



Korelasi Antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa

Hendrik Tuaputimain¹

hendriktuaputimain@gmail.com

Abstract

The purpose of this study is: (1) to describe academic efficacy and procrastination; and (2) know the relationship between self-efficacy and academic procrastination, (3) To measure how much he contributed to ambon city students in completing the final task. This study includes survey research with the aim of explanatory to explain the relationship between variables through hypothesis testing. The sample in this study was 90 students in Ambon City. Sampling size using cluster random sampling. Data collection using questionnaires. Data analysis techniques use product moment correlation, but previously the data was tested for normality. The results showed that (1) the value of self-efficacy belongs to the high category and academic procrastination of students including the moderate category; (2) There is a significant negative relationship between self-efficacy and academic procrastination, where the r value is 0.461 and the p value is zero; (3) The effective contribution given by the variable of self-efficacy with academic procrastination is indicated by $r = -0.461$ or 46.1%. This means that there are still 53.9% of other factors that affect academic procrastination in students.

Keywords: Self-efficacy; academic procrastination of students

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah: (1) mendeskripsikan efikasi dan prokrastinasi akademik; (2) mengetahui hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik; dan (3) mengukur seberapa besar sumbangsuhnya terhadap mahasiswa Kota Ambon dalam menyelesaikan tugas akhir. Penelitian ini termasuk penelitian survei dengan tujuan eksplanasi untuk menjelaskan hubungan antar variabel melalui uji hipotesis. Sampel dalam penelitian ini adalah 90 mahasiswa di Kota Ambon. Pengambilan *sampel size* menggunakan *cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan angket. Teknik analisis data menggunakan *korelasi product moment*, tetapi sebelumnya data diuji normalitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) nilai efikasi diri tergolong dalam kategori tinggi dan prokrastinasi akademik mahasiswa termasuk kategori sedang; (2) ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik, dimana nilai r sebesar 0,461 dan nilai p adalah nol; dan (3) sumbangan efektif yang diberikan variabel efikasi diri dengan prokrastinasi akademik ditunjukkan dengan nilai r sebesar 0,461 atau 46,1%. Hal ini berarti masih terdapat 53,9% faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Kata kunci: efikasi diri; prokrastinasi akademik mahasiswa

¹ Institut Agama Kristen Negeri Ambon

PENDAHULUAN

Prokrastinasi dalam dunia akademik akhir-akhir ini menjadi masalah klasik di kalangan mahasiswa pada kampus tertentu. Sejumlah mahasiswa yang tersebar di tiga perguruan tinggi Negeri di Kota Ambon mengaku pernah melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan atau menuntaskan tugas akademik. Tugas akademik yang dimaksud adalah penyelesaian tugas akhir berupa skripsi. Hal tersebut dikarenakan adanya perilaku prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa sehingga perlu dikaji lebih lanjut mengenai persoalan yang terjadi.

Secara harfiah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin, yaitu *procrastinate*, yang artinya “*defer till the morning*”,² yakni menunda sampai besok pagi. Pemaknaan tersebut diperoleh dari asal kata *pro* yang berarti *forward* dan *crastinus* yang berarti *belonging to tomorrow*. Hematnya, prokrastinasi merujuk pada kecenderungan untuk menunda atau bahkan menghindar melakukan suatu kegiatan sampai besok hari atau bahkan sampai waktu yang tidak ditentukan. Selain itu, prokrastinasi merupakan kebiasaan dalam melakukan tindakan untuk menunda tugas sampai hari lain,³ sehingga timbul perilaku maladaptif yang dapat menghambat sukses akademik.⁴ Karenanya, prokrastinasi merupakan respons setiap individu dalam mengerjakan tugas akademik berupa tindakan menunda pekerjaan sampai hari berikutnya karena dipandang bisa menyelesaikan dengan sukses dan tepat waktu.

Perilaku menunda dalam dunia akademik dianggap sebagai penundaan tugas khusus yang berkaitan dengan menyelesaikan tugas akademik.⁵ Karena itu, mahasiswa cenderung untuk menunda, mengakhiri bahkan mengabaikan dalam menyelesaikan tugas akhir sehingga apa yang dikerjakan tidak selesai dan tidak tepat waktu.⁶ Oleh sebab itu, dapat dipahami bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu kecenderungan yang ditunjukkan individu untuk menunda pada suatu tugas atau kegiatan-kegiatan tertentu dan perilaku tersebut berkaitan dengan suasana akademik, di mana menunda mengerjakan persoalan atau tugas di maksud dalam kurung waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas

² C Soane and A Stevenson, *Concise Oxford English Dictionary 11th* (London: Oxford, 2005).

