

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI
KEPERAWATAN YANG SEDANG MENYUSUN
SKRIPSI DI STIKES BHAKTI KENCANA
BANDUNG**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Melakukan Sidang Skripsi dan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan

ADILAH AGHNIYA GHAI DA

AK.1.15.058



**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA**

2019

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI
KEPERAWATAN YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI
DI STIKES BHAKTI KENCANA BANDUNG**

NAMA : ADILAH AGH Nia GH AIDA

NPM : AK.1.15.058

Telah Disetujui Untuk Diajukan Pada Sidang Skripsi

Program Studi Sarjana Keperawatan

Universitas Bhakti Kencana Bandung

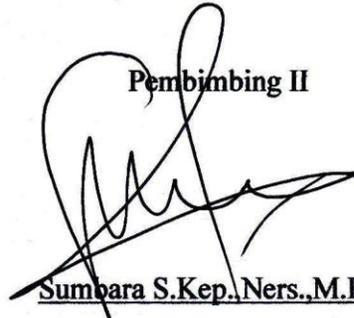
Menyetujui :

Pembimbing I



Rizki Muliani S.Kep.,Ners.,M.M

Pembimbing II



Sumbara S.Kep.,Ners.,M.Kep

Universitas Bhakti Kencana Bandung

Program Studi Sarjana Keperawatan

Ketua,



Lia Nurlianawati, S.Kep., Ners., M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI
KEPERAWATAN YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI
DI STIKES BHAKTI KENCANA BANDUNG**

NAMA : ADILAH AGHНИЯ GHADA

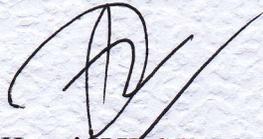
NPM : AK.1.15.058

Skripsi ini telah dipertahankan dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan
Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas
Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung

Pada 10 Agustus 2019

Mengesahkan :

Penguji I



Nur Intan Hayati H.K, S.Kep.,Ners.,M.Kep

Penguji II



R. Siti Jundiah, S.Kp., M.Kep

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung

Dekan,



R. Siti Jundiah, S.Kp., M.Kep

PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Adilah Aghnia Ghaida
NIM : AK.1.15.058
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung.

Menyatakan:

1. Hasil penelitian yang saya lakukan ini adalah asli yang digunakan untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan di Universitas Bhakti Kencana
2. Hasil penelitian ini adalah karya tulis ilmiah yang murni dan bukan hasil plagiat atau jiplakan, serta asli dari ide dan gagasan saya sendiri sebagai peneliti tanpa bantuan dari pihak lain kecuali arahan dan bimbingan.

Demikian pernyataan ini saya sampaikan. Saya siap menerima resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran etika keilmuan dalam karya saya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian penelitian saya.

Bandung, Juli 2019

Yang membuat pernyataan



(Adilah Aghnia Ghaida)

NIM : AK115058

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir diharapkan dapat menyesuaikan diri dengan kesulitan-kesulitan yang dihadapi selama proses penyusunan skripsi seperti kesulitan mencari literatur, kesulitan menetapkan judul dan takut menemui dosen pembimbing. Hal ini dapat menjadikan mahasiswa mengalami penundaan dalam mengerjakan skripsinya atau biasa disebut dengan prokrastinasi, prokrastinasi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah efikasi diri. Efikasi diri merupakan keyakinan mengenai kemampuan dirinya dalam mengerjakan tugas akhir untuk mencapai hasil yang diinginkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung. Jenis penelitian menggunakan deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sample 40 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ditentukan dengan cara "*accidental sampling*". Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Self-Efficacy* yang sebelumnya telah dilakukan uji validitas dan realibitas dengan nilai sebesar 0,971 dan untuk kuesioner prokrastinasi akademik memiliki nilai realibitas 0,957 serta dilakukan analisis secara bivariat menggunakan uji statistik *Spearman Rank*. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa (67,5%) memiliki efikasi diri rendah, dan sebagian besar mahasiswa (52,5%) memiliki prokrastinasi akademik sedang. Hasil penelitian didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,002$ pada $\alpha = 0,050$ dengan hasil korelasi koefisien $-0,473$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sedang antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil penelitian ini, institusi diharapkan dapat membimbing dan memotivasi mahasiswa sebagai sarana untuk meminimalisir beban selama proses penyusunan skripsi.

