

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN
SKRIPSI PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UMA
SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh

Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

Oleh:

JENNY MONICA P

17.8600.012



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

MEDAN

2022

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 7/9/22

Access From (repository.uma.ac.id)7/9/22

HALAMAN PERSETUJUAN

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI

NAMA : JENNY MONICA P

NPM : 17.8600.012

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN



Ka. Bagian



(Dinda Permatasari Hrp S. Psi, M.Psi, Psikolog)

Dekan



(Hasanudin Ph.D)

Tanggal Sidang : 11 Agustus 2022

HALAMAN PENGESAHAN

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA
DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI

Pada Tanggal

11 Agustus 2022

MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA



DEWAN PENGUJI

1. Nini Sri Wahyuni, S.Psi, M.Psi
2. Cut Sarah, S.psi. M.Psi
3. Drs. Mulia Siregar, M.Psi
4. Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi

TANDA TANGAN

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini saya yang susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana yang merupakan karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentudalam penelitian skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 11 Agustus 2022



Peneliti

Jenny Monica P

17.8600.012

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jenny Monica P

NPM : 17.8600.012

Program Studi : S1 Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah yang berjudul: **Hubungan Antara *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UMA.** Dengan **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif** ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/memformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan skripsi milik saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada Tanggal : 11 Agustus 2022

Yang Menyatakan



(Jenny Monica P)

HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI

UMA

JENNY MONICA P
17.8600.012

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa di Fakultas Psikologi UMA. Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif. Pengambil Sample menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan jumlah sampel 85 mahasiswa Fakultas Psikologi UMA yang sedang menyelesaikan skripsi. Teknik pengambilan sampel dan data menggunakan dua skala likert, yaitu skala *self efficacy* dan prokrastinasi akademik. Uji analisis data menggunakan teknik kolmogorov-smirnov (r_{xy}) diperoleh hasil sebesar 0,968 dengan signifikansi $p = 0.000 < 0.050$. Artinya hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan negatif antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UMA yang sedang menyelesaikan skripsi. *Self efficacy* tergolong rendah dimana mean hipotetik = 92,5 > mean empirik = 91,70 dan selisihnya melebihi bilangan SD = 22,58. Prokrastinasi akademik tergolong tinggi dimana mean hipotetik = 87,5 < mean empirik = 113,30 dan selisihnya melebihi bilangan SD = 14,22. Adapun Koefisien determinan dari korelasi tersebut sebesar $r^2 = 0,937$. Artinya *self efficacy* memberikan sumbangan efektif terhadap prokrastinasi akademik sebesar 93,7%.

Kata Kunci: Mahasiswa, *Self efficacy*, Prokrastinasi akademik

**THE CORRELATION BETWEEN SELF-EFFICACY AND
ACADEMIC PROCRASTINATION IN COMPLETING THE
THESIS IN THE STUDENTS OF THE FACULTY OF
PSYCHOLOGY**

**JENNY MONICA P
17. 8600. 012**

ABSTRACT

This study aims to see the correlation between self-efficacy and academic procrastination in completing thesis on students at the Faculty of Psychology UMA. This research uses quantitative method. Sampling using purposive sampling technique, with a total sample of 85 students of the Faculty of Psychology UMA who are completing their thesis. Sampling technique and data using. There are two Likert scales, namely the self-efficacy scale and academic procrastination. The data analysis test using the Kolmogorov-Smirnov (rxy) technique obtained a result of 0.968 with a significance of $p = 0.000 < 0.050$. This means that the hypothesis is accepted, namely that there is a negative relationship between self-efficacy and academic procrastination on students of the Faculty of Psychology UMA who are completing their thesis. Self efficacy is classified as low where the hypothetical mean = 92.5 > empirical mean = 91.70 and the difference exceeds the SD number = 22.58. Academic procrastination is high where the hypothetical mean = 87.5 < empirical mean = 113.30 and the difference exceeds the SD number = 14.22. The coefficient of the determinant of the correlation is $r^2 = 0.937$. This means that self-efficacy contributes effectively to academic procrastination by 93.7%.

Keywords: Student, Self efficacy, Academic procrastination

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kesehatan, kekuatan, ketenangan, dan daya pikir sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UMA”** tepat pada waktunya. Tidak lupa pula dan salam penulis tujukan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan hikmat dan kebijaksanaan bagi peneliti dalam menulis karya ilmiah ini.

Suatu berkat yang luar biasa bagi penulis dengan penuh perjuangan menghadapi berbagai ujian dan cobaan yang menghasilkan sumber ilmu yang luar biasa sehingga skripsi ini dapat menjadi sebuah goresan tinta yang bermanfaat bagi kita semua, khususnya untuk kemajuan pendidikan. Selama proses penulisan skripsi ini penulis menerima banyak menerima bantuan dari berbagai pihak. Bantuan yang diberikan sangat penulis hargai, ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada :

1. Kepada Yayasan H.Agus Salim Universitas Medan Area.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng., M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Hasanuddin Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Semoga Fakultas Psikologi Universitas Medan Area selalu menjadi yang terbaik.
4. Bapak Drs, Mulia Siregar, selaku ketuga sekaligus dosen pembimbing, yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing saya, selalu sabar dalam membimbing, mengingatkan, memberi masukan serta semangat kepada saya, yang selalu meringankan dan melancarkan segala urusan saya selama proses pembuatan skripsi.

5. Ibu Cut Sarah S.psi, M.Psi selaku sekretaris dalam sidang skripsi ini. Terimakasih atas arahan dan masukannya.
6. Ibu Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembeding dalam sidang skripsi ini. Terimakasih atas arahan dan masukan yang telah diberikan.
7. Kepada seluruh dosen pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, terima kasih atas ilmu yang Bapak dan Ibu berikan kepada peneliti. Tanpa Bapak/Ibu peneliti tidak ada apa-apanya, dan seluruh staff administrasi (tata usaha) Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memperlancar proses penyelesaian kuliah dan skripsi peneliti.
8. Bapak Hasanuddin Ph.D selaku dekan yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk dapat melakukan pengambilan data dan mengadakan penelitian di Fakultas Psikologi UMA
9. Terimakasih kepada kedua orang tua peneliti Bapak Marjo Panggabean dan Ibu Sajatik yang telah banyak memberikan dukungan, doa, nasehat dan semangat serta membantu peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Terimakasih kepada Pimpinan di tempat peneliti bekerja Bapak Erick Cuaca yang selalu memberikan ijin bagi peneliti setiap kali ada kepentingan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
11. Terimakasih kepada teman-teman yang sudah banyak membantu dan memberikan dukungan kepada peneliti dalam penyelesaian skripsi ini Andika Ginting, Sindy Gristin, dan Merlia Agatha.

12. Tidak lupa juga terimakasih banyak untuk sahabat-sahabat yang sangat saya cintai Randi, Fatwa, Habib, Finky, Dennis, dan Aldi.

13. Mahasiswa-mahasiswi yang sedang berjuang dalam penyelesaian skripsi, terimakasih atas partisipasi dan waktunya untuk mengisi angket peneliti.

14. Semua pihak yang sudah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas semua kebaikan kalian berikan.

Terimakasih untuk semua pihak yang terlibat dalam membantu dan memberikan dukungannya kepada peneliti dan tidak bisa di sebutkan satu persatu. Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas semua kebaikan kawan-kawan semua dan memberikan kebahagiaan dunia akhirat. Amin.

Medan, 11 Agustus 2022



Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK.....	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah.....	10
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	10
1. Manfaat Secara Teoritis.....	10
2. Manfaat Secara Praktis	11
BAB II	12
LANDASAN TEORI.....	12
A. Mahasiswa	12
1. Pengertian Mahasiswa	12
2. Ciri-ciri Mahasiswa	13
3. Tugas dan Tanggung Jawab Mahasiswa	14
B. <i>Self Efficacy</i>	16

1. Pengertian Self Efficacy	16
2. Faktor yang mempengaruhi Self Efficacy	18
3. Karakteristik Orang Yang Memiliki Self Efficacy	25
4. Aspek-Aspek Self Efficacy.....	27
5. Fungsi Self-Efficacy.....	29
C. Prokrastinasi Akademik.....	34
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	34
2. Jenis-Jenis Tugas Prokrastinasi akademik.....	36
3. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik.....	38
4. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik.....	40
5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	44
D. Hubungan Antara <i>Self Efficacy</i> dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi	49
E. Kerangka Konseptual	52
F. Hipotesis	52
BAB III	54
METODE PENELITIAN.....	54
A. Tipe Penelitian	54
B. Identifikasi variabel penelitian.....	54
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	54
1. Prokrastinasi Akademik.....	55
2. Self Efficacy	55
D. Populasi dan Sampel Penelitian	55
1. Populasi	55
2. Sampel	55
3. Teknik Pengambilan Sampel	56
E. Teknik Pengumpulan Data.....	56
1. Skala Self Efficacy	57
2. Skala Prokrastinasi akademik	58
Tabel 3.3 Skor Untuk Pertanyaan Skala Prokrastinasi Akademik	59

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	59
1. Validitas Alat Ukur	59
2. Reliabilitas Alat Ukur.....	60
G. Metode Analisis Data	60
BAB IV	62
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	62
A. Orientasi Kancan Penelitian	62
B. Persiapan Penelitian	63
1. Persiapan Administrasi.....	63
2. Persiapan Alat Ukur	63
C. Pelaksanaan Penelitian	67
D. Analisis Data dan Penelitian	68
1. Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik	68
2. Validitas dan Reliabilitas Skala Self Efficacy	70
3. Uji Normalitas.....	72
4. Uji Linieritas	73
5. Uji Hipotesis	74
E. Pembahasan	78
BAB V	83
SIMPULAN DAN SARAN	83
A. Simpulan.....	83
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA	85
DAFTAR LAMPIRAN	90

DAFTAR TABEL

Tabel 3.2 Skor Untuk Pertanyaan Skala Self Efficacy	58
Tabel 3.3 Skor Untuk Pertanyaan Skala Prokrastinasi Akademik	59
Tabel 4.1 Distribusi Item Skala Prokrastinasi Akademik Sebelum Penelitian	64
Tabel 4.2 Distribusi Item Skala Self Efficacy Sebelum Penelitian.....	64
Tabel 4.3 Distribusi Item Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Penelitian	68
Tabel 4.4 Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik	69
Tabel 4.5 Distribusi Sebaran Item Skala Self Efficacy Setelah Penelitian	70
Tabel 4.6 Uji Reliabilitas Self Efficacy.....	71
Tabel 4.7. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	72
Tabel 4.8 Rangkuman Hasil Uji Linieritas Hubungan	73
Tabel 4.9 Rangkuman Hasil Analisis Kolmogorov-Smirnov	74
Tabel 4.10 Interpretasi Terhadap Koefisien Korelasi.....	75
Tabel 4.11 Hasil Perhitungan Rata-rata Hipotetik dan Empirik	77

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I	91
Skala Penelitian.....	91
LAMPIRAN II	99
Data Skala Prokrastinasi Akademik	99
Data Skala <i>Self Efficacy</i>	99
LAMPIRAN III.....	112
Uji Validitas & Reliabilitas.....	112
LAMPIRAN IV.....	119
Normalitas.....	119
LAMPIRAN V	121
Linieritas	121
LAMPIRAN VI.....	124
Uji Hipotesis & Uji Korelasi	124
LAMPIRAN VI.....	126
Surat Izin Penelitian	126

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Awal pandemi covid-19 memicu ketakutan bagi seluruh penduduk dunia. Hal ini menyebabkan gangguan sosioekonomi global, penundaan dan pembatalan acara-acara yang memicu kerumunan, dan keterbatasan beraktivitas di luar rumah, dan bahkan menyebabkan kematian. Sejak pandemi covid-19 dunia belajar kehidupan yang baru, dimulai dari keterbatasan kontak fisik dengan orang lain, aktivitas kerja dilakukan dari rumah, dibatasinya akses wisata, keharusan memakai masker ketika berada di luar rumah, dan keharusan vaksinasi. Secara psikologis dunia juga diperhadapkan dengan kecemasan akan kematian akibat pandemi ini.

Pandemi covid-19 memiliki dampak yang sangat besar bagi dunia termasuk dunia pendidikan. Sistem pendidikan formal yang umumnya belajar dengan tatap muka di ruangan sekolah/kampus secara langsung kini memasuki gaya belajar yang baru yaitu belajar secara daring melalui aplikasi-aplikasi zoom, couldx, dan watshapp. Sistem belajar yang terbatas, dan virtual membuat peserta didik terbatas juga menerima pembelajaran. Selain belajar, hal yang penting di sekolah dan kampus adalah bersosialisasi. Dengan belajar secara virtual peserta didik terbatas untuk bersosialisasi dengan teman-temannya.

Keterbatasan dan kesulitan tersebut juga berdampak bagi mahasiswa sebagai calon intelektual yang dituntut berfikir kritis dan dipersiapkan menuju dunia kerja dan dunia politik yang berkualitas. Salah satu contohnya adalah

mahasiswa-mahasiswi yang sedang menyusun skripsi. Mahasiswa-mahasiswi yang sedang menyusun skripsi harus melakukan kegiatan bimbingan skripsi, observasi dan wawancara, dan pengambilan data kelapangan. Observasi di tempat penelitian menjadi terhambat karena dibatasinya kegiatan di luar rumah, tidak mendapat ijin berkunjung dari tempat penelitian, dan terhambatnya pengambilan data penelitian. Hambatan-hambatan ini membuat semangat mahasiswa menurun sehingga melakukan penundaan dalam penyelesaian skripsi.

Dalam Kamus Bahasa Indonesia (KBI), mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa dengan kemampuan yang lebih tinggi harus mampu memahami konsep, mampu memetakan masalah dan memilih solusi terbaik dari masalah tersebut. Akan tetapi, mahasiswa akan mengalami berbagai kendala saat melaksanakan kegiatan akademik, banyak kegiatan yang harus dilakukan dan dilaksanakan, banyak persyaratan yang harus dipenuhi, manajemen waktu yang kurang baik, dan tugas kuliah yang menumpuk. Menurut Sarafino (2006), jika mahasiswa tidak dapat memenuhi persyaratan tersebut, maka situasi ini diperkirakan akan menekan mereka.

Skripsi adalah salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S1) di setiap Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Indonesia. Mahasiswa yang sedang duduk di bangku perkuliahan pada akhirnya harus mengerjakan tugas akhir mereka yang berupa skripsi maupun tesis. Pada mahasiswa/i yang telah berada pada tahap akhir masa pendidikan mereka, mereka harus mengerjakan skripsi untuk menyandang gelar

sarjana/strata1. Pada saat mengerjakan skripsi mahasiswa akan dihadapkan dengan berbagai macam tantangan. Tantangan yang akan dihadapi dapat berupa, sulitnya mencari judul skripsi, sulitnya menemui dosen pembimbing, dan mencari literatur yang sesuai dengan judul yang diteliti.

Menghadapi tantangan baru dan gaya hidup baru diperlukan keyakinan dan kepercayaan diri pada mahasiswa sehingga mampu memberikan respon yang baik di tengah kondisi yang kurang baik. Keyakinan dan kepercayaan terhadap diri sendiri sangat diperlukan mahasiswa sebagai bagian dari cara menyesuaikan diri dalam menyusun skripsi di tengah pandemi ini. Banyaknya tantangan dalam menyusun skripsi ada dua sikap yang dapat terjadi yaitu sikap menghindar dan sikap menghadapi. Akan tetapi fenomena yang terjadi adalah penundaan akan tugas-tugas akhir oleh mahasiswa.

Yuanita, (Aini &Iranita, 2011) mendefenisikan prokrastinasi akademik sebagai suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai sesuatu tugas maupun menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan yang secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri.

Ciri-ciri mahasiswa yang melakukan prokratinasi akademik adalah penundaan untuk memulai dan menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Prokrastinasi akademik tidak terjadi dengan sendirinya tanpa ada faktor yang

mempengaruhi. Ada dua jenis faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari kondisi fisik individu, dan kondisi psikologis individu. Faktor eksternal antara lain pengasuhan orangtua, dan kondisi lingkungan.

Seseorang dianggap melakukan prokrastinasi akademik apabila memenuhi aspek-aspek seperti penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang menyenangkan. McCloskey (2011). Salah satu faktor yang mempengaruhi tingginya prokrastinasi akademik adalah rendahnya *self efficacy*. Dalam menyelesaikan suatu tugas perlu adanya *self efficacy* pada diri mahasiswa.

Bandura (2010) mendefinisikan efikasi diri sebagai evaluasi individu terhadap kemampuan atau kompetensi diri dalam melakukan tugas, mencapai tujuan serta hambatan yang ada. Ciri-ciri *self efficacy* adalah dapat menangani berbagai situasi yang menantang, seperti kemampuan untuk mengatasi rintangan yang dihadapi. Ancaman yang ada dianggap sebagai salah satu tantangan yang harus dihadapi dan tidak perlu dihindari. Gigih dalam berusaha, percaya terhadap kemampuan dalam menghadapi masalah yang dihadapi, memperlihatkan keraguan yang dimiliki rendah, dan suka mencari sesuatu yang baru/keluar dari zona nyaman.

