficacy* dan prokratinasi akademik.

1. Skala Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)

Skala efikasi diri diungkap melalui skala sikap *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura (1999) yaitu meliputi aspek *level* (tingkat), aspek *generality* (generalisasi), dan aspek *strength* (kekuatan). Skala *Self-Efficacy* dalam penelitian ini berjumlah 29 aitem yang terdiri dari 13 aitem *favorable* yang mengandung nilai-nilai positif yang menunjukkan perilaku *self-efficacy* dan 17 aitem *unfavorable* sebagai aitem yang menunjukkan nilai negatif perilaku *self-efficacy*.

Tabel 3. 2 Blue-Print Skala Efikasi Diri

NO	Aspek	Indikator	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Total
1	<i>Level</i> (Tingkat Kesulitan)	Keyakinan untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas yang ada	1,23	5, 28	4
		Yakin terhadap kemampuan dalam menyelesaikan tugas dari yang mudah hingga yang sulit	3, 26	4, 20, 27	5
2	<i>Strength</i> (Kekuatan)	Keyakinan untuk dapat bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan	6, 21	8, 25	4
		Keyakinan untuk tetap berusaha keras, gigih dan tekun.	2, 9, 10, 22	7, 11, 12, 13, 14, 24	10
3	<i>Generality</i> (Keluasan)	Memotivasi diri dan berusaha melakukan apapun untuk dapat menyelesaikan tugas.	15, 16, 19	17, 18	5
TOTAL					28

2. Skala Prokrastinasi Akademik

Dalam skala Prokrastinasi Akademik ada beberapa aspek-aspek prokrastinasi akademik dipaparkan oleh Ferrari (1995), yaitu:

- a. Menunda pekerjaan
- b. Terlambat mengerjakan tugas.
- c. Adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.
- d. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Skala prokrastinasi akademik dalam penelitian ini terdiri dari 32 aitem, terdiri atas 14 aitem *favorable* dan 18 aitem *unfavorable* yang masing-masing terdiri atas empat alternatif jawaban. Pada skala ini aitem *favorable* adalah aitem yang mengandung nilai-nilai positif perilaku prokrastinasi akademik dan aitem *unfavorable* adalah aitem yang mengandung nilai-nilai negatif perilaku prokrastinasi akademik.

Tabel 3. 3 Blue-Print Prokrastinasi Akademik

NO	Aspek	Indikator	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Total
1.	Menunda Pekerjaan	Menunda dalam memulai mengerjakan tugas	1, 2, 29	3	4
		Menunda dalam menyelesaikan tugas	26, 27	16, 19, 24, 28,	6
2	Terlambat mengerjakan tugas.	Melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas	17, 18, 22	4, 5, 30	6
3	Adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.	Kesulitan dalam menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan	6, 14, 23	7, 8, 20, 31	7
4	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	Lebih memilih melakukan hal yang dianggap menyenangkan dibanding mengerjakan tugas.	9, 10, 15	11, 12, 13, 21, 25	8
TOTAL					31

G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian

1. Validitas Alat Ukur

Validitas mempunyai arti sejauh mana alat ukur tersebut dapat menjalankan fungsinya untuk mengukur variabel dalam penelitian (Azwar, 2011: 131). Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapat data (mengukur) itu valid (Sugiyono, 2016: 177). Maksud dari valid ini adalah instrumen yang ada sudah dapat digunakan untuk mengukur variabel yang diinginkan. Sedangkan untuk menguji validitas alat ukur dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Pengujian Validitas Konstruksi yaitu pengujian instrument berdasarkan pendapat dari para ahli (*judgment experts*).

Setelah instrumen dikonstruksikan berdasarkan dengan teori-teori tertentu kemudian dikonsultasikan dengan para ahli agar mendapatkan keputusan bahwa instrumen yang ada perlu mendapatkan perbaikan atau tidak (Sugiyono, 2016: 142). Uji validitas dalam penelitian ini yaitu menggunakan korelasi *product moment* dan dikoreksi dengan teknik *Part Whole* dari Pearson (Azwar, 2011: 92). Uji validitas ini dibantu dengan menggunakan IBM SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) versi 23 *for windows*.

Secara operasional perhitungan validitas butir menggunakan software IBM SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) versi 23 *for windows*.

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut pada analisis I diperoleh aitem yang dinyatakan valid sebanyak 20 butir yaitu aitem-aitem pada nomor 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28. Sedangkan aitem yang gugur berjumlah 10 aitem yaitu pada nomor 6, 9, 10, 11, 18, 19, 20, 26.

Pada analisis II diperoleh aitem valid sebanyak 19 aitem dan diperoleh satu aitem yang gugur yaitu aitem nomor 16, sehingga diperoleh hasil akhir aitem yang dinyatakan valid sebanyak 19 butir yaitu aitem-aitem pada nomor 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 12, 13, 14, 15, 17, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28.

Tabel 3. 4 Validitas Aitem Instrumen *Self-Efficacy* (n= 56)

Aspek	Indikator	Nomor aitem		Aitem Gugur	Jumlah Aitem Gugur
		Favorabel	Unfavorabel		
Level	Keyakinan untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas yang ada	1,23	5, 28	-	0
	Yakin terhadap kemampuan dalam menyelesaikan tugas dari yang mudah hingga yang sulit	3, 26	4, 20, 27	26, 20	2
Strength	Keyakinan untuk dapat bertahan dalam menghadapi erbagai kesulitan	6, 21	8, 25	6	1
	Keyakinan untuk tetap berusaha keras, gigih dan tekun	2, 9, 10, 22	7, 11, 12, 13, 14, 24	9, 10, 11	3
Generality	Memotivasi diri dan berusaha melakukan	15, 16, 19	17, 18	16, 18, 19	3

	apapun untuk dapat menyelesaikan tugas				
Total Aitem Gugur					9

Berdasarkan tabel 3.4 diketahui terdapat 9 aitem gugur, sehingga tersisa 19 aitem dengan rentang skor dengan rentang skor antara 0,306 sampai 0,701 (skor \geq 0,300) yang layak disertakan dalam analisis lanjutan pada penelitian ini.

Pada analisis aitem variabel Prokrastinasi Akademik diperoleh aitem yang dinyatakan valid sebanyak 19 aitem yaitu pada nomor 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 14, 17, 20, 23, 24, 25, 26, 27, 29. Sedangkan aitem yang gugur berjumlah 12 aitem yaitu pada nomor 2, 11, 13, 15, 16, 18, 19, 21, 22, 28, 30, 31.

Tabel 3. 5 Validitas Aitem Instrumen Proktastinasi Akademik ($n = 56$)

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Aitem Gugur	Jumlah Aitem Gugur
		Favorable	Unfavorable		
Menunda Pekerjaan	Menunda dalam memulai mengerjakan tugas	1, 2, 29	3	2	1
	Menunda dalam menyelesaikan tugas	26, 27	16, 19, 24, 28,	16,19,28	3
Terlambat mengerjakan tugas.	Melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas	17, 18, 22	4, 5, 30	18, 22, 30	3
Adanya	Kesulitan dalam	6, 14, 23	7, 8, 20, 31	31	1

kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.	menyelesaikan pekerjaan sesuai sesuai waktu yang ditentukan				
Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	Lebih memilih melakukan hal yang dianggap menyenangkan dibanding mengerjakan tugas.	9, 10, 15	11, 12, 13, 21, 25	11, 13, 15, 21	4
Total					12

Berdasarkan tabel 3.5 diketahui terdapat 12 aitem yang gugur, sehingga tersisa 19 aitem dengan rentang skor antara 0,351 sampai 0,747 (skor $\geq 0,300$) yang layak disertakan dalam analisis lanjutan.

2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan sejauhmana alat ukur atau instrumen tersebut dipercaya dapat mengukur variabel dengan konsisten dan ajeg. Instrumen yang reliabilitas memiliki angka koefisien reliabilitas mulai dari 0,0 sampai dengan 1,00. Angka yang paling mendekati 1,00 maka nilai reliabilitas instrument semakin tinggi (Azwar, 2011: 125). Varians *Alpha Cronbach* adalah analisis yang digunakan untuk mengukur reliabilitas dalam penelitian ini (Sugiyono, 2016). Adapun rumusnya yaitu:

$$r_{11} = \left[\frac{n}{n-1} \right] \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{\sum S_t^2} \right]$$

Keterangan:

- r_{11} = Reliabilitas Instrument
 n = Jumlah banyaknya aitem
 $\sum S_i^2$ = Jumlah varians skor setiap butir soal
 $\sum S_t^2$ = Jumlah varians skor total
 1 = Bilangan konstan

Pengolahan data dilakukan dengan bantuan IBM SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) versi 23 for windows.

Tabel 3. 6 Reliabilitas Instrumen Uji Coba

Variabel	Jumlah aitem awal	Jumlah aitem terpilih	Koefisien <i>alpha</i>	Ket
<i>Self-Efficacy</i>	28	19	0.879	Reliabel
Pokrastinasi Akademik	31	19	0.885	Reliabel

Hasil Uji Reliabilitas pada tabel 3.6 di atas menunjukkan koefesien *cronbach's alpha* pada 28 aitem *self-efficacy* adalah senilai 0.879. sementara pada 31 aitem variabel prokrastinasi akademik menghasilkan skor seniali 0.885. berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa instrument *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik berada > 0.600 , maka kedua instrumen tersebut reliabel dan dapat disertakan dalam analisis lanjutan pada penelitian ini.

H. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan cara mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden menyajikan data variabel serta melakukan perhitungan untuk

dapat menjawab rumusan masalah yang ada dalam penelitian (Sugiyono, 2016 : 207).

Data mentah yang telah didapat kemudian dianalisis dalam beberapa tahap:

1. Mencari Mean

Mean adalah nilai rata-rata dari jumlah angka yang dibagi banyaknya angka yang dijumlahkan, rumusnya yaitu:

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

- M = Mean
- N = Jumlah total responden
- $\sum X$ = Jumlah nilai dalam distribusi

2. Mencari Standart Deviasi

Setelah mean ditemukan, kemudian mencari standart deviasinya, rumusnya:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N}}$$

$$\text{Rumus angka kasar } SD = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N} - \left[\frac{\sum fx}{N}\right]^2}$$

Keterangan :

- SD = Standart Deviasi
- X = Skor Respon

N = Jumlah Responden

3. Menentukan Kategori

Pada penelitian ini penentuan kategorisasi yang digunakan sebagai berikut (Awar, 2009):

- a. Tinggi = $X \geq (M+1,0 \text{ SD})$
- b. Sedang = $(M-1,0 \text{ SD}) \geq X < (M+1,0 \text{ SD})$
- c. Rendah = $X \leq (M-1,0 \text{ SD})$

4. Korelasi *Product Moment*

Untuk mencari hubungan antara variabel *self efficacy* dengan variabel prokrastinasi akademik pada Mahasiswa angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yaitu dengan menggunakan metode analisis koerlasi *Product Moment* dari Pearson, rumusnya yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Korelasi *Product Moment*

N = Jumlah Respon

$\sum X$ = Skor *Self Efficacy*

$\sum Y$ = Skor Prokrastinasi Akademik

Untuk melakukan perhitungan dengan rumus di atas, peneliti menggunakan bantuan IBM SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) versi 23 *for windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang bertempat di Jalan Gajayana No. 50 Lowokwaru Kota Malang. Fakultas psikologi malang mulai dirintis pada tahun 1997 dan memiliki visi, misi, serta tujuan diantaranya:

a. Visi:

Terwujudnya Fakultas Psikologi integratif dalam memadukan sains dan Islam yang bereputasi internasional.

b. Misi:

1. Mencetak sarjana psikologi yang berkarakter *ulul albab*.
2. Menghasilkan sains psikologi yang relevan dan budaya saing tinggi.

c. Tujuan:

1. Memberikan akses pendidikan bidang psikologi yang lebih luas kepada masyarakat.
2. Menyediakan sarjana psikologi untuk memenuhi kebutuhan masyarakat.

2. Waktu, Tempat dan Subjek Penelitian

Penelitian dilakukan mulai tanggal 3-10 Desember 2020 dengan menggunakan *linkgoogle-form* skala penelitian. Penyebaran skala penelitian secara *online* ini dilakukan pada mahasiswa/i psikologi angkatan 2016 yang sedang proses menyelesaikan skripsi. Keseluruhan jumlah responden yang menjadi subjek pada penelitian ini adalah 56 responden terdiri dari 28 mahasiswa dan 28 mahasiswi psikologi. Jumlah responden yang terkumpul merupakan hasil sampel yang diambil sebanyak 30% dari jumlah populasi yang ada.

3. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data

Penelitian dilakukan dengan via *online* dengan menyebarkan alamat *linkgoogle-form* berisi skala penelitian melalui media *WhatsApp group* dan *chatting* secara personal kepada beberapa respponden yang menjadi subjek pada penelitian. Pengambilan data dengan menggunakan metode *online-survey* ini dilakuakn sesuai dengan prosedur dan etika penelitian yang berlaku. Pada kolom survey disertakan identitas peneliti, tujuan penelitian dan kriteria responden yang dituju, *informed consent* sebagai permohonan kesediaan subjek, penulisan data subjek dan petunjuk pengerjaan skala.

56 subjek telah menyatakan setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian ini yang dibuktikan dengan kesediaan responden untuk mengisi

kuesioner dan melengkapi identitas secara jujur yang terdiri dari nama, Nomor Induk Mahasiswa dan jenis kelamin. Selanjutnya responden mengisi seluruh pernyataan dalam skala penelitian *Self-Efficacy* yang terdiri dari 28 aitem dan Pokratsinasi Akademik yang terdiri dari 31 aitem.

4. Hambatan Penelitian

Hambatan yang dialami peneliti selama proses penelitian adalah pada penyebaran skala penelitian yang dilakuakn secara online karena kondisi pandemi Covid-19 yang menjadikan aktivitas kampus dialihkan secara daring yang mengakibatkan peneliti tidak dapat mengobservasi secara langsung proses pengisian skala oleh responden sehingga hal ini juga dapat mempengaruhi pada kualitas hasil penelitian. Selain itu, terdapat beberapa responden juga mengalami kendala saat proses mengisi dan mengirim hasil tanggapan dikarenakan server atau jaringan yang lambat.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi data Penelitian

Analisis deskriptif data dilakukan untuk memaparkan data hasil penelitian pada masing-masing variabel dan aspek pengukurannya yang meliputi perhitungan nilai hipotetik dan empirik yang disajikan pada tabel 4.1 berikut:

Tabel 4. 1 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Aspek	N	Empirik			
			Max	Min	Mean	SD
<i>Self-Efficacy</i>		56	65	48	56	8
	<i>Level</i>	56	25	18	21	3
	<i>Strength</i>	56	24	34	29	5
	<i>Generality</i>	56	7	5	6	1
Prokrastinasi Akademik		56	52	34	43	9
	Menunda Pekerjaan	56	18	11	14	4
	Terlambat mengerjakan tugas	56	8	5	6	2
	Adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	56	18	11	14	4
	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	56	11	6	8	2

Berdasarkan ringkasan pada tabel 4.1 di atas, dapat diperoleh keterangan sebagai berikut:

- a. Hasil data empirik pengukuran pada variabel *self-efficacy* berasal dari adaptasi skala *self- efficacy* milik Bandura yang terdiri dari 19 aitem memperoleh nilai maksimum sebesar 65 dan minimumnya adalah 48 dengan *mean* empirik 56 dan deviasi standar 8.
- b. Hasil data empirik pengukuran pada variabel prokrastinasi akademik berasal dari adaptasi skala prokrastinasi akademik milik Ferrari yang terdiri dari 19 aitem memperoleh nilai maksimum sebesar 52 dan nilai minum 34 dengan *mean* empirik 43 dan deviasi standar 9.

2. Kategorisasi

Kategorisasi merupakan tahapan analisis data yang bertujuan untuk mengelompokkan responden sesuai dengan klasifikasi yang telah ditentukan (Widhiarso, 2017). Pembagian kelompok telah ditentukan sesuai dengan perolehan skor masing-masing responden yang telah diukur. Kategorisasi pada penelitian ini dibedakan menjadi tiga kelompok yaitu kategori tinggi, sedang dan rendah. Penentuan kategorisasi dalam penelitian ini menggunakan norma jenjang (ordinal) berdasarkan nilai empirik dari rata-rata (*mean*) dan deviasi standar variabel ukur. Kategorisasi kedua variabel dan masing-masing aspeknya diuraikan sebagai berikut:

a. Kategorisasi Variabel Penelitian

Skor kategorisasi pada variabel *self-Efficacy* ($\mu = 56$ $\sigma = 8$) dan Prokrastinasi Akademik ($\mu = 43$; $\sigma = 9$) ditampilkan pada tabel 4.2 dan 4.3 berikut:

Tabel 4. 2 Kategorisasi Variabel Penelitian ($n = 56$)

Variabel	Norma kategorisasi	Skor Ordinal	Kategori	Frekuensi	Persentasi
<i>Self-Efficacy</i>	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X < 48$	Rendah	8	14.3%
	$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$48 \leq X < 65$	Sedang	39	69.5%
	$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$65 \leq X$	Tinggi	9	16.1%
Prokrastinasi	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X < 34$	Rendah	8	14.3%
	$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X$	$34 \leq X < 52$	Sedang	39	69.5%

	$X < (\mu + 1,0 \sigma)$				
	$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$52 \leq X$	Tinggi	9	16.1%

Tabel 4. 3 Kategorisasi Masing-Masing Aspek Variabel

Variabel	Aspek	Norma Kategorisasi	Skor Ordinal	Kategori	N	%
<i>Self-Efficacy</i>	Level	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X \leq 18$	Rendah	7	12,50%
		$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$18 \leq X < 25$	Sedang	40	71,43%
		$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$25 \leq X$	Tinggi	9	16,07%
	Strength	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X \leq 24$	Rendah	6	10,71%
		$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$24 \leq X < 34$	Sedang	41	73,21%
		$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$34 \leq X$	Tinggi	9	16,07%
	Generality	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X \leq 5$	Rendah	4	7,14%
		$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$5 \leq X < 7$	Sedang	43	76,79%
		$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$7 \leq X$	Tinggi	9	16,07%
Prokrastinasi Akademik	Menunda Pekerjaan	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X \leq 11$	Rendah	8	14,29%
		$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$11 \leq X < 18$	Sedang	35	62,50%
		$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$18 \leq X$	Tinggi	13	23,21%
	Terlambat Mengerjakan Tugas	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X \leq 5$	Rendah	11	19,64%
		$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$5 \leq X < 8$	Sedang	34	60,71%
		$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$8 \leq X$	Tinggi	11	19,64%
	Adanya kesenjangan waktu	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X \leq 5$	Rendah	11	19,64%
		$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$5 \leq X < 7$	Sedang	37	66,07%
		$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$7 \leq X$	Tinggi	8	14,29%

