

## HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA BK UPGRIS ANGKATAN 2019

Iis Hidayah<sup>1</sup>, Imarotul Aliyah<sup>2</sup>

Universitas PGRI Semarang<sup>1</sup>

Email: [iisi47641@gmail.com](mailto:iisi47641@gmail.com)

### ABSTRAK

Mahasiswa memiliki beban tugas akademik yang beragam sehingga beberapa mahasiswa melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas akademiknya. Berbagai hal yang menjadi penyebab perilaku prokrastinasi pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019 dalam menjalankan kuliah dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman dari materi yang didapatkan, kemalasan untuk belajar, bermain dengan teman dan waktu belajar yang terpakai untuk kegiatan lainnya yang lebih menyenangkan atau menghibur. sehingga ini menjadi factor penunda selesainya proses perkuliahan, maka mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019 diharapkan memiliki efikasi diri yang tinggi supaya dapat memotivasi dan mendorong dirinya untuk lebih giat dalam menyelesaikan studinya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019. Subjek penelitian pada penelitian ini berjumlah 112 mahasiswa, pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik proportional insidental sampling. Variabel efikasi diri diukur menggunakan skala berdasarkan aspek-aspek efikasi diri dari Bandura yang terdiri dari 32 item, sedangkan variabel prokrastinasi akademik diukur menggunakan skala yaitu skala berdasarkan aspek-aspek dari Ferrari yang terdiri dari 27 item. Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis korelasi Pearson Product Moment dan diperoleh hasil Pearson Correlation = -0,661 dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), menunjukkan ada hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, yang berarti semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya jika efikasi diri rendah maka prokrastinasi akademik mahasiswa akan cenderung tinggi.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Prokrastinasi Akademik, dan Mahasiswa

### ABSTRACT

*College students have a varied academic workload so that some college students delay completing their academic assignments. Various things that cause procrastination behavior among BK UPGRIS class of 2019 college students in carrying out lectures are influenced by a lack of understanding of the material obtained, laziness in studying, playing with friends and study time being used for other activities that are more fun or entertaining. So this is a*

*delaying factor in completing the lecture process, BK UPGRIS class of 2019 students are expected to have high self-efficacy so that they can motivate and encourage themselves to be more active in completing their studies. This research is a quantitative study which aims to determine the relationship between self-efficacy and academic procrastination in BK UPGRIS college students class of 2019. The research subjects in this study were 112 college students, sampling in this study used a proportional incidental sampling technique. The self-efficacy variable is measured using a scale based on aspects of Bandura's self-efficacy which consists of 32 items, while the academic procrastination variable is measured using a scale, namely a scale based on aspects of Ferrari which consists of 27 items. The data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation analysis technique and obtained the results of Pearson Correlation = -0.661 with a significance level of 0.000 ( $p < 0.05$ ), indicating that there is a negative relationship between self-efficacy and academic procrastination, which means that the higher the self-efficacy, the greater the low academic procrastination, conversely if self-efficacy is low then college students' academic procrastination will tend to be high.*

*Keywords: Self-Efficacy, Academic Procrastination, and College Students*

## A. PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan peserta didik pada jenjang perguruan tinggi atau universitas. Menurut Fadjar & Effendi (dalam Muslimin, 2018:2) universitas adalah perguruan tinggi yang menyelenggarakan program Pendidikan keilmuan dan profesional di berbagai bidang ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni. Pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar pada perguruan tinggi (Depdiknas, 2012). Mahasiswa dalam definisi etimologi berasal dari kata Maha dan siswa. Maha yang artinya besar sedangkan siswa adalah pelajar. Maka dari itu mahasiswa adalah pelajar yang menempuh pendidikan dalam tingkatan tertinggi yaitu universitas dan dipandang memiliki pemahaman yang besar dan luas. Fadjar & Effendi (dalam Muslimin, 2018:2) menjelaskan bahwa mahasiswa adalah orang muda usia, miskin pengalaman, getol membangun mimpi-mimpi besar, tapi tak juga bisa terhindar dari dorongan selera sementara (temporal).