³ J. B Burka and L. M. Yuen, *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It* (Camridge: Da Capo Press, 2008).

⁴ Seung Won Park and Rayne A. Sperling, “Academic Procrastinators and Their Self-Regulation,” *Psychology* 03, no. 01 (2012): 12–23.

⁵ L. J Solomon and E. D Rothblum, “Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates,” *Journal of Counseling Psychology* 31 (1984): 503–509.

⁶ Hana Hanifah Fauziah, “Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung,” *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi* 2, no. 2 (2016): 123–132.

sampai pada saat-saat terakhir. Hal tersebut dapat dilihat pada mahasiswa di kampus tertentu.

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di setiap satuan Pendidikan Perguruan Tinggi. Mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan pada masa remaja. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13-17 tahun.⁷ Kendati demikian remaja pada masa transisi dari anak ke dewasa perlu adanya perhatian, bimbingan serta dukungan berkaitan dengan tumbuh kembang sejak dini. Sehingga individu masuk dalam masa remaja akhir dan berperan selaku mahasiswa aktif dapat mengarahkan diri secara positif serta memiliki efikasi diri dalam memecahkan satu permasalahan yang dialaminya. Pada masa ini juga, mahasiswa sering kali melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas akademik. Penundaan tersebut sangat umum terjadi di perguruan tinggi. Beberapa penelitian di Amerika menemukan 95% mahasiswa melakukan prokrastinasi pada permulaan atau penuntasan tugas dan lebih dari 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi secara teratur, di mana kegiatan menunda dilakukan secara intens.⁸ Gambaran ini dapat menjadi cerminan kondisi mahasiswa yang tersebar di Kota Ambon Provinsi Maluku. Pengamatan peneliti pada sejumlah mahasiswa di Kota tersebut dapat disimpulkan bahwa kebiasaan menunda mengerjakan tugas akhir merupakan hal yang pernah dilakukan beberapa waktu belakangan ini. Hal ini diperkuat dengan keterangan dari beberapa dosen yang menyatakan bahwa seakan sudah menjadi fenomena kebiasaan menunda menyelesaikan tugas akhir dan merupakan hal yang lazim dilakukan pada lembaga pendidikan tertentu. Senada dengan hal tersebut dijelaskan bahwa sebagian mahasiswa lebih memilih menunda menyelesaikan tugas akhir dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Pilihan terhadap aktivitas tersebut dapat berdampak pada keterlambatan kelulusan dari target yang telah direncanakan semula.

Hematnya, mahasiswa yang melakukan prokrastinasi sebenarnya bukan karena menghindari atau tidak mau menyelesaikan tugas akhirnya, akan tetapi mengalihkan pikiran dan perhatiannya pada suatu perihal tertentu. Sehingga menunda waktu untuk menyelesaikan kewajibannya selaku individu terpelajar. Hal dimaksud menyebabkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas akhir dengan tepat waktu. Salah satu faktor dalam

⁷ Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Gramedia, 1980).

⁸ Ide Bagus Siaputra, "I Love You Tomorrow: Prokrastinasi Akademik Dan Manajemen Waktu Academic Integrity View Project," *Anima, Indonesian Psychological Journal* 23, no. 2 (2008): 109–119, <https://www.researchgate.net/publication/275715746>.

perilaku prokrastinasi ialah efikasi diri dari mahasiswa dan perlu ditingkatkan sehingga prokrastinasi akademik menjadi rendah.

Perkembangan studi tentang prokrastinasi akademik terus mengalami perkembangan dewasa ini. Hasil studi empiris tentang prokrastinasi yang dilakukan oleh Burns, dkk⁹ dan Wolters,¹⁰ menjelaskan bahwa hasil dari menunda sesuatu adalah kehilangan waktu, kesehatan yang terganggu, dan harga diri yang rendah. Lebih lanjut, penelitian Ferrari, dkk,¹¹ menjelaskan bahwa prokrastinasi dianggap sebagai hambatan mahasiswa dalam mencapai kesuksesan akademis karena dapat menurunkan kualitas dan kuantitas pembelajaran, meningkatkan stres, dan berdampak negatif dalam kehidupannya. Sementara penelitian oleh Lisa Dwi Lastary & Anizar Rahayu,¹² menjelaskan bahwa ada hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik, di mana nilai t hitung (-1.313) dan p value (sig) sebesar 0,191, dengan probabilitas lebih besar dari 0,05.