	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X \leq 6$	Rendah	11	19,64%
		$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$6 \leq X < 11$	Sedang	36	64,29%
		$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$11 \leq X$	Tinggi	9	16,07%

Keterangan : n = Jumlah/ Frekuensi
 % = Persentase

3. Uji Asumsi

Sebelum melakukan uji hipotesis prasyarat yang harus dilakukan adalah melaksanakan uji asumsi terlebih dahulu, tujuan adanya uji asumsi ini ialah untuk mengetahui pola distribusi data penelitian apakah normal dan linier. Oleh karena itu peneliti perlu melakukan uji normalitas dan uji linieritas data dengan penjelasan sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui sebaran data berdistribusi normal atau tidak (Arikunto, 2002). Jika data berdistribusi normal maka analisis data dapat dilakukan dengan menggunakan statistic parametrik tetapi jika berdistribusi tidak normal maka analisis data dapat menggunakan statistik non-parametrik (Sugiyono, 2016). Pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan *Kormogolov-Smirnor* pada software IBM SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) versi 23 for windows. Kriteria pengujiannya didasarkan pada nilai probabilitas (sig) > 0,05 yang

artinya data dapat dikatakan memenuhi uji asumsi normalitas jika nilai signifikansinya $> 0,05$ (Siregar, 2017: 279). Hasil uji normalitas data ditampilkan pada tabel 4.4 berikut:

Tabel 4. 4 Uji Normalitas Data

Variabel	Sig.	Keterangan	Kesimpulan
<i>Self-Efficacy</i>	.200*	Sig > 0,05	Normal
Prokrastinasi Akademik	.091		Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas setelah dibuangnya data *outlier* pada table 10 didapatkan nilai probabilitas (*sig*) pada variabel *Self-Efficacy* sebesar 0,200 ($p > 0,05$) dan variabel prokrastinasi akademik dengan nilai 0,091 ($p > 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa data kedua variabel berdistribusi normal. Dengan demikian sebaran data pada penelitian ini secara umum dapat memenuhi asumsi normalitas.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui pola hubungan antar variabel bebas dan terikat yang memiliki hubungan yang linier atau tidak (Siregar, 2017). Kedua variabel dalam analisis ini dapat dikatakan linier jika nilai *Deviation From Linearity* atau signifikansinya ($p > 0,05$). Hasil uji linieritas pada kedua variabel

menggunakan IBM SPSS versi 23 yang disajikan pada tabel 4.5 berikut:

Tabel 4. 5 Uji Linieritas Data

Variabel	<i>Deviation From Linearity</i>	Keterangan	Kesimpulan
<i>Self-Efficacy</i> dan Prokrastinasi Akademik	0,313	Sig > 0,05	Linier

Berdasarkan hasil uji linieritas setelah dibuangnya data *outlier* pada tabel 11 diperoleh nilai signifikansi pada *Deviation From Linearity* sebesar 0,313 ($p > 0,05$) yang artinya uji linieritas pada variabel *self-efficacy* (x) dan prokrastinasi akademik (y) dapat dipenuhi.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel *self-efficacy* dan prokratinasi akademik pada mahasiswa/i psikologi angkatan 2016 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis korelasi formula *Pearson Correlation* yaitu dengan mengkorelasikan skor total antar variabel.

Koefesien Korelasi Pearson dipernalkan pertama kali oleh Karl Pearson tahun 1990 (Safitri, 2014), korelasi ini merupakan korelasi

sederhana yang hanya melibatkan satu variabel terikat (*dependet*) dan satu variabel bebas (*independent*). Korelasi Pearson bertujuan untuk mengetahui kekuatan hubungan linier antar dua variabel. Korelasi Pearson dapat digunakan untuk data yang berskala interval atau rasio, selain signifikansinya yang harus memenuhi persyaratan data yang dihasilkan harus berdistribusi normal (Siregar, 2017). Simbol untuk korelasi Pearson adalah “p” jika diukur dalam populasi, dan “r” jika diukur dalam sampel.

Koefesien korelasi digunakan untuk mengetahui derajat hubungan antar variabel (Siregar, 2017). Nilai koefesien korelasi berada di antara $-1 < 0 < 1$ yaitu apabila $r = -1$ korelasi negatif sempurna yang artinya taraf signifikansi dari pengaruh variabel X terhadap variabel Y sangat lemah dan apabila $r = 1$ korelasi positif sempurna yang berarti taraf signifikansi dari pengaruh variabel X terhadap variabel Y sangat kuat (Sudjana, 2005). Jika koefesien korelasi berniali 0 maka tidak ada hubungan antar dua variabel penelitian. Hasil analisis korelasi menggunakan IBM SPSS versi 23 yang disajikan pada tabel 12 berikut:

Tabel 4. 6 Korelasi Antar Variabel *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik

Pearson Correlation (r)	n	Sig.	Keterangan	Kesimpulan
-0,661	54	0,000	Sig < 0,05	Signifikan

Ringkasan hasil tabel 4.6 di atas menunjukkan hasil koefisien korelasi uji *Pearson Correlation* adalah senilai -0,661 dengan signifikansi yang diperoleh sebesar $0,000 < 0,05$. Berdasarkan perolehan angka tersebut dapat diinterpretasikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antar kedua variabel. Sehingga hipotesis pada penelitian ini yaitu “terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa/i Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2016” diterima.

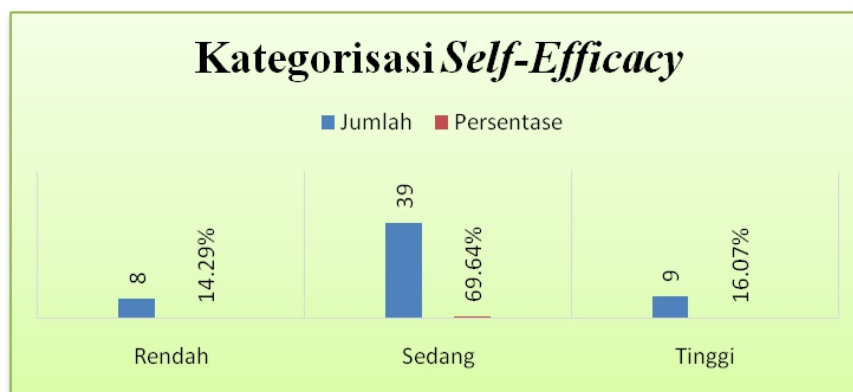
C. Pembahasan

Data penelitian yang dilakukan dari 56 responden telah dianalisis dengan beberapa formula uji statistik dan disajikan dalam bentuk tabel maupun grafik kemudian dideskripsikan sesuai dengan hasil uji kuantitatif. Hasil penelitian akan didiskusikan dengan beberapa penelitian terdahulu sebagai pembandingan dan digunakan sebagai tambahan kajian agar dapat menambah keilmuan sehingga dapat ditarik kesimpulan.

1. Tingkat *Self-Efficacy* Mahasiswa/i Psikologi.

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini secara umum telah ditemukan bahwa rata-rata tingkat *Self-Efficacy* mahasiswa psikologi angkatan 2016 berada dalam kategori sedang. Adapun rincian hasil

kategorisasi berupa frekuensi dan persentasenya dapat diamati pada grafik berikut (lihat gambar 4.1):



Gambar 4. 1 Kategorisasi Tingkatan *Self-Efficacy*.

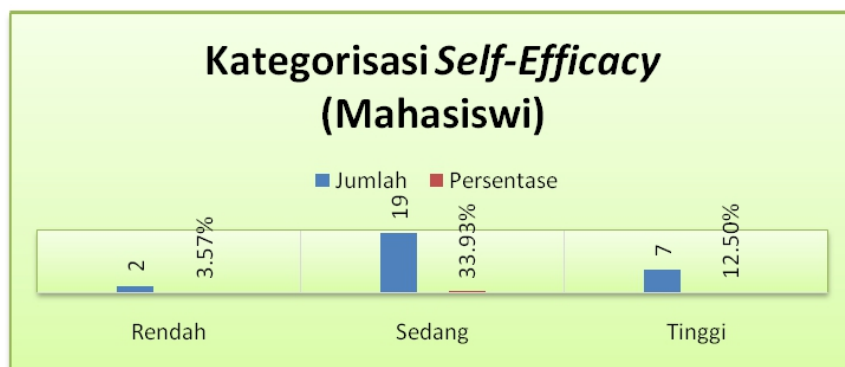
Grafik di atas menunjukkan bahwa kategorisasi *Self-Efficacy* pada mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam kategori sedang. Pada variabel *Self-Efficacy* dengan nilai *mean* (65) dan deviasi standar (8) diperoleh data jumlah mahasiswa/i yang berada pada kategori sedang berjumlah 39 (69, 64%), kemudian dengan kategori tinggi sebanyak 9 (16,07%). Sedangkan mahasiswa/i yang masuk pada kategori rendah yaitu ada 8 dengan jumlah persentase 14, 29%.

