

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN POLA ASUH ORANGTUA  
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN**

**TESIS**

**OLEH**

**ATIKA RAHMI. AW  
NPM. 101804042**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2012**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 2/3/23

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

Access From (repository.uma.ac.id)2/3/23

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN POLA ASUH ORANGTUA  
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN**

**TESIS**

OLEH

**ATIKA RAHMI. AW  
NPM. 101804042**

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi pada  
Program Studi Magister Psikologi Program Pascasarjana  
Universitas Medan Area



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2012**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 2/3/23

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

Access From (repository.uma.ac.id)2/3/23

**UNIVERSITAS MEDAN AREA  
PROGRAM PASCASARJANA  
PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**Judul : Hubungan Efikasi Diri dan Pola Asuh Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area Medan**

**Nama : Atika Rahmi, AW**

**NPM : 101804042**

**Menyetujui**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

  
**Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd**

  
**Cut Meutia, S.Psi, M.Psi**

**Ketua Program Studi  
Magister Psikologi**

**Direktur**

  
**Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd**

  
**Prof. Dr. Ir. Retna Astuti Kuswardani, MS**

**Telah di uji pada Tanggal 09 Mei 2012**

---

---

**N a m a : Atika Rahmi. AW**

**N P M : 101804042**



**Panitia Penguji Tesis :**

**Ketua : Azhar Aziz, S.Psi, MA**  
**Sekretaris : Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi, M.Si**  
**Pembimbing I : Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd**  
**Pembimbing II : Cut Meutia, S.Psi, M.Si**  
**Penguji Tamu : Prof. Dr. Zainuddin, M.Pd**

## PERNYATAAN KEORISINILAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

**Nama : Atika Rahmi. AW**

**NPM : 101804042**

Dengan ini menyatakan bahwa Tesis ini dengan judul :

**“ Hubungan Efikasi Diri dan Pola Asuh Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area Medan”**

Adalah benar merupakan hasil penelitian yang saya kerjakan sendiri tanpa meniru atau menjiplak hasil penelitian orang lain.

Apabila di kemudian hari bahwa tesis ini tidak orisinil dan merupakan hasil plagiat, maka saya bersedia di cabut gelar magister yang saya peroleh.

Demikian pernyataan ini saya perbuat dengan sebenarnya.

Medan, November 2012

Yang menyatakan,



**Atika Rahmi. AW**

## RIWAYAT HIDUP

Nama : Atika Rahmi.AW  
Tempat & tanggal lahir : Medan, 12 Juli 1974  
Jenis kelamin : Perempuan  
Alamat : Jl. G. Sinabung No. 5 Glugur Darat Medan  
Pendidikan : 1. Lulusan Sekolah Dasar tahun 1987  
2. Lulusan SMP tahun 1990  
3. Lulusan SMA tahun 1993  
Pekerjaan : Ketua Yayasan Onkologi Anak Medan (YOAM)



## ABSTRAK

### Hubungan Efikasi Diri dan Pola Asuh Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area (UMA) Medan

Prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah hubungan yang negatif antara efikasi diri dan Pola asuh orangtua dengan prokrastinasi akademik Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area dengan arti semakin baik efikasi diri dan pola asuh orangtua maka semakin rendah Prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area, sebaliknya semakin buruk efikasi diri dan pola asuh orangtua maka semakin tinggi prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Medan Area

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan analisis *product moment* dengan tehnik pengambilan sampel *Random Sampling*. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi UMA Medan dengan sampel 70 orang dari semester VI dan VIII. Berdasarkan analisis data menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan pola asuh orangtua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa UMA. Hasil ini dapat dilihat dari koefisien hubungan  $R = 0,482$ . hal ini menandakan semakin tinggi rendahnya efikasi diri, maka makin rendah prokrastinasi akademik mahasiswa. Dengan demikian maka hipotesis pertama yang diajukan dinyatakan diterima. Namun terdapat hubungan yang sangat signifikan antara pola asuh orangtua dengan prokrastinasi akademik, dimana diperoleh angka korelasi  $R = 0,178$ . Artinya semakin tinggi rendahnya pola asuh orangtua maka mempengaruhi tinggi rendahnya prokrastinasi akademik. Dengan demikian maka hipotesis kedua yang diajukan dinyatakan diterima.

Kata kunci : Efikasi Diri, Pola Asuh Orangtua dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area Medan

## ABSTRACT

### *Relations of self Efficacy and Foster parents with a Pattern of academic Psychology student University Prokrastination Medan Area (UMA)*

*Field Prokrastination can be defined as an adjournment was done intentionally and repeatedly, by doing other activities that are not required in his task. The hypothesis put forward in this research is the relationship between self-efficacy and negative patterns of foster parents with prokrastination academic Psychology student the University Terrain areas with better sense of self efficacy and foster parent so the lower the Prokrastination academic Psychology student the University Arena, opposite Field gets worse self efficacy and foster pattern then the higher prokrastination parents academic student University of Medan Area. This research is a quantitative research analysis using moment with tekhnik product boycott sampling Random Sampling. The subject of this research is a psychology student UMA*

*This research is a quantitative research analysis using moment with tekhnik product boycott sampling Random Sampling. The subject of this research is a psychology student with a sample of 70 Field UMA people from semester VI and VIII. Based on the analysis of the data shows there is a significant relationship between self-efficacy and foster parents with academic student UMA prokrastination. These results can be seen from the relationship coefficient  $R = 0,389$ . This indicates the higher low self efficacy, then the lower prokrastination academic students. Thus the hypothesis first proposed was acceptable. However, there is a very significant relationship between the foster pattern with prokrastinasi academic, where  $R =$  correlation numbers acquired  $0,178$ . That means the higher the foster parents of the pattern of low impact high low academic prokrastination. Thus the second hypothesis put forward is declared admissible.*

*Keywords: self-Efficacy, Foster parents and Prokrastination Pattern of academic Psychology student University of Medan Medan Area*



## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan judul “Hubungan Efikasi Diri dan Pola Asuh Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area (UMA) Medan Tahun 2012”. Tesis ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan pendidikan Program Pasca Sarjana Universitas Medan Area Medan.

Tesis ini saya susun diantara kesibukan saya dalam mendampingi anak-anak kanker semoga dengan penelitian ini akan mengurangi Prokrastinasi dalam diri saya untuk terus mendampingi anak-anak kanker. Seperti yang diungkapkan oleh sebuah Pepatah “Hanya ketika kita benar-benar tahu dan sadar bahwa waktu kita terbatas di dunia dan kita tidak tahu kapan waktu kita berakhir, saat itulah kita mulai memberikan yang terbaik setiap hari, seakan-akan hari itu ialah satu-satunya hari yang kita miliki.” -*Elisabeth Kubler Ross*.

Hidup adalah anugrah dan perjuangan, sepanjang kita masih menghirup nafas maka perjuangan hidup belum selesai Untuk itu saya ingin sepanjang hidup saya dengan apa yang saya pelajari dapat saya pelajari kembali untuk diri saya setelah itu saya memulai dengan berbagi untuk orang-orang yang ada disekitar saya dan berharap sekecil apapun yang saya berikan dapat bermanfaat baik bagi sesama.

Dalam penyusunan tesis ini tidak selesai dengan begitu saja. Banyak yang terlibat dalam perjuangan saya menyelesaikan tesis ini sehingga bisa disajikan dalam sidang untuk diujikan.

Untuk itu dengan tidak mengurangi rasa hormat saya yang sebesar-besarnya saya ingin mengucapkan terima kasih pada dosen pembimbing saya, keluarga, sahabat, dan rekan-rekan yang sudah mensupport saya, berkat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Kepada Prof. Dr. Abd Munir, M.Pd dan ibu Cut Metia, S.Psi, M.Si selaku dosen pembimbing I dan II dalam penyusunan tesis.
2. Kepada Keluarga Orangtua tercinta (Hj. Maharani Lubis dan Alm H. Muhammad Arsyad) serta sebagai motivasi, suami saya ( Alm Ir. Chrisna P) akhirnya saya bisa sampai ketahap yang kau inginkan. Doa Mulia P ananda tersayang yang telah memberikan dukungan lahir batin dalam menyelesaikan Pasca Sarjana ini dan terima kasih yang tidak terhingga,
3. Untuk seseorang yang tidak bisa saya sebutkan yang sudah banyak mensupport saya dengan ikhlas sampai saya bisa menyelesaikan tesis ini dengan baik. Untuk Lila Ywalita pendamping suka dan duka dalam penyelesaian tesis juga kepada Juni Erisya Marpaung, terima kasih untuk mu
4. Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Ibu Novita Eriyanti dan Nafessah, dan terimakasih juga kepada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area yang telah membantu sebagai subjek penelitian, karena tanpa kalian penelitian ini tidak bisa terlaksana, terimakasih
5. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu yang telah membantu dalam menyelesaikan tesis ini.

Semoga Allah membalas semua kebaikan dan melimpahkan rahmat serta hidayahNya kepada semua pihak yang membantu penulisan tesis ini.

Peneliti menyadari penulisan tesis ini masih banyak terdapat kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan.

Akhirnya peneliti berharap semoga tesis ini dapat bermanfaat sebagai bahan untuk menyusun tesis khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi pembaca.

Medan, 10 Mei 2012  
Penulis

Atika Rahmi.AW, M.Psi



## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	ii
<i>ABSTRAK</i>	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
DAFTAR ISI	Halaman
BAB I	
A. PENDAHULUAN	1
1. Latar Belakang Masalah .....	1
2. Rumusan Masalah .....	6
3. Tujuan Penelitian .....	7
4. Manfaat penelitian .....	7
BAB II	
B. TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Prokrastinasi Akademik .....	8
2.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik .....	8
2.1.2. Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik .....	12
2.1.3. Aspek-aspek Prokrastinas .....	14
2.1.4 Jenis-jenis Tugas Dalam Prokrastinasi Akademik .....	16
2.1.5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik .....	18
2.1.6. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik .....	20
2.2 Effikasi Diri .....	21
2.2.1. Pengertian Effikasi Diri .....	21
2.2.2 Proses Terjadinya Effikasi Diri .....	26
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Effikasi Diri .....	28
2.2.4 Aspek-aspek Effikasi Diri .....	30
2.2.5 Dimensi Efikasi diri .....	32
2.2.6. Pengaruh Effikasi diri Pada Tingkah Laku .....	33
2.3 POLA ASUH .....	38
2.3.1. Pengertian Pola Asuh .....	38
2.3.2. Pola Asuh demokratis Orangtua .....	30
2,3,2,1 Jenis-jenis Pola Asuh Orangtua	40
2.3.2.1. Pengertian Pola Asuh Demokratis Orangtua .....	45
2.3.2.2 Ciri-ciri Pola Asuh Demokratis .....	47

2.3.2.3 Aspek-aspek Pola Asuh Demokratis .....	49
2.3.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Asuh Orangtua .....	51
2.4 Hubungan Effikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik .....	52
2.5 Hubunga Pola Asuh Otoriter Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik .....	56
2.6 Hipotesis .....	62
<b>BAB III</b>	
3 METODE PENELITIAN .....	64
3.1 Design Penelitian .....	64
3.2 Populasi, Sampel .....	65
3.3 Definisi Operasi variabel .....	66
3.4 Instrument Pengumpulan data .....	68
3.5. Prosedur pengumpulan Data .....	68
3.6 Analisis Data .....	68
3.6.1. Uji Kualitas Data .....	69
3.6.2. Uji Normalitas .....	71
3.6.3. Uji Hipotesis .....	72
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1. Orientasi kancah Penelitian.....	74
4.2. Persiapan penelitian .....	76
4.2.1.Persiapan Administrasi .....	77
4.2.2. Persiapan alat ukur.....	78
4.2.2.1.Skala Efikasi Diri .....	78
4.2.2.2. Skala Pola Asuh Orangtua '.....	80
4.2.2.3. Skala Prokrastinasi Akademik .....	81
B. Uji Coba Alat Ukur Penelitian .....	82
4.3.Efikasi Diri .....	83
4.4. Pola Asuh Orang tua .....	84
4.5. Prokrastinasi akademik .....	85
C. Pelaksanaan Penelitian .....	87
D. Analisa Data dan Hasil Penelitian .....	89
1. Uji Asumsi .....	89
1.2.Uji Normalitas Sebaran .....	89
1.3. Uji Lineritas .....	90
1.4. Hasil Perhitumham Mean Hipotetik dan Mean Empirik .....	91
E. Pembahasan .....	94
<b>BAB V</b> 5.1. Kesimpulan .....	97
5.2. Saran .....	98
Daftar Pustaka .....	100

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1. Latar belakang Masalah

Seseorang yang sering mengalami keterlambatan, mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu, sesuai batas waktu yang telah ditentukan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, dikatakan sebagai seorang yang melakukan prokrastinasi, sehingga prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu, dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu kerja ketika menghadapi suatu tugas.

Prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai segi, karena prokrastinasi ini melibatkan berbagai unsur masalah yang kompleks, yang saling terkait satu dengan lainnya. Prokrastinasi bisa dikatakan sebagai hanya suatu penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu kerja. Namun prokrastinasi juga bisa dikatakan penghindaran tugas, yang diakibatkan perasaan yang tidak senang terhadap tugas dan ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas. Prokrastinasi juga bisa sebagai suatu trait atau kebiasaan seseorang terhadap respon dalam mengerjakan tugas.

Beberapa sumber penelitian dan analisa menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar masyarakat luas dan pelajar pada cakupan yang kecil, seperti yang dilakukan sekitar 25% sampai dengan 75% dari pelajar melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan masalah dalam lingkungan akademik mereka (*Pada hasil survey majalah New Statement 26 Februari 1999*)

Menurut Hersey dan Blanchard (*www.word press.com. 2009*) agar mencapai prestasi yang baik siswa-siswi harus membuat suatu perencanaan yang matang dengan memotivasi diri sendiri, focus pada materi, meningkatkan kemampuan sosialisasi agar suatu tujuan yang diharapkan akan lebih mudah tercapai.

