

Pengaruh *Self Efficacy* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2019 Yang Sedang Skripsi Di Universitas Islam Bandung

Safrina Prasasti Kherunnisa *, Siti Qodariah

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*safrinapk22@gmail.com, siti.qodariah@yahoo.co.id

Abstract. Many final year students experience academic procrastination but they feel confident that they can complete their thesis. But in fact, in the class of 2019 students, many students did not do their thesis and delayed working on their thesis so that the thesis did not go right. This is thought to be caused by many factors that arise from students and from the environment around students. Often this happens which has an impact on students becoming less confident about the description being done, often delaying working on the thesis, and feeling less satisfied with the grades obtained. The purpose of this study was to determine the effect of self-efficacy on academic procrastination in students of class 2019 at Bandung Islamic University. The measuring tools used are self-efficacy questionnaires from aspects of Albert Bandura and academic procrastination from Ferrari adapted by Damri et al (2017). With the validity of 1 item declared invalid, namely statement number 25 on the self-efficacy measurement instrument and reliability test, which is 0.9. This study used a sample of 100 students of class 2019 at Bandung Islamic University. By using accidental sampling techniques, where every student who matches the characteristics of the sample is immediately sampled. The data analysis technique used is Multiple Linear Regression. The research results show that the sig value ($0.000 < 0.05$) means that Generalization, Level and Strength simultaneously influence academic procrastination. And self-efficacy influences academic procrastination by 51.7%. This means that self-efficacy contributes to academic procrastination.

Keywords: *Students, Self Efficacy, Procrastination*

Abstrak. Mahasiswa tingkat akhir banyak yang mengalami prokrastinasi akademik akademik namun mereka merasa yakin dapat menyelesaikan skripsi nya, namun pada kenyataannya pada mahasiswa angkatan 2019 banyak mahasiswa yang tidak mengerjakan skripsi dan menunda mengerjakan skripsi sehingga skripsi tersebut tidak kunjung beres. Banyaknya faktor yang muncul dari diri mahasiswa dan dari lingkungan sekitar mahasiswa, sering memberikan dampak pada mahasiswa menjadi merasa kurang percaya diri terhadap srkripsi yang dikerjakan, sering menunda mengerjakan skripsi, serta merasa kurang puas dengan nilai yang di dapatkan. Tujuannya dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara self efficacy terhadap prokrastinasi akademik akademik pada mahasiswa angkatan 2019 di Universitas Islam Bandung. Alat ukur yang digunakan yaitu kuesioner self efficacy dari aspek-aspek Albert Bandura dan prokrastinasi akademik akademik dari Ferrari yang diadaptasi oleh Damri.dkk (2017). Penelitian ini menggunakan sampel 100 mahasiswa angkatan 2019 di Universitas Islam Bandung. Dengan menggunakan Teknik sampling accidental. Teknik analisis data yang digunakan adalah Regresi Linear Berganda. Hasil penelitian menunjukan bahwa nilai sig ($0,000 < 0,05$) artinya Generalisasi (Generality), Tingkat (Level) dan Kekuatan (Strength) berpengaruh secara bersamaan terhadap prokrastinasi akademik. Dan self efficacy berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik Akademik sebesar 51,7%. Artinya self efficacy berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik akademik.