Mengatasi dampak prokrastinasi mahasiswa pada kampus-kampus tertentu, perlu ditingkatkan pemahaman dan pengetahuan tentang dirinya dan disebut dengan efikasi diri. Hal ini memberi makna bahwa efikasi diri dan prokrastinasi akademik merupakan masalah yang kerap dialami oleh mahasiswa dalam bidang akademik, khususnya dalam menyelesaikan tugas akhir (skripsi). Efikasi diri sangat menentukan seberapa kuat mahasiswa mampu bertahan dalam menghadapi permasalahan yang terjadi sekarang. Di mana dapat diartikan bahwa, semakin tinggi efikasi diri mahasiswa, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik. Senada dengan hal tersebut efikasi diri merupakan keyakinan seseorang mengenai sejauh mana dirinya mampu mengerjakan tugas, mencapai tujuan, dan merencanakan tindakan untuk mencapai suatu gol.¹³ Sementara Bandura selaku salah seorang perintis psikologi¹⁴ menjelaskan bahwa efikasi diri sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam mengorganisasikan dan melaksanakan serangkaian tindakan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki. Selain itu, Ghufron & Risnawita,¹⁵

⁹ L. R Burns et al., "Academic Procrastination, Perfectionism, and Control: Associations with Vigilant and Avoidant Coping," *Journal of Social Behavior and Personality* 5 (2000): 35–46.

¹⁰ C. A Wolters, "Understanding Procrastination from a Selfregulated Learning Perspective," *Journal of Educational Psychology* 95 (n.d.): 179–187.

¹¹ J. R Ferrari, Judith JohnsonL, and G. McCown, William, *Procrastination and Task Avoidance, Theory, Research and Treatment* (New York: Plenum Press, 1995).

¹² D.L Lastary and A Rahayu, "Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau Yang Berkuliah Di Jakarta. , 2(2), 17-23.," *Humaniora* 2, no. 2 (2018): 17–23.

¹³ Indah Sari Liza Lubis, "Hubungan Regulasi Diri Dalam Belajar Dan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa," *Jurnal Diversita* 4, no. 2 (2018): 90.

¹⁴ A Bandura, *Self Efficacy: The Exercise of Control* (New York: W.H. Freeman and Company, 1997).

¹⁵ M. N Ghufron and Risnawita. R. S., *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-ruzz media, 2012).

mendeskripsikan bahwa seseorang dengan efikasi diri tinggi, percaya bahwa individu mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian di sekitarnya. Sedangkan seseorang dengan efikasi diri yang rendah menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan sesuatu yang ada di sekitarnya. Dalam situasi yang sulit, orang dengan efikasi diri rendah cenderung akan menyerah. Sedangkan orang yang memiliki efikasi diri tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada. Tantangan yang dimaksud ialah penyelesaian suatu tugas akhir yaitu skripsi.

Dampak yang terjadi akibat prokrastinasi akademik sering kali tidak menjadi perhatian khusus bagi sebagian mahasiswa. Kondisi tersebut ditunjukkan dari beberapa hasil penelitian yang menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa masih cenderung tinggi. Burka & Yuen,¹⁶ memperkirakan prokrastinasi pada mahasiswa mencapai 75%, dengan 50% dari mahasiswa mengakui bahwa prokrastinasi konsisten dan menganggapnya sebagai masalah. Kemudian Schraw dkk.,¹⁷ menjelaskan bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik diprediksi sangat sedikit yang memanfaatkan tenggang waktu yang diberikan untuk menyelesaikan tugas akhir. Dengan demikian, mahasiswa yang tidak memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam mengambil keputusan seyogianya mahasiswa cenderung menghindari dirinya dari tugas akhir yang dirasa melampaui batas kemampuannya. Kenyataan yang terurai menggambarkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh efikasi diri.