Kata Kunci : Efikasi diri, Prokrastinasi akademik, Skripsi

Daftar pustaka : 18 Buku

8 Jurnal

ABSTRACT

Students in the final year are expected to adjust themselves to the difficulties encountered during the final report preparation process such as the difficulty in finding literature, determine the titles and fear of meeting with supervisors. This case can make the students experience in delaying their final report or generally referred to procrastination. It can be influenced by several factors; one of the examples is self-efficacy. Self-efficacy is a belief about his ability to accomplish the final report to achieve the expected results. The purpose of this research is to identify the relationship between self-efficacy with academic procrastination towards students nursing program who are preparing their final report at STIKes Bhakti Kencana Bandung. The type of research uses descriptive correlative with cross sectional approach. The numbers of samples are 40 students who are preparing their final report which determined by "accidental sampling". Data collection was conducted by using a Self-Efficacy questionnaire that had previously been tested for validity and reliability with a value as many as 0.971 and for the academic procrastination questionnaire had a reliability value as many as 0.957 as well as a bivariate analysis used the Spearman Rank statistical test. The result showed that most of the student (67.5%) had low self-efficacy, and some other (52.5%) had moderate academic procrastination. The results obtained $p\text{-value} = 0.002$, at $\alpha = 0.050$ with the results of the correlation coefficient as many as -0.473 . It concludes that there is a moderate relationship between self-efficacy and academic procrastination. Based on the results, the institution is expected to be able to guide and motivate students as a medium to minimize the burden during the process of final report preparation.

Keywords : Self-efficacy, Academic Procrastination, Thesis

Bibliography : 18 Books

8 Journal

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT serta sholawat dan salam semoga tercurah limpah kepada Nabi besar Muhammad SAW, karena atas karunia dan hidayah-Nya penulis masih diberi kekuatan dan pikiran sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Hubungan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung”**. Pada penelitian ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih serta penghargaan yang sebesar-besarnya terutama kepada:

1. H.Mulyana, SH, M.Pd.,MH.Kes selaku Ketua Yayasan Adhi Guna Kencana Universitas Bhakti Kencana
2. Dr. Entris Sutrisno, MH.Kes.,Apt selaku Rektor Universitas Bhakti Kencana
3. Rd.Siti Jundiah, S.Kp.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
4. Lia Nurlianawati, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Prodi Sajana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana.
5. Rizki Muliani S.Kep., Ners., M.M selaku Pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktunya dalam memberikan arahan, masukan dan motivasi yang berharga kepada penulis

6. Sumbara S.Kep., Ners., M.Kep selaku Pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktunya dalam memberikan arahan, masukan dan motivasi yang berharga kepada penullis
7. Seluruh Dosen, Staf pengajar dan karyawan Universitas Bhakti Kencana yang telah banyak memberikan wawasan dan segala bentuk dukungan hingga skripsi ini selesai
8. Kepada kedua orangtua dan seluruh keluarga besar yang telah memberikan do'a yang tidak akan pernah putus serta senyum tulus yang selalu mereka berikan senantiasa menjadi penyemangat bagi penulis.
9. Kepada semua sahabat khususnya (Opa, Ayu, Vinny, April, Aflah, Syahru, Bobi, Nurul, Syifa, Intan Tia) dan kepada teman-teman seperjuangan Prodi S1 Keperawatan angkatan tahun 2015 beserta adik tingkat serta kaka tingkat terimakasih atas semua dukungan dan bantuan yang telah diberikan

Semoga amal baik dari semua pihak mendapatkan pahala dari Allah SWT, semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca sehingga peneliti dapat memperbaiki dalam proses penelitian selanjutnya.