Sesuai dengan analisis dalam penelitian ini dapat ditemukan perbedaan kategorisasi tingkat *Self-Efficacy* antara mahasiswa dan mahasiswi psikologi angkatan 2016. Adapaun hasilnya dapat diketahui dengan mengamati grafik di bawah ini (lihat gambar 4.2):



Gambar 4. 2 Kategorisasi *Self-Efficacy* Mahasiswa Psikologi

Grafik di atas (gambar 4.2) menunjukkan bahwa tingkat *Self-Efficacy* mahasiswa psikologi berada dalam kategori sedang dengan perolehan 20 responden (35,71%), kemudian ada 6 mahasiswa (10,71%) dengan kategori rendah dan 2 mahasiswa (3,57%) dengan kategori tinggi. Adapun tingkat *Self-Efficacy* pada mahasiswi psikologi dapat diamati pada gambar 4.3 berikut:

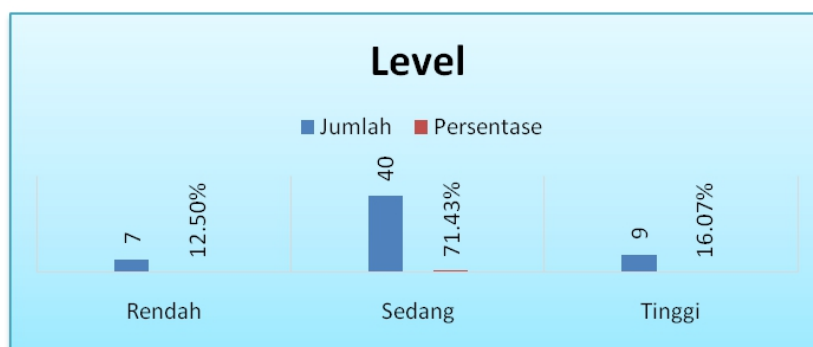


Gambar 4. 3 Kategori *Self-Efficacy* Mahasiswi Psikologi.

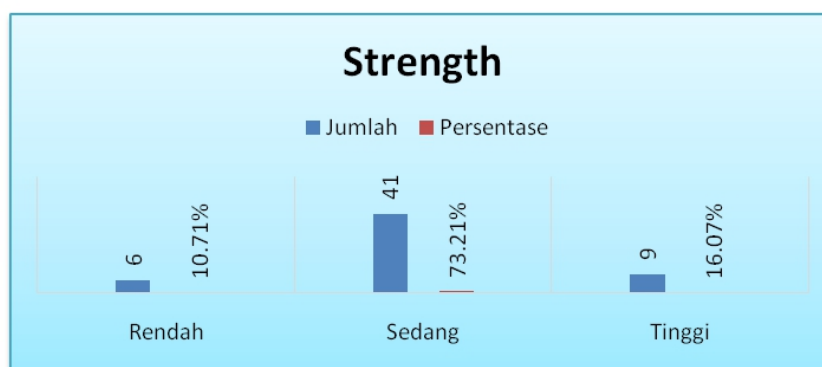
Berdasarkan Grafik di atas (gambar 4.3) menunjukkan bahwa tingkat *Self-Efficacy* pada mahasiswi psikologi angkatan 2016 berada

pada kategori sedang dengan total 19 responden (33,93%), 7 mahasiswi (12,50%) masuk dalam kategori tinggi dan 2 mahasiswi (3,57%) masuk dalam kategori rendah.

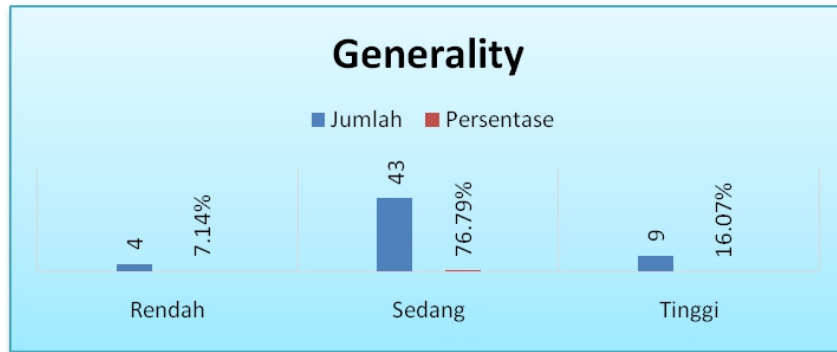
Selain menunjukkan tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa/i psikologi secara umum, analisis kategorisasi kuantitatif dalam penelitian ini juga menganalisis secara rinci bagaimana tingkat *self-efficacy* dilihat dari masing-masing aspek yang disajikan pada grafik berikut (lihat gambar (4.4, 4.5 dan 4.6):



Gambar 4. 4 Kategorisasi Tingkatan Aspek Level



Gambar 4. 5 Kategorisasi Tingkatan Aspek Strength



Gambar 4. 6 Kategorisasi Tingkatan Aspek Generality

Berdasarkan gambar 4, 5 dan 6, menunjukkan bahwa dominasi tingkatan pada setiap aspek *self-efficacy* cenderung pada kategori sedang baik pada aspek *level*, *strength* maupun *generality*. Pada aspek *level* terdapat 40 responden (71,43%) berada pada kategori sedang, 9 responden (16,07%) masuk dalam kategori tinggi dan 4 responden (7,14%) kategori rendah. Pada aspek *strength* ada 41 responden (73,21%) menduduki kategori sedang, 9 responden (16,07%) pada kategori tinggi dan 6 responden (10,71%) pada kategori rendah. Kemudian pada aspek *generality* sebanyak 43 responden (76,79%) berada pada kategori sedang, 9 responden (16,07%) pada kategori tinggi dan 4 responden (7,14%) dalam kategori rendah.

2. Tingkat Prokrastinasi Mahasiswa/i Psikologi

Berdasarkan hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa secara umum rata-rata tingkat Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa/i psikologi angkatan 2016 berada pada kategori sedang. Hal ini dapat dibuktikan dengan mengamati gambar dibawah ini (lihat gambar 4.7):



Gambar 4. 7 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

Setelah mengamati grafik di atas (gambar 7) dapat diketahui bahwa tingkat Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa/i psikologi angkatan 2016 masuk dalam kategori sedang. Pada variabel Prokrastinasi Akademik dengan nilai *mean* (43) dan standar deviasi (9) diperoleh, 39 responden (69,64%) berada dalam kategori sedang kemudian 9 responden (16,07%) masuk dalam kategori tinggi dan terakhir ada 8 responden (14,29%) masuk dalam kategori rendah.

Dalam penelitian ini ditemukan adanya perbedaan tingkat prokrastinasi antara mahasiswa dan mahasiswi psikologi angkatan 2016.

Adapun hasilnya dapat diketahui setelah mengamati gambar dibawah ini (gambar 4.8)



Gambar 4. 8 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi

Berdasarkan grafik 4.8 menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi secara umum masuk dalam kategori sedang dengan total responden sebanyak 20 mahasiswa (35,71%), 6 responden (10,71%) dengan kategori tinggi dan 2 responden (3,57%) dengan kategori rendah. Adapun tingkat Prokrastinasi Akademik mahasiswi psikologi dapat diamati pada grafik dibawah ini (gambar 4.9):



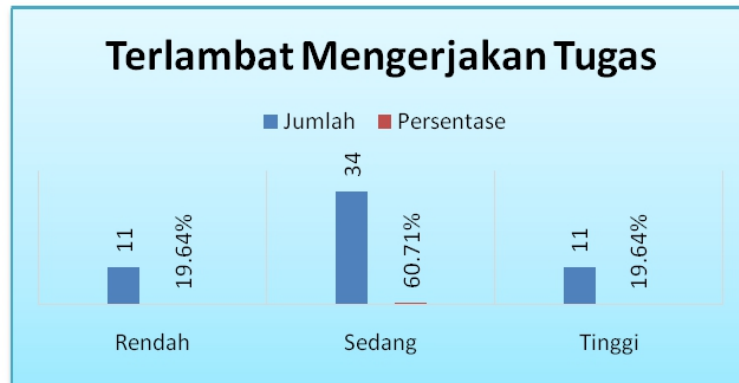
Gambar 4. 9 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswi Psikologi

Berdasarkan grafik di atas (gambar 4.9) dapat diketahui bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswi psikologi memasuki kategori sedang dengan total responden sebanyak 19 mahasiswi (33,93%), sedangkan dengan kategori rendah terdapat 6 mahasiswi (10,71%) dan 3 mahasiswi (5,36%) masuk dalam kategori tinggi.