Untuk menghindari itu sebaiknya para pelajar memiliki perencanaan. Perencanaan tersebut adalah berupa penyusunan tujuan dan sasaran serta menyusun peta kerja yang memperlihatkan cara mencapai tujuan sasaran. Untuk memudahkan langkah pelaksanaan tugas yang diberikan maka para remaja dapat membuat suatu peta kegiatan tersebut. Karena sesulit apapun sesuatu yang dilakukan, individu harus mampu menemukan sesuatu hal menarik yang dapat memberikan keyakinan bagi diri sendiri. Pada saat individu sudah memiliki keyakinan diri yang baik, maka segala sesuatu akan terasa lebih ringan dan menyenangkan .

Menurut More ( dalam Tamara, 2007 ), individu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan mengatasi masalah akan menunjukkan usaha yang keras dan berusaha untuk mengatasi dan mencari jalan keluar bagi setiap masalah yang dihadapi, ini disebut dengan orang yang memiliki *self efficacy* yang tinggi. Sedangkan individu yang cenderung meragukan kemampuan dalam mengatasi masalahnya, menjauhi diri dan menyerah saat menghadapi berbagai rintangan, ini disebut orang yang memiliki *self efficacy* yang rendah.

Effikasi seseorang sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa individu bertahan dalam menghadapi rintangan dan pengalaman yang menyakitkan. Semakin kuat persepsi efikasi diri semakin giat dan tekun usaha-usahanya. Ketika menghadapi kesulitan, individu mempunyai keraguan yang besar tentang kemampuannya akan mengurangi usaha-usahanya atau menyerah sama sekali. Sedangkan mereka yang mempunyai perasaan efikasi yang kuat menggunakan usaha yang lebih besar untuk mengatasi tantangan. Dengan kata lain, usaha manusia untuk mencapai sesuatu dan untuk mewujudkan keberadaan diri yang positif, memerlukan perasaan keunggulan pribadi (*sense of personal efficacy*) yang optimis, (Bandura, Reese L., & Adams N.E, 1982)

Selain dengan keyakinan diri, pendidikan anak dalam keluarga merupakan awal dan pusat bagi seluruh pertumbuhan dan perkembangan anak



untuk menjadi dewasa, dengan demikian menjadi hak dan kewajiban orang tua sebagai penanggung jawab yang utama dalam mendidik anak-anaknya. Tugas orang tua adalah melengkapi anak dengan memberikan pengawasan yang dapat membantu anak agar dapat menghadapi kehidupan dengan sukses.

Keluarga merupakan lingkungan yang pertama kali dikenal anak. Keluarga, terutama orang tua memberikan dasar bagi seorang anak untuk dapat mengenal dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Salah satu faktor dari orang tua yang paling berpengaruh terhadap perkembangan anak adalah pola pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua dalam kehidupan sehari-hari, (dalam Soraya, 2009).

Menurut Zakariya (2002) anak-anak usia sekolah, dari Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Umum (SMU), cenderung lebih banyak mengisi waktunya dengan bermain dan menonton televisi dari pada belajar. Semangat belajar mereka semakin lama semakin menipis, dan kalah dengan keinginan untuk bermain. Apalagi saat ini dengan banyak saluran televisi yang bisa dipilih.

Berdasarkan fenomena di lapangan ternyata prokrastinasi ini juga dilakukan oleh semua mahasiswa. Mahasiswa yang saat ini sedang menempuh studi di bangku kuliah merupakan calon kompetitor yang akan menghadapi

tingkat persaingan yang tinggi, namun bilamana perilaku prokrastinasi akademik sering dilakukan, akan dapat menjadi masalah tersendiri bagi mereka, sehingga dapat pula dikatakan bahwa tingkat kedisiplinan mereka rendah, dan juga dapat dianggap sebagai salah satu indikator bahwa mahasiswa yang seperti ini masih belum bisa diharapkan menjadi sumber daya manusia seperti yang diharapkan.

Dari pengalaman diri peneliti dan hasil pengamatan peneliti saat ini, bahwa sebagian besar mahasiswa fakultas psikologi pada umumnya dapat disimpulkan melakukan prokrastinasi di setiap tugas-tugas akademik. Banyak mahasiswa menunda-nunda tugas-tugas perkuliahan, maupun menunda belajar untuk menghadapi ulangan. Dengan melakukan aktivitas lain yang tidak penting untuk dilakukan. Tidak hanya dalam mengerjakan tugas dan belajar, bahkan dalam lingkungan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas dengan memakai "SKS" (sistem kebut semalam).

Terutama pada mahasiswa yang sudah mengikuti matakuliah pratikum Psikologi. Dimana pada semester tersebut mahasiswa harus menyelesaikan tugas-tugas laporan pratikum yang tentunya banyak menyita waktu dan konsentrasi. Bagi mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi dan terbiasa dalam tatanan pola asuh yang disiplin tentu mengerjakan tugas-tugas tersebut dapat tepat waktu. Tapi sebaliknya bagi mahasiswa yang memiliki

efikasi diri yang rendah dan dalam lingkup pola asuh yang tidak disiplin cenderung melakukan prokrastinasi. Untuk itulah peneliti ingin meneliti lebih jelas tentang prokrastinasi pada mahasiswa Psikologi di Universitas Medan Area Medan.

Dari uraian diatas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan maksud untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara efikasi diri dan pola asuh demokratis orangtua dengan prokrastinasi akademik. Dalam hal ini peneliti mengambil judul “ Hubungan Efikasi Diri dan Pola Asuh Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area Medan”.

## 1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah :

1. Apakah ada hubungan negatif antara effikasi diri dengan prokrastinasi akademik
2. Apakah ada hubungan positif antara pola asuh orangtua dengan prokrastinasi akademik.
3. Apakah ada hubungan positif antara prokrastinasi dengan effikasi diri dan pola asuh orangtua.

### **1.3. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan effikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa.
2. Hubungan pola asuh orangtua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa.
3. Hubungan prokrastinasi akademik dengan effikasi diri dan pola asuh orangtua.

### **1.4. Manfaat Penelitian**

1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah dan pengembangan keilmuan terutama pada bidang psikologi pendidikan, misalnya dalam penyusunan dan pengembangan diri bagi para mahasiswa dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan.
2. Bagi peneliti, penelitian ini dapat menjadi wahana secara konseptual yang penulis miliki khususnya dalam bidang prokrastinasi akademik dalam kondisi nyata.
3. Bagi mahasiswa Psikologi UMA Medan, penelitian ini dapat memberikan informasi dan kontribusi pemikiran tentang bagaimana masalah prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa dapat diatasi dan melakukan upaya-upaya strategis dalam menjaga menghindari prokrastinasi akademik terhadap kreativitas akademik

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Prokrastinasi Akademik

##### 1. Pengertian prokrastinasi Akademik

Bangsa mesir kuno mempunyai dua kata kerja yang mengandung pengertian prokrastinasi. Pengertian yang pertama menunjukkan suatu kebiasaan yang bermanfaat untuk menghindari kerja yang tidak penting dan usaha yang impulsive, sedangkan arti yang lain menunjukkan kebiasaan yang berbahaya akibat dari kemalasan dalam menyelesaikan suatu tugas yang penting untuk penghidupan. Kesimpulannya pada abad lalu prokrastinasi bermakna positif bila penundaan dimaksud tanpa pemikiran yang matang, serta bermakna negative apabila penundaan dan tanpa pemikiran yang matang, serta bermakna negative apabila penundaan teersebut dilakukan berdasarkan kemalasan atau tanpa tujuan yang pasti ( Ferrari, Johnson & McCown 1995). Jadi pada abad lalu prokrastinasi bermakna positif bila penunda sebagai upaya konstruktif untuk menghindari keputusan implusif dan tanpa pemikiran yang matang, dan bermakna negatif bila Dilakukan karena malas atau tanpa tujuan yang pasti (<http://www.carleton.ca/~tpsychyl/history.html/>)

Istilah prokrastinasi menunjukkan pada suatu kecendrungan menunda-nunda suatu tugas atau pekerjaan. Harriott (2001) mengatakan seseorang yang

melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas 'yang dihadapi. Akan tetapi mereka hanya menunda-nunda untuk menherjakannya, sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugasnya. Penundaan tersebut menyebabkan mahasiswa gagal dalam menyelesaikan tugas tepat waktu. Prokrastinasi merupakan kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas, yang hal itu sebenarnya tidak perlu dilakukan seseorang karena adanya ketakutan untuk gagal, serta adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar. Penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai suatu trait prokrastinasi.

Boice (dalam Nugraha, 2011) menjelaskan bahwa prokrastinasi mempunyai dua karakteristik. Pertama, prokrastinasi dapat berarti menunda sebuah tugas yang penting dan sulit dari pada tugas yang lebih mudah, lebih cepat diselesaikan, dan menimbulkan lebih sedikit kecemasan, kedua prokrastinasi dapat berarti juga menunggu waktu yang tepat untuk bertindak agar hasil lebih maksimal dan resiko minimal dibandingkan apabila dilakukan atau diselesaikan seperti biasa, pada waktu yang telah ditetapkan

Penelitian yang dilakukan MCCown (dalam Ferrari, Johnson & McCown, 1995) menemukan bahwa prokrastinasi terkait dengan kecenderungan untuk menunda tugas bahwa prokrastinasi terkait dengan kecenderungan untuk menunda tugas dan waktu untuk mengerjakan tugas. Penundaan dilakukan karena perilaku untuk

mengerjakan tugas tidak sesuai dengan niat yang telah ditetapkan juga karena ada penundaan niat untuk memulai mengerjakan tugas. Secara ringkas, ada kesenjangan antara niat dengan perilaku pada procrastinator (Milgram, Sroloff & Rosenbanun, 1998, dalam Ferrari, Johnson & McCown, 1995).

Pada kalangan ilmuwan istilah prokrastinasi untuk menunjukkan pada suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan, pertama kali digunakan oleh Brown dan Holzman (dalam Rizvi dkk, 1997). Seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda, atau tidak segera memulai suatu kerja, ketika menghadapi suatu kerja, ketika menghadapi suatu tugas disebut sebagai seseorang yang melakukan prokrastinasi. Tidak peduli apakah penundaan tersebut mempunyai alasan atau tidak. Setiap penundaan dalam menghadapi suatu tugas disebut prokrastinasi.

Menurut Glenn (dalam, <http://www.physics.ohiostate.edu/~wilkins/writing/Resources/essays/procrastinate>), prokrastinasi berhubungan dengan berbagai sindrom-sindrom psikiatri, seorang procrastinator biasanya juga mempunyai tidur yang tidak sehat, mempunyai depresi yang kronis, menjadi penyebab stress, dan berbagai penyebab penyimpangan psikologis lainnya, selain itu prokrastinasi menurut Lopez (dalam Hunsley; 1993), juga mempunyai pengaruh yang paradoksal terhadap bimbingan dan konseling.

Menurut Watson (dalam Zimberoff dan Hartman, 2001), anteseden prokrastinasi berkaitan dengan takut gagal, tidak suka pada tugas yang diberikan, menentang dan melawan kontrol, mempunyai sifat ketergantungan dan kesulitan dalam membuat keputusan.

Menurut Silver (<http://www.carleton.ca/psych/internet.html>) Seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi. Akan tetapi mereka hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya, sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Penundaan tersebut menyebabkan dia gagal menyelesaikan tugasnya tepat waktu.

Ellis dan Knaus (dalam, [http://all.successcenter-ohiotate.edu/reference/procrastinator\\_APA\\_paper.htm](http://all.successcenter-ohiotate.edu/reference/procrastinator_APA_paper.htm)), mengatakan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas, yang hal itu sebenarnya tidak perlu dilakukan seseorang karena adanya ketakutan untuk gagal, serta adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar, bahwa penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai suatu trait prokrastinasi.

Dengan demikian, dari berbagai pendapat para ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pengertian prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai suatu



penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas.

Juga disimpulkan bahwa prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan tujuan dan manfaat penundaan, yaitu prokrastinasi yang disfungsional, yang merupakan penundaan yang tidak bertujuan merugikan dan fungsional procrastination, yaitu penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan, bahkan berguna untuk melakukan suatu upaya konstruktif agar suatu tugas dapat diselesaikan dengan baik.

## 1.2. Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik.

- a. Behavioristik : penganut Psikologi behavioristik beranggapan bahwa perilaku prokrastinasi akademik muncul akibat proses pembelajaran. Seseorang melakukan prokrastinasi akademik karena dia pernah mendapatkan *punishment* atas perilaku tersebut. Seorang yang pernah merasakan sukses dalam melakukan tugas perkuliaha dengan melakukan penundaan, cenderung akan mengulangi lagi perbuatannya. Sukses yang pernah dia rasakan akan dijadikan *reward* untuk mengulangi perilaku yang sama dimasa yang akan datang (Bijau,dkk, dalam Ferrari dkk, 1995).
- b. Perilaku prokrastinasi akademik juga bias muncul pada kondisi lingkungan tertentu. Kondisi yang menimbulkan stimulus tertentu biasa manjadi *reinforcement* bagi munculnya bagi prilaku prokrastinasi. Kondisi yang

lenient atau rendah dalam pengawasan akan mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik, karena tidak adanya pengawasan akan mendorong seseorang untuk berperilaku tidak tepat waktu (Dossett, dkk, Bijou, dkk, dalam Ferrari, dkk, 1995)

- c. Kognitif dan behavioral-cognitif; Ellis dan Knaus (dalam Tuckman, 2002) memberikan penjelasan tentang prokrastinasi akademik dari sudut pandang *cognitive-behavioral*. Prokrastinasi terjadi karena adanya keyakinan irrasional yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan irrasional tersebut dapat disebabkan oleh suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas sekolah, seseorang memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan (*aversiveness of the task dan fear of failure*) (Burka dan Yuen, 1983; Solomon dan Rothblum, 1984). Oleh karena itu seseorang merasa tidak mampu utk menyelesaikan tugasnya secara memadai, sehingga seseorang menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas tersebut. *Fear of the failure* adalah ketakutan yang berlebihan untuk gagal, seseorang menunda-nunda mengerjakan tugas perkuliahannya karena takut jika gagal menyelesaikannya, sehingga akan mendatangkan penilaian yang negative akan kemampuannya. Akibatnya seseorang menunda-nunda untuk mengerjakan tugas yang dihadapinya. Ferrari (dalam <http://www.carleton.ca/psychy/internet.html>) mengatakan bahwa seseorang

melakukan prokrastinasi akademik untuk menghindari informasi diagnostic akan kemampuannya.