Mahasiswa merupakan masa memasuki masa dewasa yang pada umum berada pada rentang usia 18-25 tahun, pada masa tersebut mahasiswa memiliki tanggung jawab terhadap masa perkembangannya, termasuk memiliki tanggung jawab terhadap kehidupannya untuk memasuki masa dewasa. Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012: 27).

Mahasiswa mempunyai peranan penting dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional, sementara itu perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan yang secara formal disertai tugas dan tanggung jawab mempersiapkan mahasiswa sesuai dengan tujuan pendidikan tinggi. Tujuan Pendidikan tinggi dapat

tercapai apabila Tridharma Perguruan Tinggi dapat terlaksana, yaitu mampu menyelenggarakan pendidikan, melakukan penelitian dan melakukan pengabdian pada masyarakat, (UU RI Nomor 12 tahun 2012).

Mahasiswa di harapkan menjadi tulang punggung atau penerus keluarga, masyarakat, negara dan bangsa. Lubis (2018:91) menjelaskan bahwa mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi sebagai civitas akademika. Mahasiswa juga harus memiliki kemampuan berpikir kritis, kemampuan memiliki perencanaan dalam bertindak, memiliki kewajiban dan mandiri dalam menyelesaikan tugas akademik, serta mulai mempertimbangkan kualitas dan standar norma yang berkembang di masyarakat. Mahasiswa memiliki banyak tuntutan sehingga membuat mahasiswa perlu memiliki pengaturan waktu yang baik.

Mahasiswa harus memiliki kemampuan untuk berpikir kritis, kemampuan memiliki perencanaan dalam bertindak, memiliki kewajiban dan mandiri dalam menyelesaikan tugas akademik yang didapatkan dalam proses perkuliahan, serta mulai mempertimbangkan kualitas dan standar norma yang berkembang di masyarakat. Mahasiswa memiliki banyak tuntutan sehingga mahasiswa juga perlu untuk memiliki pengaturan waktu yang baik. Mahasiswa dapat memilih untuk mengerjakan tugas perkuliahan atau tidak, yang mana dapat mempengaruhi nilai ataupun lama masa studi di perguruan tinggi.

Ketika mahasiswa tidak menggunakan waktu sebaik-baiknya, mahasiswa akan cenderung mengulur-ulur waktu dan akhirnya melakukan aktivitas yang tidak bermanfaat sehingga mahasiswa tidak menggunakan waktu secara efektif dan efisien. Akibatnya, tugas akademik terlalaikan atau hasil tugas kurang maksimal sehingga berpotensi menurunkan kualitas mahasiswa terutama kualitas tugas akademik yang dikerjakannya. Faktor intelegensi bukan satu-satunya faktor dalam kelalaian mengerjakan tugas ataupun kurang maksimalnya tugas yang dikerjakan namun dapat disebabkan oleh budaya menunda pekerjaan atau tugas terutama dalam penyelesaian tugas akademik. Kebiasaan menunda suatu tugas disebut dengan istilah prokrastinasi akademik.

Knaus dalam Solomon dan Rothblum (dalam Fitriah, 2015:1) menuliskan bahwa 90% mahasiswa melakukan prokrastinasi, dan 25% dari mereka merupakan prokrastinator parah atau kronis dan beberapa diantara mereka biasanya putus kuliah atau drop-out dari perguruan tinggi. Prokrastinasi juga terjadi dikalangan umum, dan terjadi secara kronis pada 15-20% orang dewasa menurut Harriot & Ferrari; Schowenburg (dalam Fitriah,2015:1)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum (dalam Fitriah, 2015:1) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik yang paling banyak dilakukan oleh mahasiswa adalah mengerjakan tugas paper laporan, belajar untuk ujian, dan membaca tugas mingguan. Ketiga area tersebut mengindikasikan bahwa tugas ini harus dilihat sebagai sesuatu yang penting. Frekuensi penundaan yang dilakukan mahasiswa mempengaruhi performanya dalam bidang akademik.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Janssen dan Carton (dalam Ursia, 2013:3) menyatakan bahwa ada hubungan antara tugas yang sulit dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa ( $p < 0,1$ ). Tugas yang dirasa sulit oleh mahasiswa cenderung akan makin ditunda, sedangkan tugas yang dianggap mudah cenderung akan dikerjakan terlebih dahulu. Selain itu mahasiswa juga cenderung menunda tugas yang menuntut kemandirian tinggi serta memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi.