Ciri individu yang memiliki *self efficacy* rendah adalah lamban dalam membenahi diri (efikasi diri) ketika menghadapi masalah ataupun tantangan. Tidak percaya diri menghadapi rintangan yang ada, dan ancaman yang ada dianggap sebagai suatu bagian yang harus dihindari. Mengurangi usaha

sehingga mudah untuk menyerah, meragukan kemampuan dan keterampilan pada diri sendiri, aspirasi dan komitmen pada tugas dan tanggung jawab rendah, tetap berada dalam zona nyaman dan tidak berani untuk mencoba hal-hal yang baru.

Self efficacy dalam menyelesaikan skripsi sebaiknya dimiliki oleh setiap mahasiswa. Sebagai calon intelektual yang sedang dipersiapkan dalam dunia kerja dan masyarakat, sebaiknya mahasiswa mampu berfikir kritis, kreatif dan memiliki *self efficacy* dalam situasi apapun. Akan tetapi tidak semua mahasiswa mampu melakukan *self efficacy*, hal ini tampak dari banyaknya mahasiswa yang belum seminar proposal padahal sudah setahun menyusun skripsi. Untuk memperoleh informasi yang lebih akurat peneliti melakukan observasi dan wawancara terhadap mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Berdasarkan hasil observasi dari pengamatan peneliti memperoleh informasi bahwa pandemi mempengaruhi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir. Hal ini tampak dari banyaknya mahasiswa stambuk 2017 belum seminar proposal dan peneliti memperoleh informasi ini dari salah seorang staff Fakultas Psikologi. Beberapa mahasiswa tidak melakukan bimbingan skripsi dan peneliti memperoleh informasi ini dari grup-grup bimbingan skripsi. Selanjutnya beberapa mahasiswa memilih meniggalkan kuliahnya padahal sudah sampai pada tugas akhir.

Setelah melakukan observasi di lapangan, selanjutnya peneliti melakukan wawancara untuk memperoleh informasi tambahan dari tempat penelitian. Peneliti melakukan wawancara terhadap beberapa mahasiswa

dimana dilaksanakannya penelitian, ada pun wawancara tersebut yang pertama dengan mahasiswi berinisial Y sebagai berikut:

Berdampak kali kak covid ini sama semangat nyusun skripsi, aku udah selesai blueprint kan, mau penelitianlah kemaren tapi disuruh ditunda dari pihak ee tempat penelitianku. Disuruh ditunda penelitiannya atau pindah karna kan supervisornya gamau melanggar protokol kesehatan kan. Ga bisa disalahkan juga namanya pandemi kek gini, tapi aku malas jadinya mau bimbingan, mau buka skripsi malasnya. Jadinya belum ada bimbingan sampe sekarang. Bulan depanlah bimbingan lagi. (Komunikasi personal, 20 Juni 2021)

Wawancara yang dilakukan dengan mahasiswa dengan inisial I:

Streslah pokoknya, udahlah revisi terus, pas giliran jumpa dosen juga susah, penelitian juga susah, bagus cuti aja. Sempatberfikiran untuk ambil cuti tapi apa namanya..., kalau ditunda bakal malas kan melanjutkan kuliah ini, akhirnya kucoba aja kuhadapi makanya masih kukerjakan skripsiku semoga cepat lulus,doain ya ka biar engga bayar uang kuliah lagi aku. Hahaa. (Komunikasi personal, 19 Juni 2021)

Wawancara yang dilakukan dengan mahasiswi dengan inisial R:

Pas awal awal semangat sih, karna ini tugas terakhir kan, eh pas aku ada kendala fenomenanya ga pas terus, revisi terus udah mulai malas aku, kawan-kawan udah siap sempro, udah sidangpun sebagian, awak fenomena aja yang jadi masalah. Susah kurasa bimbingan daring. Udah ga mood lagi ngerjakannyapun. Lagian udah ketinggalan juga aku dari kawan-kawanku. (Komunikasi personal, 10 Juni 2021)

Dari hasil observasi dan wawancara dengan beberapa mahasiswa sebagai subjek penelitian, diperoleh informasi bahwa kondisi ini berdampak bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Terhalangnya pengambilan data di lapangan menyebabkan prokrastinasi mahasiswa meningkat. Hal ini terlihat dari sikap mahasiswa yang menunda menyelesaikan skripsi. Selain itu bimbingan skripsi yang dilakukan secara online/daring menyebabkan kesulitan bagi mahasiwa dalam menyelesaikan skripsi. Meskipun demikian

disisi lain tetap ada mahasiswa yang memiliki prokrastinasi yang rendah, hal ini terlihat dari sikapnya tetap menyelesaikan skripsi meskipun menghadapi banyak tantangan.

Faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah takut gagal, tidak menyukai tugas, efikasi diri yang rendah, kesukaran mengambil keputusan, ketergantungan yang kuat pada orang lain, dan pengambilan resiko yang berlebihan (Solomon dkk, 2002). Ghufron, (2011) berpendapat bahwa prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berkaitan dengan tugas akademik. Keterlambatan akademik terutama disebabkan oleh mahasiswa.

Hubungan *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik adalah tingkat prokrastinasi yang tinggi menyebabkan *self efficacy* yang rendah. Sebaliknya tingkat prokrastinasi akademik yang rendah menyebabkan *self efficacy* yang tinggi bagi mahasiswa. Terjadinya penundaan pengerjaan skripsi sehingga mahasiswa tamat tidak tepat waktu adalah akibat rendahnya motivasi mahasiswa dalam melakukan bimbingan dan mengerjakan skripsi. dari Pajeres (2010). Menumpuknya revisian dan tidak melakukan bimbingan sehingga pada saat mahasiswa ingin melakukan bimbingan maka ia akan menggunakan sistem SKS (sistem kebut semalam). Hal ini tidak sesuai dengan kewajiban mahasiswa yang seharusnya, yaitu belajar dan mengerjakan revisian skripsi yang diberikan oleh dosen.

Hal-hal di atas adalah beberapa tantangan yang dialami oleh mahasiswa dalam proses pengerjaan skripsi. Efikasi diri mahasiswa dihadapkan pada tantangan yang ada. Setelah melihat Efikasi diri mahasiswa

dihadapkan pada tantangan dalam menyusun skripsi. Kemudian akan terbentuk dinamika efikasi diri pada mahasiswa yang nantinya akan melahirkan tingkat kepercayaan diri mahasiswa dalam menulis skripsi. Berdasarkan latar belakang masalah yang ada peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Fakultas Psikologi UMA Stambuk 2017 dengan mengambil judul penelitian “Hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UMA.”

B. Identifikasi Masalah

Prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa psikologi UMA yang sedang menyusun skripsi dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri sendiri yang akan mempengaruhi prokrastinasi akademik. Kondisi psikologis mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi setiap tantangan dalam mengerjakan skripsi, seperti tantangan dalam menemukan judul skripsi, menentukan tempat penelitian, dan keterbatasan dalam pengambilan data penelitian. Kecemasan dalam menghadapi setiap tantangan penyelesaian skripsi membuat mahasiswa memilih berdiam diri dan menunda melakukannya. Beberapa mahasiswa memilih menunda mengerjakan skripsi karena berulang kali mendapatkan revisi dari dosen pembimbing.

Self efficacy pada mahasiswa psikologi UMA juga dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti kesulitan dalam menemukan buku-buku teori yang dibutuhkan dalam menyelesaikan skripsi karena terbatasnya kunjungan ke perpustakaan-perpustakaan dan toko-toko buku. Selain itu tertundanya

pengambilan data penelitian atas saran pihak sekolah ataupun perusahaan tempat penelitian dilakukan demi mengikuti protokol kesehatan selama pandemi. Akibat sempat tertundanya pengambilan data di lapangan membuat mahasiswa malas untuk bimbingan dan mengerjakan revisi skripsi.

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik, sebagian besarnya dikarenakan motivasi diri yang kurang untuk memprioritaskan hal yang penting serta kurang yakin terhadap dirinya sendiri. Hal inilah yang menarik bagi peneliti untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa di Fakultas Psikologi UMA.

Banyaknya mahasiswa yang memilih untuk menunda skripsi karena merasa kurang mampu dalam menyelesaikan skripsi serta kurang mampu dalam melakukan pendekatan dengan dosen pembimbing yang sulit ditemui dalam kondisi pandemi. Berdasarkan fenomena-fenomena yang ditemukan di lapangan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UMA.

C. Batasan Masalah

Prokrastinasi akademik adalah sebuah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak mendukung dalam proses penyelesaian tugas yang pada akhirnya dapat menimbulkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan bagi pelakunya. *Self efficacy* adalah keyakinan serta kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri dalam

memenuhi tugas dan tanggung jawab dalam menghadapi peristiwa-peristiwa sulit atau menantang.

Penelitian ini adalah untuk melihat Hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa di Fakultas Psikologi UMA". Dengan syarat menjadi sampel adalah mahasiswa UMA yang sedang menyelesaikan skripsi dan yang sedang menunda kegiatan skripsi.

D. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan maka peneliti maka dapat dirumuskan yang menjadi masalah penelitian adalah apakah ada hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa psikologi UMA?

E. Tujuan Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah untuk mengukur atau melihat hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada mahasiswa psikologi UMA. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa akhir.

F. Manfaat Penelitian

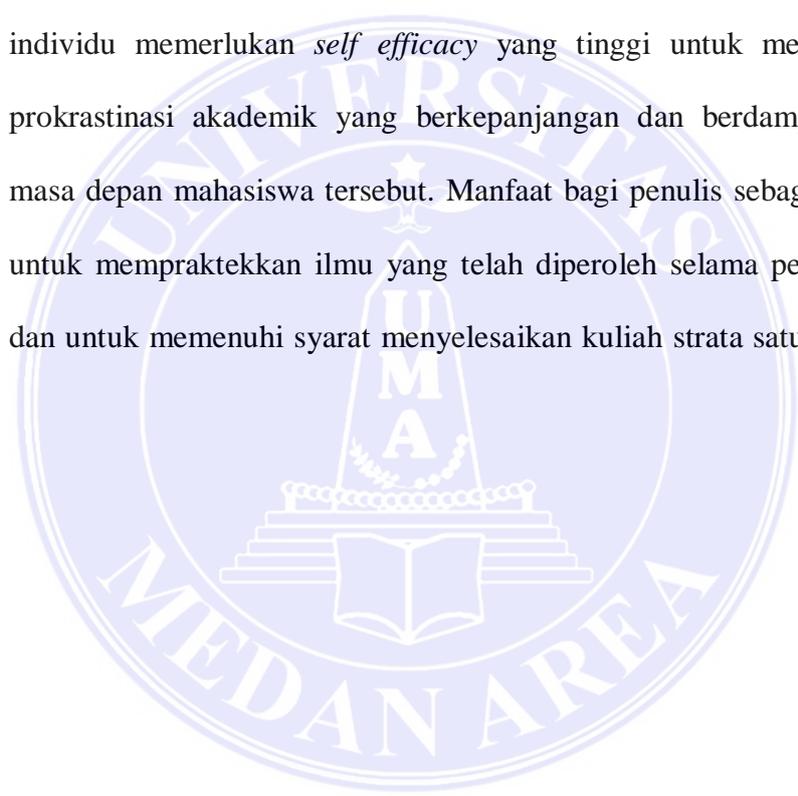
1. Manfaat Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam mengembangkan teori *self efficacy* dan prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi. Penelitian ini juga diharapkan dalam dapat

memperkaya sumber kepustakaan penelitian mengenai psikologi sehingga hasil penelitian ini nantinya dapat dijadikan sebagai penunjang untuk bahan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu untuk memberikan informasi terkait *self efficacy* dan prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa akhir. Serta bermanfaat bagi pembaca bahwa setiap individu memerlukan *self efficacy* yang tinggi untuk menghindari prokrastinasi akademik yang berkepanjangan dan berdampak pada masa depan mahasiswa tersebut. Manfaat bagi penulis sebagai sarana untuk mempraktekkan ilmu yang telah diperoleh selama perkuliahan dan untuk memenuhi syarat menyelesaikan kuliah strata satu di UMA



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Mahasiswa

1. Pengertian Mahasiswa

Knopfemacher (2008) menjelaskan bahwa mahasiswa adalah calon sarjana yang sedang berada di perguruan tinggi untuk menempuh pendidikan dan diharapkan dapat menjadi calon-calon yang intelektual. Selanjutnya Siswoyo (2007) berpendapat bahwa mahasiswa adalah individu yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa di nilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir, dan perencanaan dalam bertindak.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa adalah orang yang sedang belajar di perguruan tinggi (Poerwadarminta, 2005). Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi. Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun.

Menurut Budiman (2006), mahasiswa adalah orang yang belajar di tingkat perguruan tinggi untuk mempersiapkannya untuk tingkat keterampilan sarjana. Sedangkan menurut Daldiyono (2009) mahasiswa adalah seseorang yang telah lulus dari Sekolah Menengah Atas (SMA) dan sedang mengambil pendidikan yang lebih tinggi. Defenisi mahasiswa menurut Sarwono (2010)

adalah setiap orang yang secara terdaftar untuk mengikuti pelajaran di sebuah perguruan tinggi dengan batasan umur sekitar 18-30 tahun. Mahasiswa termasuk sekelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya, karena adanya ikatan dengan suatu perguruan tinggi.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah orang-orang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, di nilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Mahasiswa di nilai memiliki sifat yang cenderung melekat berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat.

2. Ciri-ciri Mahasiswa

Menurut Kartono (dalam Ulfah, 2010) ciri-ciri mahasiswa adalah:

- a. Mahasiswa mempunyai kemampuan dan kesempatan untuk belajar di perguruan tinggi sehingga dapat digolongkan sebagai kaum intelegensia.
- b. Mahasiswa mampu menyelesaikan setiap tanggung jawab seperti tugas, jumlah SKS yang ditentukan dari pihak kampus, dan menyusun tugas akhir.
- c. Mahasiswa di harapkan dapat bertindak sebagai pemimpin masyarakat atau dalam dunia kerja.
- d. Mahasiswa di harapkan dapat memasuki dunia kerja sebagai tenaga yang berkualitas dan professional.
- e. Mahasiswa di harapkan menjadi penggerak bagi proses modernisasi dalam kehidupan masyarakat.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa ciri ciri mahasiswa adalah memiliki kesempatan untuk belajar di perguruan tinggi, di harapkan dapat menjadi pemimpin masyarakat dan dalam dunia kerja, nantinya menjadi tenaga kerja yang profesional dan berkualitas, serta penggerak bagi proses modernisasi dalam kehidupan masyarakat.

3. Tugas dan Tanggung Jawab Mahasiswa

Menurut Siallagan (2011), mahasiswa sebagai komunitas kampus mempunyai tugas utama belajar seperti membuat tugas, membaca buku, membuat makalah, presentasi, diskusi, menghadiri seminar, dan kegiatan lainnya bergaya kampus. Selain tugas utama, ada tugas lain yang lebih berat dan lebih menyentuh makna dari siswa itu sendiri, yaitu sebagai agen perubahan dan pengendali sosial masyarakat. Tugas ini bisa menjadikan dirinya harapan bangsa, yaitu menjadi pribadi yang setia menemukan solusi dari masalah yang mereka hadapi.

Beberapa kewajiban mahasiswa yang di atur dalam pasal 110 adalah sebagai berikut:

- a. Mahasiswa berkewajiban mematuhi semua peraturan atau ketentuan yang berlaku pada perguruan tinggi yang bersangkutan.
- b. Mahasiswa berkewajiban ikut memelihara sarana dan prasarana serta kebersihan, ketertiban dan keamanan perguruan tinggi yang bersangkutan.
- c. Mahasiswa berkewajiban ikut menanggung biaya penyelenggaraan pendidikan kecuali bagi mahasiswa yang dibebaskan dari kewajiban tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

- d. Mahasiswa berkewajiban menghargai ilmu pengetahuan, teknologi dan atau kesenian.
- e. Mahasiswa berkewajiban menjaga kewibawaan dan nama baik perguruan tinggi yang bersangkutan.
- f. Mahasiswa berkewajiban menjunjung tinggi kebudayaan nasional.

Menurut Faruk (2012) menyebutkan secara garis besar, setidaknya ada tiga peran dan fungsi yang sangat penting bagi mahasiswa, yaitu:

- a. Peranan Moral, dunia kampus merupakan dunia dimana setiap mahasiswa dengan bebas memilih kehidupan yang mereka mau. Disinilah dituntut suatu tanggung jawab moral terhadap diri sendiri masing-masing sebagai individu untuk menjalankan kehidupan yang bertanggung jawab dan sesuai dengan moral yang hidup dalam masyarakat.
- b. Peranan Sosial, selain tanggung jawab individu, mahasiswa juga memiliki peranan sosial, yaitu bahwa keberadaan dan segala perbuatannya tidak hanya bermanfaat untuk dirinya sendiri tetapi juga harus membawa manfaat bagi lingkungan sekitarnya.
- c. Peranan Intelektual, mahasiswa sebagai orang yang disebut-sebut sebagai insan intelek haruslah dapat mewujudkan status tersebut dalam ranah kehidupan nyata. Dalam arti menyadari betul bahwa fungsi dasar mahasiswa adalah bergelut dengan ilmu pengetahuan dan memberikan perubahan yang lebih baik dengan intelektualitas yang ia miliki selama menjalani pendidikan.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa

tidak hanya sekedar menempuh pendidikan untuk mencapai gelar sarjana akan tetapi memiliki tugas dan tanggung jawab untuk diri sendiri dan orang lain seperti peranan moral, peranan sosial, dan peranan sosial.