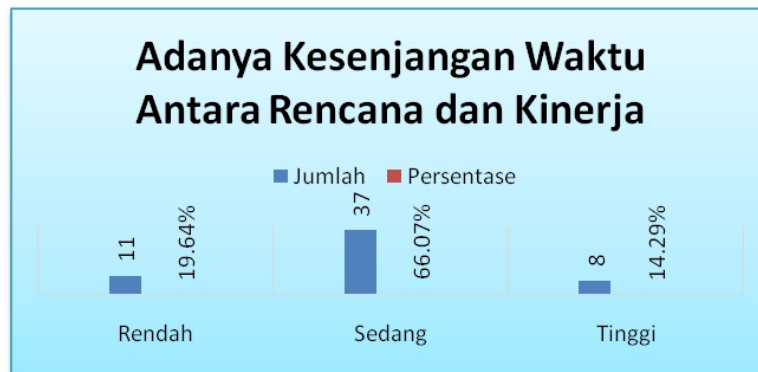
Selain menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa/i psikologi secara umum, analisis kategorisasi kuantitatif dalam penelitian ini juga menganalisis secara rinci bagaimana tingkat prokrastinasi akademik dilihat dari masing-masing aspek yang disajikan pada grafik berikut:



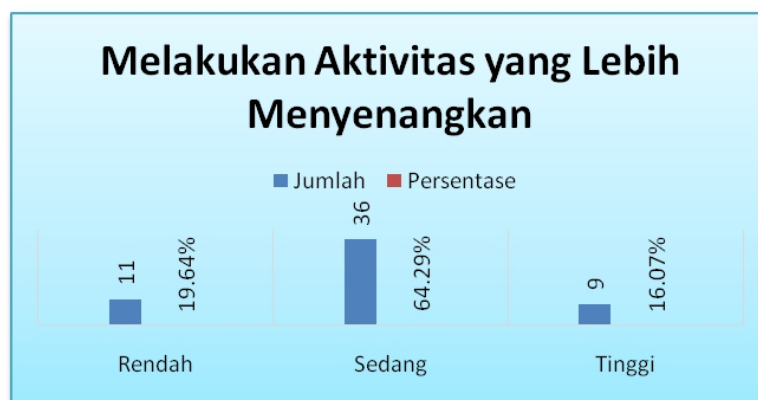
Gambar 4. 10 Kategorisasi Tingkatan Aspek Menunda Pekerjaan



Gambar 4. 11 Kategorisasi Tingkatan Aspek Terlambat Mengerjakan Tugas



Gambar 4. 12 Kategorisasi Tingkatan Aspek Adanya Kesenjangan Waktu antara rencana dan kinerja



Gambar 4. 13 Kategorisasi Tingkatan Aspek Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan

Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa dominasi tingkatan pada setiap aspek prokrastinasi akademik masuk pada kategori sedang, hal ini ditunjukkan dengan jumlah responden sebanyak 35 (62,50%) pada kategori sedang, 13 responden (23, 21%) pada kategori tinggi dan 8 responden (14,29%) pada kategori rendah di aspek menunda pekerjaan. Kemudian pada aspek terlambat mengerjakan tugas sebanyak 34 responden (60,71%) menduduki kategori sedang, 11 responden (19,64%) dan 11 responden lainnya (19,64%) masuk kategori rendah. Pada aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja 37 responden (66,07%) memasuki kategori sedang, 8 responden (14,29%) pada kategori tinggi dan 11 responden (19,64%) pada kategori rendah. Pada aspek terakhir yaitu melakukan aktivitas yang lebih dianggap menyenangkan sebanyak 36 responden (64,29%) masuk kategori sedang, 9 responden (16,07%) pada kategori tinggi dan 11 responden lainnya masuk kategori rendah.

3. Hubungan *Self-Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa/i Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Hasil proses analisis data, peneliti menemukan besaran kontribusi variabel *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik sebagai berikut (lihat tabel 4.7):

Tabel 4. 7 Hasil Uji Korelasi Variabel *self-efficacy* dan Prokrastinasi Akademik

		<i>Self-efficacy</i>	prokrastinasi
<i>Self-efficacy</i>	Pearson Correlation	1	-.661**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	54	54
Prokrastinasi	Pearson Correlation	-.661**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	54	54

Dari tabel 13 di atas dapat diketahui koefesien korelasi $r_{xy} = -0,661$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Pada nilai *Pearson Correlation* terdapat tanda (-) yang menandakan bahwa hubungan antara variabel *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik bersifat negatif dengan angka 0,661. Menurut hasil analisis penelitian ini ditemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara variabel *self-*

efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi dalam menyelesaikan skripsi.

Semakin rendah *self-efficacy* yang dimiliki oleh seorang mahasiswa maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik akan muncul, begitu juga sebaliknya jika *self-efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa tinggi maka perilaku prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi semakin rendah. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Steel (2002) yang mengatakan bahwa adanya hubungan yang negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik

Penelitian lain yang dilakukan oleh Damri, Engkizar & Anwar (2017) yang berjudul “*Hubungan Self-Efficacy dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan*” menemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara variabel *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik dengan nilai korelasi (0,590). Dalam penelitian dengan judul “*Hubungan Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Kurikulum Berbasis Kompetensi UNIKA SOEGLJAPRANATA Semarang*” yang ditulis oleh Dewi & Sudiantara (2015) juga menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan dengan nilai analisis $-0,429$ ($p < 0,01$).

Efikasi diri memiliki peran penting dalam proses menyelesaikan skripsi karena dengan adanya efikasi diri dapat memotivasi diri mahasiswa untuk tetap berusaha dan tidak mudah menyerah jika

mengalami kesulitan saat proses menyelesaikan skripsi. Namun jika mahasiswa memiliki *self-efficacy* yang rendah ia akan cenderung tidak memiliki motivasi untuk segera menyelesaikan revisi atau skripsinya. Hal ini dapat tergambarkan dari apasaja permasalahan yang sering terjadi saat proses menyelesaikan skripsi seperti banyaknya tuntutan revisi dari dosen yang mengakibatkan mahasiswa mengalami kesulitan untuk menyelesaikan skripsi, sulit untuk menemukan referensi yang dapat mendukung penelitian dalam skripsi, merasa kurang percaya diri atau kurang mampu untuk dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu.

Sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada beberapa subjek dampak dari adanya pandemi ini berakibat fatal bagi seluruh segmen kehidupan di bumi salah satunya pada sistem pendidikan di Indonesia baik pada lembaga pendidikan formal maupun non formal hingga perguruan tinggi. Proses pembelajaran di sekolah maupun perguruan tinggi yang dulunya dilakukan dengan cara berinteraksi langsung antar siswa dan guru, kini siswa dan guru mau tidak mau harus melakukannya dari rumah dan proses tersebut berubah menjadi cara *online*.

Adanya fenomena pandemi ini mengakibatkan banyak mahasiswa dari berbagai kampus mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas akhir. Mahasiswa menjadi kesulitan menuntaskan skripsi karena mereka

tidak dapat keluar rumah untuk melakukan penelitian di lapangan yang menjadi salah satu sumber data primer dalam penelitian yang dilakukan.

Mahasiswa juga mengalami kesulitan dalam mengakses sumber-sumber referensi untuk tugas akhir karena perpustakaan yang ada di kampus ditutup dan buku-buku yang menjadi sumber bacaan untuk menopang skripsi tidak bisa di dapatkan, sehingga jika mahasiswa akhir tersebut tidak mampu bertahan dalam menghadapi berbagai permasalahan yang banyak ditimbulkan karena pandemi Covid 19 ini maka ia akan cenderung untuk berperilaku prokrastinasi akademik karena motivasi untuk menyelesaikan skripsi menurun.

Berdasarkan analisis data yang telah disajikan diperoleh hasil penelitian yang mengatakan bahwa tingkat *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh mahasiswa/i psikologi angkatan 2016 masuk pada kategori sedang. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian kategorisasi *self-efficacy* yang menunjukkan terdapat 39 responden (69,64%) masuk dalam kategori sedang, 9 responden (16,07%) masuk kategori tinggi dan 8 responden (14,29%) masuk kategori rendah. Begitu pula dengan hasil penelitian kategorisasi tingkat prokrastinasi akademik yang menunjukkan terdapat 39 responden (69,64%) masuk dalam kategori sedang, 9 responden (16,07%) masuk kategori tinggi dan 8 responden (14,29%).

Analisis kategorisasi yang dilakukan disetiap aspek pada *self-efficacy* maupun prokrastinasi akademik juga menunjukkan hasil bahwa mahasiswa/i psikologi masuk dalam kategori sedang. Terbukti pada aspek *level* terdapat 40 responden (71,43%) berada pada kategori sedang, 9 responden (16,07%) masuk dalam kategori tinggi dan 4 responden (7,14%) kategori rendah. Pada aspek *strength* ada 41 responden (73,21%) menduduki kategori sedang, 9 responden (16,07%) pada kategori tinggi dan 6 responden (10,71%) pada kategori rendah. Kemudian pada aspek *generality* sebanyak 43 responden (76,79%) berada pada kategori sedang, 9 responden (16,07%) pada kategori tinggi dan 4 responden (7,14%) dalam kategori rendah.

Selain itu, dibuktikan juga di setiap nilai aspek pada variabel prokrastinasi akademik yaitu ditunjukkan dengan jumlah responden sebanyak 35 (62,50%) pada kategori sedang, 13 responden (23,21%) pada kategori tinggi dan 8 responden (14,29%) pada kategori rendah di aspek menunda pekerjaan. Kemudian pada aspek terlambat mengerjakan tugas sebanyak 34 responden (60,71%) menduduki kategori sedang, 11 responden (19,64%) dan 11 responden lainnya (19,64%) masuk kategori rendah. Pada aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja 37 responden (66,07%) memasuki kategori sedang, 8 responden (14,29%) pada kategori tinggi dan 11 responden (19,64%) pada kategori rendah. Pada aspek terakhir yaitu melakukan aktivitas yang lebih dianggap

menyenangkan sebanyak 36 responden (64,29%) masuk kategori sedang, 9 responden (16,07%) pada kategori tinggi dan 11 responden lainnya masuk kategori rendah.