Berdasarkan hasil pengisian kuisioner yang peneliti berikan kepada sepuluh mahasiswa di prodi BK UPGRIS angkatan tahun 2019, enam diantaranya mengatakan bahwa mereka menunda mengerjakan tugas kuliahnya. Beberapa diantara enam mahasiswa tersebut menyatakan suka menunda mengerjakan tugas sampai sehari sebelum batas pengumpulan tugas atau biasanya dikenal dengan istilah sistem kebut semalam. Dari hasil pengisian kuisioner tersebut dapat dilihat jika banyak mahasiswa yang lebih memilih untuk melakukan kegiatan yang bisa menghibur diri mahasiswa daripada mengerjakan tugas.

Selain hasil pengisian kuisioner, peneliti juga melakukan wawancara terhadap mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2019. Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada 4 mahasiswa di Prodi Bimbingan dan Konseling angkatan 2019 melalui telepon, 3 diantaranya mengatakan bahwa mereka menunda mengerjakan tugas kuliahnya. Mahasiswa tersebut menyatakan bahwa mereka menunda tugas kuliah yang batas pengumpulannya masih lama. Peneliti juga menanyakan alasan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi, sebagian besar mengatakan karena malas dan mengikuti teman-temannya yang juga belum mengerjakan tugas.

Penelitian yang dilakukan oleh Steel (Wahyuningsih,dkk, 2021:40) menghasilkan simpulan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik yaitu gagalnya individu dalam regulasi diri, efikasi diri yang rendah, kurangnya kontrol diri dan ketakutan yang berlebihan atau kegagalan dan terlalu perfeksionis sehingga memiliki keyakinan irasional. Beberapa kajian yang telah diteliti sebelumnya menunjukkan bahwa fenomena prokrastinasi akademik atau menunda-nunda tugas memiliki kecenderungan yang tinggi di kalangan mahasiswa. Dari kajian tersebut dapat ditarik simpulan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi efikasi diri di antaranya regulasi diri, kontrol diri, keyakinan irasional serta salah satunya yaitu efikasi diri.

Konsep efikasi diri pertama kali dikemukakan oleh Bandura. Bandura menginterpretasikan efikasi sebagai keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan memproduksi hal positif (Santrock, 2014:523). Penelitian Mamesah & Kusumiati (2019:326-327) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri sedang yaitu sejumlah 60,78%. Saat mahasiswa memiliki efikasi diri akademik yang baik, mahasiswa akan memiliki penyesuaian diri yang baik. Hal tersebut dilihat dari kemampuan mengerjakan tugas akademik dan cara adaptasi dengan orang di sekitar, lingkungan maupun kesulitan yang dihadapi. Permana, Harahap & Astuti (2016:67) menjelaskan bahwa individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki beberapa karakteristik di antaranya memahami kemampuan yang ia miliki, giat dalam berusaha, memiliki kecenderungan untuk terlibat langsung dalam menyelesaikan tugas dan sebagainya. Karakteristik tersebut dapat menunjukan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri tinggi dapat memahami kompetensi yang dimilikinya dan dapat menyelesaikan kewajibannya sebagai mahasiswa.

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

Hasil penelitian yang dilakukan Irawati (2015:14) memperlihatkan adanya hubungan negatif antara efikasi diri dan kesadaran dengan prokrastinasi akademik.

Penelitian tersebut menunjukkan jika efikasi dan kesadaran diri semakin tinggi maka prokrastinasi akademik semakin rendah dan sebaliknya. Dengan melakukan prokrastinasi akademik banyak dampak negatif yang akan dialami baik oleh mahasiswa yang bersangkutan maupun oleh keluarga dan instansi tempatnya mengikuti perkuliahan. Selain terlambatnya pengentasan tugas-tugas perkembangan yang disebutkan diatas,

Prokrastinasi juga menyebabkan buruknya kinerja pada individu dan menyebabkan hasil yang tidak memuaskan. Prokrastinasi penyusunan skripsi juga berarti bertambahnya masa studi yang ditempuh oleh mahasiswa yang bersangkutan. Dengan bertambahnya masa studi, tanggungan ekonomi yang harus dipikul oleh orang tua juga menjadi bertambah, karena masih harus membayar biaya pendidikan. Melihat data dan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019.