B. *Self Efficacy*

1. *Pengertian Self Efficacy*

Bandura merupakan tokoh yang memperkenalkan *self efficacy* (efikasi diri), Bandura (2010) mendefinisikan efikasi diri sebagai evaluasi individu terhadap kemampuan atau kompetensi diri dalam melakukan tugas, mencapai tujuan serta hambatan yang ada. Wood menjelaskan bahwa *self-efficacy* mengacu pada keyakinan atau kemampuan individu yang dapat memobilisasi motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi persyaratan situasi. (Gufron dan Risnawita, 2011). Menurut Bandura dalam Baron & Bryne, 2004), secara umum, jika orang merasa akan mendapatkan hasil dari tindakan mereka, mereka akan melakukan tindakan tersebut untuk mencapai tujuannya. Namun, jika individu tersebut tidak yakin apakah tindakannya akan berhasil, maka individu akan merasa bahwa imbalan atas tindakannya seringkali tidak ada atau relatif kecil.

Feist & Feist (2010) menyatakan bahwa *self-efficacy* mengacu pada keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk melakukan perilaku tertentu. Secara umum, *self-efficacy* adalah penilaian kemampuan seseorang untuk melakukan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu (Ormrod, 2008). Gist dan Mitchell menyatakan bahwa *self efficacy* dapat membawa perilaku yang berbeda di antara individu dengan kemampuan yang sama karena efikasi diri mempengaruhi pilihan, tujuan, pemecahan masalah, dan kegigihan dalam

berusaha (Judge & Erez dalam Ghufron, 2010). Individu dengan efikasi diri yang tinggi percaya bahwa mereka dapat melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian di sekitarnya, sedangkan individu dengan efikasi diri rendah percaya bahwa mereka pada dasarnya tidak mampu melakukan segala sesuatu di sekitarnya.

Dalam situasi sulit, individu yang tidak memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung mudah menyerah. Pada saat yang sama, orang dengan efikasi diri yang tinggi akan bekerja lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada. Gist juga mengungkapkan pandangan yang sama, ia membuktikan bahwa *self-efficacy* memainkan peran penting dalam mengatasi tugas-tugas menantang yang terkait dengan memotivasi mahasiswa untuk mencapai tujuan tertentu atau menyelesaikan skripsinya. Ghufron & Risnawita (2014) mengatakan bahwa *Self efficacy* pada umumnya mendeskripsikan suatu penilaian dari seberapa baik seseorang dapat melakukan suatu perbuatan dan seberapa bertanggungjawabnya ia pada situasi yang beraneka ragam.

Bandura menyatakan bahwa efikasi diri pada dasarnya merupakan hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau harapan, proses ini melibatkan individu dalam memperkirakan kemampuannya untuk melakukan tugas atau tindakan tertentu untuk mencapai hasil yang diinginkan. Dalam pandangannya, *self-efficacy* tidak ada hubungannya dengan keterampilan yang dimilikinya, tetapi dengan keyakinan pribadi, tidak peduli seberapa hebat keterampilan yang dimilikinya. *Self-efficacy* menekankan komponen keyakinan yang dimiliki seseorang ketika berhadapan dengan situasi masa depan yang ambigu, tidak dapat diprediksi, dan seringkali

membuat stres. Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan serta kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri dalam memenuhi tugas dan tanggung jawab dalam menghadapi peristiwa-peristiwa sulit atau menantang.

2. Faktor yang mempengaruhi *Self Efficacy*

Bandura (2005) menyatakan bahwa *self-efficacy* adalah kombinasi dari empat sumber berikut: *Mastery experience* (pengalaman-pengalaman tentang penguasaan), *Social modeling* (permodelan sosial), *Social persuasion* (persuasi sosial), *Physical and emotional state* (kondisi fisik dan emosi).

a. *Mastery Experience/ Performance accomplishment*

Pengalaman-pengalaman mengenai penguasaan. Sumber pengaruh bagi *self-efficacy* merupakan pengalaman-pengalaman mengenai penguasaan (*mastery experience*), yaitu performa-performa yang telah dilakukan di masa lalu. Biasanya kesuksesan kinerja mahasiswa dalam mengerjakan tugas-tugas secara tepat akan membangkitkan ekspektansi-ekspektansi terhadap kemampuan diri dalam memengaruhi hasil yang diharapkan, sedangkan kegagalan cenderung merendahkan kemampuan diri sendiri.

Dari pernyataan di atas, akan memiliki enam konsekuensi praktis, yaitu: 1. Kesuksesan kinerja mahasiswa terhadap tugas-tugasnya yang selesai tepat waktu akan membangkitkan *self-efficacy* dalam menghadapi kesulitan maupun tantangan tugas lainnya. 2. Tugas individu yang dikerjakan dengan sukses lebih membangkitkan *self-efficacy* individu tersebut, ketimbang kesuksesan membantu orang

lain. 3.Kegagalan dalam menghadapi tantangan dalam menyelesaikan tugas-tugas yang ada lebih banyak menurunkan *self-efficacy*, terutama ketika individu tersebut sadar sudah mengupayakan yang terbaik dan malah sebaliknya kegagalan dikarenakan tidak berupaya secara maksimal, tidak begitu menurunkan *self-efficacy*. 4.Kegagalan di bawah kondisi emosi yang tinggi atau tingkat stres yang tinggi maka *self-efficacy* nya tidak selemah, daripada kegagalan di bawah kondisi-kondisi yang maksimal. 5.Kegagalan sebelum memperoleh pengalaman-pengalaman mengenai penguasaan akan lebih merusak *self-efficacy* daripada kegagalan sesudah memperolehnya. 6.Kegagalan dalam mengerjakan tugas dan tanggung jawab hanya akan memiliki efek yang kecil saja bagi *self-efficacy* khususnya bagi mereka yang memiliki ekspektasi kesuksesan tinggi (Bandura, 2005).

b. *Vicarious Experience*

Ketika mengamati orang lain dalam melakukan aktivitas dalam situasi yang menekan tanpa mengalami akibat yang merugikan dapat menumbuhkan pengharapan bagi pengamat. Timbul keyakinan bahwa nantinya individu akan berhasil jika berusaha secara intensif dan tekun. Individu akan mensugesti diri bahwa ketika orang lain dapat melakukannya, maka mereka juga dapat berhasil setidaknya dengan sedikit perbaikan dalam performansi. Ketika orang lain tidak setara dengan kita, pemodelan sosial hanya akan memberikan efek kecil bagi *self-efficacy*. Umumnya, efek-efek pemodelan sosial ketika meningkatkan *self-efficacy* tidak sekuat performa sosial. Sebaliknya,

ketika pemodelan sosial dapat memiliki efek yang kuat jika berkaitan dengan ketidakpercayaan diri.

c. *Verbal Persuasion*

Bandura (2010) menyatakan bahwa *Self-efficacy* juga dapat diraih atau dilemahkan lewat persuasi sosial. Individu diarahkan, melalui sugesti atau bahkan bujukan, agar percaya bahwa individu tersebut dapat mengatasi masalah-masalah dimasa datang. Harapan efikasi yang tumbuh dengan cara ini lemah dan tidak bertahan lama. Dalam kondisi yang menekan serta kegagalan terus menerus, pengharapan apapun yang berasal dari sugesti ini akan cepat lenyap ketika mengalami pengalaman yang kurang menyenangkan.

d. *Emotional Arousal*

Bandura (dalam Ibid,2010) menyatakan bahwa Sumber terakhir *self-efficacy* merupakan kondisi fisiologis dan emosi. Emosi yang kuat dapat menurunkan tingkat performa. Jika mengalami takut yang besar, kecemasan yang kuat dan rasa stress yang tinggi, manusia memiliki ekspektasi *self-efficacy* yang rendah. Dalam keadaan yang menekan, kondisi emosional dapat mempengaruhi harapan efikasi diri. Dalam beberapa hal individu menyandarkan pada keadaan gejala fisiologis dalam menilai kecemasan dan kepekaanya terhadap stres. Gejala yang berlebihan biasanya akan melumpuhkan performansi. Individu lebih mengharapkan akan berhasil jika tidak mengalami gejala ini daripada jika mereka menderita tekanan, guncangan, dan kegelisahan yang mendalam. Efikasi diri merupakan prediktor tingkah laku,

bandura memberikan pernyataan bahwa sumber pengontrol perilaku merupakan respirokal antara lingkungan, tingkah laku, dan pribadi. Efikasi diri adalah variable pribadi yang penting, dan ketika digabung dengan tujuan yang spesifik serta pemahaman tentang prestasi, akan menjadi penentu tingkah laku dimasa mendatang. Setiap orang memiliki efikasi diri yang berbeda-beda tergantung keadaan atau tuntutan yang ada.

Feist & Gregory (2011) menyebutkan bahwa perkembangan *self-efficacy* pada seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu sebagai berikut:

1. Pengalaman menguasai sesuatu (*mastery experience*)

Menurut Bandura (dalam Feist & Gregory 2011) pengalaman menguasai sesuatu atau *mastery experiences* adalah faktor yang paling mempengaruhi *self-efficacy* pada diri seseorang. Keberhasilan akan mampu meningkatkan ekspektasi tentang kemampuan, sedangkan kegagalan cenderung menurunkan hal tersebut. Pernyataan tersebut memberikan dampak:

- a. Keberhasilan akan mampu meningkatkan *self-efficacy* secara proporsional dengan kesulitan dari tugas.
- b. Tugas yang mampu diselesaikan oleh diri sendiri akan lebih efektif diselesaikan oleh diri sendiri daripada diselesaikan dengan bantuan orang lain.
- c. Kegagalan dapat menurunkan *self-efficacy* ketika seseorang merasa sudah memberikan usaha yang terbaik.

- d. Kegagalan yang terjadi ketika tekanan emosi yang tinggi tidak terlaluberpengaruh daripada kegagalan dalam kondisi maksimal.
 - e. Kegagalan sebelum memperoleh pengalaman lebih berdampak pada *selfefficacy* daripada kegagalan setelah memperoleh pengalaman.
 - f. Kegagalan akan berdampak sedikit pada *self-efficacy* seseorang terutama padamereka yang memiliki ekspetasi kesuksesan yang tinggi.
2. Permodelan sosial (*social modelling*)
- Kesuksesan atau kegagalan orang lain sering digunakan sebagai pengukur kemampuan dari diri seseorang. *Self-efficacy* dapat meningkat saat mengobservasi keberhasilan seseorang yang mempunyai kompetensi setara, namun *self-efficacy* dapat berkurang ketika melihat orang lain yang setara gagal. Secara umum, permodelan sosial tidak memberikan dampak yang besar dalam peningkatan *self-efficacy* seseorang, tetapi permodelan social dapat memberikan dampak yang besar dalam penurunan *self-efficacy*, bahkan mungkin dampaknya dapat bertahan lama.
3. Persuasi sosial (*social persuasion*)
- Dampak dari persuasi sosial terhadap meningkatnya atau menurunnya *self- efficacy* tentunya cukup terbatas, dan harus pada kondisi yang tepat. Kondisi tersebut adalah bahwa seseorang haruslah mempercayai pihak yang melakukan persuasi karena kata-kata dari pihak yang terpercaya lebih efektif daripada kata- katadari pihak yang tidak

terpercaya. Persuasi sosial paling efektif ketika dikombinasikan dengan performa sukses. Persuasi mampu meyakinkan seseorang untuk berusaha jika performa yang dilakukan terbukti sukses.

4. Kondisi fisik dan emosional (*physical and emotional states*)

Ketika seseorang mengalami ketakutan, kecemasan yang kuat dan stres yang tinggi memungkinkan seseorang akan memilih *self-efficacy* yang rendah, sehingga emosi yang kuat cenderung mengurangi performa seseorang.

Ormrod (2008) juga menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan *self-efficacy* dari seseorang. Faktor-faktor tersebut diantaranya sebagai berikut:

1. Keberhasilan dan kegagalan sebelumnya

Albert Bandura mengatakan bahwa seseorang akan lebih mungkin yakin bahwa dirinya dapat berhasil dalam tugas ketika dirinya telah berhasil pada tugas tersebut atau tugas yang mirip di masa lalu. Maka, strategi yang untuk dapat meningkatkan *self-efficacy* dari seseorang adalah dengan memberikan pengalaman keberhasilan dalam suatu tugas. Begitu seseorang telah mengembangkan *self-efficacy* yang tinggi, kegagalan sesekali tidak akan memberikan dampak yang begitu besar kepada optimismenya.

2. Pesan dari orang lain

Zeldin & Pajares mengatakan bahwa *self-efficacy* dapat di tingkatkan dengan memberi alasan-alasan pada seseorang yang bersangkutan untuk percaya bahwa mereka dapat sukses di masa depan. Pernyataan

seperti “Kamu pasti bisa jika berusaha” mampu meningkatkan kepercayaan diri dari seseorang. Tetapi menurut Schunk pengaruh optimistik tersebut cenderung cepat hilang kecuali usaha yang dilakukan benar-benar sukses. Selain itu, pesan-pesan yang tersirat juga memiliki dampak yang sama terhadap *self efficacy* jika dibandingkan dengan pesan langsung.

3. Kesuksesan dan kegagalan orang lain

Schunk berpendapat bahwa seseorang terkadang sering mempertimbangkan keberhasilan atau kegagalan orang lain yang dianggapnya memiliki kemampuan yang setara untuk dapat menilai peluang keberhasilan dirinya sendiri. Dengan demikian, *self-efficacy* dapat di tingkatkan dengan menunjukkan bahwa orang lain yang seperti mereka mampu memperoleh kesuksesan.

4. Kesuksesan dan kegagalan dalam kelompok yang lebih besar

Seseorang memungkinkan memiliki *self-efficacy* yang lebih besar ketika mereka bekerja dalam kelompok daripada bekerja sendiri, *self-efficacy* tersebut dapat disebut juga dengan *self-efficacy* diri kolektif. Albert Bandura mengatakan bahwa *self-efficacy* diri kolektif tidak hanya tergantung kepada persepsi seseorang terhadap kemampuannya sendiri dan orang lain tetapi juga persepsi mereka tergantung bagaimana mereka dapat bekerja sama secara efektif dan mampu mengkoordinasikan tanggung jawab mereka.

Berdasarkan uraian di atas tentang faktor yang mempengaruhi *self-efficacy* didapat dua pendapat. Pertama menurut Bandura yang berpendapat

bahwa faktor yang mempengaruhi *self-efficacy* adalah pengalaman menguasai sesuatu, permodelan sosial, persuasi sosial, kondisi fisik dan emosional. Kedua, menurut Ormrod mengatakan faktor yang mempengaruhi *self-efficacy* yaitu, keberhasilan dan kegagalan sebelumnya, pesan dari orang lain, kesuksesan dan kegagalan orang lain, dan kesuksesan dan kegagalan kelompok yang lebih besar.

Keempat faktor tersebut juga akan diseleksi dan disatukan oleh individu sehingga membentuk persepsi mengenai kemampuan yang dimilikinya, dan selanjutnya berpengaruh pada tinggi rendahnya *self-efficacy* seseorang. Tinggi rendahnya *self-efficacy* juga dipengaruhi oleh faktor eksternal berupa reward yang nantinya akan diterima oleh individu tersebut. Kemampuan mengenali diri sendiri dan peran yang dimiliki seseorang juga cukup berpengaruh terhadap tinggirendahnya *self-efficacy* seseorang.

3. Karakteristik Orang Yang Memiliki *Self Efficacy*

Bandura dan Woods (Untung, 2008) mengatakan bahwa efikasi diri mengacu pada kemampuan seseorang untuk meningkatkan motivasi, kemampuan kognitif, serta tindakan yang dibutuhkan dalam menanggapi situasi yang menekannya. Keyakinan yang ada dalam diri seseorang diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi berbagai situasi yang terjadi dalam dirinya. Bandura (Sarafino, 2006) menjelaskan bahwa, *efikasi diri* yang dimiliki individu mampu membuat individu dapat menghadapi berbagai situasi. Ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Sarafino (2006) yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan mengalami tekanan yang lebih rendah ketika berhadapan

dengan sumber stres atau *stressor*.