Sehingga dapat disimpulkan prokrastinasi tersebut dilakukan karena seseorang tidak mau dikatakan mempunyai kemampuan yang rendah atau kurang dengan hasil kerjanya. Seseorang melakukan penundaan akan merasa bahwa bila mengalami kegagalan atau hasilnya tidak memuaskan, itu bukan karena rendahnya kemampuan, akan tetapi karena ketidaksungguhannya dalam mengerjakan tugas yang dihadapi, yaitu dengan menunda-nunda.

### 1.3. Aspek - aspek Prokrastinasi

Scouwenburg (Ferrari, Johnson & McCown, 1995) juga telah mengupas mengenai aspek-aspek prokrastinasi akademik yang meliputi :

- a. Penundaan untuk memenuhi maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi seseorang yang melakukan prokrastinasi mengetahui bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, akan tetapi ia melakukan penundaan untuk melakukan pekerjaan sampai tuntas.
- b. Keterlambatan-keterlambatan dalam tugas.

Seseorang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama dalam menyelesaikan suatu tugas.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja

Seorang procrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Procrastinator cenderung sering mengalami keterlambatan dalam mematuhi deadline yang telah ditentukan, baik dari orang lain maupun rencana-rencana yang telah ditentukan sendiri.

d. Melakukan aktivitass lain yang menyenangkan dari pada mengerjakan tugas.

Seorang procrastinator cenderung tidak segera mengerjakan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktifitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca Koran, majalah, atau buku cerita lainnya, menonton televisi, bermain video game, mengobrol dengan teman, jalan-jalan dengan pacar, dan mendengarkan music, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Berhubungan dengan tugas sebagai tugas akademik, maka peneliti mengambil aspek - aspek prokrastinasi akademik menurut Schouwenburg (dalam Ferrari, Johnson & McCown, 1995) sehingga dapat disimpulkan

bahwa aspek-aspek prokrastinasi akademik dalam mengerjakan tugas yaitu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual dan melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas.

#### 1.4. Jenis – jenis tugas dalam Prokrastinasi Akademik

Salomont dan Rothblum (dalam Nainggolan, 2010) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik bisa terjadi pada enam area yaitu :

a. Menulis (tugas mengarang)

Tugas menulis atau mengarang meliputi penundaan pelaksanaan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, laporan atau tugas mengarang lainnya.

b. Belajar menghadapi ujian

Tugas belajar mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, khususnya dalam mengerjakan tugas, misalnya tugas tengah semester, akhir semester atau ulangan mingguan.

c. Tugas membaca

Tugas membaca meliputi penundaan untuk membaca buku atau yang berkaitan dengan bahan-bahan yang diperlukan dalam pengerjaan tugas.

d. Tugas atau kinerja administrative

Kinerja tugas administratif, seperti mengembalikan buku perpustakaan, menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presentasi kehadiran.

e. Menghadiri pertemuan

Penundaan atau keterlambatan dalam menghadiri pelajaran praktikum dan pertemuan lainnya.

f. Kinerja akademik secara keseluruhan

Kinerja akademik secara keseluruhan meliputi menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas secara keseluruhan.

Jadi, dari penjabaran tentang jenis-jenis tugas dalam prokrastinasi akademik yaitu, menulis, belajar menghadapi ujian, tugas membaca, tugas administrasi, menghadiri pertemuan dan kinerja akademik secara keseluruhan.

### 1.5. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Ferrari (1995) mengelompokkan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menjadi dua bagian yaitu:

- b. Faktor internal, yaitu faktor yang mempengaruhi dari dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor meliputi :

1. Kondisi fisik individu

Faktor dari dalam diri individu yang mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah berupa keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya fatigue (*kelelahan*). Seseorang yang mengalami fatigue, misalnya banyaknya kegiatan sekolah dan bekerja paruh waktu, akan memiliki kecendrungan lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada yang tidak McCouwn,(dalam Ferrari, Johnson & McCouwn, 1995). Tingkat intelegensi seseorang tidak mempengaruhi prokrastinasi, walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional dimiliki seseorang (Ferrari, Johnson & McCouwn, 1995).

2. Kondisi psikologis individu

Kondisi psikologis individu turut mempengaruhi kecenderungan terjadinya prokrastinasi akademik. Kondisi psikologik menunjuk pada sifat kepribadian individu. Beberapa penelitian menyebutkan sifat kepribadian mempengaruhi prokrastinasi antara lain *self efficacy* dan *locus of control*, dimana individu mempunyai *self efficacy* yang lebih rendah dan *locus of control eksternal*, cenderung lebih tinggi melakukan prokrastinasi akademik

c. Faktor Eksternal, yaitu faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor tersebut antara lain :

1. Gaya pengasuhan orangtua

Tingkat pengasuhan orangtua dapat menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi. Pola asuh otoriter orangtua akan mempercepat munculnya perilaku prokrastinasi pada remaja.

2. Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan yang tingkat pengawasannya rendah atau kurang akan menyebabkan timbulnya kecenderungan prokrastinas, dibandingkan dengan lingkungan yang penuh pengawasan.

Berdasarkan keterangan diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi



dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu , faktor yang ada dalam diri individu, yang meliputi kondisi fisik dan psikis, dan faktor eksternal berupa faktor di luar diri individu yang meliputi gaya pengasuhan orangtua dan kondisi lingkungan

#### 1.6. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Ferrari (1995) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati. Ciri-ciri tersebut antara lain :

- a. Penundaan untuk memenuhi maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi.

Seseorang yang melakukan prokrastinasi mengetahui bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi ia menunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-unda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika ia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama dalam menyelesaikan suatu tugas.

- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual

Seseorang procrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya.

- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada tugas yang harus dikerjakan.

Seorang procrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dimilikinya untuk melakukan hiburan, seperti membaca koran.

Berdasarkan uraian diatas data disimpulkan bahwa cirri-ciri prokrastinasi akademik terbagi atas empat, yaitu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterkambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada tugas yang harus dikerjakan.

## B. Efikasi Diri

### 2.2.1. Pengertian Efikasi Diri

Dasar teori efikasi diri (*self efficacy*) dikembangkan dari teori kognitif sosial oleh presiden APA (1974) dan profesor dari Universitas Stanford, Albert Bandura (1977). Teori kognitif sosial berasumsi, setiap orang mampu menjadi

agensi manusia, atau pekerjaan yang disengaja dari berbagai tindakan, dan beberapa agensi beroperasi dalam satu proses yang disebut hubungan segitiga timbal balik. Penyebab timbal-balik adalah model multi arah yang memberi kesan hasil agensi di masa mendatang sebagai fungsi tiga gaya yang saling berhubungan : pengaruh kondisi lingkungan, tingkah laku manusia dan faktor pribadi seperti kognitif, afektif, dan proses biologi.

Bandura (1997) mengatakan, efikasi diri secara eksplisit berhubungan dengan diri dalam arah hubungan kemampuan yang dicapai dalam menyelesaikan tugas khusus, sebagai prediktor kuat tentang perilaku.

Dalam Kamus besar bahasa Indonesia kata efikasi (*efficacy*) diartikan sebagai kemujaraban atau kemanjuran. Maka secara harfiah, Efikasi diri dapat diartikan sebagai kemujaraban diri.

Secara kontekstual, Bandura dan Wood (1989: 806) menyatakan efikasi diri (*self-efficacy*) sebagai : “*beliefs in one’s capabilities to mobilize the motivation, cognitive resources, and courses of action needed to meet given situational demands*”. Efikasi diri adalah keyakinan terhadap kemampuan seseorang untuk menggerakkan motivasi, sumber-sumber kognitif, dan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan-tuntutan dari situasi yang dihadapi.

Dalam kehidupan manusia memiliki keyakinan diri itu merupakan hal yang sangat penting. Keyakinan diri mendorong seseorang untuk memahami secara mendalam atas situasi yang dapat menerangkan tentang mengapa seseorang ada yang mengalami kegagalan dan atau yang berhasil. Dari pengalaman itu, ia akan mampu untuk mengungkapkan keyakinan diri, yang menurut Kurniawan (Maryati, 2008: 47) keyakinan diri merupakan panduan untuk tindakan yang telah dikonstruksikan dalam perjalanan pengalaman interaksi sepanjang hidup individu.

Efikasi diri yang berasal dari pengalaman tersebut yang akan digunakan untuk memprediksi perilaku orang lain dan memandu perilakunya sendiri. Lebih lanjut lagi Crick & Dodge (Maryati, 2008: 48) menjelaskan efikasi diri merupakan representasi mental individu atas realitas, terbentuk oleh pengalaman-pengalaman masa lalu dan masa kini, dan disimpan dalam memori jangka panjang. Dimana skema-skema spesifik, keyakinan-keyakinan, ekspektasi-ekspektasi yang terintegrasi dalam sistem keyakinan akan mempengaruhi intepertasi individu terhadap situasi spesifik. Proses intepertasi individu terhadap situasi spesifik ini pada gilirannya diprediksi akan mempengaruhi perilaku seseorang.

Definisi efikasi diri pun terus berkembang, Bandura (1997: 3) mengartikan efikasi diri sebagai keyakinan akan kemampuan individu untuk

dapat mengorganisasi dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dianggap perlu untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan.

Secara Kontekstual, Bandura memberikan definisi bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimilikinya untuk menghasilkan tingkatan performa yang terencana, dimana kemampuan tersebut dilatih, digerakkan oleh kejadian-kejadian yang berpengaruh dalam hidup seseorang.

Bagaimana individu itu bersikap, bertingkah laku, dan memotivasi diri dapat menjadi salah satu sumber kekuatan individu dalam memunculkan efikasi diri, sehingga dijelaskan pula oleh Wicaksono (2008) efikasi diri adalah sebuah unsur yang bisa mengubah getaran pemikiran biasa; dari pikiran yang terbatas, menjadi suatu bentuk padanan yang masuk ke dalam koridor spiritual; dan merupakan dasar dari semua "mukjizat", serta misteri yang tidak bisa dianalisis dengan cara-cara ilmu pengetahuan. Keyakinan itu merupakan sebuah media tunggal dan satu-satunya, yang memungkinkan untuk membangkitkan suatu kekuatan dari sumber energi tanpa batas di dalam diri dan mengendalikannya untuk dimanfaatkan demi kebaikan manusia itu sendiri, serta merupakan suatu keadaan pikiran, yang bisa dirangsang atau diciptakan oleh perintah peneguhan secara terus menerus lewat pikiran dan perkataan positif, sampai akhirnya meresap ke dalam pikiran bawah sadar.

Berangkat dari asumsi-asumsi di atas bahwa efikasi diri seseorang dapat mengarahkan tindakan-tindakan seseorang bukan hanya dengan orang lain tetapi juga dengan lingkungan yang lebih luas. Efikasi diri memiliki fungsi adaptif yang memungkinkan individu memenuhi persyaratan-persyaratan sosiokultural dan tuntutan kognitif. Efikasi diri juga memungkinkan Individu untuk dapat mengorganisasikan dunianya dalam cara-cara yang konsisten secara psikologis, melakukan prediksi, menemukan kesamaan, dan menghubungkan pengalaman-pengalaman baru dengan pengalaman-pengalaman masa lalu, bahkan memunculkan kekuatan pikiran yang dapat dibawa hingga kedalam alam bawah sadarnya. Dari hal-hal tersebut McGillicuddy-DeLisi (Maryati, 2008: 49) mendefinisikan efikasi diri sebagai alat dalam menetapkan prioritas, mengevaluasi kesuksesan, maupun alat untuk memelihara efikasi diri.

Tidak jauh berbeda Nuron, dkk (Maryati, 2008: 49) menyatakan bahwa efikasi diri mencakup kontrol diri, dimana efikasi diri merupakan keyakinan diri bahwa mereka memiliki keterampilan-keterampilan yang dituntut dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan spesifik. Efikasi diri sendiri menurut Robbin (Hambawany, 2007) adalah keyakinan atau kemampuan yang dimiliki seseorang untuk meraih sukses dalam tugas.

Efikasi diri yang telah dijelaskan adalah merupakan keyakinan diri

seperti dijelaskan dan diperkuat pula oleh Spears dan Jordon (Maryati, 2008: 50) yang mengistilahkan keyakinan sebagai efikasi diri yaitu keyakinan seseorang bahwa dirinya akan mampu melaksanakan tingkah laku yang dibutuhkan dalam suatu tugas. Pikiran individu terhadap efikasi diri menentukan seberapa besar usaha yang akan dicurahkan dan seberapa lama individu akan tetap bertahan dalam menghadapi hambatan atau pengalaman yang tidak menyenangkan.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa inti dari efikasi diri adalah keyakinan atas kemampuan diri. Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang untuk mengkoordinir kemampuan dirinya sendiri yang dimanifestasikan dengan serangkaian tindakan dalam memenuhi tuntutan-tuntutan dalam hidupnya.