Tingkat *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik sedang pada mayoritas responden (69,64%) menunjukkan bahwa mahasiswa/i masih cenderung sering melakukan penundaan dalam mengerjakan skripsi, hal ini bisa disebabkan karena mahasiswa/i terkadang masih memilih melakukan hal-hal yang dianggap lebih menyenangkan daripada mengerjakan skripsi atau revisi dari dosen. Mahasiswa/i juga masih cukup memiliki keyakinan untuk menyelesaikan revisi atau menyelesaikan skripsi yang sesuai dengan harapan berada pada taraf sedang. Hal ini juga didukung oleh pendapat Steel (2007) yang mengatakan *self-efficacy* memiliki peran yang cukup penting dalam kemunculan prokrastinasi akademik.

Menurut pendapat Knaus (dalam Ghufron & Risnawati, 2012) mengatakan bahwa terkadang mahasiswa juga mengalami *poor task approach* yaitu keadaan yang cenderung melakukan perilaku mudah meletakkan skripsi jika sedang mengalami kebuntuan dengan mematikan laptop atau menghentikan proses mengerjakan skripsi. Alasan lain yang dapat mengakibatkan mahasiswa/i terkadang melakukan prokrastinasi yaitu adanya *time disorganization* yang artinya mahasiswa kurang teratur

dalam membagi waktunya untuk menyelesaikan skripsi dengan kesibukan di luar bidang akademik lainnya (Ghufron & Risnawati, 2012)

Tingkat *self-efficacy* tinggi pada 9 responden (16,07%) dan prokrastinasi akademik rendah pada 8 responden (14,29%) menunjukkan bahwa mereka cenderung meyakini akan kesuksesan dan keberhasilan dalam diri. Merasa yakin bahwa mereka akan mencapai keberhasilan dengan segala kemampuan yang dimiliki. Mahasiswa/i dengan *efficacy* yang tinggi cenderung rendah dalam melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Sehingga mahasiswa/i akan termotivasi untuk terus berjuang keras untuk dapat segera menyelesaikan skripsi dengan baik. Hal ini sesuai dengan pendapat Corsini (2009) bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan yang dimiliki individu untuk mengontrol perilakunya dalam menghadapi tuntutan-tuntutan yang ada dalam lingkungan untuk mencapai apa yang menjadi tujuannya. Individu yang mampu mengelola pikiran dan tenaga dengan cukup baik cenderung tidak melakukan kegiatan-kegiatan lain yang dianggapnya lebih menyenangkan dan meninggalkan tanggung jawabnya dalam menyelesaikan tugas (Corsini, 2009).

Mahasiswa/i yang memiliki *efficacy* yang tinggi dan prokrastinasi akademik yang rendah akan memiliki kesadaran untuk tidak melakukan perilaku menunda dalam mengerjakan revisi yang ada dan segera menyelesaikannya meski revisi yang diberikan dirasa sulit. Terlebih dari itu kemampuan dalam mengatur waktu dianggap hal yang sudah

seharusnya dimiliki oleh seorang mahasiswa karena mahasiswa/i merasa dirinya sudah cukup dewasa untuk dapat mengatur jadwal kehidupan mereka sendiri (Monks, 2002), mahasiswa dapat mengatur waktu luangnya untuk menyelesaikan tugas akademik, non-akademik dan melakukan hal-hal yang disukai sehingga dapat mengurangi kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Tingkat *self-efficacy* rendah pada 8 responden (14,29%) dan prokrastinasi akademik tinggi pada 9 responden (16,07%) lainnya menunjukkan bahwa mereka sulit untuk memotivasi dirinya dalam menyelesaikan tugas akhir sehingga mereka tidak dapat menyelesaikan tugas akhir dengan lebih maksimal. Sesuai dengan pendapat Ferrari (1995) individu yang memiliki tingkat prokrastinasi tinggi cenderung lamban dalam menyelesaikan skripsi. Menurut Knaus (1973) ada beberapa alasan yang menyebabkan pelajar melakukan perilaku prokrastinasi akademik yaitu kesulitan untuk berkonsentrasi dan mengelola waktu, selain itu adanya rasa bosan terhadap tugas yang diberikan atau banyaknya revisi yang ada merupakan salah satu faktor memperlambat proses menyelesaikan skripsi karena semakin besar rasa bosan yang ada maka individu cenderung kehilangan motivasinya untuk mengerjakan skripsi.

Solomon & Rothblum (1989) mengungkapkan tingkat prokrastinasi akademik seseorang akan semakin meningkat seiring dengan semakin lamanya studi seseorang yaitu masa studi 5 tahun atau lebih.

Selain itu, kelambanan individu dalam menyelesaikan skripsi juga dapat didominasi dari timbulnya pemikiran-pemikiran negatif perihal berbagai permasalahan yang dialami oleh individu sehingga memunculkan kecenderungan untuk mengerjakan skripsi atau tugas didasarkan pada *mood* yang ada (Glenn, 2002).

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab-bab sebelumnya maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berada dalam kategori sedang. Berdasarkan skor hasil analisis pada 56 responden ditemukan sebanyak 39 responden (69, 64%) masuk kategori sedang, kemudian dengan kategori tinggi sebanyak 9 responden (16,07%). Sedangkan mahasiswa/i yang masuk pada kategori rendah yaitu ada 8 dengan jumlah persentase 14, 29%.
2. Tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang juga berada dalam kategori sedang dengan rincian 39 responden (69,64%) berada dalam kategori sedang kemudian 9 responden (16,07%) masuk dalam kategori tinggi dan terakhir ada 8 responden (14,29%) masuk dalam kategori rendah.
3. Pada peneltian ini ditemukan bahwa adanya hubungan negatif dan signifikan antara variabel *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi angkatan 2016.

B. Saran

Berdasarkan hasil keseluruhan dalam penelitian ini muncul beberapa pendapat yang dapat dijadikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa Psikologi.

Mahasiswa/i diharapkan dapat terus meningkatkan *self-efficacy* dalam diri sebagai salah satu faktor yang dapat memberikan motivasi untuk dapat segera menyelesaikan tugas akademik maupun non akademik sehingga terhindar dari perilaku prokrastinasi.

2. Bagi Dosen.

Diharapkan dosen dapat terus memberikan bimbingan dan motivasi kepada mahasiswa/inya untuk segera menyelesaikan skripsi agar terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Disarankan kepada para peneliti selanjutnya untuk meneliti lebih lanjut faktor-faktor yang sering dialami oleh mahasiswa/i yang mengalami prokrastinasi akademik dan menentukan bagaimana strategi yang tepat untuk mengatasi berbagai macam penyebab prokrastinasi tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2011). *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus*. 2, 7.
- Alwisol. (2006). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Bandura, A. (1999). *Social cognitive theory: An agentic perspective*. Vol. 21.
- Craighead, W. E., & Nemeroff, C. B. (Ed.). (2004). *The concise Corsini encyclopedia of psychology and behavioral science* (3rd ed). John Wiley & Sons.
- Chun Chu, A. H., & Choi, J. N. (2005). *Rethinking Procrastination: Positive Effects of "Active" Procrastination Behavior on Attitudes and Performance*. The Journal of Social Psychology, Vol. 145 No. 3, 245–264. <https://doi.org/10.3200/SOCP.145.3.245-264>
- Corsini, R. 2009. Encyclopedia of Psychology, 2st edition, Vol 3. New York: JhonWiley and Sons. (Online), dalam (<http://pamelawurihandayani.blog.esaunggul.ac.id/2012/06/23/seminar-topik-skripsi/di> akses pada 01/03/2013)
- Damri, D., Engkizar, E., & Anwar, F. (2017). *Hubungan Self-Efficacy Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan*. Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling, Vol.3 No.1, 74. <https://doi.org/10.22373/Je.V3i1.1415>
- Dewi Nindya, P & Sudiantara, Y. (2015). *Hubungan Self Efficacy Dengan prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa fakultas Psikologi Kurikulum Berbasis Kompetensi unika Soegijapranata Semarang*. Jurnal: Psikomedia. Vol. 14.No.2 ISSN: 1411-6073
- Djamarah, S. B. (2002). *Rahasia Sukses Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Ermima, Y. R., Parimita, W., & Wibowo, A. (2016). *Locus Of Control Dan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Angkatan 2013 Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta*. Vol. 4 No. 2. <https://doi.org/10.21009/Jpeb.004.2.1>
- Ferrari. (1995). *Procrastination and task Avoidance, Theory, Research and Treatment*. Plenum Press
- Glenn D. (2002). Procrastination in College Student Is a Marker for Unhealthy Behaviors, Study Indicates. *The Chronicle of Higher Education*. Diakses tanggal 7 januari 2010 dari <http://www.physics.ohiostate.edu/~wilkins/writing/Resources/essays/procrastinate>
- Gunarsa, S. D., & Ny Singgih, G. (2000). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT Gunung Mulia.
- Ghufroon, N., & Risnawati, R. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Ilyas, Muhammad, & Suryadi. (2017). *Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Di Sma Islam Terpadu (It) Boarding School Abu Bakar*. Yogyakarta. Vol. 41 No. 1.
- Janssen, T., & Carton, J. S. (1999). *The Effects of Locus of Control and Task Difficulty on Procrastination*. *The Journal of Genetic Psychology*, 160(4), 436–442. <https://doi.org/10.1080/00221329909595557>
- Julianda, B. N. (2012). *Prokrastinasi dan Self Efficacy pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya*. Vol.1 No.1.
- Kamal,B. Rahmadiane, G.D. (2017) *Pengaruh Persepsi, Akreditasi Prodi, Dan Promosi Terhadap Keputusan Memilih Program Studi Akuntansi Pada Politeknik Harapan Bersama*. *Jurnal: Inspirasi Bisnis dan Manajemen*. Vol 1 No. 2. e-2579-9401, p-2579-9312
- Kartadinata, I., & Tjunding, S. (2008). *I Love You Tomorrow: Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu*. Vol. 23 No. 2, 109–119.
- Knaus, W.J., (1973). *Overcoming Procrastination*. New York: Institute for Rational Living.
- Kuntjojo. (2009). *Metodologi Penelitian*. Materi Diklat pada Universitas Nusantara PGRI Kediri