Masalah efikasi diri dan prokrastinasi yang dialami mahasiswa di Kota Ambon membuat peneliti perlu melakukan peninjauan lebih lanjut tentang efikasi diri dan prokrastinasi akademik serta mengetahui seberapa besar pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada kalangan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir di perguruan tinggi. Hasil penelitian ini diharapkan memberi sumbangsih bagi pihak lain yang tertarik untuk meneliti permasalahan ini serta menjadi bahan pertimbangan antisipatif sebab-sebab terjadinya prokrastinasi akademik mahasiswa khususnya dalam proses menyelesaikan tugas akhir mahasiswa di Ambon serta masukan kepada mahasiswa tentang pentingnya efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir.

¹⁶ J. B Burka and L. M Yuen, *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It* (Cambridge: Da Capo Press, n.d.).

¹⁷ G Schraw, T Wadkins, and L Olafson, "Doing the Things We Do: A Grounded Theory of Academic Procrastination," *Journal of Educational Psychology* 99, no. 1 (2007): 12–25.

METODE

Penelitian ini termasuk penelitian survei dengan tujuan eksplanasi. Secara eksplanasi penelitian ini dilakukan untuk mencari hubungan satu variabel dengan variabel yang lain melalui uji hipotesis. Sehingga dapat menjelaskan kedudukan variabel-variabel yang diteliti serta hubungan satu variabel dengan variabel lain.¹⁸ Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa di Kota Ambon yang sedang berada pada studi akhir. Sementara sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari tiga perguruan tinggi di Kota Ambon, yakni Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Ambon, Universitas Pattimura pada program studi Matematika dan Kimia, dan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ambon sejumlah 90 mahasiswa yang diambil secara *cluster random* sampling pada angkatan 2012-2014 dan telah mengambil mata kuliah tugas akhir namun belum selesai ujian skripsi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik non tes dengan instrumen berupa skala Likert yang terdiri dari skala efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada kalangan mahasiswa dengan empat kategori jawaban. Selanjutnya, analisis data menggunakan korelasi *product moment* agar memperoleh gambaran mengenai korelasi antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademi pada kalangan mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data dari variabel efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada kalangan mahasiswa secara umum dapatlah dideskripsikan sebagai berikut:

Efikasi Diri

Terdapat tiga indikator dalam skala efikasi diri yang digunakan untuk mendeskripsikan tentang variabel tersebut antara lain: (1) tingkat kesulitan tugas (*level magnitude*), (2) keluasaan (*generality*), dan (3) kekuatan keyakinan (*strength*). Ketiga indikator tersebut kemudian dianalisis dan dilakukan kategorisasi. Hasil deskripsi skor skala efikasi diri disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 1
Klasifikasi Skala Efikasi Diri

Klasifikasi	Normal Klasifikasi	Skor	Frekuensi	Persen
Tinggi	$x \geq \mu + 1\sigma$	$x \geq 84$	52	57,8 %
Sedang	$\mu - 1\sigma < x < \mu + 1\sigma$	$56 < x < 83,5$	38	42,2 %
Rendah	$x \leq \mu - 1\sigma$	$x \leq 56$	-	-

¹⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2018).

Data pada tabel 1 menunjukkan bahwa efikasi diri mahasiswa di Kota Ambon tergolong tinggi, dengan persentase sebesar 57,8 % dan 42,2 % tergolong sedang. Angka ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada posisi sedang. Artinya, mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir menunjukkan perilaku prokratinasi sehingga belum mampu untuk mengatasi kesulitan yang ada karena tidak yakin akan kekuatan dirinya.

Prokrastinasi Akademik

Hasil deskripsi prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2
Klasifikasi Skala Prokrastinasi Akademik

Klasifikasi	Normal Klasifikasi	Skor	Frekuensi	Persen
Tinggi	$x \geq \mu + 1\sigma$	$x \geq 87$	7	7,8 %
Sedang	$\mu - 1\sigma < x < \mu + 1\sigma$	$58 < x < 87$	61	67,8 %
Rendah	$x \leq \mu - 1\sigma$	$x \leq 58$	22	24,4 %

Pada tabel 2 terlihat klasifikasi prokrastinasi akademik yang diukur berdasarkan indikator: (1) keterlambatan dalam menyelesaikan tugas; (2) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual; dan (3) melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Merujuk pada indikator tersebut, hasil analisis data menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir termasuk kategori sedang, di mana 67,8% mahasiswa mengalami keterlambatan, tidak mempunyai waktu, dan melakukan hal lain yang lebih menyenangkan dari pada menyelesaikan tugas akhir.