### **2.2.2. Proses Terjadinya Efikasi diri**

Menurut Bandura (1997) efikasi diri berakibat pada suatu tindakan manusia melalui beberapa jenis proses, antara lain yaitu:

#### **a. Proses Motivasional**

Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan meningkatkan usahanya untuk mengatasi tantangan dengan menunjukkan usaha dan keberadaan diri yang positif. Hal tersebut memerlukan perasaan

keunggulan pribadi (*sense of personal-efficacy*).

#### **b. Proses Kognitif**

Efikasi diri yang dimiliki individu akan berpengaruh terhadap pola pikir yang bersifat membantu atau menghambat. Bentuk-bentuk pengaruhnya, yaitu: 1) Jika efikasi diri semakin tinggi maka semakin tinggi pula penetapan suatu tujuan dan akan semakin kuat pula komitmen terhadap tujuan yang ingin dicapai. 2) Ketika menghadapi situasi-situasi yang kompleks, individu mempunyai keyakinan diri yang kuat dalam memecahkan masalah yang dihadapi dan mampu mempertahankan efisiensi berpikir analitis.

Sebaliknya, jika individu bersifat ragu-ragu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya maka biasanya tidak efisien dalam berpikir analitis. 3) Efikasi diri berpengaruh terhadap antisipasi tipe-tipe gambaran konstruktif dan gambaran yang diulang kembali. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan memiliki gambaran keberhasilan yang diwujudkan dalam penampilan dan perilaku yang positif dan efektif. Sebaliknya individu yang merasa tidak mampu cenderung merasa mempunyai gambaran kegagalan. 4) Efikasi diri berpengaruh terhadap fungsi kognitif melalui pengaruh yang sama dengan proses motivasional dan pengolahan



informasi. Semakin kuat keyakinan individu akan kapasitas memori, maka semakin kuat pula usaha yang dikerahkan untuk memproses memori secara kognitif dan meningkatkan kemampuan memori individu tersebut.

### c. Proses Afektif

Efikasi diri berpengaruh terhadap seberapa banyak tekanan yang dialami oleh individu dalam situasi-situasi yang mengancam. Individu yang percaya bahwa dirinya dapat mengatasi situasi-situasi yang mengancam yang dirasakannya, tidak akan merasa cemas dan terganggu dengan ancaman tersebut.

### 2.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Efikasi diri

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri. Menurut Greenberg dan Baron (Hambawany, 2007) mengatakan ada dua faktor yang mempengaruhi efikasi diri, yaitu: a. Pengalaman langsung, sebagai hasil dari pengalaman mengerjakan suatu tugas dimasa lalu (sudah pernah melakukan tugas yang sama dimasa lalu). b. Pengalaman tidak langsung, sebagai hasil observasi pengalaman orang lain dalam melakukan tugas yang sama (pada waktu individu mengerjakan sesuatu dan bagaimana individu tersebut menerjemahkan pengalamannya tersebut dalam mengerjakan suatu tugas).

Hal yang tidak jauh berbeda diungkapkan pula oleh Bandura (2007)

bahwa efikasi diri seseorang dipengaruhi pula oleh:

- a. Pencapaian prestasi. Faktor ini didasarkan oleh pengalaman-pengalaman yang dialami individu secara langsung. Apabila seseorang pernah mengalami keberhasilan dimasa lalu maka dapat meningkatkan efikasi dirinya.
- b. Pengalaman orang lain. Individu yang melihat orang lain berhasil dalam melakukan aktivitas yang sama dan memiliki kemampuan yang sebanding dapat meningkatkan efikasi dirinya. Individu yang pada awalnya memiliki efikasi diri yang rendah akan sedikit berusaha untuk dapat mencapai keberhasilan seperti yang diperoleh orang lain.
- c. Bujukan lisan. Individu diarahkan dengan saran, nasehat, bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinan bahwa kemampuan-kemampuan yang dimiliki dapat membantu untuk mencapai apa yang diinginkan.
- d. Kondisi emosional. Seseorang akan lebih mungkin mencapai keberhasilan jika tidak terlalu sering mengalami keadaan yang menekan karena dapat menurunkan prestasinya dan menurunkan keyakinan akan kemampuan dirinya.

Keempat faktor diatas didukung oleh pendapat Ivancevich dan Matteson (Maryati, 2008) yang menyatakan bahwa pencapaian prestasi,

pengalaman orang lain, bujukan lisan, kondisi emosional memegang peranan penting' didalam mengembangkan efikasi diri, faktor tersebut dianggap penting sebab ketika seseorang melihat orang lain berhasil maka akan berusaha mengikuti jejak keberhasilan orang tersebut.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi keyakinan diri yang diungkap dalam efikasi diri yaitu Pengalaman langsung, pengalaman tidak langsung, pencapaian prestasi, pengalaman orang lain, bujukan lisan, kondisi emosional.

#### 2.2.4. Aspek-aspek Efikasi Diri

Selain faktor-faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri, adapula aspek- aspek yang terdapat dalam efikasi diri. Menurut Bandura (2007) ada tiga aspek efikasi diri :

a. *Magnitude*. Aspek ini berkaitan dengan kesulitan tugas. Apabila tugas-tugas yang dibebankan pada individu disusun menurut tingkat kesulitannya, maka perbedaan efikasi diri secara individual mungkin terbatas pada tugas-tugas yang sederhana, menengah atau tinggi. Individu akan melakukan tindakan yang dirasakan mampu untuk dilaksanakannya dan akan tugas-tugas yang diperkirakan diluar batas kemampuan yang dimilikinya.

- b. *Generality*. Aspek ini berhubungan dengan luas bidang tugas atau tingkah laku. Beberapa pengalaman berangsur-angsur menimbulkan penguasaan terhadap pengharapan pada bidang tugas atau tingkah laku yang khusus sedangkan pengalaman yang lain membangkitkan keyakinan yang meliputi berbagai tugas.
- c. *Strength*. Aspek ini berkaitan dengan tingkat kekuatan atau kemantapan seseorang terhadap keyakinannya. Tingkat efikasi diri yang lebih rendah mudah digoyangkan oleh pengalaman-pengalaman yang memperlemahnya, sedangkan orang yang memiliki efikasi diri yang kuat akan tekun dalam meningkatkan usahanya meskipun dijumpai pengalaman yang memperlemahnya.

Berdasarkan uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa aspek-aspek dalam efikasi diri yaitu *magnitude*, *generality*, *strength*, keyakinan terhadap kemampuan menghadapi situasi yang tidak menentu yang mengandung unsur kekaburan, tidak dapat diprediksikan, dan penuh tekanan, keyakinan terhadap kemampuan menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil, keyakinan mencapai target yang telah ditetapkan. Individu menetapkan target untuk keberhasilannya dalam melakukan setiap tugas, keyakinan terhadap kemampuan mengatasi masalah yang muncul, kognitif, motivasi, afeksi,

seleksi.

### 2.2.5. Dimensi Efikasi Diri

Bandura (1994) mengatakan bahwa efikasi diri seseorang dibedakan atas dasar beberapa dimensi, yaitu :

a. Tingkat kesulitan tugas

Hal ini berdampak pada pemulihan perilaku yang akan dicoba atau dikehendaki berdasarkan pengharapan efikasi pada tingkat kesulitan tugas. Individu akan mencoba perilaku yang menurutnya mampu untuk dilakukan. Sebaliknya ia akan menghindari situasi dan perilaku yang menurutnya melampaui batas kemampuannya.

b. Luas bidang perilaku

Hal ini berkaitan dengan seberapa luas bidang perilaku yang diyakini untuk berhasil dicapai oleh individu. Beberapa pengharapan terbatas pada bidang perilaku khusus, sedangkan beberapa pengharapan mungkin menyebar pada berbagai bidang perilaku.

c. Kemantapan keyakinan

Hal ini berkaitan dengan keteguhan hati terhadap keyakinan pada diri individu bahwa ia akan berhasil dalam menghadapi suatu permasalahan.

Dimensi ini seringkali harus menghadapi frustrasi, luka dan berbagai rintangan lainnya dalam mencapai suatu hasil tertentu.

Berdasarkan uraian diatas, maka yang termasuk dalam dimensi efikasi diri adalah tingkat kesulitan tugas, luas bidang perilaku, dan kemantapan keyakinan.

#### **2.2.6. Pengaruh Efikasi Diri pada Tingkah Laku**

Menurut Bandura, efikasi diri akan mempengaruhi bagaimana individu merasakan, berpikir, memotivasi diri sendiri, dan bertingkah laku. Efikasi diri atau kapabilitas yang dimiliki individu akan mempengaruhi tingkah lakunya dalam beberapa hal, seperti:

- a. Tindakan Individu, efikasi diri menentukan kesiapan individu dalam merencanakan apa yang harus dilakukannya. Individu dengan keyakinan diri tinggi tidak mengalami keragu-raguan dan mengetahui apa yang harus dilakukannya.
- b. Usaha, efikasi diri mencerminkan seberapa besar upaya yang dikeluarkan individu untuk mencapai tujuannya. Individu dengan keyakinan terhadap kemampuan diri tinggi akan berusaha maksimal untuk mengetahui cara-

cara belajar serta kegiatan-kegiatan yang sesuai dengan minatnya. Individu dengan keyakinannya terhadap kemampuan diri tinggi akan berusaha mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

- c. Daya tahan individu dalam menghadapi hambatan atau rintangan dan kegagalan, individu dengan efikasi diri tinggi mempunyai daya tahan yang kuat dalam menghadapi rintangan atau kegagalan, serta dengan mudah mengembalikan rasa percaya diri setelah mengalami kegagalan. Individu juga beranggapan bahwa kegagalan dalam mencapai tujuan adalah akibat dari kurangnya pengetahuan, bukan karena kurangnya keahlian yang dimilikinya. Hal ini membuat individu berkomitmen terhadap tujuan yang ingin dicapainya. Individu akan menganggap kegagalan sebagai bagian dari proses, dan tidak menghentikan usahanya.
- d. Ketahanan individu terhadap keadaan tidak nyaman, dalam situasi tidak nyaman, individu dengan efikasi diri tinggi menganggap sebagai suatu tantangan, bukan merupakan sesuatu yang harus dihindari. Ketika individu mengalami keadaan tidak nyaman dalam usaha untuk mencapai tujuan yang diminati, ia akan tetap berusaha bertahan dengan mengabaikan ketidaknyamanan tersebut dan berkonsentrasi penuh.
- e. Pola pikir, situasi tertentu akan mempengaruhi pola pikir individu.

Individu dengan efikasi diri tinggi, pola pikirnya tidak mudah terpengaruh oleh situasi lingkungan dan tetap memiliki cara pandang yang luas dari beberapa sisi. Cara pandang individu yang luas memungkinkan individu memiliki alternatif pilihan kegiatan belajar yang banyak dari bidang yang diminati.

- f. Stress dan depresi, bagi individu yang memiliki efikasi diri rendah, kecemasan yang terbangkitkan oleh stimulus tertentu akan membuatnya mudah merasa tertekan. Jika perasaan tertekan tersebut berkelanjutan, maka dapat mengakibatkan depresi. Dalam upaya memilih karir yang sesuai dengan minatnya, jika individu menganggap realitas sulitnya jalur yang harus ditempuh, prospek dunia kerja di masa depan dan sebagainya sebagai sumber kecemasan, dan individu meragukan kemampuannya, maka individu akan menjadi lebih mudah tertekan.
- g. Tingkat pencapaian yang akan terealisasikan, Individu dengan efikasi diri tinggi dapat membuat tujuan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki serta mampu menentukan bidang pendidikan sesuai dengan minat dan kemampuannya tersebut. Bandura mendefinisikan self efficacy sebagai pertimbangan seseorang terhadap kemampuannya mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan untuk mencapai performansi tertentu. Self efficacy juga didefinisikan sebagai suatu



pendapat atau keyakinan yang dimiliki oleh seseorang mengenai kemampuannya dalam menampilkan suatu bentuk perilaku dan hal ini berhubungan dengan situasi yang dihadapi oleh seseorang tersebut dan menempatkannya sebagai elemen kognitif dalam pembelajaran sosial<sup>18</sup>, meskipun individu memiliki ketrampilan dan menyebabkan mudah putus asa.

Bandura menyatakan bahwa efikasi diri menunjuk kepada keyakinan akan kemampuannya untuk menggerakkan motivasi, sumber-sumber kognitif dan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menghadapi tuntutan situasi. Sementara itu menurut Kanfer, efikasi diri menunjuk kepada pertimbangan kognitif yang kompleks tentang kemampuannya di masa mendatang yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Lebih lanjut Kanfer menjelaskan bahwa efikasi mencerminkan pemahaman individu tentang performansi tersebut dan intensinya untuk alokasi usaha. Meskipun sangat tergantung kepada kemampuan (*ability*), dan kemampuan (*capability*), definisi *efficacy* juga mencerminkan prediksi tentang seberapa keras individu akan berusaha dan integrasi kedua faktor tersebut.

Semua definisi efikasi diri tersebut menunjuk pada keyakinan individu bahwa dirinya mampu melakukan tugas tertentu atau keyakinan dapat melakukan sesuatu dalam situasi tertentu dengan berhasil. Atau dapat pula

dikatakan bahwa self efficacy adalah keyakinan individu bahwa mereka dapat mengatasi dan menyelesaikan suatu tugas yang mungkin dapat membuat mereka malu atau gagal atau sukses. Dengan demikian dapat dilihat bahwa self efficacy tidak sama dengan pengharapan akan hasil (outcome expectation), self efficacy ialah pengharapan keunggulan atau penguasaan diri (personal matery expectation). Sedangkan pengharapan hasil adalah pertimbangan tentang kemungkinan konsekuensi yang akan dihasilkan oleh perilaku<sup>24</sup>. Individu mungkin mengetahui kalau tindakanya akan menghasilkan akibat tertentu, namun tidak yakin terhadap kemampuannya melakukan tindakan tersebut.