- MCCLOSKEY, J. D. (2011). *Finally, My Thesis On Academic Procrastination*.
- Milgram, N. (Noach), Mey-Tal, G., & Levison, Y. (1998). *Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents. Personality and Individual Differences*, Vol. 25 No. 2, 297–316. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00044-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00044-0)
- Monks, F.J. (2002). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mukhid, A. (2009). *SELF-EFFICACY (Perspektif Teori Kognitif Sosial dan Implikasinya terhadap Pendidikan)*. Vol. 4, No. 1.
- Nindya Prameswari, D., & Sudiantara, Y. (2015). *Hubungan Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Kurikulum Berbasis Kompetensi Unika Soegijapranata Semarang*. Vol. 14 No. 2, 96–104.
- Nurjan, Syarifan. 2020. *Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. ISSN: 2540-8348
- Nuzulia, S. (2010). *Dinamika Stress Kerja, Self Efficacy dan Strategi Coping*. UNDIP.
- Pajares, P., & Miller, M. D. (1994). *Role of Self-Efficacy and Self-Concept Beliefs in Mathematical Problem Solving: A Path Analysis*. 193–203.
- Pasaribu N, Harlin & Syofii Imam (2016) *Analisis Kesulitan Penyelesaian Tugas Akhir Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Mesin Universtas Sriwijaya*. Jurnal Pendidikan Teknik Mesin. Vol.3 Universitas Sriwijaya. No. 1
- Prawitasari, E. J. (2012). *Psikologi Terapan melintasi Disiplin Ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Purwanto, A. Pramono, R. Asbari, M. Santoso, Priyono B. Wijayanti, L. Hyun, C. Putri, R.,S. (2020). *Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online Di Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Psikologi dan Konseling. Vol. 2. No 2. ISSN : 2716-4446.

- Putra, J., & Halimah, L. (2014). *Hubungan Antara Self Efficacy dengan Prokrastinasi akademik Pada Mahasiswa Fakultas Pendidikan Agama Islam Di Universitas Islam 45 Bekasi.*
- Rahayu, Novianti. (2015). *Hubungan Antara Self-EfficacyI dengan Pokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2008 Universitas Negeri Yogyakarta.* Jurnal: Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling.
- Rumiani. (2006). *Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa.* Vol. 3.
- Rusdi, M. L. (2018). *Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Jember 2018.* Vol. 88.
- Safitri, Widayanti Ratna. (2014). *Analisis Korelasi Pearson Dalam Menentukan Hubungan Antara Kejadian Demam Berdarah Dengue Dengan Kepadatan Penduduk Di Kota Surabaya Pada Tahun 2012 - 2014.* Surabaya
- Setiawan, Indra. (2013). *If I Am Sure To Do That Now, ...” Penyusunan Uni Procrastination Scale (Ups).* Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya. Vol.2 No.1
- Siregar. (2017). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif.* Jakarta: Bumi Aksara.
- Sudjana. (2005). *Metoda Statistika.* Tarsito, Bandung
- Solomon, L.j., & Rothblum, E.D. (1989). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology.* Vol.31. Diakses tanggal 17 November 2009 dari http://all.successcenterohio-state.edu/references/procrastinator_APA_paper.htm.
- Solso, R. L., Maclin, O. H., & Maclin. M. (2007). *Psikologi Kognitif.* Jakarta: Erlangga.

- Syah, R. H. (2020). *Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran*. SALAM: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i, 7(5). <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i5.15314>
- Steel, P. (2007). *The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure*. *Psychological Bulletin*, Vol. 133 No. 1, 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. PT Alfabet.
- Tjundjing, S. (2006). *Apakah Prokrastinasi Menurunkan Prestasi? Sebuah Meta-Analisis*. Vol. 22 No. 1, 17–27.
- Triyono, & Khairi, A. M. (2018). *Prokrastinasi Akademik Siswa Sma (Dampak Psikologis dan Solusi Pemecahannya Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam)*. Vol. 19 No. 2.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). *Academic Procrastination and Self-Control in Thesis Writing Students of Faculty of Psychology, Universitas Surabaya*. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, Vol. 17 No. 1, 1. <https://doi.org/10.7454/mssh.v17i1.1798>
- Wangid, M. N. (2014). *Prokrastinasi Akademik: Perilaku Yang Harus Dihilangkan*. Vol. 2 No. 2, 14.
- Wekke, I. S. (2019). *Belajar, Perguruan Tinggi, dan Tradisi Akademik: Melangkah ke Bangku Kuliah* [Preprint]. INA-Rxiv. <https://doi.org/10.31227/osf.io/sqmpx>
- Wibowo. (2014). *Manajemen Kerja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Widhiarso, W. (2017). Pengkategorian Data dengan Menggunakan Statistik Hipotetik dan Statistik Empirik. (*Online*). Diakses Pada 1 November 2020 dari <http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/wp/category/pengembangan-alat-ukur/>.
- Wolters, C.A., (2003). *Assesing Academic Self- Regulated Learning*. Conference on Indicators of Positive Developmen: Child Trends
- Yusuf, Syamsu. Nurihsan, Juntika (2008). *Teori Kepribadian*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Aitem-aitem Self Efficacy					
NO	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya tetap optimis, meskipun banyak mengalami kesulitan dalam menyelesaikan revisi skripsi (kekuatan)				
2	Saya tetap semangat mencari referensi walaupun sangat sulit untuk menemukannya				
3	Saya yakin mampu mengerjakan revisi, baik dari yang termudah hingga sulit				
4	Saya sulit mengerjakan revisi skripsi dari dosen pembimbing				
5	Saya merasa pesimis ketika tidak mampu memahami revisi dari dosen pembimbing				
6	Saya menghindari rasa malas dalam mengerjakan skripsi dengan cara membayangkan keberhasilan yang akan datang				
7	Saya menyerah mengerjakan skripsi jika referensi yang digunakan menggunakan bahasa Inggris				
8	Saya malas membaca referensi karena buku yang tebal dan sulit dimengerti				
9	Saya berusaha mencari jalan keluar jika mengalami kesulitan dalam menyelesaikan skripsi				
10	Saya memilih menolak ajakan main dari teman dan memilih mengerjakan skripsi				
11	Saya lebih memilih untuk bermain dengan teman, tidur, atau bermain <i>game</i> saat menunggu hasil revisi dari dosen pembimbing				

12	Saya mengerjakan skripsi seadanya saja karena malas membaca referensi				
13	Saya baru mengerjakan skripsi jika dosen pembimbing mencari saya				
14	Saya lebih memilih bermain dengan teman daripada mengerjakan revisi skripsi				
15	Saya mampu membagi waktu antara mengerjakan skripsi dan mengerjakan tugas perkuliahan				
16	Saya tetap fokus mengerjakan skripsi walau mengikuti kegiatan di dalam/luar kampus				
17	Saya menunda skripsi karena lebih banyak menghabiskan waktu untuk kerja <i>part time</i>				
18	Saya sulit berkonsentrasi dalam mengerjakan skripsi saat mengalami masalah dengan orang terdekat				
19	Saya senang karena tetap dapat menyelesaikan skripsi dan tetap dapat membantu orang tua bekerja				
20	Saya mengalami kesulitan dalam menyelesaikan skripsi, karena kesulitan dalam memahami revisi dari dosen				
21	Walaupun mengalami kesulitan dalam menuangkan isi pikiran dalam tulisan saya tetap berusaha untuk menyelesaikan skripsi				
22	Saya tetap mencari buku yang dapat menjadi referensi dalam skripsi meskipun dalam bahasa Inggris				
23	Saya yakin mampu menyelesaikan revisi dari dosen pembimbing				
24	Saya mengerjakan skripsi sesuai dengan <i>mood</i>				

25	Saya akan menyalahkan keadaan saat saya tidak dapat mengumpulkan revisi tepat waktu				
26	Saya yakin bahwa saya mampu menyusun kalimat dalam penulisan skripsi dengan baik dan benar				
27	saya tidak memiliki kemampuan untuk mengatur waktu terutama dalam mengerjakan skripsi				
28	Saya bosan mengerjakan skripsi karena terlalu banyak revisi dari dosen				

Lampiran 2 Aitem-aitem Prokrastinasi Akademik

NO	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya baru mengerjakan tugas atau skripsi saat mendekati batas pengumpulan				
2	Sibuk mempersiapkan bahan skripsi sebelum mengerjakan skripsi hingga dekat tenggang waktu pengumpulan Saya lebih memilih untuk mempersiapkan bahan skripsi sebelum mengerjakan				
3	Saya segera mengerjakan revisi yang diberikan dosen pembimbing				
4	Saya mampu mempersiapkan diri untuk mengerjakan skripsi di waktu yang telah ditentukan				
5	Memperhitungkan berapa lama waktu yang dibutuhkan dalam menyelesaikan skripsi				
6	Saya mengalami kesulitan untuk menyelesaikan skripsi sesuai dengan jadwal yang telah tersusun				
7	Saya mengumpulkan revisi skripsi pada waktu yang ditentukan dosen pembimbing				
8	Menyelesaikan skripsi sesuai dengan waktu yang saya targetkan				
9	Saya lebih memilih menghabiskan waktu dengan bermain bersama teman pada waktu senggang daripada menyelesaikan skripsi				