Kata Kunci: *Mahasiswa, Efikasi Diri, Prokrastinasi*

A. Pendahuluan

Mahasiswa UNISBA menunjukan fenomena khusus mengenai prokrastinasi akademik menurut Fitriani (2022). Didapatkan hasil sebanyak 224 mahasiswa atau 56% ada dalam golongan prokrastinasi akademik aktif dan 176 mahasiswa atau 44% ada dalam golongan prokrastinasi akademik pasif. Temuan tersebut menunjukkan ada 224 mahasiswa yang ikut serta dalam belajar online di Kota Bandung menunda mengerjakan tugas akademik dan 176 mahasiswa lain menganggap tugas tersebut terlalu sulit sehingga tidak dapat menyelesaikannya. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan Fatmahendra dan Nugraha (2018), terdapat 120 siswa perguruan tinggi di Kota Bandung juga menjelaskan bahwa 74% mahasiswa menunda melakukan pembelajaran untuk mengerjakan ujian dan tugas. Hasil dari presurvei kedua, yang tersebar ke 296 mahasiswa, menunjukan mahasiswa UNISBA secara umum ingin menyelesaikan kuliah mereka pada waktunya, tetapi mereka sering menunda saat memulainya, yang menyebabkan penundaan. Solomon dan Rothblum (2016) juga mendukung gagasan bahwa salah satu alasan terjadinya prokrastinasi akademik adalah ketakutan akan gagal dan ketakutan ini dapat menunjukan *self efficacy* yang rendah pada mahasiswa.

Dilihat dari masalah itu, penulis ingin menganalisis lebih jauh mahasiswa angkatan 2019 yang sedang menggarap skripsi di Universitas Islam Bandung. Untuk memperkuat permasalahan peneliti melakukan *prasurvey* pada 30 mahasiswa angkatan 2019. Berdasarkan data yang didapat, sebanyak 60,67% responden mereka merasa kurang percaya diri dengan tugas kuliah, sering menunda tugas, serta merasa kurang puas dengan nilai yang di dapatkan. Data tersebut didukung oleh wawancara bahwa sebagian dari mahasiswa tersebut lebih menyukai melakukan hal lain yang menurut mereka tidak berhubungan dengan mengerjakan tugas-tugas kuliah. Hal ini menggambarkan terjadi prokrastinasi akademik yang cukup tinggi pada hasil *prasurvey* tersebut dan memperkuat permasalahan pada penelitian ini.

Dalam beberapa penelitian menunjukan faktor penyebab prokrastinasi akademik akademik pada mahasiswa diantaranya adalah *anxiety*, judgement kepada diri sendiri, tidak adanya toleransi, mencari kesenangan, tidak mampu mengatur waktu serta lingkungan sekitar tidak mendukung, pendekatan yang buruk pada tugas, tidak tegasnya pada diri sendiri, stress dan kelelahan (Bernard, 2008). Sikap penundaan dan lalai dalam mengatur waktu juga menjadi faktor utama yang mengakibatkan penundaan dalam mengerjakan tugas (Wulandari, 2020).

Selain itu, analisis dari Annisa dan Sari (2016) mengenai *self efficacy* dan prokrastinasi akademik akademik pada mahasiswa didapatkan hasil bahwa *self efficacy* tidak terdapat korelasi signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Namun, menurut Bandura (1995), keefektifan diri sendiri sangat mempengaruhi upaya dan ketahanan seseorang dalam menerima tantangan. Mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi menganggap tugas yang sukar menjadi tantangan dan bukanlah ancaman. Mahasiswa akan sangat berkomitmen untuk mencapai tujuan mereka. Mereka juga akan berusaha keras dan berpikir secara strategis untuk mengatasi kegagalan. Mahasiswa juga menganggap kegagalan sebagai hasil dari kurangnya upaya untuk berhasil. Selain, itu orang mampu memulihkan perasaan mereka dengan cepat setelah mengalami kegagalan.

Solomon dan Rothblum (2016) juga mendukung gagasan bahwa salah satu alasan terjadinya akademik adalah ketakutan akan gagal dan ketakutan ini dapat menunjukan *self efficacy* yang rendah pada mahasiswa. Berdasarkan fenomena yang ditemukan oleh peneliti pada mahasiswa angkatan 2019 yang sedang menyelesaikan skripsi dan karena penelitian literatur menunjukan bahwa hasil penelitiannya berbeda. Peneliti melakukan penelitian terhadap mahasiswa angkatan 2019 dikarenakan berdasarkan fenomena yang didukung dengan dilakukannya *prasurvey* pada mahasiswa angkatan 2019 di UNISBA menunjukan bahwa mereka mempunyai tingginya *self efficacy* tetapi mereka juga mempunyai akademik yang tinggi. Sehingga ketika mereka yakin dengan sesuatu hal yang mereka kerjakan dan yakin akan hasil yang didapatkan, seharusnya mereka mampu menyelesaikan skripsi nya tepat waktu akan tetapi karena mahasiswa angkatan 2019 mendapatkan hasil yang tinggi maka mereka tidak menyelesaikan skripsinya dan menunda-nunda untuk mengerjakan. analisis ini dilaksanakan guna mengetahui pengaruh *self efficacy* terhadap akademik pada mahasiswa angkatan 2019 di UNISBA.