Dari hasil analisis dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi, ia akan selalu mencoba melakukan berbagai tindakan dan siap menghadapi kesulitan-kesulitan, hal ini diasumsikan bagi mahasiswa yang dalam setiap perkuliahannya dibebankan tugas-tugas yang memerlukan banyak energi dan seringkali menyita perhatian yang cukup serius, dan seringkali mengalami berbagai kesulitan untuk menyelesaikan tugasnya, maka efikasi mahasiswa sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa ia bertahan dalam menghadapi rintangan dan pengalaman yang menyakitkan dalam tugas-tugas perkuliahan. Semakin kuat persepsi effikasi diri mahasiswa maka semakin giat dan tekun usaha-usahanya. Ketika

menghadapi kesulitan, mahasiswa mempunyai keraguan yang besar tentang kemampuannya akan mengurangi usaha-usahanya atau menyerah sama sekali. Sedangkan mereka yang mempunyai perasaan efficacy yang kuat menggunakan usaha yang lebih besar untuk mengatasi tantangan dan menyelesaikan tugas-tugasnya.

### **3. Pola Asuh Orangtua**

#### **3.1. Pengertian Pola Asuh Orangtua**

Pola asuh pada dasarnya diciptakan oleh adanya interaksi antara orang tua dan anak dalam hubungan sehari-hari yang berevolusi sepanjang waktu, sehingga orang tua akan menghasilkan anak-anak sealiran, karena orang tua tidak hanya mengajarkan dengan kata-kata tetapi juga dengan contoh-contoh (dalam Najah, 2007)

Menurut Dewi (2008) bahwa pola asuh orang tua merupakan gambaran tentang sikap dan perilaku orang tua dan anak dalam berinteraksi, berkomunikasi selama mengadakan kegiatan pengasuhan. Dalam kegiatan memberikan pengasuhan ini, orang tua akan memberikan perhatian, peraturan, disiplin, hadiah dan hukuman, serta tanggapan keinginan anaknya. Sikap, perilaku, dan kebiasaan orang tua selalu dilihat, dinilai, dan ditiru oleh anaknya

yang kemudian semua itu secara sadar atau tidak sadar akan diresapi kemudian menjadi kebiasaan pada bagi anak-anaknya

Santrock (2003) mengemukakan bahwa pola asuh banyak mempengaruhi sikap dan perilaku remaja, karena pola asuh merupakan hubungan yang dijalin antara orang tua dengan anak. Pola asuh terwujud dalam cara-cara mengasuh, membimbing dan mendidik anak yang bertujuan agar anak dapat menjalani perkembangan dengan baik.

Sikun Pribadi (1981) menjelaskan bahwa pola asuh orang tua adalah perilaku orang tua dalam memenuhi kebutuhan, memberikan perlindungan dan mendidik anak dalam kehidupan sehari-hari. Perlakuan orang tua tersebut akan mendatangkan hasil yang baik apabila dilakukan dengan benar dan sebaliknya. Perlakuan orang tua yang negatif atau bertentangan dengan keinginan anak, maka tidak dapat digolongkan sebagai usaha bimbingan.

Hurlock (1990) mengatakan bahwa di dalam pengasuhan anak para orang tua mempunyai tujuan untuk membentuk anak menjadi yang terbaik sesuai dengan apa yang dianggap ideal oleh para orang tua dan dalam pengasuhan anak diberikan istilah disiplin sebagai pelatihan dalam mengendalikan dan mengontrol diri.

Pola asuh orangtua merupakan interaksi antara anak dan orangtua selama mengadakan kegiatan pengasuhan. Pengasuhan ini berarti orangtua mendidik,

membimbing, dan mendisiplinkan serta melindungi anak untuk mencapai kedewasaan' sesuai dengan norma-norma yang ada dalam masyarakat (dalam Najah, 2007)

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa pola asuh orangtua adalah suatu cara orangtua dalam mendidik yang ditujukan terhadap perkembangan anak untuk memenuhi kebutuhan dan memberikan perlindungan yang dilakukan orangtua sejak lahir hingga anak menjadi dewasa dengan batas-batas kebebasan yang semestinya.

### 3.2.1. Jenis-jenis Pola Asuh Orang Tua

Relasi antara orangtua dengan anak dipengaruhi dan ditentukan pula oleh sikap orangtua tersebut terhadap remaja. Hurlock (1990), membagi pola asuh orangtua menjadi tiga tipe yaitu:

#### a. Otoriter

Orangtua memberikan peraturan yang kaku dan memaksa anak untuk bertingkah laku sesuai dengan kehendak orangtua, tidak adanya komunikasi timbal balik antara orangtua dan anak, hukuman yang diberikan tanpa sadar dan jarang ada hadiah.

Suherman (2000) bahwa karakteristik sikap orang tua yang otoriter adalah:

- Orang tua yang menentukan segala sesuatu
- Anak tidak diberi kesempatan untuk menyampaikan pendapatnya.
- Keinginan atau cita-cita anak tidak mendapatkan perhatian.
- Sikap orang tua dengan prinsip.

b. Demokratis

Orang tua memberikan peraturan dan penjelasan bagi peraturan dan perilaku yang diharapkan, ada komunikasi timbal balik antara orang tua dengan anak, hukuman dan hadiah yang diberikan disertakan penjelasan.

Abu Ahmadi (1999) mengemukakan bahwa “Sikap demokratis dari orang tua menimbulkan ciri-ciri berinisiatif, tidak takut-takut, lebih giat dan lebih bertujuan”. Dalam hal ini, sikap pribadi anak lebih banyak menyesuaikan diri, mau menghargai pekerjaan orang lain, menerima kritik dengan terbuka, aktif di dalam hidupnya, emosi lebih stabil dan mempunyai rasa tanggung jawab. Suherman (2000) mengemukakan bahwa “Orang tua yang mempunyai karakteristik sikap demokratis adalah orang tua yang memperlakukan karakteristik sikap demokratis adalah orang tua yang memperlakukan anaknya sesuai dengan tingkat perkembangan usia anak dan memperhatikan serta mempertimbangkan keinginan-keinginan anak”.

c. Permisif

Orang tua memberikan kebebasan penuh pada anak terhadap langkah yang akan dilakukannya, tidak pernah memberikan penjelasan dan pengarahan terhadap tingkah laku anak, hampir tidak ada hadiah dan hukuman.

Probins yang diterjemahkan oleh Abu Ahmadi (1991), mengemukakan bahwa, "Keluarga liberal ditandai oleh adanya kebebasan anak-anak untuk bertindak dan berbuat. Sifat-sifat dari keluarga ini biasanya agresif, tidak dapat bekerja sama dengan orang lain, sukar menyesuaikan diri, emosi kurang stabil dan mempunyai sifat curiga". Orang tua yang mempunyai sifat liberal (permisif), biasanya menganggap bahwa anak adalah orang dewasa yang dapat mengambil tindakan atau keputusan sendiri menurut kehendak tanpa bimbingan. Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam pola asuh liberal (permisif) tidak adanya komunikasi, anak diberi kebebasan yang mutlak dalam bertindak dan berbuat serta perilaku anak tidak mendapat bimbingan dan kontrol dari orang tua. Suherman (2009) mengatakan bahwa "Pada orang tua yang menunjukkan sikap liberal (permisif), biasanya mempunyai anggapan bahwa anak sebagai orang dewasa dapat mengambil tindakan atau keputusan sendiri menurut kehendaknya sendiri tanpa bimbingan.

Balson (1992), membagi pola asuh orangtua menjadi dua sikap yaitu:

a. Sikap orang tua yang permisif

Orang tua yang permisif bertindak menghindari konflik ketika mereka merasa tak berdaya untuk mempengaruhi remaja mereka. Akibatnya mereka membiarkan perbuatan-perbuatan salah di kalangan remaja.

b. Sikap orang tua yang otokratik

Bila orang tua berusaha memaksakan anak-anak remajanya agar berbuat dengan cara tertentu, kaum remaja akan memberikan reaksi dalam dua pilihan cara. Mereka merasa tidak didorong untuk berbuat sesuatu dengan alasan mereka tidak mampu mengatasi problem kehidupan, atau sebaliknya mereka melakukan pemberontakan/tidak mau menerima saran-saran orangtuanya.

Menurut Baumrind (1967), terdapat 4 macam pola asuh orang tua yaitu:

a. Pola asuh Demokratis

Pola asuh demokratis adalah pola asuh yang memprioritaskan kepentingan anak, akan tetapi tidak ragu-ragu mengendalikan mereka. Orang tua dengan pola asuh ini bersikap rasional, selalu mendasari tindakannya pada rasio atau pemikiran-pemikiran. Orang tua tipe ini juga bersikap realistis terhadap kemampuan anak, tidak berharap yang berlebihan yang melampaui kemampuan anak. Orang tua tipe ini juga memberikan kebebasan kepada anak



untuk memilih dan melakukan suatu tindakan, dan pendekatannya kepada anak bersifat hangat.

b. Pola asuh Otoriter

Pola asuh ini cenderung menetapkan standar yang mutlak harus dituruti, biasanya dibarengi dengan ancaman-ancaman. Orang tua tipe ini cenderung memaksa, memerintah, menghukum. Apabila anak tidak mau melakukan apa yang dikatakan oleh orang tua, maka orang tua tipe ini tidak segan menghukum anak. Orang tua tipe ini juga tidak mengenal kompromi dan dalam komunikasi biasanya bersifat satu arah. Orang tua tipe ini tidak memerlukan umpan balik dari anaknya untuk mengerti mengenai anaknya.

c. Pola asuh Permisif

Pola asuh ini memberikan pengawasan yang sangat longgar. Memberikan kesempatan pada anaknya untuk melakukan sesuatu tanpa pengawasan yang cukup darinya. Mereka cenderung tidak menegur atau memperingatkan anak apabila anak sedang dalam bahaya, dan sangat sedikit bimbingan yang diberikan oleh mereka. Namun orang tua tipe ini biasanya bersifat hangat, sehingga seringkali disukai oleh anak.

#### a. Pola asuh Penelantar

Orang tua tipe ini pada umumnya memberikan waktu dan biaya yang sangat minim pada anak-anaknya. Waktu mereka banyak digunakan untuk keperluan pribadi mereka, seperti bekerja, dan juga kadangkala biaya pun dihemat-hemat untuk anak mereka. Termasuk dalam tipe ini adalah perilaku penelantar secara fisik dan psikis pada ibu yang depresi. Ibu yang depresi pada umumnya tidak mampu memberikan perhatian fisik maupun psikis pada anak-anaknya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pola asuh yang diberikan orang tua terhadap anak dapat dibedakan atas beberapa macam secara garis besar yaitu: (1). Pola asuh otoriter, dimana orang tua memberikan peraturan yang kaku dan memaksa anak untuk bertingkah laku sesuai dengan kehendak orang tua, (2). Pola asuh demokratis, dimana orang tuas memberikan peraturan dan penjelasan untuk peraturan tersebut yang sesuai dengan harapan, (3). Pola asuh permisif merupakan pola asuh yang diberikan orang tua untuk menghindari konflik dengan anak.

### 3.2. Pola Asuh Demokratis

#### 3.2.2. Pengertian Pola Asuh Demokratis Orangtua

Pola asuh demokratis adalah suatu model pengasuhan dengan menggunakan penjelasan, diskusi, penalaran untuk membantu anak mengerti mengapa perilaku tertentu diharapkan. Pola asuh ini memperhatikan keinginan anak, sepanjang keinginan tersebut sesuai dengan nilai-nilai standar yang ada. Jika ada keinginan dan perilaku anak yang kurang disetujui, maka akan ada komunikasi timbal balik antara orang tua dan anak (dalam Soraya, 2009)

Steinberg dan Belsky (1991) menyebut pola asuh demokratis sebagai pola asuh autoritatif yang memberikan kebebasan dan kontrol seimbang. Ada hubungan timbal balik antara orang tua dan anak serta terdapat kehangatan orang tua di dalamnya.

Dalam pola asuh demokratis, orang tua bersikap fleksibel, responsif, dan merawat (dalam Soraya, 2009). Orang tua melakukan pengawasan dan tuntutan, tetapi juga rasional dan mau berkomunikasi dengan anak. Anak diberi kebebasan tetapi dalam peraturan yang mempunyai acuan. Batasan-batasan tentang disiplin anak dijelaskan, boleh ditanyakan dan dapat dirundingkan dengan anak.

Sutari Imam Barnadib (dalam Soraya, 2009) menyatakan bahwa orang tua yang demokratis selain memperhatikan perkembangan anak dan tidak hanya sekedar mampu memberi nasehat dan saran-saran tetapi juga bersedia mendengarkan keluhan anak berkaitan dengan persoalan-persoalannya.

Selanjutnya Daryati (2007) mengatakan bahwa pola asuh demokratis memberikan kontrol terhadap anak dalam batas-batas tertentu, aturan ditetapkan untuk hal yang sifatnya prinsip dengan tetap memberikan dukungan, cinta, dan kehangatan pada anak.

Sementara itu Shapiro (2001) menerangkan bahwa orang tua dengan pola asuh demokratis menjadikan anak tidak tergantung dan tidak berperilaku kekanak-kanakan, mendorong anak untuk berprestasi, anak menjadi percaya diri, mandiri, imajinatif, mudah beradaptasi, kreatif dan disukai banyak orang dan responsif.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut di atas, maka dalam penelitian ini yang dimaksud pola asuh demokratis adalah pola asuh yang memberikan kebebasan kepada anak dengan batasan dan pengendalian perilaku sesuai nilai-nilai standar yang ada, serta terdapat komunikasi timbal balik yang hangat antara orang tua dengan anak, sehingga orang tua bisa memberikan perhatian ataupun pengertian kepada anak tentang perilaku tertentu yang diharapkan. Diharapkan dengan pola asuh ini, menjadikan anak tidak tergantung dan mandiri.