Bandung, Juli 2019

Penulis

Adilah Aghnia Ghaida

DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PERSETUJUAN

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR BAGAN.....	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR SINGKATAN.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan.....	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9

BAB II TINJAUAN TEORI

2.1 Konsep Skripsi	11
2.1.1 Definisi Skripsi	11
2.1.2 Hambatan-Hambatan dalam penyusunan skripsi.....	12
2.2 Konsep Prokrastinasi Akademik	13

2.2.1 Definisi Prokrastinasi Akademik.....	13
2.2.2 Klasifikasi Prokrastinasi	14
2.2.3 Jenis-jenis tugas prokrastinasi akademik.....	15
2.2.4 Ciri-ciri prokrastinasi akademik.....	16
2.2.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik	18
2.2.6 Komponen prokrastinasi akademik	21
2.2.7 Dampak prokrastinasi akademik.....	22
2.3 Konsep Efikasi Diri	23
2.3.1 Definisi Efikasi diri.....	23
2.3.2 Aspek-aspek efikasi diri	24
2.3.3 Fungsi efikasi diri	25
2.3.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri	26
2.4 Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik	28

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain penelitian	33
3.2 Paradigma penelitian	33
3.3 Hipotesa penelitian	36
3.4 Variabel penelitian	36
3.4.1 Variabel <i>independen</i>	36
3.4.2 Variabel <i>dependen</i>	36
3.5 Definisi konseptual dan operasional	37
3.5.1 Definisi konseptual	37
3.5.2 Definisi operasional	38

3.6 Populasi dan sample	39
3.6.1 Populasi penelitian.....	39
3.6.2 Sample penelitian.....	39
3.7 Pengumpulan data	41
3.1.1 Sumber data	41
3.7.2 Teknik pengumpulan data.....	41
3.7.3 Instrumen penelitian	42
3.7.4 Uji validitas dan reabilitas	43
3.8 Langkah-langkah penelitian	46
3.8.1 Tahap persiapan	46
3.8.2 Tahap pelaksanaan penelitian.....	46
3.8.3 Tahap akhir	47
3.9 Pengolahan data.....	47
3.10 Analisa data.....	48
3.11 Etika penelitian	52
3.12 Lokasi dan waktu penelitian	54

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	55
4.1.1 AnalisaUnivariat.....	55
4.1.2 Analisa Bivariat	56
4.2 Pembahasan	57
4.2.1 Gambaran Efikasi diri.....	57
4.2.2 Gambaran Prokrastinasi Akademik	60

4.2.3 Hubungan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa program Studi Keperawatan yang sedang menyusun Skripsi di STIKes Bhakti Kencana Badung.....	62
--	----

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan	66
5.2 Saran.....	66

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR BAGAN

	Halaman
2.1 Kerangka konsep	32
3.1 Kerangka Penelitian	35

DAFTAR TABEL

	Halaman
3.1 Definisi Operasional.....	38
3.2 Penskoran Alternative Jawaban Skala <i>Self-Efficacy</i>	42
3.3 Penskoran Alternative Jawaban Skala Prokrastinasi Akademik	43
3.4 Interpretasi Nilai r Realibilitas.....	45
3.5 Rumus Kategorisasi Skor	49
3.6 Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi	52
4.1 Distribusi Frekuensi Efikasi Diri pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan yang sedang menyusun Skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung	55
4.2 Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung	56
4.3 Analisis Hubungan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan yang sedang Menyusun Skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung	56

DAFTAR SINGKATAN

ACC (*Accepted*)

APS (*Academic Procrastination Scale*)

BAAK (Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan)

DO (*Drop Out*)

GSE (*General Self Efficacy*)

IPK (Indeks Prestasi Kumulatif)