B. Metodologi Penelitian

Dalam analisis ini yang menjadi populasi untuk meneliti yakni seluruh mahasiswa aktif di Universitas Islam Bandung angkatan 2019 yang sedang menyusun tugas akhir atau skripsi jumlahnya 792 mahasiswa. Dengan menggunakan pengambilan sampel bergantung pada adanya subyek yang menjadi sampel, yakni orang-orang yang bertemu peneliti dan dianggap sesuai dengan kriteria sebagai sampel. *Convenience sampling* adalah strategi pengambilan sampel penelitian kuantitatif yang melibatkan pemilihan peserta berdasarkan ketersediaan mereka bagi peneliti. Partisipan dalam strategi ini dipilih karena mereka mudah didapat oleh peneliti.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Uji Model Fit (Uji F)

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	25.138	3	8.379	35.486	.000 ^b
Residual	22.669	9	.236		
Total	47.806	9			

a. Dependent Variable: prokrastinasi akademik

b. Predictors: (Constant), Generalisasi (Generality), Tingkat (Level), Kekuatan (Strength)

Berdasarkan hasil perhitungan didapat nilai sig ($0,000 < 0,05$) artinya Generalisasi (*Generality*), Tingkat (*Level*) dan Kekuatan (*Strength*) berpengaruh secara bersamaan terhadap prokrastinasi akademik.

Hasil Perhitungan Koefisien Parsial

Variabel Penelitian	Koefisien beta x Zero order	Hasil	(%)
Tingkat (<i>Level</i>)	$0,205 \times 0,598$	0,122	12,2%
Kekuatan (<i>Strength</i>)	$0,403 \times 0,710$	0,286	28,6%
Generalisasi (<i>Generality</i>)	$0,187 \times 0,626$	0,118	11,8%
Total		0,526	52,6%

Sumber: Data diolah peneliti, 2023

Dari perhitungan pada tabel diatas setelah dihasilkan persentase dengan demikian terlihat variabel Tingkat (*Level*) (X_1) memengaruhi sebanyak 12,2% sementara variabel Kekuatan (*Strength*) (X_2) memengaruhi sebanyak 28,6%, dan variabel Generalisasi (*Generality*) (X_3) memberikan pengaruh yaitu sebesar 11,8% terhadap Prokrastinasi akademik Akademik (Y).

Pengujian *Self efficacy* terhadap Prokrastinasi akademik

Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.719 ^a	0,517	0,512	0,48564

a. Predictors: (Constant), *self efficacy*

Berdasarkan tabel di atas bahwa *self efficacy* berpengaruh terhadap variabel dependen yaitu prokrastinasi akademik sebanyak 51,7% sementara yang lainnya sebanyak 48,3% dijelaskan oleh faktor-faktor lain diluar model yang diteliti.

Hasil Karakteristik Responden			
No	Jenis Kelamin	Frekuensi	%
1	Laki-laki	31	31%
2	Perempuan	69	69%
Total		100	100%

No	IPK	Frekuensi	%
1	<2,50	32	32%
2	2,50-3,00	25	25%
3	3,01-3,50	43	43%
4	>3,50	32	32%
Total		100	100%

No	Tingkat Menguasai Materi Skripsi	Frekuensi	%
1	Menguasai	28	28%
2	Masih Harus Memahami	54	54%
3	Kurang Menguasai	18	18%
Total		100	100%