## 1. Ciri-ciri Pola Asuh Demokratis

Steward dan Koch (dalam Soraya, 2009) menyatakan ciri-ciri pola asuh demokratis adalah sebagai berikut:

- a. Bahwa orang tua yang demokratis memandang sama kewajiban dan hak antara orang tua dan anak.
- b. Secara bertahap orang tua memberikan tanggung jawab bagi anak-anaknyaterhadap segala sesuatu yang diperbuatnya sampai mereka menjadi dewasa.
- c. Mereka selalu berdialog anak-anaknya, saling memberi dan menerima, selalu mendengarkan keluhan-keluhan dan pendapat anak-anaknya.
- d. Dalam bertindak, mereka selalu memberikan alasannya kepada anak, mendorong anak saling membantu dan bertindak secara obyektif, tegas tetapi hangat dan penuh pengertian.

Menurut Hurlock (1976), pola asuh demokratis ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Bahwa anak-anak diberi kesempatan untuk mandiri dan mengembangkan kontrol internalnya.
- b. Anak diakui keberadaannya oleh orang tua
- c. Anak dilibatkan dalam pengambilan keputusan.

Elias (1997) mengatakan ada beberapa ciri orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis dalam pengasuhan anaknya adalah sebagai berikut:

- a. Orang tua mampu memberikan perilaku teladan kepada anak.

- b. Orang tua mampu bertindak paraphrasing (secara halus mengungkapkan kembali pernyataan anak dengan bahasa yang lebih tepat dan lebih baik).
- c. Orang tua memiliki teknik bertanya yang baik untuk memancing sikap kritis anak.
- d. Orang tua memiliki kesabaran dan kegigihan dalam mengasuh dan mendidik anaknya.
- e. Orang tua mampu mengikuti perkembangan anak.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri pola asuh demokratis adalah orang tua memandang sama kewajiban dan hak antara orang tua dan anak, secara bertahap orang tua memberikan tanggung jawab bagi anak-anaknya, berdialog dengan anak-anak, saling memberi dan menerima, selalu mendengar keluhan dan pendapat anak, tegas, tetapi hangat dan penuh pengertian.

## **2. Aspek-aspek Pola Asuh Orang Tua**

Pendidikan orang tua terhadap anak tidak terlepas dari berbagai aspek. Aspek-aspek ini merupakan komponen yang tidak dapat lepas dari pola asuh yang diberikan terhadap anak. Menurut Baumrind (1999) mengemukakan ada empat aspek pola asuh orang tua. Keempat aspek itu adalah sebagai berikut:

### **a. Parental Control**

Ditandai dengan sikap menerima dari orang tua terhadap anak tanpa memberikan nilai-nilai yang dapat menyusahkan anak, usaha mempengaruhi

tingkah laku anak dalam mencapai tujuan, seringkali menggunakan insentif atau reinforcement yang lain dan mengharapkan adanya hal-hal positif.

b. Maturity Demands

Merupakan aspek orang tua terhadap anak, mengikuti kebebasan anak, dan anak juga mampu menikmati kebebasannya baik dengan pengawasan ataupun tanpa pengawasan. Tuntutan kedewasaan ini menekankan kepada anak dalam mencapai suatu tingkat kemampuan intelektual, sosial, dan emosional.

c. Communication

Ditandai dengan adanya hubungan timbal balik antara orang tua dengan anak yang terbuka, menanyakan bagaimana pendapat dan perasaan anak.

d. Nurturance

Ditandai oleh sikap mendorong dan menyayangi anak dengan menggunakan reinforcement dan insentif positif lainnya, meliputi kasih sayang, perawatan, dan perasaan kasih.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek pola asuh orang tua adalah *parental control* yaitu sikap menerima dari orang tua terhadap anak, *maturity demands* yaitu respek orang tua terhadap anak, *communication* yaitu hubungan timbal balik orang tua dengan anak, dan *nurturance* yaitu sikap

mendorong dan menyayangi dengan menggunakan reinforcement dan insentif positif.

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Asuh

Pola asuh orang tua dalam sebuah keluarga tidak terlepas dari pendidikannya yang diterapkan dalam tiap-tiap keluarga. Karena pendidikan adalah berdampak interaksi (pengaruh mempengaruhi) maka perlu diketahui makna pengaruh tersebut. Apakah pengaruh itu berbobot tinggi dalam pola asuh sangat ditentukan oleh faktor-faktor berikut (dalam Soraya, 2009):

a. Faktor banyak orang yang dipengaruhi

Semakin banyak orang yang dipengaruhi, semakin tinggi pengaruh.

b. Faktor kualitas komunikasi

Semakin efektif komunikasi, semakin tinggi pengaruh.

c. Faktor banyak aspek-aspek (nilai), sikap (kepribadian, pengetahuan, kecerdasan, keterampilan) pada diri seseorang yang meningkat perubahan ke arah positif, semakin tinggi pengaruh.

d. Faktor keteladanan

Semakin berperan percontohan keteladanan diri kita kepada orang lain, semakin tinggi bobot pengaruh.



Selanjutnya menurut Hurlock (1989) ada beberapa faktor yang mempengaruhi pola asuh orang tua yaitu:

- a. Jenis kelamin, orang tua pada umumnya lebih keras terhadap wanita dibandingkan terhadap anak laki-laki, begitu juga guru cenderung lebih keras terhadap anak perempuan, hal ini disebabkan kebudayaan yang mengharuskan anak perempuan agar tidak membuat kesalahan melebihi laki-laki. Dan anak perempuan juga dituntut untuk menjadi anak yang patuh.
- b. Kesamaan disiplin yang digunakan orang tua berhasil mendidik mereka dengan baik. Mereka akan menggunakan teknik yang serupa dalam mendidik anak mereka dan bila mereka merasa teknik yang digunakan oleh orang tua mereka salah, biasanya mereka beralih kepada teknik yang berlawanan.
- c. Status ekonomi, orang tua kelas menengah dan rendah cenderung lebih keras, memaksa dan kurang toleran dibanding mereka yang dari kelas atas, tetapi mereka lebih konsisten.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pola asuh orang tua dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin, kesamaan disiplin yang digunakan orang tua, dan status ekonomi.

## B. Hubungan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa

Dalam kehidupan efikasi diri sangat berperan penting bagi kita ketika masalah itu timbul. Efikasi diri berperan untuk menjaga ketenangan dan mencari solusi yang rumit diluar kemampuan diri dan menghasilkan ketekunan pada prestasi dan dengan prestasi diluar diri akan meningkatkan kepercayaan dan penghargaan diri pada individu, Myers, (2002):

Individu yang memiliki keyakinan diri terhadap kemampuan melakukan sesuatu akan memberikan peran terhadap proses kognitif, motivasi dan perilaku. Individu yang melakukan efikasi diri akan memiliki keyakinan dan mengontrol dari usaha yang telah dilakukan dan akan mengeluarkan berbagai macam cara untuk mengatasi berbagai kesulitan yang mungkin muncul selama menjalankan tugas ([www.indopost.co.id](http://www.indopost.co.id))

Robbins (dalam W Nainggolan, 2010) menyatakan bahwa semakin tinggi efikasi diri seseorang maka semakin besar pula kepercayaan dari orang tersebut terhadap kesanggupannya untuk berhasil dalam suatu tugas. Efikasi diri yang tinggi itu juga akan membuat seseorang lebih gigih dalam menghadapi tantangan serta lebih termotivasi ketika mendapat umpan balik yang negative.

Lebih lanjut bandura (dalam W Nainggolan, 2006) menyatakan bahwa seseorang dengan efikasi diri yang tinggi akan meghubungkan kegagalan

dengan usaha yang tidak cukup atau kurangnya pengetahuan dan keahlian yang semuanya masih dapat diperoleh, ketika menghadapi situasi yang mengancam dengan kepastian bahwa dapat berlatih dan mengontrol situasi tersebut. Effikasi diri yang tinggi tersebut akan menggambarkan kepribadian yang kuat pada seseorang dan tidak mudah terpengaruh oleh situasi yang mengancam.

Pada sisi lain Robbins (dalam W Nainggolan, 2006) mengatakan effikasi diri yang rendah akan membuat seseorang mengurangi usahanya ketika harus menghadapi tantangan atau mendapat umpan balik negatif. Bandura menjelaskan bahwa individu yang meragukan kapasitas diri mereka sendiri akan melarikan diri dari tugas-tugas sukar yang mereka pandang sebagai ancaman pribadi. Dikatakan bahwa individu dengan effikasi diri rendah akan memandang prestasinya kurang sebagai akibat lemahnya kecerdasan pada diri individu tersebut. Pandangan pesimis tersebut akhirnya membuat seseorang dengan effikasi diri yang rendah akan semakin kehilangan kepercayaan terhadap kemampuan dirinya.

Remaja yang memiliki keyakinan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan pada dirinya akan menunjukkan usaha yang keras dalam menyelesaikan tugas tersebut. Karena keyakinan pada diri sendiri (self Efficacy) sering kali diartikan sebagai dorongan dan tenaga yang menggerakkan jiwa dan jasmani individu untuk bertindak menuju suatu tujuan yang ingin dicapai.

Effikasi diri juga dipandang sebagai faktor yang dapat mempengaruhi remaja untuk berperilaku prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolahnya.

Seseorang remaja yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi disebabkan karena kurangnya keyakinan terhadap diri sendiri dalam menerima dan menyelesaikan tugas-tugas sekolah yang diberikan kepadanya. Prokrastinasi akademik yang tinggi memberikan dampak negative bagi proses perkembangan kognitif remaja.

Jadi effikasi diri inilah yang dapat mengurangi atau bahkan menghilangkan prokrastinasi akademik pada remaja sehingga remaja dapat lebih bertanggung jawab lagi terhadap tugas-tugasnya untuk hal-hal yang tidak bermanfaat yang pada akhirnya akan mempengaruhi kognitifnya. Prokrastinasi juga dapat mempengaruhi tingkat kedisiplinan mahasiswa. Sehingga dapat mempengaruhi menjadi sumber daya manusia sesuai dengan yang diharapkan. Jika saat menjadi mahasiswa individu sudah melakukan prokrastinasi akademik, maka dapat diasumsikan bahwa saat bergabung di dunia organisasi akan mempengaruhi prestasi individu tersebut di dunia organisasi.

Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan effikasi diri memiliki hubungan yang erat dengan prokrastinasi akademik dimana tingginya rasa

keyakinan diri (self efficacy) akan mengurangi terjadinya prokrastinasi menurut dari pendapat beberapa ahli.

### C. Hubungan Pola Asuh dengan Prokrastinasi Akademik

Seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu, sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, dikatakan sebagai seorang yang melakukan prokrastinasi, sehingga prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu, dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu kerja ketika menghadapi suatu tugas.

Prokrastinasi akademik merupakan prokrastinasi yang berkaitan dengan unsur-unsur tugas dalam area akademik. Solomon & Rothblum (1984) menyatakan terdapat 6 area akademik yaitu tugas mengarang (membuat paper), belajar dalam menghadapi ujian, membaca buku penunjang, tugas-tugas administratif penunjang prose belajar ,menghadiri pertemuan dan kinerja akademik secara keseluruhan. Faktor-faktor apa sajakah yang mempengaruhi prokrastinasi?

Berdasarkan beberapa kajian literatur antara lain Ferrari,dkk (1995), Rizvi,dkk (1997), Bruno (1998) dan Wulan (2000) dapat disimpulkan bahwa dua

faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari individu yang turut membentuk perilaku prokrastinasi yang meliputi faktor fisik dan psikologis. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu dapat berupa tugas yang banyak (overloaded tasks) yang menuntut penyelesaian yang hampir bersamaan (Bruno,1998). Hal ini akan diperparah apabila lingkungan kondusif dalam membentuk prokrastinasi (Rizvi,dkk, 1997).

Setiap orang yang melakukan prokrastinasi memiliki alasan yang berbeda-beda dari takut untuk mengalami kegagalan hingga memang karena malas saja (<http://www.Procrastinator.Help.com/stop-procrastination.html>).

Menurut Lindgren (1966) pendekatan kognitif menyatakan bahwa perilaku siswa ditentukan oleh persepsi dan pemahaman mereka terhadap situasi yang dikaitkan dengan tujuan. Perilaku individu dapat diprediksi apabila diketahui bagaimana individu mempersepsikan situasi dan apa yang diharapkan, bahwa perilaku siswa ditentukan oleh persepsi mengenai diri mereka dan lingkungan sekitarnya, demikian ini maka, apa yang dilakukan merupakan cerminan dari lingkungan sekitarnya.

Demikian itu maka, persepsi dapat mempengaruhi perilaku; persepsi merupakan salah satu prediktor perilaku individu. Lebih lanjut Hurlock (1973)

juga menambahkan bahwa persepsi individu dapat memotivasi perilakunya lebih lanjut. Obyek persepsi yang dinilai tidak menyenangkan, maka perilakunya negatif, individu yang mempersepsikan suatu obyek secara positif akan mengkondisikan individu secara psikologis sebagai motivasi bagi individu untuk berperilaku positif, jadi apabila siswa mempersepsikan disiplin orangtua dengan positif, kondisi psikologis ini memotivasi perilaku belajarnya.

Fungsi disiplin yang diterapkan orangtua adalah mengajarkan remaja menyesuaikan diri dengan harapan sosial berdasarkan alasan yang dapat disetujui, membantu remaja mengembangkan kontrol diri dan arahan diri, sehingga remaja dapat mengambil keputusan dengan tepat dan mengajarkan pada remaja bahwa perilaku akan direspon oleh dunia dengan pemberian hukuman untuk perilaku yang dinilai negatif dan penghargaan untuk perilaku yang dinilai positif.