PBL (Praktek Belajar Lapangan)

PPM (*Pearson Product Moment*)

PTN (Perguruan Tinggi Negri)

PTS (Perguruan Tinggi Swasta)

S1 (Strata-1)

STIKes (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan)

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Pengantar Penelitian

Surat Uji Etik

Lampiran 2 : Lembar *Informed Consent*

Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lembar Instrumen Efikasi Diri

Lembar Instrumen Prokrastinasi Akademik

Lampiran 3 : Lembar bimbingan

Lampiran 4 : Analisa Univariat dan Bivariat

Lampiran 5 : Persyaratan Sidang

Lampiran 6 : Lembar Bukti Menjadi Oponen

Lampiran 7 : Riwayat hidup

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Mahasiswa harus mengikuti berbagai syarat untuk menyelesaikan pendidikannya di Universitas, salah satu dari berbagai syarat tersebut adalah menyelesaikan skripsi. Menurut Effendy (2016) skripsi adalah bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademis berupa karya ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa yang biasa disebut sebagai laporan penelitian. Penulisan pada skripsi juga merupakan syarat lulus mendapatkan gelar sarjana di setiap Perguruan Tinggi Negeri (PTN) maupun Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Indonesia.

Skripsi merupakan syarat kelulusan di perguruan tinggi, namun banyak mahasiswa tingkat akhir yang mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi. Kesulitan yang sering dihadapi diantaranya dalam menetapkan dan mencari judul, kesulitan mencari literatur dan referensi, dana yang terbatas, atau takut menemui dosen pembimbing. Kesulitan-kesulitan tersebut akhirnya dapat menyebabkan stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, dan menunda dalam penyusunan skripsi. Hal ini tentu saja dapat merugikan mahasiswa yang bersangkutan mengingat bahwa skripsi merupakan tahap yang paling menentukan dalam mencapai gelar akademik (Hariwijaya, 2017). Berbagai kesulitan dalam proses penyelesaian skripsi tersebut biasanya menjadi sebuah masalah pada mahasiswa untuk memulai tugasnya bahkan sampai menunda-nunda untuk mengerjakan skripsinya.

Mahasiswa yang menunda-nunda dalam mengerjakan tugas skripsinya dapat disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas akademik seperti menyusun laporan, mengerjakan tugas dan menyiapkan diri untuk tes atau ujian. Perilaku prokrastinasi akademik dapat diukur dengan menghitung hari keterlambatan atau dapat diartikan sebagai kesenjangan antara harapan dan kenyataan dalam memulai mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugas akademik (Hidayah, 2014).

Hidayah (2014) menjelaskan bahwa perilaku prokrastinasi akademik terjadi sebagai suatu respon terhadap suasana kehidupan modern yang penuh dengan godaan. Stimulus yang dapat membuat mahasiswa menunda untuk mengerjakan tugas akademik dapat disebabkan karena suasana yang terlalu bising, dan gangguan telepon genggam contohnya *videogame*. Peserta didik yang memiliki kendali dirinya rendah, dapat mudah teralih perhatiannya dari kewajiban mengerjakan tugas kepada kegiatan yang tidak penting namun menyenangkan. Di sisi lain, prokrastinasi akademik sering terjadi karena peserta didik meniru perilaku teman sebayanya atau orang lain yang sering melakukan hal yang sama. Misalnya ketika seorang peserta didik mendapatkan informasi bahwa temannya belum mengerjakan tugas, maka ia ikut menunda mengerjakan tugas.