Analisis Korelasi *Product Moment*

Salah satu kegunaan dari Korelasi *Product Moment* adalah untuk menyatakan ada atau tidaknya hubungan antara variabel X dengan variabel Y. Pembuktian dilakukan dengan menggunakan nilai $\alpha = 0.05$, variabel bebas dikatakan memiliki hubungan signifikan dengan variabel terikat jika nilai $sig. < 0.05$

Tabel 3
Hasil Analisis Korelasi *Product Moment*

Variabel Independen	Variabel Dependen	Nilai Korelasi <i>Product Moment</i>	Sig.	Ket
Efikasi Diri	Prokrastinasi	-0.461	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diperoleh nilai korelasi *product moment* (r_{xy}) antara variabel efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir pada

mahasiswa adalah -0,461 dengan *sig.* $0.000 < 0.01$ menunjukkan koefisien korelasi tersebut signifikan pada taraf signifikansi 99% atau 0.01. Ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir pada mahasiswa.

Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Akhir pada Mahasiswa

Pernyataan pada hipotesis tersebut dapat diterima melalui hasil yang ditemukan oleh peneliti dalam penelitian ini. Hasil analisis penelitian dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment* yang menunjukkan angka korelasi sebesar -0,461 dengan *sig.* $0.000 < 0.01$. Sehingga tampak ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir pada mahasiswa di Ambon. Artinya semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir pada mahasiswa, dan sebaliknya semakin rendah tingkat efikasi diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir pada mahasiswa di Ambon. Besarnya sumbangan efektif efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik dapat dilihat pada nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar -0.461, hal ini berarti bahwa efikasi diri mampu memprediksi prokrastinasi akademik sebesar 46,1%, sedangkan 53.9% dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diukur dalam penelitian ini, seperti kelelahan,¹⁹ kemampuan mengatur diri,²⁰ dan gaya pengasuhan orang tua,²¹ serta faktor lainnya.

Selama proses penyelesaian tugas akhir sering terjadi keraguan dalam diri mahasiswa tentang kemampuan menyelesaikan tugas akhirnya dengan baik. Hal ini dipengaruhi oleh keadaan mahasiswa yang dituntut untuk mempertanggung jawabkan karya ilmiah yang telah menjadi kewajibannya, namun hal itu tidak dapat dilakukan dengan baik karena munculnya kemalasan sehingga membuat adanya perilaku prokrastinasi akademik dalam diri mahasiswa. Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik salah satunya ialah faktor internal yaitu efikasi diri.

Adanya faktor efikasi diri yang efektif dan efisien mendorong mahasiswa untuk mampu mengatur tingkah laku dan menjalankan tingkah laku tersebut sebagai strategi yang berpengaruh terhadap performansi mahasiswa mencapai tujuan dalam menyelesaikan tugas

¹⁹ Ferrari, JohnsonL, and McCown, William, *Procrastination and Task Avoidance, Theory, Research and Treatment*.

²⁰ Park and Sperleng, "Academic Procrastinators and Their Self-Regulation."

²¹ Habibeh Mortazanajad, Faride mostafafi, and Shahram Vahedi, "Self-Regulation and Dimensions of Parenting Styles Predict Psychological Procrastination of Undergraduate Students," *Iranian Journal of Psychiatry* 4, no. 4 (2009): 147–154, <http://ijps.tums.ac.ir/index.php/ijps/article/view/518>.

akhir pada perguruan tinggi. Di samping itu apabila tingkat *efikasi diri* seseorang individu cenderung tinggi maka tingkat prokrastinasi akademik rendah, begitu pula sebaliknya jika tingkat efikasi diri rendah maka tingkat prokrastinasi akademik tinggi. Efikasi diri mahasiswa pada situasi yang tertentu, memiliki peran dalam menurunkan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir pada mahasiswa.