Individu dengan efikasi diri yang tinggi menganggap bahwa kegagalan merupakan bagian dari kurang berusaha dalam menggapai tujuan, kurangnya keterampilan dan pengetahuan. Sedangkan individu dengan efikasi diri yang rendah ragu akan keterampilan maupun kemampuan yang ia miliki sehingga ia akan menghindar dari tugas-tugas dan tanggung jawab yang ia miliki. Dari pernyataan di atas maka dapat disimpulkan beberapa ciri-ciri orang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi dan rendah menurut Azwar (2005), yaitu :

- a. Dapat menangani berbagai situasi yang menantang
- b. Yakin terhadap kemampuan untuk mengatasi rintangan yang dihadapi
- c. Ancaman yang ada dianggap sebagai salah satu tantangan yang harus dihadapi dan tidak perlu dihindari
- d. Gigih dalam berusaha
- e. Percaya terhadap kemampuan dalam menghadapi masalah yang dihadapi
- f. Memperlihatkan keraguan yang dimiliki rendah
- g. Suka mencari sesuatu yang baru/ keluar dari zona nyaman
- h. Ciri Individu Yang memiliki *Self Efficacy* Rendah
- i. Lamban dalam membenahi diri (efikasi diri) ketika menghadapi masalah ataupun tantangan
- j. Kurang yakin mampu menghadapi rintangan yang ada
- k. Ancaman yang ada dianggap sebagai suatu bagian yang harus dihindari
- l. Mengurangi usaha sehingga mudah untuk menyerah
- m. Meragukan kemampuan dan keterampilan pada diri sendiri

- n. Aspirasi dan komitmen pada tugas dan tanggung jawab rendah
- o. Tetap berada dalam zona nyaman dan tidak berani untuk mencoba hal-hal yang baru

Ketika menghadapi tugas-tugas maupun revisi skripsi yang terus berlanjut akan membuat beberapa dari mahasiswa merasa tidak mampu dalam pengerjaan tugas sehingga terjadilah penundaan yang berdampak pada masa depan mahasiswa tersebut. Individu dengan efikasi diri yang tinggi ketika mengalami kegagalan menganggap bahwa diri sendiri kurang berusaha keras, kurang memiliki pengetahuan serta keterampilan sehingga mereka akan menganalisis penyebab kegagalan mereka dan terus berusaha, dikarenakan individu tersebut menganggap bahwa kegagalan merupakan bagian dari kehidupan manusia. Namun sebaliknya, individu dengan efikasi diri yang rendah akan merasa minder jika mengalami kegagalan dan akan menghindari tugas-tugas tersebut. Orang dengan efikasi yang rendah menganggap bahwa dirinya tidak mampu dan memilih untuk menyerah dan membenahi diri.

4. Aspek-Aspek *Self Efficacy*

Bandura (Azwar, 2009) menyatakan bahwa efikasi diri memiliki tiga aspek, yaitu aspek efikasi diri *magnitude*, *generality*, dan *strength*. Hal ini akan dijelaskan sebagai berikut :

a. *Magnitude (Level)*

Aspek *magnitude* merupakan situasi yang berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas individu. aspek ini berimplikasi pada pemilihan perilaku yang akan dicoba individu berdasarkan ekspektasi efikasi dengan tingkat kesulitan tugas dan tanggung jawab individu tersebut.

seseorang akan berusaha melaksanakan tugas tertentu yang ia persepsikan dapat dilaksanakannya serta ia akan menghindari keadaan dan perilaku yang di persepsikan di luar batas kemampuannya. Ketika individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri seseorang kemungkinan akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Dimensi ini memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang di rasakannya.

b. Generality

Aspek generality dimana individu yakin pada kemampuan yang dimilikinya, tergantung pada pemahaman kemampuan dirinya yang terbatas pada suatu aktivitas dan keadaan tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang lebih luas dan bervariasi. Aspek ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang dimana individu merasa yakin akan kemampuannya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan keadaan tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan keadaan yang bervariasi. Pada penelitian Bandura (2006) yang berjudul *guide for Constructing Self Efficacy Scales* menegaskan bahwa ketiga aspek tersebut paling akurat untuk menjelaskan efikasi diri seseorang. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa

dimensi yang membentuk *Self Efficacy* merupakan tingkat (*level*), dimensi kekuatan (*strenght*), dan dimensi generalisasi (*generality*).

c. *Strength*

Aspek strength, berkaitan dengan kekuatan terhadap keyakinan individu atas kemampuannya. Pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan, walaupun mungkin belum memiliki pengalaman-pengalamanyang menunjang. Sebaliknya pengharapan yang lemah dan ragu-ragu akan kemampuan diri akan mudah digoyahkan oleh pengalaman- pengalaman yang tidak menunjang.

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan maupun pengharapan individu terhadap kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Namun sebaliknya, pengharapan yang tinggi mendorong individu tetap bertahan pada usahanya. Meskipun mungkin ditemukan pengalaman yang kurang menunjang. Aspek ini biasanya berkaitan langsung dengan dimensi level, yaitu makin tinggi level taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yangdirasakan untuk menyelesaikannya.

5. Fungsi *Self-Efficacy*

Self-efficacy mempunyai peran terhadap segala perasaan, pikiran, baik dalam tindakan individu maupun hasil yang ditampilkan oleh individu, begitu pula dalam hal berinteraksi dengan individu lain. Bandura (dalam Noormania, 2014) menyebutkan peran tersebut yang merupakan fungsi dari *self-efficacy* adalah:

a. Pilihan tingkah laku (*behavior choosen*)

Self-efficacy mengacu pada sebuah keyakinan untuk mampu melakukan suatu perilaku yang diharapkan. Tanpa *self-efficacy* seseorang atau individu enggan melakukan suatu perilaku tertentu. Individu cenderung menghindari tugas dan situasi yang diyakini berada di luar kemampuannya, namun individu bersedia menangani kegiatan yang di nilainya mampu untuk di atasi. Saat individu mempertimbangkan untuk mencoba melakukan hal tertentu, individu akan bertanya pada dirinya apakah mampu atau tidak untuk melakukannya dan disinilah *self-efficacy* berfungsi.

b. Usaha yang dilakukan dan penentu besarnya daya tahan dalam mengatasi hambatan.

Penilaian terhadap *self-efficacy* juga menentukan seberapa besar usaha yang akan dilakukan dan berapa lama individu mampu bertahan menghadapi segala hambatan dan gangguan dalam melakukan suatu tugas. King (2010) menjelaskan, *self- efficacy* membantu orang orang dalam berbagai situasi yang tidak memuaskan dan mendorong mereka dan melihat kegagalan akibat kurangnya usaha. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* yang rendah melihat kegagalan sebagai akibat dari ketidakmampuan dirinya.

c. Meramalkan tingkah laku selanjutnya.

Greenberg dan Baron (2011) menyatakan, *self-efficacy* merupakan prediktor yang baik terhadap perilaku di masa depan. Seseorang dengan *self-efficacy* tinggi akan mencoba lebih keras dan berkomitmen tinggi

untuk mengambil segala tindakan demi mencapai tujuan. Sebaliknya individu yang memiliki *self-efficacy* rendah cenderung memiliki komitmen yang rendah pula sehingga mereka memutuskan untuk tidak mencoba suatu tindakan.

d. Penentu kinerja selanjutnya

Self-efficacy akan berpengaruh terhadap performance yang ditampilkan.

Jika seseorang berhasil melaksanakan tugas tertentu maka keberhasilannya akan meningkatkan keyakinan dirinya dalam melaksanakan tugas yang lain.

Individu tersebut akan memiliki pengalaman yang memuaskan dan memberikan peningkatan performancenya.

Pajares & Urdan (2006) mengatakan *self efficacy* yang dipersepsikan tidak hanya sekedar perkiraan tentang tindakan yang akan dilakukan pada masa mendatang. Keyakinan siswa mengenai kemampuan diri juga berfungsi sebagai suatu determinan dari siswa berperilaku, berpola-pikir, dan bereaksi emosional terhadap situasi-situasi yang sedang dialami. Keyakinan diri juga memberikan kontribusi terhadap kualitas dari fungsi psikososial siswa. Efikasi diri yang telah terbentuk akan mempengaruhi dan memberi fungsi pada aktifitas individu. Bandura (dalam King 2010) menjelaskan tentang pengaruh dan fungsitersebut, yaitu:

a. Fungsi kognitif.

Bandura menyebutkan bahwa pengaruh dari efikasi diri pada proses kognitif seseorang sangat bervariasi. Pertama, efikasi diri yang kuat akan mempengaruhi tujuan pribadinya. Semakin kuat efikasi diri, semakin

tinggi tujuan yang ditetapkan oleh individu bagi dirinya sendiri dan yang memperkuat adalah komitmen individu terhadap tujuan tersebut. Individu dengan efikasi diri yang kuat akan mempunyai cita-cita yang tinggi, mengatur rencana dan berkomitmen pada dirinya untuk mencapai tujuan tersebut. Kedua, individu dengan efikasi diri yang kuat akan mempengaruhi bagaimana individu tersebut menyiapkan langkah-langkah antisipasi bila usahanya yang pertama gagal dilakukan.

b. Fungsi motivasi

Efikasi diri memainkan peranan penting dalam pengaturan motivasi diri. Sebagian besar motivasi manusia dibangkitkan secara kognitif. Individu memotivasi dirinya sendiri dan menuntun tindakan-tindakannya dengan menggunakan pemikiran-pemikiran tentang masa depan sehingga individu tersebut akan membentuk kepercayaan mengenai apa yang dapat dirinya lakukan. Individu juga akan mengantisipasi hasil-hasil dari tindakan-tindakan yang prospektif, menciptakan tujuan bagi dirinya sendiri dan merencanakan bagian dari tindakan-tindakan untuk merealisasikan masa depan yang berharga.

Efikasi diri mendukung motivasi dalam berbagai cara dan menentukan tujuan-tujuan yang diciptakan individu bagi dirinya sendiri dengan seberapa besar ketahanan individu terhadap kegagalan. Ketika menghadapi kesulitan dan kegagalan, individu yang mempunyai keraguan diri terhadap kemampuan dirinya akan lebih cepat dalam mengurangi usaha-usaha yang dilakukan atau menyerah. Individu yang memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan dirinya akan melakukan usaha

yang lebih besar ketika individu tersebut gagal dalam menghadapi tantangan. Kegigihan atau ketekunan yang kuat mendukung bagi pencapaian suatu performansi yang optimal. Efikasi diri akan berpengaruh terhadap aktifitas yang dipilih, keras atau tidaknya dan tekun atau tidaknya individu dalam usaha mengatasi masalah yang sedang dihadapi.

c. Fungsi Afeksi

Efikasi diri akan mempunyai kemampuan coping individu dalam mengatasi besarnya stres dan depresi yang individu alami pada situasi yang sulit dan menekan, dan juga akan mempengaruhi tingkat motivasi individu tersebut. Efikasi diri memegang peranan penting dalam kecemasan, yaitu untuk mengontrol stres yang terjadi.

Penjelasan tersebut sesuai dengan pernyataan Bandura bahwa efikasi diri mengatur perilaku untuk menghindari suatu kecemasan. Semakin kuat efikasi diri, individu semakin berani menghadapi tindakan yang menekan dan mengancam.

Individu yang yakin pada dirinya sendiri dapat menggunakan kontrol pada situasi yang mengancam, tidak akan membangkitkan pola-pola pikiran yang mengganggu. Sedangkan bagi individu yang tidak dapat mengatur situasi yang mengancam akan mengalami kecemasan yang tinggi. Individu yang memikirkan ketidakmampuan *coping* dalam dirinya dan memandang banyak aspek dari lingkungan sekeliling sebagai situasi ancaman yang penuh bahaya, akhirnya akan membuat individu membesar-besarkan ancaman yang mungkin terjadi dan khawatir terhadap hal-hal yang sangat jarang terjadi. Melalui pikiran-pikiran

tersebut, individu menekan dirinya sendiri dan meremehkan kemampuan dirinyasendiri.

d. Fungsi Selektif

Fungsi selektif akan mempengaruhi pemilihan aktivitas atau tujuan yang akan diambil oleh individu. Individu menghindari aktivitas dan situasi yang individu percayai telah melampaui batas kemampuan coping dalam dirinya, namun individu tersebut telah siap melakukan aktivitas-aktivitas yang menantang dan memilih situasi yang di nilai mampu untuk di atas. Perilaku yang individu lakukan ini akan memperkuat kemampuan, minat-minat dan jaringan sosial yang mempengaruhi kemampuan, dan akhirnya akan mempengaruhi arah perkembangan sosial. Hal ini sejalan karena pengaruh sosial berperan dalam pemilihan lingkungan, berlanjut untuk meningkatkan kompetensi, nilai-nilai dan minat-minat tersebut dalam waktu yang lama setelah faktor-faktor yang mempengaruhi keputusan keyakinan telah memberikan pengaruh awal.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menyimpulkan *self efficacy* berperan terhadap segala perasaan, pikiran, baik dalam tindakan individu maupun hasil yang ditampilkan oleh individu, begitu pula dalam hal berinteraksi dengan individu lain. Efikasi diri dapat memberi pengaruh dan fungsi kognitif, fungsi motivasi, fungsi afeksi dan fungsi selektif pada aktivitas individu.

C. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Millgram (Jinha Kim, 2017) menyatakan bahwa penundaan yang

dilakukan oleh mahasiswa ditemukan pada hal-hal yang melatar belakangi bersifat multidimensional, yakni meliputi banyak komponen diantaranya komponen paling signifikan adalah faktor yang berkaitan dengan waktu, seperti kesalahan pada manajemen waktu dan kesulitan memprediksi waktu secara akurat. Penundaan juga didefinisikan sebagai kecenderungan untuk menunda kinerja tugas yang memiliki tenggang waktu. Yuanita, (Aini & Iranita, 2011) berpendapat bahwa, prokrastinasi akademik merupakan suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai sesuatu tugas maupun menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan yang secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam menghadiri.

Istilah prokrastinasi akademik berasal dari bahasa latin "*procrastination*". dengan awalan pro yang artinya mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran crastinus berarti keputusan hari esok, jika digabungkan menjadi "menangguhkan" atau "menunda" sampai hari berikutnya (Ghufron, 2011). Individu yang melakukan prokrastinasi akademik merupakan prokrastinator. Individu prokrastinator biasanya baru mulai mengerjakan tugas-tugasnya pada saat-saat terakhir pengumpulan. Prokrastinasi akademik adalah situasional yang berhubungan dengan tugas akademik. Solomon&Rothblum (Ilfiandra,2010) mendefinisikan prokrastinasi akademik akademik sebagai:

- a. Hampir selalu atau selalu menunda tugas akademik, dan
- b. Hampir selalu atau selalu mengalami pengalaman kecemasan dengan

tugas akademik.

Ghufron, (2011) berpendapat bahwa prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berkaitan dengan tugas akademik. Misalnya, tugas perkuliahan atau tugas kursus. Lee dkk (Ilfiandra,2010) berpendapat bahwa, prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas akademik. Steel (2007) juga menyatakan prokrastinasi akademik sebagai suatu perilaku atau tindakan menunda mengerjakan tugas-tugas dan tanggung jawab diperkuliahan dengan sengaja dan lebih memilih melakukan aktifitas lain meski mengetahui konsekuensi buruk yang akan diterima dikemudian hari. Fibrianti (2009) mengatakan prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Aspek prokrastinasi akademik yang akan digunakan adalah aspek yang dikembangkan oleh Steel. Menurut Steel (2010) aspek tersebut merupakan aspek tunggal (unidimensi) yaitu irasional delay yang merupakan prokrastinasi akademik itu sendiri.

Dari berbagai definisi prokrastinasi akademik yang telah disebutkan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan tentang istilah prokrastinasi akademik yakni, sebuah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak mendukung dalam proses penyelesaian tugas yang pada akhirnya dapat menimbulkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan bagi pelakunya.

2. Jenis-Jenis Tugas Prokrastinasi akademik

Ferarri (Ghufron&Risnawita,2010), membagi prokrastinasi akademik

menjadi dua bagian:

- a. *Functional Procrastination*, yakni penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat.
- b. *Disfunctional Procrastination* merupakan penundaan yang tidak bertujuan sehingga menyebabkan jelek dan menimbulkan masalah. Penundaan dilakukan tanpa adanya tujuan yang rasional, seringkali dilakukan sebagai bentuk penghindaran dari tekanan, perasaan tidak enak atau tanggung jawab. Hal seperti ini merupakan sikap menunda-nunda yang tidak berguna. Akibat dari jenis penundaan ini tugas penting tidak jadi terlaksana, hilang kesempatan, tantangan terabaikan, tujuan dan mpan penting tak terwujud. Ada dua bentuk disfunctional procrastination yaitu:

1. *Decisional Procrastination* merupakan suatu penundaan dalam mengambil keputusan.
2. *Avoidance Procrastination* merupakan suatu penundaan dalam perilaku yang nampak

Berdasarkan uraian di atas disimpulkan bahwa jenis prokrastinasi akademik ada dua, yakni *functional procrastination* dan *disfunctional procrastination*. *Disfunctional procrastination* dibagi lagi menjadi dua yaitu *decisional procrastination* dan *avoidance procrastination*.

3. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik dan non akademik sering menjadi istilah yang digunakan oleh para ahli. Prokrastinasi akademik merupakan penundaan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, sedangkan prokrastinasi akademik non akademik penundaan tugas sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor, dan sebagainya (Ilfiandra, 2010). Ferrari (Ghufron & Risnawita, 2010) menyatakan suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan dimati ciri-ciri tertentu, berupa :

- a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas perkuliahan yang dihadapi. Individu yang melakukan prokrastinasi akademik tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.
- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas perkuliahan ataupun skripsi. Individu yang melakukan prokrastinasi akademik memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penulisan suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya

secara memadai. Kelambanan, dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi akademik akademik.

- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukan nya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.
- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikan.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah kegiatan penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

4. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut McCloskey (2011) mengatakan bahwa aspek prokrastinasi akademik terbagi menjadi beberapa aspek, diantaranya:

a. Kepercayaan terhadap kemampuan diri

Individu yang memiliki kepercayaan yang rendah terhadap kemampuannya akan cenderung mengalami hambatan dalam mengerjakan tugas karena dirinya merasa tidak mampu mengerjakan tugas dengan baik.

b. Perhatian yang terganggu

Individu yang melakukan prokrastinasi akademik akan lebih mudah untuk terganggu perhatiannya, contohnya ketika aktivitas yang lebih menyenangkan, seseorang akan mengutamakan melakukan sesuatu yang menurutnya menyenangkan daripada mengerjakan tugas.

c. Faktor sosial

Faktor sosial adalah ketika seseorang mendapatkan dukungan dari keluarga maupun orang-orang disekitarnya yang dapat mempengaruhi dirinya untuk mengerjakan tugas dengan tepat

waktu.

d. Kemampuan manajemen waktu

Individu yang memiliki kemampuan manajemen waktu yang kurang baik cenderung akan menyelesaikan tugasnya tidak tepat waktu karena tidak bisa menentukan mana yang harus diutamakan untuk dikerjakan terlebih dahulu, sehingga tugas terlupakan, menunda untuk belajar dan mengutamakan mengerjakan hal-hal yang tidak penting.

e. Rasa malas

Rasa malas adalah kecenderungan seseorang untuk menunda atau menghindari melakukan tugas yang seharusnya dikerjakan. Rasa malas dapat membuat seseorang terlambat mengerjakan tugasnya karena merasa malas untuk memulai pekerjaannya.

f. Inisiatif personal

Inisiatif merupakan kesiapan atau kemampuan ketika mulai untuk mengerjakan tugas. Jika seseorang tidak memiliki inisiatif, maka dirinya akan cenderung tidak memiliki keinginan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu.

Aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut McCown,dkk (dalam Gufon & Risnawati, 2010) bahwa ada beberapa aspek perilaku prokrastinasi akademik,diantaranya:

a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas.

Yaitu individu yang melakukan prokrastinasi akademik tahu bahwa ada tugas yang harus diselesaikan. Akan tetapi, dia akan

menunda nunda mengerjakannya hingga tuntas apabila dia telah memulai mengerjakan sebelumnya.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.

Individu yang melakukan prokrastinasi akademik akan membutuhkan waktu yang lebih lama untuk menyelesaikan tugas. Prokrastinator cenderung akan melakukan persiapan yang berlebihan dalam mengerjakan tugas sehingga akan ada keterlambatan dalam menyelesaikannya. Selain itu prokrastinator cenderung akan melakukan hal lain yang tidak diperlukan dan tidak mempertimbangkan waktu, sehingga tugas terlambat dikerjakan.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Seseorang mungkin akan mengatur waktu pengerjaan tugasnya sendiri, namun individu yang melakukan prokrastinasi akademik seringkali melakukan kesalahan dalam manajemen waktu, sehingga tidak terselesaikan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

d. Melakukan aktivitas yang menyenangkan.

Seorang prokrastinator akan dengan sengaja tidak mengerjakan pekerjaannya yang seharusnya diselesaikan. Prokrastinator akan mengisi waktu yang seharusnya untuk mengerjakan tugas dengan melakukan hal-hal yang menurutnya lebih menyenangkan, seperti membaca, bermain, jalan-jalan, dan sebagainya.

Menurut Tuckman (dalam Sutriyono dkk, 2012) terdapat tiga aspek prokrastinasi antara lain sebagai berikut:

- a. Kecenderungan untuk menunda mengerjakan tugas (*Tendency to delay or put off doing things.*) kecenderungan ini termasuk kecenderungan untuk menggunakan waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang harus diselesaikan dengan menggunakan waktu untuk melakukan hal-hal yang tidak penting.
- b. Kecenderungan untuk memiliki kesulitan (*Tendency to have difficulty.*) kecenderungan ini termasuk kecenderungan untuk merasa terbebani ketika harus mengerjakan pekerjaan yang tidak disukai dalam tugas yang harus dikerjakannya tersebut atau menghindari melakukan hal-hal yang dianggap tidak menyenangkan.
- c. Kecenderungan untuk menyalahkan orang lain (*Tendency to blame others*) kecenderungan ini termasuk kecenderungan untuk menyalahkan pihak lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu yang ditundanya karena dirinya merasa orang lain mempengaruhi sehingga tidak mengerjakan tugas.

Berasarkan aspek-aspek yang telah dijelaskan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa aspek-aspek prokrastinasi akademik adalah keyakinan terhadap kemampuan diri, kesamaan buat mengerjakan tugas, inisiatif personal, kurangnya kemampuan manajemen waktu, dan mengutamakan

kegiatan yang lebih menyenangkan dan rasa malas. Dalam penelitian ini, peneliti memakai indera ukur yang bersifat unidimensional, dimana pada indera ukur prokrastinasi akademik hanya memakai satu aspek, & aspek yang digunakan oleh peneliti merupakan aspek yg dikemukakan oleh McCloskey (2011) menyatakan aspek prokrastinasi akademik yaitu aspek inisiatif pada mengerjakan tugas.

5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi adalah takut gagal, tidak menyukai tugas, efikasi diri yang rendah, kesukaran mengambil keputusan, ketergantungan yang kuat pada orang lain, dan pengambilan resiko yang berlebihan (Solomon dkk, 2002).

Ghufron & Risnawita (2011) menyatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dan dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor internal dan faktor eksternal.

- a. Faktor internal, yaitu faktor-faktor yang terdapat dalam diri seseorang dan dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Faktor-faktor tersebut meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis dari individu, yaitu :

1. Kondisi fisik individu adalah Faktor dari dalam diri seseorang yang mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik merupakan keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu misalnya fatigue. Seseorang yang mengalami fatigue akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi akademik daripada yang tidak.

2. Kondisi Psikologis individu. Millgram, dkk (dalam, Ghufron & Risnawita, 2011), menyatakan bahwa Trait kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan sosial yang tercermin dalam *self-regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi akademik secara negatif, dimana semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, kemampuan sosial yang tercermin dalam *self-regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi akademik secara negatif, dimana semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik akademik.
- b. Faktor Eksternal merupakan faktor-faktor yang terdapat di luar diri seseorang yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Faktor-faktor itu berupa pengasuhan orang tua dan lingkungan yang kondusif, yaitu lingkungan yang lenient.
1. Pengasuhan orangtua. Hasil penelitian Ferrari & Ollivete (Ghufron dan Risnawita, 2011), menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik yang kronis pada subyek penelitian anak wanita, sedangkan tingkat pengasuhan

otoritatif ayah menghasilkan anak wanita yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan avoidance procrastination menghasilkan anak wanita yang memiliki kecenderungan untuk melakukan avoidance procrastination.

2. Kondisi lingkungan yang lenient, prokrastinasi akademik akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan.

Sebagaimana dinyatakan oleh Bandura (1997 *self efficacy* mempengaruhi prokrastinasi akademik. *Self-efficacy* sangat menentukan seberapa kuat usaha, kegigihan, keuletan yang dikerahkan seseorang dalam sebuah pekerjaan. Di samping itu *self-efficacy* juga akan mempengaruhi seseorang untuk bagaimana menghadapi rintangan pekerjaan, mengelola stres dan kecemasan sehingga mampu mencari solusi agar terus mengejar keberhasilan. Seseorang dengan *self-efficacy* rendah, akan cenderung rapuh dalam menghadapi tekanan, depresi, dan kurang percaya diri sehingga memiliki peluang untuk melakukan prokrastinasi. Seseorang dengan *self-efficacy* yang tinggi, cenderung akan tenang dalam menghadapi tugas dan situasi yang sulit.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwasan aktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah takut gagal, tidak menyukai tugas, efikasi diri yang rendah, kesukaran mengambil keputusan, ketergantungan yang kuat pada orang lain, dan pengambilan resiko yang berlebihan.

Selain itu prokrastinasi akademik berasal dari faktor internal dan eksternal dari individu. Faktor internal meliputi kondisi fisik individu dan kondisi fisiologis individu. Faktor eksternal meliputi pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Selanjutnya Farouq (2010) mengatakan beberapa penyebab yang menyebabkan individu melakukan prokrastinasi akademik seperti berikut ini:

a. Suka bermalas-malasan

Sewaktu memulai sesuatu dan rasa malas itu muncul, maka akan menunda pekerjaan dan lebih memilih untuk bermalas-malasan. Sehingga tugas yang ada tidak dapat diselesaikan

b. Sifat Perfeksionisme

Sifat ini adalah salah satu penyebab utama penundaan, yakni, sikap yang disebabkan oleh pikiran yang tidak realistis. Mengumpulkan atau mempersiapkan sesuatu secara berlebihan dan melebihi kadarnya hanya akan memperlambat proses kerja kita dan menyebabkan penggunaan waktu tidak efektif.

c. Takut Salah

Penundaan seringkali didapatkan dari ketakutan, lebih tepatnya rasa takut akan adanya kesalahan dalam melakukan. Individu yang seperti ini tidak akan pernah mengetahui kemampuan mereka yang sebenarnya karena justru dari kesalahan itulah, seseorang belajar untuk tidak membuat dan mengulangi kesalahan yang sama.

d. Cepat Frustrasi

Umumnya setiap individu mampu memahami betapa

menyenangkannya dapat menyelesaikan tugas akhir perkuliahan. Tetapi jangan sampai memikirkan pekerjaan yang terlalu berat sehingga berakhir dengan frustrasi.

e. Sifat Pemarah

Beberapa individu seringkali menunda-nunda sesuatu jika mereka marah kepada orang lain (atau lembaga yang bersangkutan). Orang sering marah apabila memiliki terlalu banyak hal yang harus dikerjakan, sehingga menunda-nunda tugas perkuliahannya maupun urusan tanpa memperhitungkan waktu penulisan tugas dan urusan.

f. Tidak mampu mengatakan tidak

Jika seseorang mengajak untuk melakukan hal lain yang menarik saat mengerjakan tugas, kebanyakan mahasiswa cenderung untuk tidak bisa mengatakan tidak, atau mengalami kesulitan untuk menolak tawaran tersebut.

g. Lebih suka bekerja dengan tekanan

Individu yang seperti ini biasanya mengaku akan lebih menyukai saat-saat terakhir mendekati batas waktu akhirnya. Namun hal ini bisa menimbulkan banyak masalah sebagai efek dari interaksi kita dengan individu lain.

h. Tidak memiliki batas waktu

Ketika bekerja tanpa batas waktu, individu bisa mengatakan pada diri sendiri untuk mengerjakan lain kali, maka pekerjaan tidak akan terselesaikan dengan hanya memikirkan karena cara yang tepat untuk menyelesaikan suatu tugas baru akan ditemukan ketika tugas tersebut

sudah mulai dikerjakan.

- i. Memilih hal kecil yang harus dilakukan

Hal-hal kecil adalah penyebab banyaknya penundaan tugas. Hal itu membuat kesulitan dalam memulai mengerjakan suatu tugas. Hal-hal kecil dan sepele dapat menyita waktu pada saat perlu memikirkan hal-hal yang lebih penting dan mendesak.

Dari uraian di atas peneliti menyimpulkan bahwa penyebab prokrastinasi akademik antara lain takut gagal, tidak menyukai tugas, efikasi diri yang rendah, kesukaran mengambil keputusan, ketergantungan yang kuat pada orang lain, dan pengambilan resiko yang berlebihan. Individu suka bermalas-malasan, sifat perfeksionisme, takut salah, cepat frustrasi, sifat pemarah, tidak mampu mengatakan tidak, lebih suka bekerja dengan tekanan, tidak mampu mengatakan tidak, lebih suka bekerja dengan tekanan, tidak memiliki batas waktu, dan memilih hal kecil yang harus dilakukan.

D. Hubungan Antara *Self Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi

Skripsi merupakan karya ilmiah yang harus disiapkan oleh mahasiswa sarjana (S1) pada perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana. Selama persiapan tugas akhir, mahasiswa dihadapkan pada masalah yang dapat menghambat skripsi. Kendala selama proses penyusunan skripsi meliputi faktor internal & eksternal. Faktor internal berdasarkan pada diri individu itu sendiri, misalnya kondisi fisik individu itu sendiri, ataupun keadaan psikologis individu, sedangkan faktor eksternal dari luar individu, kondisi lingkungan dan

pengasuhan orang tua. Kendala tadi menciptakan individu untuk menunda merampungkan skripsinya.

Prokrastinasi akademik ini adalah jenis prokrastinasi akademik yang paling banyak mendapatkan perhatian, karena efek negatifnya terhadap kinerja akademik mahasiswa. Prokrastinasi akademik bukan hal yang sepele, walaupun budaya di Indonesia menganggap ini bukanlah suatu masalah, tetapi kenyataannya ini merupakan sebuah problem mengenai pengendalian diri kita. Ada banyak dampak dari prokrastinasi akademik, salah satunya adalah menunda kelulusan apabila tidak mengerjakan skripsi dan menunda bimbingan.

Efikasi diri adalah salah satu dari pengetahuan diri atau *self knowledge* dan paling berpengaruh pada kehidupan sehari-hari. Hal ini dikarenakan *self efficacy* yang dimiliki seseorang mempengaruhi bagaimana ia akan bertindak untuk mencapai tujuannya. Efikasi diri merupakan hal yang sangat penting bagi seseorang dalam menghadapi berbagai masalah atau tantangan yang dihadapinya. *Self efficacy* sangat besar pengaruhnya pada kepercayaan diri, sedangkan kepercayaan diri merupakan salah satu diantara aspek-aspek kepribadian yang berperan penting dalam kehidupan manusia, terbentuk melalui proses belajar ketika berinteraksi dengan lingkungan.

Kepercayaan diri adalah aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah yang akan timbul. *Self efficacy* sangat penting dalam kehidupan manusia, karena *self efficacy* banyak menentukan

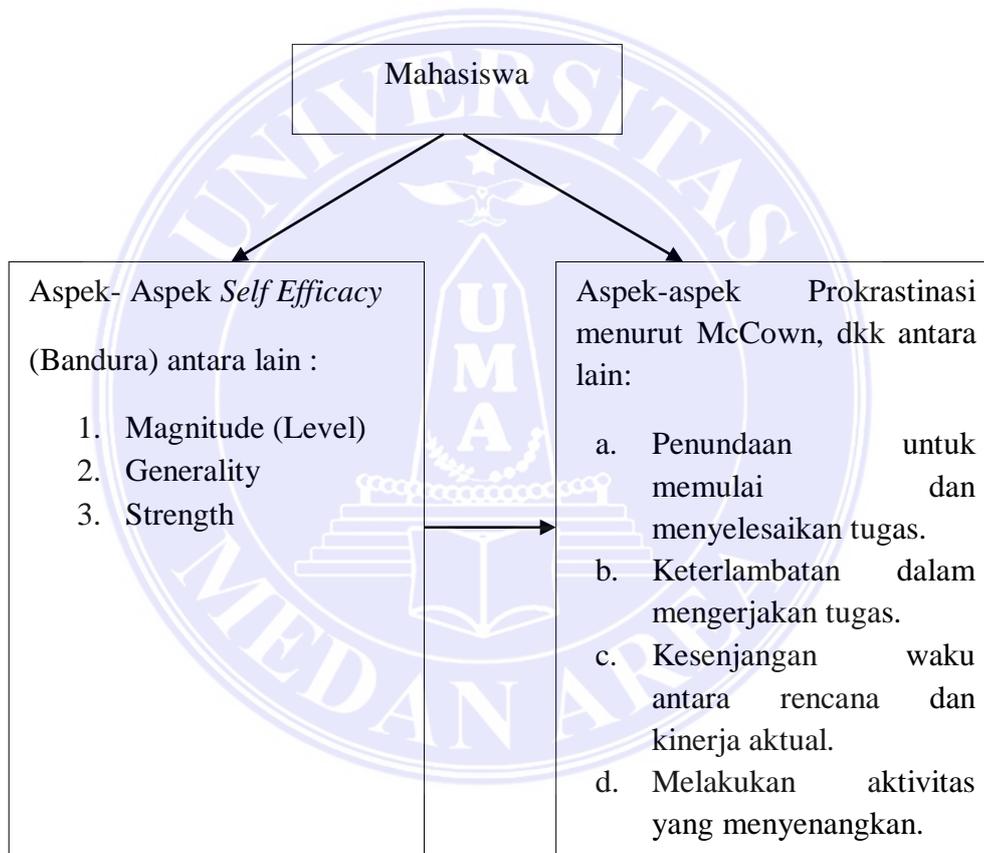
dan mempengaruhi aspek-aspek kehidupan kita, diantaranya potensi menangani stressor, untuk menghadapi lingkungan baru, serta mengatasi sebuah hambatan. *Self-efficacy* adalah salah satu potensi yang ada pada faktor kognitif manusia yang merupakan bagian dari penentu tindakan manusia selain lingkungan dan dorongan internal. Hanny(2016) mengatakan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* pada individu, maka semakin mampu individu tersebut untuk beradaptasi terhadap tantangan dan tekanan hidup.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Supriyantini (2018) di USU menjelaskan bahwa, terdapat hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dengan *self efficacy* pada mahasiswa USU, dimana semakin rendah prokrastinasi akademik maka semakin tinggi *self efficacy*, begitu pula sebaliknya. Selain itu prokrastinasi memberikan pengaruh pada *self efficacy* sebesar 11.2 % pada mahasiswa USU yang sedang menyusun skripsi. Secara keseluruhan terdapat 24% mahasiswa USU yang sedang menyusun skripsi berada pada kategori prokrastinasi akademik rendah, 41% kategori sedang dan 35% kategori tinggi. Disamping itu prokrastinasi akademik mahasiswa USU yang sedang menyusun skripsi lebih rendah dibandingkan dengan prokrastinasi akademik akademik populasi pada umumnya. Terdapat 24% mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik pada kategori rendah. 44% kategori sedang, dan 32% kategori tinggi.