## **B. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan metode positivistik karena berlandaskan pada filsafat positivisme. Digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2017:14).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa S1 jurusan bimbingan dan konseling angkatan tahun 2019 Universitas PGRI Semarang. Berdasarkan data yang didapat dari bagian Tata Usaha jurusan BK Upgris, jumlah mahasiswa S1 jurusan bimbingan dan konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2019 berjumlah 157 mahasiswa. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik proportional insidental sampling dimana teknik penentuan sampling berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2017:124). Dalam pengambilan sampelnya, peneliti menggunakan rumus Slovin. Rumus Slovin memiliki nilai kritis sebesar 5%, dan taraf kepercayaan 95%. Berdasarkan hasil perhitungan rumus tersebut, ditentukan jumlah sampelnya sebanyak 112 subjek.

Alat ukur penelitian dengan skala likert yaitu skala prokrastinasi akademik dan skala efikasi diri (*self efficacy*). Penyusunan skala memodifikasi dengan menghilangkan jawaban netral dengan pertimbangan supaya subyek tidak memberikan jawaban yang monoton (hanya netral). Alasan alter natif jawaban dihilangkan Nussbeck menyebutkan karena dikhawatirkan respon yang di beri kan subyek nantinya tidak variasi (dalam Azwar, 2017). Responen disajikan empat alternatif jawaban tersebut yaitu (S) menunjukkan setuju, (TS) menunjukkan tidak setuju, (SS) menunjukkan sangat setuju, dan (STS) menunjukkan sangat tidak setuju. Analisis uji alat ukur penelitian dilaku kan dengan bantuan program SPSS for Windows dalam proses perhitungan.

Dalam hal ini peneliti mengukur validitas instrumen dengan menguji validitas kontrak (*construct validity*). Berarti instrumen yang sudah dirancang dikonsultasikan dengan validator ahli, kemudian diuji-cobakan di lapangan serta diukur validitasnya. Dalam pengujian validitas butir instrumen, penelitian ini menggunakan teknik korelasi product moment yang dibantu dengan program SPSS

25 for Windows. Instrumen dapat dikatakan valid jika nilai signifikansi dari skor instrumen (Sig 2 tailed)  $< 0,05$ .

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS Statistic 25 dengan analisis uji statistik Cronbach's Alpha. Cronbach's Alpha merupakan sebuah ukuran keandalan yang memiliki nilai berkisar dari nol sampai satu (Hair et al, 2010:92). Menurut Eisingrich dan Rubera (2010:27) nilai tingkat keandalan Cronbach's Alpha minimum adalah 0,70 atau suatu instrumen dapat dikatakan reliabel jika nilai cronbach's alpha  $> 0,70$  sehingga dapat disimpulkan bahwa skala psikologiyang digunakan dalam penelitian memiliki tingkat konsistensi yang tinggi untuk mengambil data.

Analisis uji data penelitian dilakukan dengan bantuan program SPSS for Windows dalam proses perhitungan. Uji Normalitas bertujuan mengetahui apakah suatu distribusi data mengikuti atau mendekati distribusi normal. Uji normalitas dilakukan menggunakan pendekatan Kolmogorov smirnov dengan taraf signifikansi 0,05. Jika nilai signifikansi lebih besar dari  $\alpha$  (5%) maka data berdistribusi normal dan sebaliknya jika lebih kecil dari  $\alpha$  (5%) data tidak berdistribusi normal. Uji linearitas digunakan untuk melihat apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan Uji linieritas ini merupakan syarat sebelum melakukan analisis regresi linier. Analisis data yang digunakan untuk menguji linieritas dalam penelitian menggunakan Uji Lagrange Multipler. Pengambilan keputusannya yaitu jika  $c^2$  hitung  $< c^2$  tabel maka model dinyatakan mempunyai hubungan linier. Pengujian hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi product moment. Apabila hasil perhitungan pada SPSS 25 for windows menunjukkan taraf signifikansi  $> 0,05$  maka ( $H_0$ ) diterima. Jika hasil perhitungan pada SPSS 25 for windows menunjukkan taraf signifikansi  $< 0,05$  maka ( $H_0$ ) ditolak. Dan nilai negatif menunjukkan arah hubungan.