Berdasarkan pada uji hipotesis dalam penelitian ini mendeskripsikan bahwa aspek-aspek yang terdapat pada variabel efikasi diri memiliki kaitan dengan aspek-aspek yang terlihat dalam variabel prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir pada mahasiswa IAKN Ambon, IAIN Ambon dan FKIP Unpatti program studi pendidikan Matematika dan pendidikan Kimia. Seperti yang diungkapkan oleh Bandura bahwa efikasi diri terdiri dari 3 (tiga) aspek utama yaitu tingkat (*level, magnitude*), keluasaan (*generality*), dan kekuatan (*strength*).²² Sedangkan aspek prokrastinasi akademik yang diuraikan oleh Ferrari,²³ yaitu: 1) Menunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, 2) Keterlambatan/kelambanan dalam menyelesaikan tugas, 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, 4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas yang harus diselesaikan.

Hal yang menarik apabila dilihat dari penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Berdasarkan uji hipotesisnya menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Akan tetapi ada juga hasil penelitian lain yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang cukup signifikan antara kedua variabel tersebut misalnya hasil penelitian yang dilakukan oleh Annisa Rosni Zusya, Sari Zakiah Akmal,²⁴ dengan judul “Hubungan *Self Efficacy* Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi”. Dilihat pada hasil uji korelasi ditemukan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi ($r = -0,059$, $p = 0,398$).

Salah satu aspek yang terkandung dalam variabel efikasi diri yaitu tingkat (*level*) yaitu apabila individu atau mahasiswa dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun maka individu terbatas pada tugas-tugas yang lebih mudah, sedang bahkan meliputi tugas-tugas yang lebih sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan. Apabila mahasiswa

²² Ghufron and Risnawita. R. S., *Teori-Teori Psikologi*.

²³ Ferrari, JohnsonL, and McCown, William, *Procrastination and Task Avoidance, Theory, Research and Treatment*.

²⁴ Annisa Rosni Zusya and Sari Zakiah Akmal, “Hubungan *Self Efficacy* Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi,” *Psychathic : Jurnal Ilmiah Psikologi* 3, no. 2 (2016): 191–200.

dengan merasakan kemampuannya cukup untuk melaksanakan tugas berdasarkan tingkatnya. Namun mahasiswa bisa saja menghindari penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas.

Aspek keluasaan (*generality*) merupakan aspek efikasi diri yang menjelaskan tentang tingkat kekuatan dan keyakinan atau pengharapan individu mengenai kehidupannya. Aspek ini biasanya berkaitan langsung dengan aspek level, yaitu makin tinggi taraf kesulitan tugas, makin lemah untuk menyelesaikannya sehingga menjadi keterlambatan dan kelambanan dalam menyelesaikan tugas atau skripsi. Begitu juga aspek generalisasi berkaitan dengan individu yang merasa yakin dengan kemampuannya. Dengan adanya hal tersebut membantu mahasiswa untuk tidak menunda tugas dan dapat menyelesaikan tugas sesuai dengan harapan bersama. Bahkan kemampuan dapat mengatasi keterlambatan dalam menyelesaikan tugas.

Penelitian ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Damri, Engkizar, dan Fuady Anwar,²⁵ tentang “Hubungan Self-Efficacy dan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan, Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik, Dengan menggunakan analisis *Pearson Product Moment Correlation* dapat ditunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik dengan perolehan (r hitung) = -0.590 pada taraf signifikansi 0,000.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini dapat dipaparkan bahwa hasil penelitian menggambarkan efikasi diri dan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa cenderung menunjukkan kategori sedang. Ada hubungan negatif sebesar -0,461 atau 46,1% antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir pada mahasiswa tertentu di Ambon. Sehingga dapat dijelaskan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri pada mahasiswa tertentu di kota Ambon maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir pada mahasiswa, begitu juga sebaliknya semakin rendah efikasi diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir pada mahasiswa di Ambon. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi perguruan tinggi sebagai acuan

²⁵ Damri Damri, Engkizar Engkizar, and Fuady Anwar, “Hubungan Self-Efficacy Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan,” *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling* 3, no. 1 (2017): 74.

dalam upaya membantu mahasiswa mengembangkan kemampuan di bidang akademik dan meminimalisir permasalahan yang ada akibat prokrastinasi akademik.

Kontribusi Penelitian

Kontribusi dari tulisan ini ialah memberikan gagasan bahwa mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik dapat menurunkan tingkat perilaku prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir sebagai seorang mahasiswa semester terakhir di Kota Ambon, Sehingga perilaku mahasiswa yang terkesan menunda-nunda tugas atau kerja perlahan-lahan mengalami penurunan dan mahasiswa sendiri akan menyadari serta menghindari kebiasaan tidak terpuji yang dilakukan olehnya.