10	Saya lebih memilih menonton tv saat ada acara yang menarik dibanding mengerjakan skripsi				
11	Saya berusaha berkonsentrasi untuk mengerjakan skripsi dengan menjauhkan barang-barang yang saya anggap mengganggu				
12	Saya tetap mengerjakan skripsi walaupun ada acara tv menarik				
13	Saya lebih memilih mengerjakan skripsi daripada pergi jalan-jalan ke <i>mall</i>				
14	Saya tidak dapat menyelesaikan skripsi sesuai dengan waktu yang semestinya				
15	Saya suka mengobrol dengan teman ketika sedang mengerjakan skripsi				
16	Saya mampu menyelesaikan skripsi lebih cepat dibanding teman yang lain				
17	Saya mengerjakan skripsi hingga larut malam dikarenakan bermain terlalu lama				
19	Saya memilih untuk bermain dahulu agar dapat mengerjakan skripsi dengan serius nantinya				
19	Saya akan mengumpulkan hasil revisi beberapa hari sebelum batas pengumpulan terakhir				
20	Saya mengerjakan skripsi sesuai dengan jadwal yang telah saya susun				
21	Saya akan mengerjakan skripsi dahulu kemudian bermain <i>game online</i>				
22	Saya lebih mendahulukan urusan Mencari-cari tempat yang tenang sehingga terlambat mengerjakan skripsi				
23	Saya suka membatalkan jadwal mengerjakan skripsi				

24	Saya akan segera menyelesaikan revisi yang diberikan oleh dosen pembimbing				
25	Saya berusaha mengerjakan skripsi disetiap ada waktu walaupun hanya sebentar				
26	Saya menunda mengerjakan skripsi karena teman saya mengajak pergi				
27	Saya suka menunda-nunda dalam mengerjakan revisi hingga lupa batas waktu pengumpulan				
28	Saya lebih memilih untuk segera mengerjakan skripsi dibanding tidur saat ada waktu senggang				
29	Saya suka mengulur-ngulur waktu untuk memulai mengerjakan skripsi				
30	Saya akan berusaha mengerjakan revisi walaupun hingga larut malam demi segera menyelesaikan skripsi				
31	Saya dapat menyelesaikan skripsi lebih cepat dari waktu yang telah saya rencanakan				

Lampiran 3 hasil Uji Coba Skala *Self-Efficacy*

(Analisis 1)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.823	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	77.5893	79.083	.514	.812
X02	77.7143	78.171	.601	.810
X03	77.5714	79.704	.511	.813
X04	78.2500	78.227	.438	.814
X05	78.0893	78.810	.441	.814
X06	78.1607	82.610	.127	.826
X07	78.1071	76.388	.490	.811
X08	78.3214	75.858	.532	.809
X09	77.5357	82.362	.261	.820
X10	78.5179	82.618	.137	.825
X11	78.9643	82.326	.158	.824
X12	78.0536	75.361	.645	.805
X13	77.9107	78.810	.349	.817
X14	78.2143	78.681	.444	.814
X15	77.8929	79.297	.472	.813
X16	78.0357	79.235	.357	.817
X17	78.0536	77.833	.400	.815
X18	78.6250	81.475	.166	.825
X19	77.9821	83.036	.111	.826
X20	78.5357	92.726	-.467	.851
X21	77.6250	80.930	.423	.816
X22	77.8929	76.206	.560	.808

X23	77.5714	79.704	.546	.813
X24	79.0893	78.592	.458	.813
X25	78.2143	79.771	.240	.823
X26	77.7500	83.100	.136	.824
X27	78.3929	75.843	.570	.808
X28	78.3393	76.046	.492	.811

(Analysis 2)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.878	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	55.6607	70.301	.484	.872
X02	55.7857	69.299	.586	.870
X03	55.6429	70.743	.494	.873
X04	56.3214	69.058	.447	.873
X05	56.1607	68.937	.508	.871
X07	56.1786	67.568	.482	.872
X08	56.3929	65.806	.614	.867
X12	56.1250	65.784	.702	.864
X13	55.9821	68.491	.435	.874
X14	56.2857	70.135	.400	.875
X15	55.9643	70.471	.446	.873
X16	56.1071	71.116	.284	.879
X17	56.1250	67.275	.505	.871
X21	55.6964	72.106	.381	.875
X22	55.9643	68.071	.501	.871
X23	55.6429	70.379	.570	.871
X24	57.1607	69.156	.489	.872
X25	56.2857	69.444	.311	.880
X27	56.4643	65.926	.646	.866
X28	56.4107	66.501	.534	.870

(Analysis 3)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.879	19

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	52.6964	65.888	.476	.874
X02	52.8214	64.877	.582	.871
X03	52.6786	66.331	.483	.874
X04	53.3571	64.706	.438	.875
X05	53.1964	64.561	.501	.873
X07	53.2143	63.117	.484	.874
X08	53.4286	61.231	.630	.868
X12	53.1607	61.446	.701	.865
X13	53.0179	63.654	.463	.874
X14	53.3214	65.386	.422	.875
X15	53.0000	66.255	.418	.875
X17	53.1607	62.792	.511	.873
X21	52.7321	67.727	.361	.877
X22	53.0000	63.818	.487	.873
X23	52.6786	66.077	.547	.873
X24	54.1964	64.633	.495	.873
X25	53.3214	65.022	.306	.882
X27	53.5000	61.345	.664	.866
X28	53.4464	61.997	.543	.871

Lampiran 4 hasil Uji Coba Skala Prokrastinasi Akademik

(Analisis 1)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.851	31

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y01	69.7321	114.163	.553	.841
Y02	69.7500	120.482	.239	.850
Y03	70.2143	114.971	.616	.841
Y04	70.5000	115.709	.680	.841
Y05	70.2500	116.191	.579	.842
Y06	69.6250	117.039	.359	.847
Y07	70.2679	116.018	.555	.842
Y08	70.0536	115.579	.487	.843
Y09	70.0357	118.690	.342	.848
Y10	70.1607	118.865	.360	.847
Y11	70.2321	119.927	.268	.850
Y12	70.1607	116.137	.454	.844
Y13	70.1607	123.483	.053	.856
Y14	69.6607	117.574	.358	.847
Y15	69.8929	120.170	.251	.850
Y16	69.3036	119.924	.258	.850
Y17	69.8571	116.488	.402	.846
Y18	69.4821	120.800	.176	.853
Y19	70.0179	122.491	.109	.854
Y20	70.0714	115.340	.595	.841
Y21	69.8750	124.766	-.019	.859
Y22	69.5714	124.431	-.007	.859

Y23	69.8036	109.106	.731	.834
Y24	70.3393	114.919	.567	.841
Y25	70.3571	115.870	.472	.844
Y26	69.6786	117.277	.383	.846
Y27	69.9286	113.922	.530	.842
Y28	69.8750	120.693	.248	.850
y29	69.6250	112.020	.592	.839
y30	70.3214	121.095	.182	.852
y31	69.7679	119.491	.232	.851

(Analysis 2)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.885	19

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y01	40.5536	72.433	.607	.876
Y03	41.0357	74.435	.570	.878
Y04	41.3214	74.840	.646	.877
Y05	41.0714	74.831	.581	.878
Y06	40.4464	74.652	.411	.883
Y07	41.0893	75.465	.493	.880
Y08	40.8750	74.075	.505	.880
Y09	40.8571	76.706	.351	.885
Y10	40.9821	76.672	.385	.883
Y12	40.9821	74.927	.443	.882
Y14	40.4821	75.491	.386	.884
Y17	40.6786	74.658	.426	.883
Y20	40.8929	74.861	.538	.879

Y23	40.6250	68.930	.747	.870
Y24	41.1607	73.919	.559	.878
Y25	41.1786	75.058	.436	.882
Y26	40.5000	75.091	.423	.883
Y27	40.7500	72.809	.543	.879
y29	40.4464	70.906	.628	.875

Lampiran 5 Hasil Uji Normalitas *Self-Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Self efficacy	.086	54	.200 [*]	.990	54	.921
Prokrastinasi	.112	54	.091	.946	54	.016

Lampiran 6 Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
prokrastinasi * self efficacy	Between Groups	(Combined) Linearity	2649.404	27	98.126	2.825	.005
		Deviation from Linearity	1553.761	1	1553.761	44.731	.000
			1095.643	26	42.140	1.213	.313
	Within Groups		903.133	26	34.736		
Total			3552.537	53			

Lampiran 7 Hasil Uji Korelasi *Self-Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik

Correlations

		self efficacy	Prokrastinasi
self efficacy	Pearson Correlation	1	-.661**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	54	54
prokrastinasi	Pearson Correlation	-.661**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	54	54

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

Lampiran 8 Hasil Kategorisasi *Self-Efficacy*

		Kategorisasi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	8	14.3	14.3	14.3
	Sedang	39	69.6	69.6	83.9
	Tinggi	9	16.1	16.1	100.0
Total		56	100.0	100.0	

Lampiran 9 Hasil Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

		Kategorisasi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	8	14.3	14.3	14.3
	Sedang	39	69.6	69.6	83.9
	Tinggi	9	16.1	16.1	100.0
Total		56	100.0	100.0	