Hasil penelitian sesuai dengan pernyataan dari Pajeres (2010) bahwa jika seseorang tidak percaya mereka dapat mencapai hasil yang diinginkan, mereka akan mempunyai dorongan yang kecil untuk bertindak, atau bahkan mengeluarkan usaha yang kecil untuk aktivitasnya. Individu yang memiliki

prokrastinasi yang tinggi akan menghindari tugas dan menyerah dengan mudah ketika masalah muncul. Dengan kata lain individu dengan prokrastinasi akademik yang tinggi akan memiliki *self efficacy* yang rendah . Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan Schunk , dimana individu dengan prokrastinasi akademik yang tinggi akan menghindari pekerjaan yang berisi banyak tugas dan tugas-tugas yang diberikan.

E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik dengan asumsi bahwa semakin tinggi *self efficacy* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa,

dan sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dialami mahasiswa psikologi yang sedang menyusun skripsi.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dalam skripsi ini sebagaimana diuraikan dalam (Sugiyono 2007) bahwa metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang didasarkan pada filosofi positivis, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, dan menggunakan alat penelitian untuk data. Penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistic. Azwar (2009).

B. Identifikasi variabel penelitian

Sugiyono (2010) merumuskan variabel penelitian sebagai suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dua variabel:

1. Variabel terikat (Y) : *Self Efficacy*
2. Variabel bebas (X) : Prokrastinasi Akademik

C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Defenisi operasional memaparkan tentang operasionalisasi variabel penelitian dengan indikator variabel yaitu prokrastinasi akademik dan *self efficacy*. Adapun definisi operasional dari variabel-variabel yang dimaksud

adalah sebagai berikut :

1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah sebuah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak mendukung dalam proses penyelesaian tugas yang pada akhirnya dapat menimbulkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan bagi pelakunya.

2. Self Efficacy

Self efficacy adalah keyakinan serta kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri dalam memenuhi tugas dan tanggung jawab dalam menghadapi peristiwa-peristiwa sulit atau menantang. Aspek-aspek *self efficacy* menurut Bandura adalah *magnitude* (level), *generality*, dan *strength*.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Arikunto (2006) berpendapat bahwa populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah 250 orang mahasiswa psikologi UMA angkatan 2017 yang sedang menyelesaikan skripsi.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi (Azwar, 2007). Dalam penelitian ini yang menjadi sampel penelitian adalah 85 orang mahasiswa psikologi UMA yang sedang menyusun skripsi.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu dalam Sugiyono, (2016). Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* ini karena sesuai untuk digunakan untuk penelitian kuantitatif, atau penelitian-penelitian yang tidak melakukan generalisasi menurut Sugiyono,(2016). Kriteria sampel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mahasiswa-mahasiswi UMA yang sedang menyusun skripsi.
- b. Mahasiswa-mahasiswi Psikologi stambuk 2017.
- c. Mahasiswa-mahasiswi yang belum seminar hasil.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teori Slovin dalam (Ruslan Rusadi,2006) dengan rumus sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi 200 orang

e = Batas toleransi kesalahan (error tolerance) sebesar 10%

$$n = \frac{296}{1 + 200 (0,01)^2}$$

$$n = \frac{296}{3.5}$$

= 85 sampel penelitian

E. Teknik Pengumpulan Data

Salah satu bagian terpenting dalam sebuah penelitian adalah

pengumpulan data. Menurut Sugiyono (2018) teknik pengumpulan data adalah langkah utama penelitian, karena tujuan utama penelitian untuk memperoleh data. Alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala yaitu skala Likert. Skala sikap model Likert berisi pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statement*), yaitu suatu pernyataan mengenai objek sikap. Pernyataan sikap terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan yang *favourable* (mendukung atau memihak pada objek sikap) dan pernyataan yang *unfavourable* (tidak mendukung objek sikap (Azwar, 2009). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu *Self Efficacy* dan Prokrastinasi akademik.

1. Skala *Self Efficacy*

Skala ini bertujuan untuk mengukur *Self Efficacy*. Skala *Self Efficacy* diukur berdasarkan aspek-aspek *self efficacy* menurut Bandura adalah *magnitude (level), generality, dan strength*. Sistem penilaian untuk item *favorable* adalah SS (Sangat Sesuai)=4, S (Sesuai) =3, TS (Tidak Sesuai) =2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai)=1, sedangkan pada item *unfavorable* diberlakukan sebaliknya yaitu SS (Sangat Sesuai)=1, S (Sesuai)= 2, TS (Tidak Sesuai)=3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) =4. Semakin tinggi skor yang diperoleh mahasiswa berarti semakin tinggi *Self Efficacy* tersebut, demikian juga sebaliknya semakin rendah skor yang di peroleh mahasiswa berarti semakin rendah *Self Efficacy*. Dalam kategori penelitian pendukung (*Favorable*), yaitu:

Tabel 3.2 Skor Untuk Pertanyaan Skala *Self Efficacy*

Pernyataan	Nilai
Sangat setuju (SS)	4
Setuju (S)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak setuju (STS)	1

Dalam Kategori penelitian tidak mendukung (*Ufavorable*) yaitu:

Pernyataan	Nilai
Sangat setuju (SS)	1
Setuju (S)	2
Tidak Setuju (TS)	3
Sangat Tidak setuju (STS)	4

2. Skala Prokrastinasi akademik

Skala ini bertujuan untuk mengukur Prokrastinasi akademik. Aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut McCloskey adalah penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rancangan dan kinerja actual, dan melakukan aktivitas yang menyenangkan. Sistem penilaian untuk item *favorable* adalah SS (Sangat Sesuai) = 4, S (Sesuai) = 3, TS (Tidak Sesuai) = 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) = 1, sedangkan pada item *unfavorable* diberlakukan sebaliknya yaitu SS (Sangat Sesuai) = 1, S (Sesuai) = 2, TS (Tidak Sesuai) = 3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) = 4. Semakin tinggi skor yang diperoleh mahasiswa berarti semakin tinggi prokrastinasi akademik tersebut, demikian juga sebaliknya semakin rendah skor yang di peroleh mahasiswa berarti semakin rendah prokrastinasi akademik. Dalam kategori penelitian

pendukung (*Favorable*), yaitu:

Tabel 3.3 Skor Untuk Pertanyaan Skala Prokrastinasi Akademik

Pernyataan	Nilai
Sangat setuju (SS)	4
Setuju (S)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak setuju (STS)	1

Dalam kategori penelitian tidak mendukung (*Ufavorable*) yaitu:

Pernyataan	Nilai
Sangat setuju (SS)	1
Setuju (S)	2
Tidak Setuju (TS)	3
Sangat Tidak setuju (STS)	4

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas Alat Ukur

Menurut Azwar (2015), validitas adalah sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi alat ukurnya. Valid tidaknya suatu alat ukur tergantung pada mampu tidaknya alat ukur tersebut mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki dengan tepat. Uji validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas isi, yaitu berkaitan dengan apakah aitem mewakili pengukuran dalam area isi sasaran yang diukur. Untuk mengetahui validitas employee engagement dan produktivitas kerja menggunakan SPSS 21.0 for windows. Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur dalam penelitian ini adalah dengan analisis *Kolmogorov smirnof*.

2. Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Azwar (2015), uji reliabilitas dimaksudkan untuk melihat sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap sekelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah. Untuk menguji reliabilitas alat ukur adalah dengan bantuan komputer dari program SPSS 20.0 for windows yang nantinya akan menghasilkan reabilitas dari skala prokrastinasi akademik dan *self efficacy*. Uji reliabilitas alat ukur ini menggunakan pendekatan konsistensi internal yaitu formula Alpha (Azwar, 2015).

G. Metode Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah mengumpulkan data dari semua sumber data. Penelitian ini menggunakan *Kolmogorov smirnof* dan akan menggunakan analisis data statistik sesuai dengan hipotesis yang diajukan, tujuan penelitian dan variabel penelitian, serta sesuai dengan struktur penelitian. Dalam penelitian ini metode analisis yang digunakan adalah *Kolmogorov smirnof* karena akan menguji hubungan antara dua variabel. Variabel independen yaitu *Self Efficacy* (X) dan Variabel dependent (Y) yaitu, Prokrastinasi dalam menyusun skripsi. Sebelum menggunakan teknik analisis korelasi product-moment untuk menganalisis data, terlebih dahulu dilakukan uji hipotesis terhadap data penelitian yaitu:

1. Uji normalitas sebaran untuk menentukan apakah data penelitian terdistribusi atau terdistribusi sesuai prinsip kurva normal.
2. Uji linieritas digunakan untuk memeriksa apakah data variabel bebas berkaitan dengan variabel terikat



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini ada beberapa simpulan yang dapat diambil antara lain sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dengan *self efficacy* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UMA yang sedang menyelesaikan skripsi. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $r_{xy} = 0,968$ dengan signifikan $p = 0,000 < 0,05$. Semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah *self efficacy* mahasiswa tersebut, sebaliknya semakin rendah prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi *self efficacy*-nya. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.
2. Prokrastinasi akademik tergolong tinggi dimana mean hipotetik (87,5) lebih kecil dari mean empirik (113,30) dan selisihnya melebihi bilangan satu SD (14,22). *Self efficacy* tergolong rendah dimana mean hipotetik (92,5) lebih kecil dari mean empirik (90,7) dan selisihnya melebihi bilangan satu SD (22,58).
3. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar $r^2 = 0,937$. Ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berkontribusi atau memberikan sumbangsi

terhadap *self efficacy* sebesar 93,7%. Jika dilihat dari tabel interpretasi terhadap koefisien korelasi, berdasarkan nilai $r^2 = 93,7$ hal ini berarti tingkat hubungan tergolong sempurna.

B. Saran

1. Saran bagi subjek penelitian

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka diharapkan pada subjek penelitian agar dapat mengatasi prokrastinasi akademik. Subjek penelitian harus meningkatkan motivasi dalam menyelesaikan skripsi sehingga mampu mengatasi setiap tantangan yang kemungkinan dihadapi selama proses penyusunan skripsi.

2. Saran kepada pihak Fakultas

Adapun saran peneliti bagi pihak bagi dosen pembimbing adalah memberikan motivasi bagi mahasiswa-mahasiswi bimbingan agar kembali berusaha dan semangat dalam melanjutkan penyelesaian skripsi.

3. Saran bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dapat meneliti tentang cara mengatasi prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Baron, R., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga
- Aini, Aliya Noor & Iranita Hervi Mahardayani. 2001. *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi akademik Dalam menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus* <https://media.neliti.com/media/publications/246706-none8ff2da6c.PDF> (Diakses pada tanggal 24 november 2021)
- Anita Woolfolk. (2009). *Educational Psychology Active Learning Edition* Diterjemahkan oleh: Helly Prajitno Soetjipto. Boston: Pearson Education, Inc., Publishing.
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2005). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka
- Azwar. (2006). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar S., (2007). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Anwar, Astrid Indi Deisty. (2009). *Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara*. Skripsi. Medan : Universitas Sumatera Utara.
- Azwar, S. (2009). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Anwar, Astrid Indi Deisty. (2009). *Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara*. Skripsi. Medan : Universitas Sumatera Utara .
- Bandura, A. dan Locke, E. A. (2005). *Negative self-efficacy and goal effects revisited*. *Journal of Applied Psychology*, Vol. 88, No. 1, 87–99 DOI: 10.1037/0021-9010.88.1.87
- Bandura, A. & Edwin. A. (2006). *Negative Self-Efficacy and Goal Effects Revisited*. *Journal of Applied Psychology*. (Online). Vol. 88, No.1,

87-99 dalam (<http://www.emory.edu/education/>. (Diakses pada tanggal 24 november 2021)

- Bandura, A. (2010). *Self Efficacy Mechanism in Psikological and Health Promoting Behavior*, Prentice Hall, New Jersey.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The Exercise of Control*. W.H. Freeman. New York.
- Budiman, A. (2006). *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Rosda.
- Chandra, Budiman. 2006. *Pengantar Kesehatan Lingkungan*. EGC. Jakarta
- Daldiyono. 2009. *How to Be a Real and Successful Student*. Jakarta: PT. Gramedia
- Faruk. (2012). *Metode Penelitian Sastra: Sebuah Penjelajahan Awal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *TEORI KEPERIBADIAN [Theories of Personality]* Buku 1 Edisi 7 . Jakarta : Salemba Humanika.
- Feist., Feis. J., & Gregory, J. (2008). *Theories of Personality*. (terj.) Yudi Santoso, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Farouq, A. 2010. *Mengupas Kiat Sukses Mengatur Waktu*. Jakarta: Prestasi Pustakarya
- Fibrianti, I. D. (2009). *Hubungan antara dukungan social orangtua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa fakultas psikologi universitas diponegoro semarang*. Skripsi.online: <http://www.eprints.undip.ac.id/10517/1/skripsi.pdf>. (Diakses pada tanggal 22 November 2021)
- Greenberg, J. & Baron, R.A. 2011. *Behavior in Organization*. Prentice Hall (9th Edition).
- Ghufron. M.N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: AzRuzz Media.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar- ruz Media.
- Ghufron, N. M. 2003. *Hubungan Kontrol Diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua terhadap prokrastinasi akademik*.

Tesis. Jogjakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
(Diakses pada tanggal 22 November 2021)

- Ghufron, Nur dan Rini Risnawati. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta: Ar-ruzz Media.
- Gist, M. E., dan Mitchell. (2000). *Self efficacy: a theoretical analysis of its determinants and malleability*, *Academy of Management Review*, Vol 17No 2: 183-211
- Hanny, I. (2016). *Pengaruh Self-Efficacy Dan Kecemasan Akademis Terhadap Self-Regulated Dan Learning Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Jakarta*. *Jurnal Komunikasi Islam*, 05 (01)(11), 1–15.
- Ilfiandra. (2010). *Penanganan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa: Konsep dan aplikasi*.<http://www.penanganan-prokrastinasi-akademik-mahasiswa.com>. (Diakses pada tanggal 24 November 2021)
- Indarto. (2012). *Hidrologi – Dasar Teori dan Contoh Aplikasi Model Hidrologi*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Knopfemacher. 2008. *Mahasiswa Menurut Para Ahli. Dalam Suwono. Konsep Mahasiswa*.<http://definisipengertian.com/2008/pengertiandefinisimahasiswa-menurut-para-ahli/>. (Diakses pada tanggal 24 november 2021)
- Kim, J., Hong, H., Lee, J., & Ho Hyun, m. (2017). *Effects of time perspective and self control on procrastination and internet addiction*. 1.
- King,L. (2010).*Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika
- Margono. (2008). *Pengaruhi efikasi diri, beban kerja dan keterampilan menulis terhadap produktivitas buku ajar dosen yang diterbitkan. Jurnal Aplikasi Manajemen*. Vol 6. No.3. Pg.351-355.
- Noormania, N. (2014). *“Pengaruh Self efficacy dan Iklim Organisasi terhadap Kepuasan Kerja Karyawan di PT Wijaya Karya Beton, Tbk*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- McCloskey, J. D. (2011). *Finally, My Thesis On Academic Procrastination*. Thesis. (Diakses pada tanggal 22 November 2021)
- Ormrod, Jeanne Ellis. (2008). *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang* (edisi keenam Jilid 2). Jakarta : Erlangga.