Ernawati E (2000), tehnik penerapan disiplin orangtua berupa yaitu disiplin otoriter, di mana pengawasan dilakukan secara kaku dan ketat, disiplin demokratis, serta penerapan satunya merupakan disiplin yang dilaksanakan secara permissive di mana, dilaksanakan secara longgar, artinya remaja dibiarkan menurut caranya sendiri tanpa pengarahan dan nasehat sedikitpun dari orang tuanya.

Disiplin yang otoriter, perkembangan moral didominasi orang tua, remaja hampir tidak pernah diberi kesempatan untuk mengemukakan pendapatnya

sehubungan dengan perilaku yang diinginkan oleh orangtua. Remaja tidak menyukai penerapan disiplin otoriter ini, karena mereka merasa bukan anak kecil lagi yang setiap kali harus didekte. Kebebasan yang sangat didambakan remaja tidak dapat diperoleh dari disiplin ini. Disiplin otoriter menyebabkan anak mempunyai sifat yang submisif, anak tidak mempunyai inisiatif karena takut berbuat kesalahan, dan anak menjadi seorang yang penurut.

Walaupun disiplin otoriter berpengaruh buruk pada perilaku anak, ada bukti-bukti bahwa dalam bentuk yang kurang keras, disiplin otoriter menunjang sosialisasi anak. Ini dapat terjadi karena anak yang dikendalikan orangtua atau guru dengan keras, belajar bersikap dengan cara yang disetujui sosial, demikian pula pada masalah belajar, anak akan lebih bersikap untuk menepati belajarnya, tidak menunda-nunda dalam pengumpulan tugas maupun hadir untuk pergi ke sekolah.

Adapun disiplin demokratis, lebih menggunakan penjelasan, diskusi dan penalaran untuk membantu anak mengerti mengapa perilaku tertentu diharapkan. Metode ini lebih menekankan aspek edukatif daripada aspek hukumannya.

Hukuman biasanya tak pernah keras dan tidak berbentuk hukuman badan. Hukuman hanya digunakan bila terdapat bukti bahwa anak-anak secara sadar melolak melakukan apa yang diharapkan mereka. Bila perilaku anak memenuhi



standar yang diharapkan, orangtua yang demokratis akan menghargainya dengan pujian atau pernyataan persetujuan yang lain.

Disiplin demokratis ini, bertujuan mengajar anak mengembangkan kendali atas perilaku mereka sendiri sehingga mereka akan melakukan apa yang benar, meskipun tidak ada penjaga yang mengancam mereka dengan hukuman bila mereka melakukan sesuatu yang tidak dibenarkan. Pengendalian internal atas perilaku ini adalah hasil usaha mendidik anak untuk berperilaku menurut cara yang benar dengan memberi mereka penghargaan. Remaja akan merasa bahwa eksistensinya diakui jika remaja mendapatkan pengakuan dari lingkungan sekitar. Bahwa remaja menyesuaikan dengan standar sosial yang ada, dengan adanya penerimaan atas keinginan, ide-ide, pemikiran dan pendapat-pendapat mereka.

Pada remaja di mana orangtua menunjukkan disiplin demokratis akan membuat remaja merasa diterima eksistensinya. Perasaan tanggung jawab un muncul pada diri remaja, mereka menjadi percaya diri, mampu melakukan sesuatu sesuai dengan dirinya dan standar social di sekitarnya, sehingga ketika remaja dihadapkan pada tugas-tugas sekolahnya remaja tersebut akan mengerjakan tugas tersebut dengan penuh tanggungjawab dan rasa percaya diri yang tinggi, sehingga kecenderungan remaja untuk melakukan prokrastinasi akademik rendah, Ervinawati,E, (2000).

Disiplin yang permissive, bila dilihat sekilas amat menyenangkan karena memberi kebebasan yang seluas-luasnya pada remaja, namun akibat dari disiplin yang permissive ini menjadikan remaja mengekspresikan keinginannya tanpa mempertimbangkan efek perilakunya. Disiplin ini banyak diinginkan oleh remaja, namun bagaimanapun mereka masih dalam masa transisi antara masa anak-anak dan dewasa, sehingga bimbingan dari orang tua sangat dibutuhkan bagi mereka, bukan sebaliknya tanpa adanya nasehat.

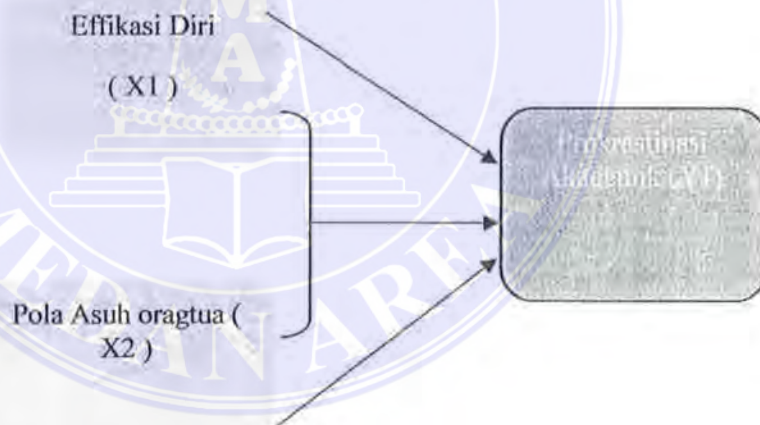
Disiplin permisif (serba boleh), karena tidak ada kontrol dari orangtua, anak dapat berbuat sekehendak hatinya, maka anak kurang respek kepada orangtua, kurang menghargai apa yang telah diperbuat orangtua untuknya, karena tidak adanya pengarahan atau informasi dari orangtua maka, anak tidak mengerti mana yang sebaiknya dikerjakan dan mana yang sebaliknya ditinggalkan. Anak kurang mempunyai tanggungjawab, dan dalam masyarakat anak sering berbuat hal-hal yang sebenarnya tidak dapat dibenarkan karena dalam keluarga tidak ada ketentuan bagi anak, maka anak berbuat sekehendak hatinya, perilakunya sering melanggar peraturan yang telah ditentukan masyarakat.

Remaja tidak pernah mendapat tuntutan, kontrol maupun perhatian dari orangtua yang menunjukkan penerapan disiplin permisif yang tinggi, akan menjadi remaja yang merasa tak berharga dan tidak diperhatikan. Perasaan-perasaan pada remaja yang diakibatkan penerapan disiplin permisif tersebut, menyebabkan

remaja merasa bahwa dirinya tidak mempunyai kemampuan yang memadai untuk melakukan sesuatu sesuai yang diinginkan masyarakat di sekitarnya, sehingga remaja ini akan berbuat sesuka hatinya ketika dihadapkan pada berbagai tugas dari sekolahnya, misalnya dengan melakukan prokrastinasi terhadap akademiknya.

Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan pola asuh demokratis orangtua memiliki hubungan yang erat dengan prokrastinasi akademik dimana tingginya pola asuh demokrasi orangtua akan mengurangi terjadinya prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan.

**Table 1. Rancangan Penelitian**



#### D. Hipotesis

Hipotesis dari penelitian ini adalah kesimpulan yang bersifat sementara, diterima atau ditolaknya suatu hipotesis tergantung dari hasil penelitian yang dilakukan. Berdasarkan Teori yang telah diuraikan di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

1. Ada hubungan negatif antara effikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area, artinya semakin tinggi effikasi diri mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi mahasiswa. Begitu juga sebaliknya semakin rendah effikasi diri mahasiswa maka semakin tinggilah prokrastinasi akademik mahasiswa tersebut.
2. Ada hubungan positif antara pola asuh orangtua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi di UMA Medan. Artinya semakin tinggi pola asuh orangtua maka semakin tinggilah prokrastinasi mahasiswa, sebaliknya semakin rendah pola asuh orangtua maka semakin rendah prokrastinasi akademik mahasiswa.
3. Ada hubungan positif antara effikasi diri dan pola asuh orangtua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area Medan. Artinya semakin tinggi effikasi diri dan pola asuh orangtua maka semakin tinggi prokrastinasi mahasiswa, dan sebaliknya semakin buruk effikasi diri dan pola asuh orangtua maka semakin buruk prokrastinasi mahasiswa.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Desain Penelitian

Dalam bab ini peneliti akan menjelaskan tentang metode yang akan digunakan dalam penelitian ini meliputi: (A) Identifikasi Variabel Penelitian, (B) Definisi Operasional Variabel Penelitian, (C) Populasi, Sampel, Teknik Pengambilan Sampel, (D) Metode Pengumpulan Data, (E) Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur, (F) Metode Analisis Data.

##### 3.1.1. identivikasi variabel penelitian

Untuk dapat menguji hipotesis penelitian, terlebih dahulu perlu diidentifikasi variabel-variabel utama yang digunakan dalam penelitian ini, variabel-variabel penelitian terdiri dari:

1. Variabel bebas X1 : Efikasi Diri  
X2 : Pola Asuh Orangtua

2. Variabel terikat Y1 : Prokrastinasi Akademik

### 3.2. Populasi dan Sampel

Menurut Sugiono (dalam Riduwan, 2004) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Riduwan (2004) mengatakan bahwa populasi adalah keseluruhan dari karakteristik atau unit hasil pengukuran yang menjadi obyek penelitian.

Populasi adalah seluruh unit yang akan diteliti dan memiliki sedikitnya sifat yang sama (Neuman, 2000; Sugiarto dkk., 2003).

Sedangkan sampel adalah sebagian anggota dari populasi yang dipilih dengan menggunakan prosedur tertentu sehingga diharapkan dapat mewakili populasinya (Neuman, 2000; Sugiarto dkk., 2003). Populasi dalam penelitian ini sebagaimana yang diterangkan dalam Batasan Masalah ialah mahasiswa Psikologi UMA. Berjumlah 1010 orang, terdiri dari 704 orang mahasiswa kelas pagi, 53 orang kelas reguler B, dan 253 orang mahasiswa kelas malam dengan demikian populasi pada penelitian ini ialah 110 orang.

### Teknik Pengambilan Sampel

Sebagian dari populasi disebut sampel. Sampel adalah jumlah karyawan atau individu yang jumlahnya kurang dari populasi (Hadi, 2004). Metode sampling yang digunakan adalah total sampling, yaitu semua populasi dijadikan sampel, adapun jumlah sampel adalah 70 orang.

### **3.3. Defenisi Operasional Variabel**

Definisi operasional variabel menjelaskan tentang pengertian operasionalisasi dari variabel-variabel yang dikembangkan dalam penelitian ini. Ada tiga variabel yang dikembangkan yaitu motivasi berprestasi, pola asuh orangtua, dan prokrastinasi akademik.

#### **3.3.1. Prokrastinasi Akademik ( variabel terikat Y1)**

Pengertian prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Juga disimpulkan bahwa prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan tujuan dan manfaat penundaan, yaitu prokrastinasi yang disfungsional, yang merupakan penundaan yang tidak bertujuan merugikan dan fungsional prokrastinasi, yaitu penundaan yang disertai alasan yang kuat, mempunyai tujuan pasti sehingga tidak merugikan, bahkan berguna untuk melakukan suatu upaya konstruktif agar suatu tugas dapat diselesaikan dengan baik.

Indikator yang digunakan untuk mengukur variable adalah aspek-aspek prokrastinasi akademik mahasiswa yaitu: penundaan untuk memenuhi maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana kerja dan kesenjangan actual, Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada tugas yang harus dikerjakan.

### 3.3.2. Efikasi Diri (variable independen X1)

Efikasi diri adalah keyakinan atas kemampuan diri. Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang untuk mengkoordinir kemampuan dirinya sendiri yang dimanifestasikan dengan serangkaian tindakan dalam memenuhi tuntutan-tuntutan dalam hidupnya.

Indikator yang digunakan untuk mengukur variable adalah Skala effikasi diri berdasarkan dimensi effikasi diri yang dikemukakan oleh bandura (1994), yaitu tingkat kesulitan tugas, luas bidang perilaku dan kemampuan keyakinan. Aitem-aitem dalam skala ini disusun dalam bentuk pernyataan fafourable dan unfavourable dalam format likert setiap aitem terdiri dari empat pilihan jawaban



### 3.3.3. Pola Asuh Demokrasi Orangtua

Yang dimaksud pola asuh demokratis adalah pola asuh yang memberikan kebebasan kepada anak dengan batasan dan pengendalian perilaku sesuai nilai-nilai standar yang ada, serta terdapat komunikasi timbal balik yang hangat antara orang tua dengan anak, sehingga orang tua bisa memberikan perhatian ataupun pengertian kepada anak tentang perilaku tertentu yang diharapkan.

Indikator yang digunakan untuk mengukur variable yaitu aspek-aspek. Aspek-aspek ini merupakan komponen yang tidak dapat lepas dari pola asuh yang diberikan terhadap anak. Menurut Baumrind (1999) mengemukakan ada empat aspek pola asuh orang tua. Keempat aspek itu adalah sebagai berikut: *Parental Control, Maturity Demands, Communication, Nurturance*

### 3.4. Instrumen Pengumpulan data

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini ialah kuesioner yang dibuat menggunakan skala Likert sebagai metode pengukuran dengan bobot 5=Sangat Setuju (SS), 4=Setuju (S), 3=Ragu-Ragu (RR), 2=Tidak Setuju (TS) dan 1=Sangat Tidak Setuju (STS). Skala Likert merupakan metode yang mengukur sikap dengan menyatakan setuju atau ketidaksetujuannya terhadap subjek, objek atau kejadian tertentu (Indriantoro dan Supomo, 2004).