No	Hambatan Mengerjakan Skripsi	Frekuensi	%
1	Sibuk bekerja	12	12%
2	Sibuk dengan mata kuliah	19	19%
3	Dosen sulit ditemui	23	23%
4	Materi sulit dipahami	31	31%
5	Lainnya	15	15%
Total		100	100%

Hasil penelitian ini sejalan dengan Solomon dan Rothblum (2016) yaitu salah satu unsur yang menentukan mahasiswa berperilaku prokrastinasi akademik yaitu *self efficacy*. Dimana

mahasiswa yang mempunyai *self efficacy* yang positif akan memiliki keyakinan dalam perilakunya sesuai dengan yang diinginkan, sedangkan mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang negatif tidak memiliki keyakinan dalam berperilaku atau cenderung menghindari perilaku yang akan dilakukan. Sebagai mahasiswa yang mana bertanggung jawab pada tugas-tugas serta skripsi yang harus segera diselesaikan, apabila mahasiswa tersebut memiliki *self efficacy* positif, maka mahasiswa sanggup memberi arahan dan mengerti mengenai tugas yang seharusnya diselesaikan.

Dari temuan analisis, ditarik simpulan bahwasannya mahasiswa dengan *self efficacy* tinggi, mahasiswa tersebut akan mampu untuk menyelesaikan tugasnya dan percaya akan kemampuan yang dimilikinya dalam menjalani kesulitannya. Hal tersebut terlihat dari mahasiswa di setiap mata kuliah mendapat tugas. Maka dari itu, *self efficacy* dalam diri mahasiswa bisa menjadi faktor dalam sebesar apa upaya yang dilakukan mahasiswa untuk bertahan di kesulitan dalam menyelesaikan skripsi.

Terdapat responden dengan IPK 3,00-3,50 lebih mendominasi dibandingkan dengan IPK lainnya tidak dapat dipastikan bahwa mereka mengalami prokrastinasi akademik karena prokrastinasi akademik bisa terjadi kepada siapa saja selama keyakinan dalam dirinya berkurang dan banyak dari mahasiswa hanya mengambil skripsi saja dengan keadaan bahwa dirinya menilai masih harus menguasai materi skripsi. Hal lainnya menggambarkan bahwa fenomena/masalah yang diambil untuk skripsi lebih banyak merupakan sesuatu yang unik atau gejala yang jarang terjadi, banyak dari mahasiswa memiliki target menyelesaikan skripsi dalam waktu 1 semester kedepan. Dengan hal tersebut, tentunya menjadi beban tersendiri dikarenakan harus mengejar tantangan yang dihadapi dalam menyelesaikan skripsi dengan proses mengerjakan skripsi kadang bersama dengan teman kadang sendiri, sangatlah berpengaruh dalam mengerjakan skripsi, dikarenakan ketika mahasiswa memiliki teman dalam berdiskusi dan menyamakan persepsi mengenai skripsi yang dikerjakan akan meningkatkan keyakinan lebih dalam menyelesaikan skripsi tersebut beda hal nya ketika mengerjakan sendiri. Dalam mengerjakan skripsi dibutuhkan sekitar 3-4 jam untuk mengerjakan skripsi. Dari kebanyakan mahasiswa, hambatan dirasakan dalam mengerjakan skripsi yaitu mengenai materi yang sulit dipahami, literatur yang sulit untuk dicari sehingga salah satu hal yang membuat mahasiswa berperilaku prokrastinasi akademik adalah hal tersebut.

Tingginya *self efficacy* seorang individu akan memengaruhi ketekunan upayanya dalam menghadapi masalah. Sementara rendahnya tingkat *self efficacy* pada diri seseorang bisa menghambat usaha dan mengakibatkan seseorang tersebut putus asa. Mahasiswa dengan *self-efficacy* akademik yang positif dapat mengeluarkan semua kemampuan mereka agar tercapainya hal yang diinginkan, sementara mahasiswa dengan tingkat *self-efficacy* akademik rendah akan menjauhi tugasnya, turunkannya upaya yang dilakukan, dan mudah menyerah. Hal tersebut menunjukkan bahwa *self-efficacy* akademik pada mahasiswa dapat membuat mahasiswa lebih yakin akan kemampuan dirinya menyelesaikan tugas yang menjadi tanggung jawabnya, tidak membuang-buang waktu dalam mengerjakan tugas (Bisingli, 2016).