- Pajares, Frank. 2006. *Self efficacy During Childhood and Adolescence*. Chapter 15. 339-367. Online. Available at [http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/Pajares Adoed2006.pdf](http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/Pajares%20Adoed2006.pdf). (Diakses pada tanggal 20 November 2021)
- Poerwadarminta. (2005). *Kamus Umum Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Pratiwi, L. N & Seno P. (2006) *Pengaruh self-efficacy terhadap peningkatan kemampuan afektif kader kesehatan dan dampak pada perilaku melalui model deteksi ohi-s, DMFT Indeks*, Buletin Penilaian Sistem Kesehatan, XI (1), hlm. 54. (Diakses pada tanggal 22 November 2021)
- Rahayu, N. (2013). *Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2008 Universitas Negeri Yogyakarta*. Yogyakarta. <https://www.e-jurnal.com>. Diakses 23 Maret 2022.
- Resseffendi. (2010). *Metode Penelitian*. NASPA Journal, 33, 26–36
- Putri, NFA. Wiyanti, S. Priyatama, AN. (2015). *Hubungan antara Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta*. Surakarta. <https://www.e-jurnal.com/2014/12/hubungan-antara-self-eficacy-dengan.html> . Diakses pada 23 Maret 2022
- Solomon, L. J. dan Rothblum, E. D. (2012). *Academic Procrastination: Frequency and Cognitive Behavioral Correlates*. Journal of Counseling Psychology, Vol. 31, No.4 (h. 503-509)
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions. Fifth Edition*. USA: John Wiley & Sons.
- Sarwono. 2010. *Definisi Mahasiswa menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Tersedia dalam: <http://www.pengertianku.net/2014/11/kenali-pengertian-mahasiswa-dan-menurut-para-ahli.html> (Diakses pada tanggal 24 November 2021)
- Siswoyo. Dkk. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press
- Siallagan, DF. (2011). "*Fungsi dan Peranan Mahasiswa*", www.academia.edu (Diakses pada tanggal 24 november 2021)

- Sugiyono. (2007). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni. (2014). *Metode Penelitian: Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Supriyantini, Sri. (2018). *Hubungan Self efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa USU yang Sedang Menyusun Skripsi*. 1(1):296-302. <https://www.researchgate.net/publication>.
- Sutriyono, Riyani & Prasetya, B.E.A. (2012). *Perbedaan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW*. Berdasarkan Tipe Kepribadian A dan B. *Jurnal Psikologi*, 28 (2), 127-135.
- Syaiful Arifin. 2014. *Mahasiswa dan Organisasi*. Jakarta: Grafindo Persada
- Steel, Piers. (2007). *The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure*. *Psychological Bulletin*.133, No 1, 65-94. Diakses pada tanggal 22 November 2021.dari http://freedownload.is/pdf/t_e-nature-of-procrastination-a-metaanalytic-and-theoretical-29285841.html
- Untung. M.M. (2008). *Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (Uin) Malang*. Skripsi:Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang
- Ulfah, (2010). *Efikasi Diri Mahasiswa Yang Bekerja Pada Saat Penyusunan Skripsi*. *Skripsi*. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Surakarta. Diakses pada 4 Januari 2022. <http://id.pdfsb.com/skripsi+efikasi+diri>.





LAMPIRAN I

Skala Penelitian

Skala Prokrastinasi Akademik

Nama (Inisial) :
Jenis Kelamin :
Usia :

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

1. Bacalah pernyataan di bawah ini dengan baik dan teliti.
2. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara/i yang sesungguhnya.
3. Berilah tanda (X) pada salah satu alternatif jawaban:
 SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 TS : Tidak Setuju
 STS : Sangat Tidak Setuju
4. Apabila saudara/i keliru dan sudah terlanjur memberi tanda silang (X), maka lingkari jawaban yang keliru tersebut, dan kemudian beri tanda silang (X) pada jawaban yang sesuai.
5. Saudara/i hanya diperbolehkan memilih satu alternatif jawaban pada setiap pernyataan.
6. Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban yang saudara/i berikan adalah benar. Jadi saudara/i tidak perlu takut dalam memberi jawaban.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saat mengerjakan skripsi saya khawatir jika tidak mampu mengerjakan revisi dengan baik				
2	Dengan mudah saya mampu menyelesaikan revisi skripsi yang diberikan dosen pembimbing.				
3	Saya gemetar ketika menyampaikan pendapat kepada dosen pembimbing				
4	Saya akan bertanya langsung kepada dosen pembimbing ketika ada yang tidak saya pahami				
5	Saya selalu bimbingan skripsi sesuai waktu yang				

	ditetapkan dosen pembimbing.				
6	Saya menunda menyelesaikan skripsi ketika mengalami kendala				
7	Saya bertanggung jawab penuh dengan skripsi saya				
8	Saya tetap berusaha menyelesaikan revisi skripsi meskipun mengalami kesulitan				
9	Kebingungan dalam mengerjakan skripsi membuat saya mengalami keterlambatan dibandingkan teman-teman lain yang menyusun skripsi juga				
10	Saya menunda mengerjakan skripsi karena sedang ingin liburan				
11	Keinginan untuk berkumpul dengan teman lebih besar dari pada keinginan mengerjakan skripsi				
12	Saya tetap memprioritaskan penyelesaian skripsi dibandingkan dengan berkumpul dengan teman di cafe				
13	Saya berusaha memahami apa yang dimaksud dosen pembimbing ketika memberikan feedback terhadap hasil kerja saya.				
14	Saya meninggalkan skripsi ketika ada teman yang mengajak liburan				
15	Saya akan tetap menyelesaikan setiap revisi meskipun teman datang kerumah untuk bermain				
16	Saya menunda mengerjakan skripsi dengan harapan besok lebih bersemangat lagi				
17	Ketika mengerjakan skripsi saya menghindari aktivitas lain yang mengganggu konsentrasi seperti menonton tv, dan melihat media sosial.				
18	Saya tidak mampu konsentrasi mengerjakan tugas karena tergoda melihat media sosial				
19	Revisian skripsi menumpuk akibat tidak pernah saya kerjakan lagi				

20	Waktu yang telah saya jadwalkan untuk mencari referensi dalam menyusun skripsi dapat saya gunakan secara maksimal				
21	Saya akan tetap menyelesaikan revisi skripsi meskipun teman mengajak bicara				
22	Saya melawan rasa jenuh ketika mengalami hambatan dalam mengerjakan skripsi				
23	Saya memilih berlibur ketika tugas skripsi telah selesai				
24	Saya lebih memilih pergi bimbingan meskipun teman menawarkan liburan gratis dihari yang sama				
25	Tidak ada kemajuan dalam pengerjaan skripsi akibat saya melakukan penundaan yang berkepanjangan				
26	Ketika saya tidak dapat menyelesaikan skripsi sesuai waktu yang diminta dosen maka saya memilih menghindar dari dosen pembimbing tersebut				
27	Saya membatalkan pengerjaan revisi skripsi karena memilih pergi camping				
28	Bermain media sosial lebih menyenangkan dibanding mencari referensi teori dalam penyusunan skripsi				
29	Rasa bosan terhadap skripsi membuat saya ingin mengabaikannya selamanya				
30	Saya berusaha tetap fokus dalam mengerjakan skripsi sehingga dapat lulus secepatnya				
31	Waktu luang saya gunakan untuk bermain media sosial dibanding bimbingan skripsi dengan dosen				
32	Saya takut jika revisi yang sudah saya kerjakan ternyata masih salah				
33	Saya menolak semua ajakan teman untuk bermain				

	agar bisa fokus mengerjakan skripsi				
34	Saya tidak pernah mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline bimbingan yang telah ditentukan oleh dosen				
35	Ketidakhahaman dalam mengerjakan revisi skripsi membuat saya lebih lambat dalam menyelesaikannya				
36	Saya tetap bimbingan skripsi meskipun merasa lelah				
37	Saya menunda bimbingan skripsi ketika merasa lelah				
38	Ketika bingung memulai pengerjaan skripsi saya memilih menundanya				

Skala *Self Efficacy*

Nama (Inisial) :	
Jenis Kelamin :	
Usia :	

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

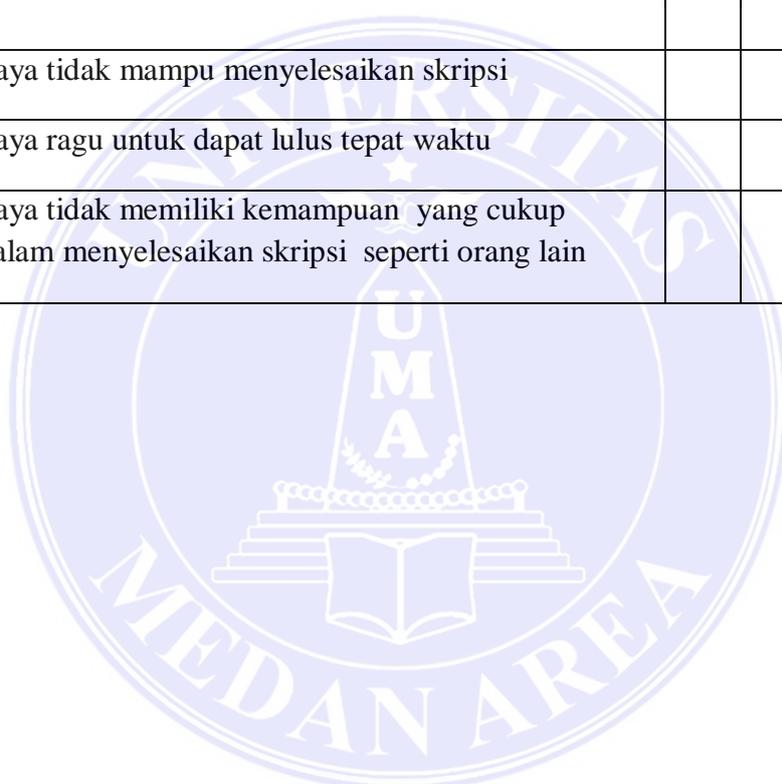
1. Bacalah pernyataan di bawah ini dengan baik dan teliti.
2. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara/i yang sesungguhnya.
3. Berilah tanda (X) pada salah satu alternatif jawaban:
 SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 TS : Tidak Setuju
 STS : Sangat Tidak Setuju
4. Apabila saudara/i keliru dan sudah terlanjur memberi tanda silang (X), maka lingkari jawaban yang keliru tersebut, dan kemudian beri tanda silang (X) pada jawaban yang sesuai.
5. Saudara/i hanya diperbolehkan memilih satu alternatif jawaban pada setiap pernyataan.

6. Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban yang saudara/i berikan adalah benar. Jadi saudara/i tidak perlu takut dalam memberi jawaban.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya dapat membuat judul skripsi dengan mudah berdasarkan fenomena yang akan saya teliti.				
2	Saya mengetahui siapa sampel penelitian yang tepat untuk dijadikan penelitian saya.				
3	Saya kesulitan memahami fenomena penelitian saya				
4	Saya kesulitan dalam memahami teori yang saya butuhkan dalam menyusun skripsi				
5	Saya memahami metode analisis yang tepat dalam pengolahan data hasil penelitian saya				
6	Saya dapat menentukan sampel penelitian sesuai dengan tipe penelitian saya				
7	Saya mengerti apa yang disampaikan dosen pembimbing tentang feedback skripsi saya				
8	Saya tau letak kesalahan saya dalam mengerjakan skripsi				
9	Saya mengalami kesulitan dalam menentukan sampel penelitian				
10	Saya ragu dengan kemampuan untuk menentukan metode analisis yang tepat untuk penelitian saya				
11	Saya kesulitan ketika dosen pembimbing meminta saya menjelaskan fenomena penelitian				
12	Kemampuan saya terbatas untuk menjelaskan skripsi saya kepada dosen pembimbing				
13	Revisi yang berulang kali tidak membuat saya menyerah				
14	Saya mampu mencari buku teori yang sesuai dengan kebutuhan penelitian saya				

15	Saya sangat memahami alasan mengapa dosen pembimbing meminta saya melakukan perbaikan pada skripsi				
16	Secara keseluruhan saya lebih mengerti tentang skripsi saya dari pada dosen pembimbing				
17	Saya memahami alur skripsi saya bab demi bab				
18	Saya dapat menjelaskan tujuan akhir dari penelitian saya				
19	Saya kesulitan menjelaskan alur skripsi saya kepada dosen pembimbing				
20	Saya tidak skripsi saya secara keseluruhan				
21	Saya frustrasi dengan revisi yang berulang-ulang				
22	Saya kesulitan dalam mencari teori yang saya butuhkan dalam penelitian				
23	Saya terbatas dalam menganalisa fenomena penelitian saya				
24	Saya sulit menentukan judul berdasarkan fenomena yang terjadi				
25	Saya yakin dapat menyelesaikan setiap tantangan dalam mengerjakan skripsi ini				
26	Saya mampu menyelesaikan penelitian tepat pada waktunya				
27	Dalam melakukan sesuatu saya akan tetap berusaha meskipun sering gagal				
28	Pasti ada solusi untuk setiap kesulitan yang saya alami				
29	Jadwal bimbingan yang telalu lama dari dosen tidak membuat saya menyerah dalam penyelesaian skripsi				
30	Saya percaya diri dengan apa yang saya kerjakan karena saya mengerjakan tidak dengan asal-asalan				

31	Saya mampu mempertahankan pendapat saya kepada dosen pembimbing karena saya tau apa yang saya tuliskan dalam skripsi				
32	Saya malas menyelesaikan skripsi ketika menghadapi kesulitan				
33	Saya memilih bermain bersama teman karena skripsi membuat jenuh				
34	Jika gagal maka saya akan berhenti melakukannya				
35	Saya menunda pengerjaan skripsi karena bosan				
36	Saya tidak mampu menyelesaikan skripsi				
37	Saya ragu untuk dapat lulus tepat waktu				
38	Saya tidak memiliki kemampuan yang cukup dalam menyelesaikan skripsi seperti orang lain				





SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38		
1	1	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3		
2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2		
3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3		
4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	4	3	
5	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	2	1	3	3	
6	2	3	2	3	2	3	1	3	4	2	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	2	3	1	1	4	2		
7	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	
8	2	4	2	4	2	3	4	3	4	2	3	3	3	1	3	3	4	4	2	2	2	1	2	3	4	4	3	3	3	2	2	4	2	3	4	1	4	2		
9	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	1	4	4	
10	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	1	4	3	
11	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	1	3	3		
12	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2	4	3	3	2	2	2	1	3	3	2	3	3	4	4	2	2	3	2	3	2	3	2	1	3	2
13	1	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	

14	2	3	2	3	2	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	4	3	2	3	2				
15	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	2	4	4				
16	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	3			
17	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	2	3	4	3	4	4	3	1	4	4			
18	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3		
19	1	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3		
20	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	2	2	4	4	3	4	3	3	4	3	4			
21	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2		
22	1	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3		
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	
24	3	3	2	3	3	2	4	1	4	3	3	3	1	2	2	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	2	4	1	4	3			
25	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	
26	1	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	
27	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3
28	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	

29	2	3	2	3	2	3	3	4	4	2	3	3	4	1	4	3	3	3	2	2	3	1	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	4	2	
30	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3
31	1	3	1	4	2	3	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	4	3	1	1	2	4	4	4	3	4	3	3	3	1	1	4	2	3	4	1	4	2	
32	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	1	4	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3
33	4	2	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	1	3	3	2	2	4	4	2	1	3	3	2	2	3	3	3	4	4	2	4	3	3	1	4	4	
34	1	3	1	3	1	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	1	1	1	3	3	2	2	3	2	2	1	1	3	1	2	2	1	3	1		
35	2	4	2	4	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	4	2	2	2	3	3	2	1	4	3	2	2	2	2	4	2	3	3	1	2	2	
36	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3
37	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	
38	1	3	1	3	1	3	3	4	4	1	3	3	4	4	4	3	3	3	1	1	3	4	2	3	3	3	4	3	3	1	1	3	1	3	3	4	4	1	
39	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3
40	2	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	4	3	2	
41	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
42	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3
43	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	3	4	4	3	3	3	1	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	

44	1	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	
45	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	
46	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	2	1	1	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	
47	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	2	3	4	3	3	3	4	2	2	4	4	3	4	4	3	1	4	4	
48	1	3	1	3	1	3	2	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	3	1	1	2	1	2	3	1	3	4	3	3	1	1	3	1	3	2	1	3	1	
49	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	4	3
50	3	3	2	3	2	2	3	1	2	2	3	3	1	3	1	2	3	3	2	2	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	
51	2	4	2	4	2	2	3	4	3	2	4	4	4	2	4	3	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	3	3	3	2	2	4	2	2	3	1	3	2	
52	1	2	1	2	1	3	3	3	3	1	4	4	3	2	3	2	2	2	1	1	4	2	4	3	1	2	3	2	2	1	1	2	1	3	3	3	3	1	
53	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4
54	1	3	1	3	1	2	3	3	3	1	4	4	3	2	3	1	3	3	1	1	1	2	3	2	2	3	3	1	1	1	1	3	1	2	3	3	3	1	
55	2	3	2	3	2	3	4	3	3	2	4	4	3	4	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	3	3	2	
56	1	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	2	2	3	2	3	2	
57	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3
58	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	

59	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3
60	1	3	1	4	2	3	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	4	3	1	1	2	4	4	4	3	4	3	3	3	1	1	4	2	3	4	2	4	2	
61	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	1	4	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3
62	4	2	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	1	3	3	2	2	4	4	2	1	3	3	2	2	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3	4	4	
63	1	3	1	3	1	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	1	1	1	3	3	2	2	3	3	2	2	1	1	3	1	2	2	3	3	1	
64	2	4	2	4	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	4	2	2	2	3	3	2	1	4	3	2	2	2	2	4	2	3	3	3	2	2	
65	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3
66	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	
67	1	3	1	3	1	3	3	4	4	1	3	3	4	4	4	3	3	3	1	1	3	4	2	3	3	3	4	3	3	1	1	3	1	3	3	4	4	1	
68	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	
69	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	
70	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2	4	3	3	2	2	2	1	3	3	2	3	3	4	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	
71	1	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	
72	2	3	2	3	2	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	4	3	4	3	2	
73	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	4	4

74	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3		
75	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4		
76	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3		
77	1	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	
78	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4
79	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3
80	2	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	4	3	2	4	3	2
81	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
82	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	4	4	3	4	4
83	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	
84	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	
85	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	

SKALA SELF-EFFICACY

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	
1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	
2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	
5	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	