### 3.5. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini ialah :

1. Menyiapkan instrumen pengumpulan data berupa kuesioner
2. Melakukan penyebaran kuesioner kepada sampel penelitian.
3. Menerapkan model *tryout* terpakai. *Tryout* terpakai menurut Sutrisno (2005) adalah data yang diperoleh dari *tryout* atau ujicoba sekaligus digunakan sebagai data untuk penelitian. Dalam *tryout* terpakai ini, aitem-aitem yang valid akan dipakai dalam pengolahan data selanjutnya sedangkan aitem-aitem yang tidak valid, tidak dimasukkan ke pengolahan data selanjutnya. *Tryout* terpakai ini digunakan dengan pertimbangan lokasi sampel yang berjauhan serta waktu penelitian yang terbatas. Lokasi pengumpulan data adalah di Medan dan proses pengumpulan data berlangsung selama bulan Maret 2012.

### 3.6. Analisis Data

#### 3.6.1. Uji Kualitas Data

##### a. Uji Validitas

Uji validitas bertujuan untuk memastikan bahwa masing-masing pertanyaan akan terklarifikasi pada variabel-variabel yang telah ditentukan. Butir-butir pertanyaan akan mempunyai validitas tinggi apabila pertanyaan-pertanyaan

tersebut dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Untuk menguji validitas instrumen digunakan rumus *product moment* :

$$r = \frac{\sum xy - \left\{ \frac{\sum x}{N} \right\} \left\{ \frac{\sum y}{N} \right\}}{\sqrt{\left[ \frac{\sum x^2 - (\sum x)^2}{N} \right] \left[ \frac{\sum y^2 - (\sum y)^2}{N} \right]}}$$

Menurut Ghazali (2005), item pernyataan atau pertanyaan dinyatakan valid jika mempunyai nilai *r* hitung yang lebih besar dari *r* standar yaitu 0,3.

#### b. Uji Realibilitas.

Uji realibilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pengukuran yang telah dilakukan dalam penelitian ini dapat dipercaya atau diandalkan. Semakin tinggi reliabilitas suatu alat pengukur, semakin stabil pula alat pengukur tersebut untuk mengukur suatu gejala. Uji reliabilitas yang dipakai dalam penelitian ini ialah *alpha cronbach* ( $\alpha$ ).

Rumusnya adalah  $\alpha = \frac{k}{k-1} \left( 1 - \frac{\sum S^2_j}{S^2_x} \right)$

Menurut Ghazali (2005) sebuah variabel dikatakan reliabel apabila memiliki nilai *alpha cronbach* lebih besar dari 0,6.

### 3.6.2. Uji Normalitas

Suatu penelitian yang menggunakan model regresi membutuhkan uji normalitas untuk mengetahui apakah data yang digunakan berdistribusi normal atau tidak (Ghozali, 2005). Model regresi yang baik adalah distribusi data normal atau mendekati normal. Uji normalitas dapat dilakukan dengan grafik *Normal Probability Plot*, deteksi dengan melihat penyebaran data (titik) pada sumbu diagonal dari grafik. Dasar pengambilan keputusan:

- Jika data menyebar di sekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonal, maka model regresi memenuhi asumsi normalitas.
- Jika data menyebar jauh dari garis diagonal dan atau tidak mengikuti arah garis diagonal, maka model regresi tidak memenuhi asumsi normalitas.

### 3.6.4. Uji Hipotesis

Persamaan yang akan digunakan dalam pengujian hipotesis dalam penelitian ini

adalah: 
$$Y = \alpha + \beta_1 (X_1) + \beta_2 (X_2) +$$

Dimana:

Y = Prokrastinasi Akademik

$\alpha$  = konstanta

$\beta 1, \beta 2,$  = koefisien regresi

X1 = motivasi berprestasi

X2 = pola asuh orangtua

Pengujian hipotesis ini menggunakan model regresi linier berganda dengan menggunakan tingkat kesalahan (*alpha*) sebesar 5%.

a. Uji t

Uji statistik t pada dasarnya menunjukkan seberapa jauh pengaruh satu variabel independen (efikasi diri dan pola asuh demikrasi orangtua) secara individual untuk menerangkan variasi variabel dependen (prokrastinasi Akademik). Menurut Ghozali (2005) pengambilan keputusannya adalah jika probabilitas  $> 0,05$  artinya tidak terdapat pengaruh secara individual atau parsial antara variabel independen terhadap variabel dependen dan jika probabilitas  $< 0,05$  maka artinya terdapat pengaruh secara individual antara variabel independen terhadap variabel dependen.

b. Uji F

Uji statistik F pada dasarnya menunjukkan apakah semua variabel independen (efikasi diri dan pola asuh demikrasi orangtua) yang dimasukkan dalam model mempunyai pengaruh secara bersama-sama terhadap variabel dependen (prokrastinasi akademik). Dasar pengambilan keputusannya (Ghozali, 2005) adalah jika probabilitas  $> 0,05$  maka artinya tidak terdapat pengaruh secara bersama-sama antara variabel

independen terhadap variabel dependen dan jika probabilitas  $< 0,05$  maka artinya terdapat pengaruh secara bersama-sama antara variabel independen terhadap variabel



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien  $F_{reg} = 20,595$  dimana  $p > 0,05$ . Ini menandakan bahwa efikasi diri mempengaruhi prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.
2. Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara pola asuh orangtua dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien  $F_{reg} = 2,222$  dimana  $p < 0,05$ . Ini menandakan bahwa pola asuh orangtua mempengaruhi prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis kedua yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.
3. Namun berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan pola asuh orangtua dengan prokrastinasi akademik.

Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien  $F_{reg} = 10,511$  dimana  $p < 0,05$ . Ini menandakan bahwa efikasi diri dan pola asuh orangtua mempengaruhi prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis ketiga yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

## 5.2. Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain:

### a. Untuk Para Mahasiswa

Melihat ada hubungan yang negative antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik diharapkan agar para mahasiswa dalam menghadapi tugas-tugas kuliah memiliki keyakinan dirinya untuk dapat menyelesaikan segala tugas kuliah yang diberikan, sehingga tidak mengalami prokrastinasi akademik yang berdampak negative bagi diri mahasiswa itu sendiri. Mahasiswa juga harus mampu dalam menyelesaikan tugas sehingga tugas yang dikerjakan dapat selesai dengan tepat waktu.

### b. Saran kepada siswa kepada orangtua

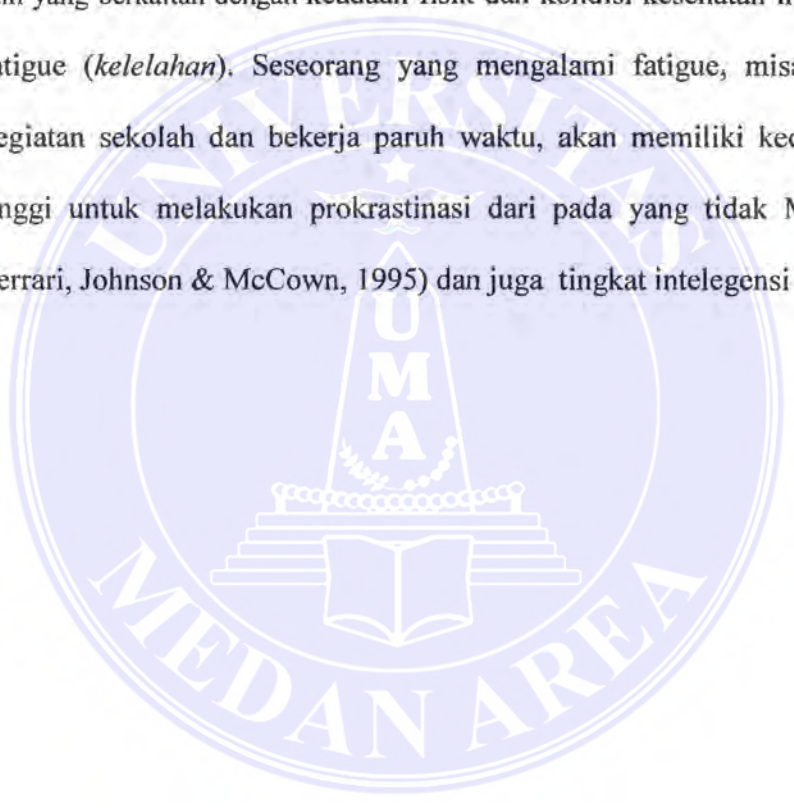
Bagi para mahasiswa sebaiknya selalu menjaga hubungan baik kepada orangtua, dengan cara terbuka dengan orangtua mengenai keluhan-keluhan yang dialami berhubungan dengan tugas-tugas akademik, dan tidak segan meminta bantuan orangtua jika ada kesulitan. Mengingat pentingnya peran asuh orangtua terhadap penurunan prokrastinasi



mahasiswa dan suksesnya akademis secara keseluruhan. Hubungan yang dekat antara anak dan orangtua perlu dijaga dan dikembangkan.

c. Saran Kepada Peneliti Berikutnya

Menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki kekurangan, maka disarankan pada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini untuk mengkaji factor-faktor lain yang berkaitan dengan keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya fatigue (*kelelahan*). Seseorang yang mengalami fatigue, misalnya banyaknya kegiatan sekolah dan bekerja paruh waktu, akan memiliki kecendrungan lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada yang tidak McCouwn,(dalam Ferrari, Johnson & McCown, 1995) dan juga tingkat intelegensi mahasiswa.



## DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, Reese L., & Adams N.E., Microanalysis of Action and Fear Arousal as a Function of Different Levels of Perceived Self Efficacy, Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 43. No. 1, 1982, 5-21.*
- Bandura, A., Perceived Self Efficacy in Cognitive Development and Functioning, American Psychologist, 28 (2), 1993, 117-148*
- Bandura, A., Perceived, 117-148. PARAMEDIA, Vol. 7, No. 3, Juli 2006 AbdulMuhid,dkk
- Bandura, Reese L., & Adams N.E., *Microanalysis*, 5-21.
- Bandura, Perceived, 117-148.
- Bandura. A. 1997. *Self Efficacy the Exercise of Control*, USA:Mc Graw Hill Companies
- Birner,L. 1994.Procrastination:It's Role in Tranference and Counter Transference. *Psychoanalytic Review*. Vol.80,No.4, 541-558
- Bruno,F.J.1998.*Stop Procarstinating! (terjemahan)*, Jakarta: PT.Gramedia
- Dyah Katarina, Korelasi antara Self Efficacy dengan Kinerja Tugas Karyawan Bagian Pengelasan di Divisi G.E. PT. PAL Indonesia Surabaya, (Surabaya: Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, 1993), 38. (12)*
- Ellisa Agustina, <http://www.indopos.co.id/idek.php> Retrieved 24 Januari 2012
- Ferrari, J. R., Keane, S., Wolf, R., & Beck, B. L. The antecedents, 199-215. Pada hasil survey majalah New Statement 26 Februari 1999 juga memperlihatkan bahwa kurang lebih 20 % sampai 70 % pelajar melakukan prokrastinasi. PARAMEDIA, Vol. 7, No. 3, Juli 2006 AbdulMuhid, dkk (1977), 234*
- <sup>2</sup>*Ferrari JR, Self Handicaping by Procrastinator, Projectingself esteem, social esteemor Both,? Jounal of research in Personality, 1991,25,254-261*

- <sup>3</sup>FerrariJR, Keane, S,Wolf, R,& Beck, B,L,*The Antecedents 199 -215,pada hasil survey majalah New Statement 20 Februari 1999*juga memperlihatkan kurang lebih 25% sampai 75% pelajar melakukan prokrastinasi
- Green, dalam Tuckman, B. W. *The development and concurrent validity of the Procrastination Scale. Educational and Psychological Measurement, 51, 1991, 473-480.*
- Green L,1982, *Minority studen't self control of procrastination, jurnal of couselling psycologi.*
- Gist, *Self Efficacy, 156.*
- Hadi S. 1990. *Metode research.* Penerbit Andi Offset
- Mitchell, T.R., Hopper, H., Daniels, D., Falvy, J.G., & James, L. R., *Predicting self Efficacy and Performance During Skill Acquistion, Journal of applied Psychology, Vol. 79, No. 4, 1994, 506-507.*
- Milgram, N. 1991. *Procrastination.* Encyclopedy of Human Biology. New York: Academic Press.
- Moore, Wendy. 2006. *Student Stress.* [http://www.channel4.com/health/microsites/0-9/4health/stress/syp\\_student.html](http://www.channel4.com/health/microsites/0-9/4health/stress/syp_student.html)
- Nelson Jones, dalam Lee, C. & Bobko P., *Self Efficacy Beliefs: Comparasion of Five Measures, Journal of Applied Psychology, Vol. 79. no. 6, 1994, 819-825. PARAMEDIA, Vol. 7, No. 3, Juli 2006*
- Nainggolan S W R. 2010, *Hubungan antara Self Efficacy dengan prokrastinasi Akademik pada siswa di SMA Advent Air Bersih Medan (Skripsi tidak diterbitkan) Medan, Universitas Medan Area.*
- Rina Wulandari, 2009, *Hubungan antara Persepsi terhadap Pola Asuh Demokratis Orangtua dengan Komunikasi Interpersonal pada Remaja Siswa-siswi SLTP 1 Kec. Air Putih Kab. Batu Bara*
- Nugraha Sari Putri Haraham, 2011, *Hubungan antara perilaku Jatuh Cinta dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Negeri 11 Medan.*

Schunk, *Introduction to the Section on Motivation and Efficacy, Journal of Educational Psychology*, 82 (1), 1990, 3-6. 11 Bandura, Reese L., & Adams N.E.,

*Microanalysis of Action and Fear Arousal as a Function of Different Levels of Perceived Self Efficacy, Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 43, No. 1, 1982, 5-21

Solomon L J, & Burka, J Ellis < Albert William J, *Overcomming Procrastination* (New York Signets Books,

Sumarsono, Sonny H.M. 2004. *Metode Riset Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung : CV.Afabeta.

<http://id.shvoong.com/social-sciences/psychology/2177371-aspek-aspek-self-efficacy-dan/#ixzz1mT6GfTYY> diakses Februari 2012