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut :

1. Hasil penelitian menjelaskan bahwa *self efficacy* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik, dengan semakin *baiknya self efficacy* maka rendah tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. *Self efficacy* memberikan kontribusi terhadap prokrastinasi akademik sebesar 51,7% sedangkan sisanya sebesar 48,3% dijelaskan oleh faktor-faktor lain diluar model yang diteliti.
2. Hasil penelitian menjelaskan bahwa *self efficacy* pada mahasiswa angkatan 2019 yang sedang skripsi yaitu sebagian besar mereka memiliki keyakinan bahwa mereka yakin akan mampu untuk menyelesaikan skripsi sesuai dengan harapannya. Selain itu aspek *strength* (kekuatan) memiliki pengaruh sebesar 28,6% , hal tersebut berkaitan dengan tingkat keyakinan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi dalam berbagai keadaan. Hal ini menjelaskan bahwa bahwa *self efficacy* pada mahasiswa angkatan 2019 yaitu cukup

tinggi.

Daftar Pustaka

- [1] Bandura, A. (1993). *Self efficacy The Exercise Of Control*. W.H. Freeman and Company New York
- [2] Bisinglasi, M. G. (2016). Hubungan Self efficacy Akademik Dengan Prokrastinasi akademik Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Angkatan 2014. Skripsi.
- [3] Damri D., Engkizar, E., & Anwar, F. (2017). *Hubungan self efficacy dan prokrastinasi akademik Akademik Mahasiswa dalam Menyelesaikan tugas Perkuliahan*. JURNAL EDUKASI : Jurnal Bimbingan Konseling.
- [4] Fatamahendra. I, Nugraha, S. (2018). *Hubungan Kecemasan dengan Prokrastinasi akademik Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Bandung*. Prosiding Psikologi.
- [5] Ferrari. J. R., Judith. L. J., William G. M. (1995). *Procrastination And Task Avoidance Theory, Research, and Treatment*. Springer Sciens+Business Media, LLC.
- [6] Fitriani. (2021). Pengaruh Academic Self efficacy terhadap Prokrastinasi akademik Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring. Prosiding UNISBA.
- [7] Nurvika. (2022). Pengaruh Self efficacy dengan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Prokrastinas Akademik dalam Proses Pengerjaan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
- [8] Solomon. L. J. dan Rothblum, E.D (1984). *Academic Procrastination: Frequency and Cognitive Behavioral Correlates*. Jorunal of Counceling Psychology, Vol. 31, No.4
- [9] Zajacova, A., Scott M. L., Thomas J. E. (2005). *Self Efficacy, Stress And Akademik Succes In College*. Reserch In Higher Education.
- [10] R. Habibah and I. U. Sumaryanti, “Pengaruh Skills Group Dialectical Behavior Therapy terhadap Penurunan Disregulasi Emosi Ibu,” *Jurnal Riset Psikologi*, pp. 17–22, Jul. 2023, doi: 10.29313/jrp.v3i1.1849.
- [11] S. Zalfa, D. Sartika, and R. H. Permana, “Studi Deskriptif Mengenai Career identity Pada Mahasiswa Program MBKM di Universitas Islam Bandung,” *Jurnal Riset Psikologi*, vol. 3, no. 2, pp. 147–154, Dec. 2023, doi: 10.29313/jrp.v3i2.2996.
- [12] B. Nurul Azizah and Susandari, “Pengaruh Determinan Attitude, Subjective Norms, dan Perceived Behaviour Control terhadap Intensi Berwirausaha pada Siswa SMK di Kota Bandung,” *DELUSION: Exploring Psychology*, vol. 1, no. 1, 2023, doi: 10.29313/delusion.vxix.xxx.