6	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2
7	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1
8	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
9	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
10	4	1	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4		
11	2	3	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1		
12	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	
13	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	
14	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
15	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
16	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1		
17	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
18	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
19	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4		
20	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1		
21	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2		
22	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1		
23	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1		
24	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
25	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
26	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4		
27	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1		
28	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2		
29	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1		
30	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	2	

56	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	3		
57	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
58	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
59	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
60	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	
61	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1		
62	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3
63	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	2	
64	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
65	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
66	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
67	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1
68	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
69	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
70	4	1	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	
71	2	3	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1
72	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2
73	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	
74	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
75	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
76	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
77	4	1	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	
78	2	3	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	
79	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	
80	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	

DATA VALID SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	18	19	20	21	22	23	24	25	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	X	
1	1	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	4	3	99	
2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	96	
3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	98		
4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	1	4	3	103	
5	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	2	1	3	3	110	
6	2	3	2	3	2	3	1	3	4	2	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	1	1	4	2	94	
7	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	1	3	3	107	
8	2	4	2	4	2	3	4	3	4	2	3	3	3	1	3	3	4	2	2	2	1	2	3	4	3	3	2	2	4	2	3	4	1	4	2	96	
9	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	1	4	4	119	
10	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	1	4	3	117		
11	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	1	3	3	105		
12	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	4	3	2	2	2	1	3	3	2	4	4	2	2	3	2	3	2	3	2	1	3	2	85
13	1	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	84	
14	2	3	2	3	2	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	2	3	2	101	
15	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	4	4	121		
16	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	3	118		
17	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	2	2	3	4	3	4	4	3	1	4	4	120		
18	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	109		
19	1	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	111		
20	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	2	2	4	4	3	4	3	3	4	119		
21	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	85	
22	1	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	107	
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	102		
24	3	3	2	3	3	2	4	1	4	3	3	3	1	2	2	4	3	2	3	2	2	3	3	3	4	4	3	2	3	2	4	1	4	3	97		
25	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	97		
26	1	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	125		
27	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	124		
28	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	106		
29	2	3	2	3	2	3	4	4	2	3	3	4	1	4	3	3	2	2	3	1	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	4	4	4	2	96		
30	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	4	2	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	104		
31	1	3	1	4	2	3	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	1	1	2	4	4	4	3	3	3	1	1	4	2	3	4	1	4	2	96	
32	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	1	4	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	108		
33	4	2	4	2	4	3	3	4	3	3	3	1	3	3	2	3	4	4	2	1	3	3	2	3	4	4	2	4	3	3	1	4	4	105			
34	1	3	1	3	1	2	2	3	3	1	3	3	3	3	2	3	1	1	1	3	3	2	2	2	2	1	1	3	1	2	2	1	3	1	72		
35	2	4	2	4	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	4	2	3	3	1	2	2	86			
36	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	106			
37	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	126		
38	1	3	1	3	1	3	3	4	4	1	3	3	4	4	3	3	1	1	3	4	2	3	3	3	3	1	1	3	1	3	3	4	4	1	92		
39	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	103		
40	2	3	2	3	2	3	2	4	3	4	4	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	2	99			
41	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	110			
42	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	106		
43	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	119		
44	1	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	111			
45	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	99			
46	2	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	76		
47	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	3	4	4	2	3	4	4	3	3	2	2	4	4	3	4	4	3	1	4	4	1	4	4	117			
48	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70			
49	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	100		
50	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	100		
51	1	2	1	3	3	1	4	3	2	3	2	2	1	1	4	2	4	3	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	3	3	3	1	78				
52	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	125		

DATA VALID SKALA SELF-EFFICACY

NO	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	2
----	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---



LAMPIRAN III

Uji Validitas & Reliabilitas

```

RELIABILITY
/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006
VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013
VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020
VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027
VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034
VAR00035 VAR00036 VAR00037 VAR00038
/SCALE('Skala Prokratinasi Akademik') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

[DataSet0]

Scale: Skala Prokratinasi Akademik

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	85	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	85	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,925	38

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2,7059	,82842	85
VAR00002	3,2706	,56459	85
VAR00003	3,2824	,56929	85
VAR00004	3,1059	,78715	85
VAR00005	2,8471	1,00600	85
VAR00006	3,1176	,76239	85

VAR00007	2,9647	,68046	85
VAR00008	3,1647	,50820	85
VAR00009	3,1882	,47545	85
VAR00010	2,6941	,87319	85
VAR00011	2,6941	,85945	85
VAR00012	2,7412	,74247	85
VAR00013	2,8588	1,00182	85
VAR00014	3,0941	,64777	85
VAR00015	3,0824	,49309	85
VAR00016	2,8471	,74811	85
VAR00017	3,1765	,51586	85
VAR00018	3,2706	,52072	85
VAR00019	2,9412	,67881	85
VAR00020	2,9529	,67092	85
VAR00021	2,6588	,83883	85
VAR00022	2,7059	,87046	85
VAR00023	3,1882	,47545	85
VAR00024	2,7176	,82537	85
VAR00025	3,0000	,57735	85
VAR00026	2,9765	,65423	85
VAR00027	2,4706	1,14005	85
VAR00028	3,4706	,64712	85
VAR00029	2,7176	,82537	85
VAR00030	3,2706	,56459	85
VAR00031	3,2824	,56929	85
VAR00032	2,7529	,73850	85
VAR00033	2,8471	1,00600	85
VAR00034	3,1176	,76239	85
VAR00035	2,9647	,68046	85
VAR00036	3,0588	,54233	85
VAR00037	2,8353	,73755	85
VAR00038	3,2706	,58530	85

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	110,6000	186,338	,682	,920
VAR00002	110,0353	194,463	,487	,923
VAR00003	110,0235	194,428	,485	,923
VAR00004	110,2000	191,805	,460	,923

VAR00005	110,4588	189,275	,440	,924
VAR00006	110,1882	191,940	,470	,923
VAR00007	110,3412	195,156	,359	,924
VAR00008	110,1412	197,385	,337	,924
VAR00009	110,1176	197,296	,369	,924
VAR00010	110,6118	186,169	,651	,921
VAR00011	110,6118	186,312	,656	,921
VAR00012	110,5647	188,915	,636	,921
VAR00013	110,4471	189,464	,435	,924
VAR00014	110,2118	195,145	,381	,924
VAR00015	110,2235	196,080	,444	,923
VAR00016	110,4588	188,585	,648	,921
VAR00017	110,1294	198,090	,282	,925
VAR00018	110,0353	197,273	,336	,924
VAR00019	110,3647	194,830	,378	,924
VAR00020	110,3529	194,922	,378	,924
VAR00021	110,6471	187,445	,623	,921
VAR00022	110,6000	186,362	,645	,921
VAR00023	110,1176	197,891	,324	,924
VAR00024	110,5882	186,531	,676	,920
VAR00025	110,3059	194,977	,443	,923
VAR00026	110,3294	197,009	,273	,925
VAR00027	110,8353	192,258	,281	,927
VAR00028	109,8353	192,877	,509	,923
VAR00029	110,5882	186,531	,676	,920
VAR00030	110,0353	194,463	,487	,923
VAR00031	110,0235	194,428	,485	,923
VAR00032	110,5529	189,107	,630	,921
VAR00033	110,4588	189,275	,440	,924
VAR00034	110,1882	191,940	,470	,923
VAR00035	110,3412	195,156	,359	,924
VAR00036	110,2471	195,736	,423	,923
VAR00037	110,4706	188,371	,669	,921
VAR00038	110,0353	194,249	,482	,923

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
113,3059	202,453	14,22860	38

RELIABILITY

```

/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006
VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013
VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020
VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027
VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034
VAR00035 VAR00036 VAR00037 VAR00038
/SCALE('Skala Self Efficacy') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

[DataSet0]

Scale: Skala Self Efficacy

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	85	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	85	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,981	38

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2,2941	,66946	85
VAR00002	2,2588	,77387	85
VAR00003	2,4000	,67612	85
VAR00004	2,2824	,62890	85
VAR00005	2,5412	,71636	85
VAR00006	2,4118	,74473	85
VAR00007	2,4824	,81082	85
VAR00008	2,7176	,68334	85

VAR00009	2,3647	,70453	85
VAR00010	2,4471	,76385	85
VAR00011	2,5529	,83817	85
VAR00012	2,4353	,76294	85
VAR00013	2,4000	,87560	85
VAR00014	2,2588	,92778	85
VAR00015	2,3529	,86885	85
VAR00016	2,5412	,71636	85
VAR00017	2,2588	,84731	85
VAR00018	2,3059	,92612	85
VAR00019	2,4706	,89427	85
VAR00020	2,1882	,85209	85
VAR00021	2,3765	,78644	85
VAR00022	2,2588	,91486	85
VAR00023	2,4588	,71636	85
VAR00024	2,4471	,71557	85
VAR00025	2,3647	,65187	85
VAR00026	2,4471	,71557	85
VAR00027	2,4000	,67612	85
VAR00028	2,2824	,62890	85
VAR00029	2,5412	,71636	85
VAR00030	2,4118	,74473	85
VAR00031	2,4824	,81082	85
VAR00032	2,7176	,68334	85
VAR00033	2,3647	,70453	85
VAR00034	2,4471	,76385	85
VAR00035	2,5529	,83817	85
VAR00036	2,5412	,74886	85
VAR00037	2,3647	,87078	85
VAR00038	2,2824	,92081	85

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	89,4118	496,245	,448	,981
VAR00002	89,4471	500,703	,253	,982
VAR00003	89,3059	488,001	,723	,981
VAR00004	89,4235	487,009	,816	,980

VAR00005	89,1647	481,544	,891	,980
VAR00006	89,2941	479,996	,905	,980
VAR00007	89,2235	478,723	,865	,980
VAR00008	88,9882	486,107	,780	,980
VAR00009	89,3412	484,251	,817	,980
VAR00010	89,2588	482,051	,818	,980
VAR00011	89,1529	480,060	,798	,980
VAR00012	89,2706	487,533	,652	,981
VAR00013	89,3059	474,453	,914	,980
VAR00014	89,4471	479,988	,719	,981
VAR00015	89,3529	496,803	,323	,982
VAR00016	89,1647	481,544	,891	,980
VAR00017	89,4471	477,869	,850	,980
VAR00018	89,4000	481,552	,680	,981
VAR00019	89,2353	479,801	,752	,981
VAR00020	89,5176	487,157	,590	,981
VAR00021	89,3294	494,485	,428	,982
VAR00022	89,4471	478,417	,770	,980
VAR00023	89,2471	484,760	,786	,980
VAR00024	89,2588	485,289	,770	,980
VAR00025	89,3412	490,061	,678	,981
VAR00026	89,2588	481,861	,882	,980
VAR00027	89,3059	488,001	,723	,981
VAR00028	89,4235	487,009	,816	,980
VAR00029	89,1647	481,544	,891	,980
VAR00030	89,2941	479,996	,905	,980
VAR00031	89,2235	478,723	,865	,980
VAR00032	88,9882	486,107	,780	,980
VAR00033	89,3412	484,251	,817	,980
VAR00034	89,2588	482,051	,818	,980
VAR00035	89,1529	480,060	,798	,980
VAR00036	89,1647	480,330	,889	,980
VAR00037	89,3412	475,632	,887	,980
VAR00038	89,4235	475,318	,844	,980

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
90,7059	510,067	22,58467	38



LAMPIRAN IV

Normalitas

Uji Normalitas

NPARTESTS
 /K-S (NORMAL) =RES_1
 /MISSING ANALYSIS.

NPar Tests

[DataSet0]

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	Prokrastinasi Akademik	Self Efficacy
N		85	85	85
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7	103,1294	104,8000
	Std. Deviation	3,38132220	14,08544	13,42510
Most Extreme Differences	Absolute	,082	,085	,076
	Positive	,062	,052	,076
	Negative	-,082	-,085	-,076
Kolmogorov-Smirnov Z		,753	,781	,704
Asymp. Sig. (2-tailed)		,622	,576	,704

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.



LAMPIRAN V

Linieritas

Uji Linieritas

Means

[DataSet0]

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Skala Self Efficacy * Skala Prokrastinasi Akademik	85	100,0%	0	0,0%	85	100,0%

Report

Skala Self Efficacy

Skala Prokrastinasi Akademik	Mean	N	Std. Deviation
70,00	76,0000	1	.
72,00	79,0000	1	.
73,00	77,0000	1	.
74,00	79,0000	1	.
76,00	78,0000	1	.
77,00	80,0000	1	.
78,00	84,0000	1	.
84,00	87,0000	2	,00000
85,00	87,0000	2	2,82843
86,00	87,0000	2	2,82843
88,00	85,0000	1	.
90,00	95,0000	1	.
91,00	98,0000	1	.
92,00	98,0000	2	,00000
94,00	107,0000	1	.
96,00	97,0000	4	2,94392
97,00	97,7500	4	2,87228
98,00	101,0000	1	.
99,00	102,3333	6	3,14113
100,00	100,5000	2	10,60660
101,00	107,0000	1	.
102,00	104,0000	1	.
103,00	104,5000	4	1,91485

104,00	106,0000	2	,00000
105,00	103,5000	2	6,36396
106,00	105,6667	3	2,08167
107,00	105,5000	4	5,19615
108,00	106,0000	3	1,73205
109,00	108,0000	2	,00000
110,00	112,0000	3	3,46410
111,00	113,0000	3	,00000
117,00	117,5000	2	6,36396
118,00	120,0000	1	.
119,00	117,8333	6	3,18852
120,00	122,5000	2	,70711
121,00	125,0000	1	.
122,00	124,0000	4	1,15470
124,00	126,0000	1	.
125,00	124,5000	2	2,12132
126,00	129,0000	2	,00000
Total	104,8000	85	13,42510

ANOVA Table

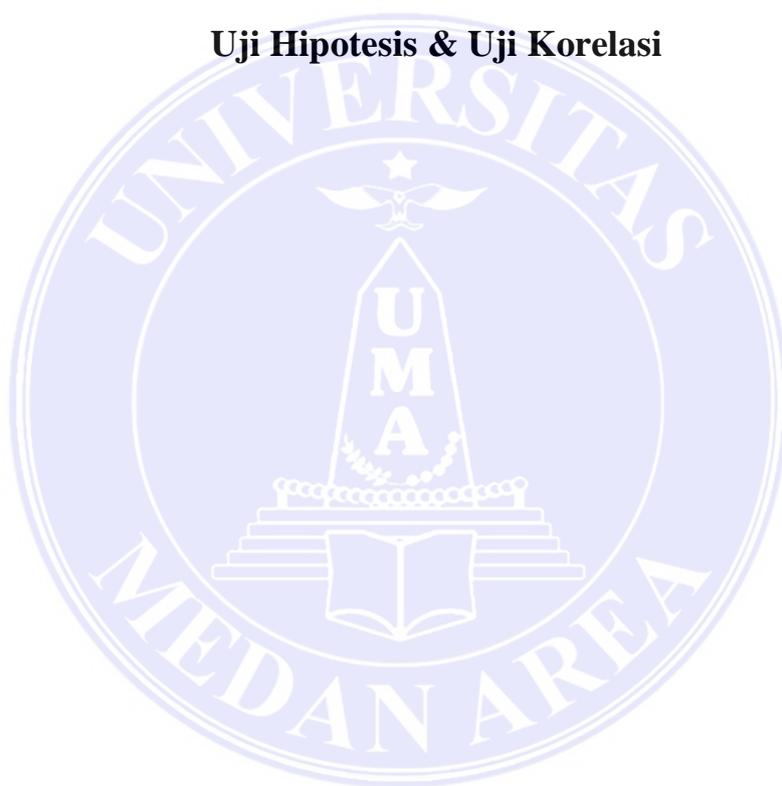
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Skala Self Efficacy * Skala Prokrastinasi Akademik	Between Groups	(Combined)	14639,517	39	375,372	33,778	,000
		Linearity	14179,199	1	14179,199	1275,915	,000
		Deviation from Linearity	460,317	38	12,114	1,090	,388
Within Groups		500,083	45	11,113			
Total		15139,600	84				

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Skala Self Efficacy * Skala Prokrastinasi Akademik	,968	,937	,983	,967

LAMPIRAN VI

Uji Hipotesis & Uji Korelasi



Uji Korelasi

Correlations

[DataSet0]

Correlations

		Skala Prokrastinasi Akademik	Skala Self Efficacy
Skala Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	1	,968**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	85	85
Skala Self Efficacy	Pearson Correlation	,968**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	85	85

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



LAMPIRAN VI

Surat Izin Penelitian



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 419/UMA/B/01.7/III/2022
Lamp. : 1 (satu) Berkas
Hal : Izin Penelitian Dan Pengambilan Data

14 Maret 2022

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

di - M e d a n

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitan dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor 309/FPSI/01.10/III/2022 tertanggal 09 Maret 2022 perihal Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data Tugas Akhir di Universitas Medan Area oleh mahasiswa :

Nama : Jenny Monica P

No. Pokok Mahasiswa : 178600012

Program Studi : Ilmu Psikologi

Fakultas : Psikologi

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan melaksanakan pengambilan data di Lingkungan Universitas Medan Area, untuk penunjang tugas akhir dengan judul Skripsi "**Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik Dengan Self-efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UMA.**" Dengan tetap mengikuti protokol Covid-19.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wakil Rektor Bidang Pengembangan
SDM dan Administrasi Keuangan



Tembusan :

1. Mahasiswa Ybs
2. File