Rekomendasi Penelitian Lanjutan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang terurai di atas. Maka ada hal terpenting yang penulis rekomendasikan kepada para peneliti selanjutnya untuk meneliti tentang perilaku prokrastinasi akademik dalam kalangan mahasiswa pada masa covid-19 dengan memperhatikan faktor-faktor lain yang memengaruhinya misalnya kesehatan, kemampuannya, dukungan sosial orang sekitar, keluarga dan lain sebagainya.

Ucapan Terima kasih

Melalui tulisan artikel ini pertama-tama penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada Tuhan Yesus Sang pemberi pengetahuan, oleh karena kasih dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan artikel ini. Hal yang sama juga disampaikan kepada lembaga tercinta Institut Agama Kristen Negeri Ambon dan semua civitas Akademika, terkhusus Program Pascasarjana untuk kegiatan seminar nasional, sehingga artikel ini dapat dipublikasi. Ucapan terima kasih juga, penulis sampaikan kepada pengelola jurnal Teologi Berita Hidup yang telah menerbitkan tulisan penulis di dalam jurnal dimaksud. Semoga kita semua sehat dan dipelihara Sang kuasa.

REFERENSI

- Bandura, A. *Self Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company, 1997.
- Burka, J. B, and L. M. Yuen. *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It*. Cambridge: Da Capo Press, 2008.
- Burka, J. B, and L. M Yuen. *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It*. Cambridge: Da Capo Press, n.d.
- Burns, L. R, K Dittman, N Nguyen, and J. K Mitchelson. "Academic Procrastination, Perfectionism, and Control: Associations with Vigilant and Avoidant Coping." *Journal of Social Behavior and Personality* 5 (2000): 35–46.

- Damri, Damri, Engkizar Engkizar, and Fuady Anwar. "Hubungan Self-Efficacy Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan." *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling* 3, no. 1 (2017): 74.
- Fauziah, Hana Hanifah. "Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung." *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi* 2, no. 2 (2016): 123–132.
- Ferrari, J. R, Judith JohnsonL, and G. McCown, William. *Procrastination and Task Avoidance, Theory, Research and Treathment*. New York: Plenum Press, 1995.
- Ghufron, M. N, and Risnawita. R. S. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz media, 2012.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia, 1980.
- Lastary, D.L, and A Rahayu. "Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau Yang Berkuliah Di Jakarta. , 2(2), 17-23." *Humaniora* 2, no. 2 (2018): 17–23.
- Lubis, Indah Sari Liza. "Hubungan Regulasi Diri Dalam Belajar Dan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa." *Jurnal Diversita* 4, no. 2 (2018): 90.
- Mortazanajad, Habibeh, Faride mostafafi, and Shahram Vahedi. "Self-Regulation and Dimensions of Parenting Styles Predict Psychological Procrastination of Undergraduate Students." *Iranian Journal of Psychiatry* 4, no. 4 (2009): 147–154. <http://ijps.tums.ac.ir/index.php/ijps/article/view/518>.
- Park, Seung Won, and Rayne A. Sperling. "Academic Procrastinators and Their Self-Regulation." *Psychology* 03, no. 01 (2012): 12–23.
- Schraw, G, T Wadkins, and L Olafson. "Doing the Things We Do: A Grounded Theory of Academic Procrastination." *Journal of Educational Psychology* 99, no. 1 (2007): 12–25.
- Siaputra, Ide Bagus. "I Love You Tomorrow: Prokrastinasi Akademik Dan Manajemen Waktu Academic Integrity View Project." *Anima, Indonesian Psychological Journal* 23, no. 2 (2008): 109–119. <https://www.researchgate.net/publication/275715746>.
- Soane, C, and A Stevenson. *Concise Oxford English Dictionary 11th*. London: Oxford, 2005.
- Solomon, L. J, and E. D Rothblum. "Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates." *Journal of Counseling Psychology* 31 (1984): 503–509.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta, 2018.
- Wolters, C. A. "Understanding Procrastination from a Selfregulated Learning Perspective." *Journal of Educational Psychology* 95 (n.d.): 179–187.
- Zusya, Annisa Rosni, and Sari Zakiah Akmal. "Hubungan Self Efficacy Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi." *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi* 3, no. 2 (2016): 191–200.