## C. PEMBAHASAN

### 1. Hasil Penelitian

Berikut ini adalah jumlah responden penelitian berdasarkan jenis kelaminnya yang dapat dilihat pada tabel 1. di bawah ini:

Tabel 1. Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	30	26,8 %
Perempuan	82	73,2 %
Total	112	

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat dilihat bahwa responden dalam penelitian ini berjumlah 112 orang. Jumlah responden perempuan lebih banyak daripada jumlah responden laki-laki yaitu berjumlah 82 orang (73,2%) sedangkan responden laki-laki berjumlah 30 orang (26,8%).

Berikut ini adalah jumlah responden penelitian berdasarkan kelasnya yang dapat dilihat pada tabel 2. di bawah ini:

Tabel 2. Data Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Jumlah	Persentase
-------	--------	------------

A	24	21,4%
B	23	20,5%
C	24	21,4%
D	25	22,3%
E	16	14,3%
Total	112	

Berdasarkan tabel 2. di atas, dapat dilihat bahwa jumlah responden paling banyak berasal dari kelas D yaitu sebanyak 25 responden (22,3%) dan paling sedikit berasal dari kelas E yaitu sebanyak 16 responden (14,3%).

Berdasarkan pengolahan data dengan menggunakan aplikasi SPSS 25 for windows, diperoleh data deskriptif untuk variabel efikasi diri pada tabel 3. sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Deskriptif Efikasi Diri

Statistics	
Mean	77.82
Std. Deviation	16.782
Variance	281.625
Range	69
Minimum	45
Maximum	114

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel efikasi diri memiliki nilai mean sebesar 77,82, standar deviasi sebesar 16,782, varians sebesar 281,625, range sebesar 69, nilai minimum sebesar 45, dan nilai maksimum sebesar 114.

Tabel 4. Tingkat Efikasi Diri

Kategori	Jumlah	Persentase
Rendah	23	20.5%
Sedang	67	59.8%
Tinggi	22	19.6%
Total	112	

Berdasarkan tabel 4., subjek dengan kategori efikasi diri tinggi terdapat 19,6%, sebanyak 59,8% mahasiswa mempunyai tingkat efikasi diri dengan kategori sedang, dan sebanyak 20,5% mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang rendah. Dilihat dari rata-rata atau mayoritas, dapat dinyatakan bahwa tingkat efikasi diri mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2019 termasuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan pengolahan data dengan menggunakan aplikasi SPSS 25 for windows, diperoleh data deskriptif untuk variabel prokrastinasi akademik pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Deskriptif Prokrastinasi Akademik  
Statistics

Mean	70.52
Std. Deviation	15.172
Variance	230.198
Range	62
Minimum	34
Maximum	96

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel prokrastinasi akademik memiliki nilai mean sebesar 70,52, standar deviasi sebesar 15,172, varians sebesar 230,198, range sebesar 62, nilai minimum sebesar 34, dan nilai maksimum sebesar 96.

Tabel 6. Tingkat Prokrastinasi Akademik

Kategori	Jumlah	Persentase
Rendah	16	14.3%
Sedang	64	57.1%
Tinggi	32	28.6%
Total	112	

Berdasarkan tabel 6., subjek dengan kategori prokrastinasi akademik tinggi terdapat 28.6%, sebanyak 57.1% mahasiswa mempunyai tingkat prokrastinasi akademik dengan dengan kategori sedang, dan sebanyak 14.3% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Dilihat dari rata-rata atau mayoritas, dapat dinyatakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2019 termasuk dalam kategori sedang.

Hasil uji normalitas data efikasi diri dan prokrastinasi akademik disajikan berikut ini:

Tabel 7. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		112
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	11.39017779
Most Extreme Differences	Absolute	.071
	Positive	.071
	Negative	-.055
Test Statistic		.071
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Dari uji normalitas pada tabel 7., besarnya *Kolmogorov-Smirnov Test* 0,071 dan signifikansi sebesar 0,200, maka dapat disimpulkan bahwa distribusi data dalam penelitian ini berdistribusi normal karena nilai *Asymp. Sig* > 0,05.

Berikut adalah hasil uji linearitas variabel efikasi diri dan prokrastinasi akademik yang dapat dilihat pada tabel 8. di bawah ini:

Tabel 8. Uji Linearitas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik * Efikasi Diri	Between Groups	(Combined) Linearity	14050.869	34	413.261	2.767	.000
		Deviation from Linearity	11151.252	1	11151.252	74.658	.000
		Within Groups	2899.617	33	87.867	.588	.954
Total			11501.095	77	149.365		
Total			25551.964	114			

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui nilai *Sig. deviation from linearity* sebesar 0,954 > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik.

Tabel 9. Uji Korelasi *Product Moment Pearson*

	Efikasi Diri	Prokrastinasi Akademik
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	112
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	-.661**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	112

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

Berdasarkan hasil uji hipotesis korelasi *Product Moment Pearson* diketahui nilai Signifikansi 0,000 < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Dan berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai koefisien korelasi *pearson* variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik bernilai -0,661. Hal ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri berkorelasi negatif terhadap prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik.

## 2. Pembahasan

Berdasarkan langkah-langkah analisis data yang telah dilakukan peneliti terhadap hasil penelitian, maka dapat diperoleh gambaran secara jelas mengenai permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini. Melalui teori-teori yang telah

dibahas sebelumnya efikasi diri merupakan penilaian diri individu terhadap keyakinan dirinya yang merasa mampu melaksanakan suatu tugas tertentu yang telah diberikan kepadanya. Efikasi diri merupakan prediktor negatif dari variabel prokrastinasi akademik, tentu saja hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri berhubungan dengan prokrastinasi akademik siswa.

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa. Temuan ini sejalan dengan penelitian Dwi Irawati (2015) tentang hubungan antara kesadaran diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, didapat kesimpulan bahwa kesadaran diri dan efikasi diri merupakan prediktor negatif dari variabel prokrastinasi akademik dan secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 31,9%.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat 23 mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi yaitu sebesar 19.6%, sebanyak 67 orang atau 59.8% mahasiswa mempunyai tingkat efikasi diri dengan kategori sedang, dan sebanyak 20.5% mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang rendah yaitu sejumlah 22 mahasiswa.

Berdasarkan penelitian pula, terdapat subjek dengan kategori prokrastinasi akademik tinggi terdapat 28.6% atau 16 mahasiswa, sebanyak 57.1% atau 64 mahasiswa mempunyai tingkat prokrastinasi akademik dengan dengan kategori sedang, dan sebanyak 14.3% atau 32 mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Dilihat dari rata-rata atau mayoritas, dapat dinyatakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2019 termasuk dalam kategori sedang. Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dan diketahui melalui langkah-langkah uji persyaratan yang telah dilakukan peneliti yaitu meliputi uji normalitas, uji linieritas, dan uji hipotesis.

Pada uji normalitas yang telah dilakukan oleh peneliti telah diperoleh perhitungan besarnya Kolmogorov-Smirnov Test 0,071 dan signifikansi sebesar 0,200 > 0,05., maka dapat disimpulkan bahwa distribusi data dalam penelitian ini berdistribusi normal.

Pengujian selanjutnya yaitu uji linearitas, pada uji linearitas suatu data dikatakan linier jika nilai signifikansi > 0,05, dari perhitungan yang telah diperoleh oleh peneliti bahwa besarnya nilai signifikansi yaitu 0,954, maka dapat diartikan bahwa data penelitian tersebut bersifat linier.

Pengujian yang terakhir yaitu peneliti telah melakukan perhitungan uji korelasi atau uji hipotesis, pada uji hipotesis suatu data dapat dikatakan berkorelasi jika nilai signifikansi < 0,05. Dari hasil perhitungan yang telah dilakukan oleh peneliti telah diperoleh perhitungan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan nilai Pearson Correlation sebesar -0,661, yang artinya bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang bersifat negatif.

Berdasarkan pengujian data dan uraian di atas, peneliti telah melakukan terdapat hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019. Variabel efikasi diri dengan prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang negatif, dimana semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa, dan sebaliknya jika semakin rendah tingkat efikasi diri maka, akan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa. Hal tersebut dapat dibuktikan sesuai dengan hipotesis yang peneliti ajukan bahwa terdapat hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019.

#### **D. Penutup**

Tingkat efikasi diri pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019 berada pada kategori sedang dengan persentase mencapai 59.8%. Efikasi diri pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019 dipengaruhi oleh 3 faktor yaitu, pengalaman berprestasi atau menyelesaikan tugas, kondisi emosional mahasiswa serta pengalaman orang lain.

Tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019 berada pada kategori sedang dengan persentase mencapai 57,1%. Prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019 dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman dari materi yang didapatkan, kemalasan untuk belajar, bermain dengan teman dan waktu belajar yang terpakai untuk kegiatan lainnya yang lebih menyenangkan atau menghibur.

Terdapat hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki seorang mahasiswa maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya sebaliknya semakin rendah efikasi diri mahasiswa maka akan semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Anwar, S. 2017. *Perilaku mahasiswa jurusan ilmu perpustakaan dalam menyelesaikan tugas-tugas mata kuliah (Skripsi)*. Makassar: UIN Alauddin Makasar.
- Azwar, S. 2017. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Cinthia, R. R., & Kustanti, E. R. 2017. *Hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa*. *Jurnal Empati*, 6(2), 31-37.
- Eisingerich, A. B., & Rubera, G. (2010). *Drivers of Brand Commitment: A CrossNational Investigation*. *Journal of International Marketing*, 18(2), 64–79.
- Fitriah, Zahratul. 2015. *Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Unnes Angkatan Tahun 2009. (Skripsi)*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Ghufron, M. N., & Rini, R. S. (2012). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hair J.F., et al. 2010. *Multivariate Data Analysis. Seventh Edition*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Harkinawati, Meirisyah Anggraeni. 2019. *Pengaruh Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. Skripsi*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Irawati, D. 2015. *Hubungan Antara Kesadaran Diri dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lestari, I. P. K. 2014. *Upaya Meningkatkan Self Efficacy Rendah Terhadap Pemilihan Karir Dengan Konseling Behaviour Teknik Modeling Simbolik Pada Siswa Kelas VIII E Di SMPN N 6 Batang*. Negeri Semarang.
- Lubis, Indah Sari Liza. 2018. *Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. *Jurnal Diversita UMA*, Vol 4 (2): 90-98
- Mamesah, T. S., & Kusumiati, R. Y. E. 2019. *Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Provinsi NTT yang Merantau di*

- Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Jurnal Psikologi Konseling, 14(1), 317-329.*
- Muslimin. 2018. *Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Skripsi Di Universitas Muhammadiyah Malang Ditinjau Dari Keaktifan Berorganisasi. (Skripsi).* Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ni'mah, A., Tadjri, I., & Kurniawan, K. 2014. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi.* Indonesian Journal of Guidance and Counseling, 3(1), 43-48.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. 2016. *Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX di MTS Al Hikmah Brebes.* Jurnal Hisbah, 13(1), 51-68.
- Safa'ati, E., Halim, M. I., & Iliyati, Z. 2017. *Peran regulasi diri dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Muria Kudus.* Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia, 2(1), 75-84.
- Santrock, John W. 2014. *Psikologi Pendidikan.* Jakarta: Salemba Humanika.
- Sinaga, D. H., & Kustanti, E. R. 2017. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Efikasi Diri Wirausaha Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro.* Empati, 6(1), 74-79.
- Sugiyono. 2016. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung : Alfabeta.
- Ursia, N.R., Siaputra, I.B., Sutanto, N. 2013. *Prokrastinasi akademik dan self-control pada mahasiswa skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.* Makara Seri Sosial Humaninora, 17(1), 1-18.
- Wahyuni, S. 2019. *Pengaruh motivasi berprestasi dan flow akademik terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa (Skripsi).* Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.

Wahyuningsih, P., Rahmawati, dan Handoyo, Alfiandy Warih. 2021. Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Sistema: Jurnal Pendidikan* 02 (01).

Yusuf, S. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.