Penelitian di Amerika Utara menggambarkan keadaan pendidikan yaitu kira-kira 70% pelajar memunculkan prokrastinasi. Prokrastinasi ini memiliki dampak negative yaitu, prokrastinasi dapat menciptakan masalah eksternal seperti menunda dalam mengerjakan tugas akan mendapatkan peringatan dari guru, dan

prokrastinasi menimbulkan masalah internal seperti merasa bersalah atau menyesal (Burka & Yuen, 2008). Dalam penelitian Triyono (2018) tentang dampak dan solusi pada prokrastinasi akademik ditemukan hasil bahwa prokrastinasi akademik juga memiliki dampak psikis berupa gangguan emosi negatif seperti cemas dan stres. Kecemasan menyebabkan kegelisahan karena ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, sedangkan stres terjadi dalam situasi tekanan ketika tidak mampu memenuhi keinginan contohnya tekanan untuk naik kelas, rendahnya prestasi yang diperoleh, dan banyak tugas.

Menurut Burka & Yuen (2008), tingkah laku prokrastinasi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain: konsep diri, tanggung jawab, keyakinan diri, kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, kesulitan dalam mengambil keputusan, kurangnya tuntutan dari tugas, standar yang terlalu tinggi mengenai kemampuan individu dan pemberontakan terhadap dari kontrol figur otoritas. Burka & Yuen (2008) juga menjelaskan bahwa prokrastinasi terjadi karena tugas-tugas yang menumpuk terlalu banyak dan semua harus dikerjakan dengan segera sehingga menyebabkan ada beberapa tugas yang tertunda. Berdasarkan penjelasan diatas, salah satu faktor prokrastinasi dapat disebabkan oleh keyakinan diri atau biasa disebut dengan efikasi diri atau *self-efficacy*.

Pada penelitian Yurni (2014) tentang hubungan antara efikasi diri dan konsep diri akademik dengan prestasi belajar mahasiswa FKIP UNBARI menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan konsep diri dengan prestasi belajar. Mean empirik efikasi diri diperoleh sebesar 3.98, ini berarti pada saat dilakukan penelitian efikasi diri mahasiswa rata-rata

berada pada kategori tinggi. Sedangkan mean empirik konsep diri diperoleh sebesar 3.40 berada pada rata-rata sedang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan salah satu motif untuk belajar, keyakinan yang kuat akan kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa dalam mengatasi persoalan belajarnya sudah tentu mempengaruhi prestasi belajar.

Rachmawati (2014) melakukan penelitian tentang hubungan efikasi diri terhadap tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret menunjukkan terdapat hubungan negatif sebesar -0,684 yang memiliki makna bahwa terdapat korelasi linier negatif kuat antara variabel *self-efficacy* dengan kecemasan mahasiswa, artinya semakin tinggi tingkat *self-efficacy* mahasiswa akan semakin menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *self-efficacy* mahasiswa akan semakin meningkatkan kecemasan mahasiswa, maka efikasi diri merupakan hal yang penting untuk diperhatikan khususnya bagi para mahasiswa.

Efikasi diri secara umum diartikan sebagai suatu keyakinan akan kemampuan diri seseorang dalam melakukan serangkaian tindakan yang sesuai untuk mencapai suatu hasil yang diharapkan. Keyakinan tersebut merupakan rasa percaya terhadap kemampuan diri sehingga mampu mendorong seseorang untuk meraih segala sesuatu yang diinginkannya. Aspek efikasi diri menurut Bandura terdiri dari *level, generality, dan strenght* (Bandura dalam Ghufron, 2017).

Liza (2018) melakukan penelitian tentang hubungan regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa memperlihatkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara regulasi

diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi diri dan efikasi diri maka tingkat prokrastinasi akan rendah dan jika tingkat regulasi diri dan efikasi diri rendah maka tingkat prokrastinasi akan tinggi. Sumbangan efektif regulasi diri dan efikasi diri terhadap prokrastinasi sebesar 14,7% atau 85,30% prokrastinasi dipengaruhi oleh variabel lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Irawati (2015) tentang hubungan antara kesadaran diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,564$. Ivana (2016) melakukan penelitian yang sama pada mahasiswa psikologi Universitas Kristen Satya Wacana dengan menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik dengan nilai $r = -0,643$. Artinya semakin tinggi *self-efficacy* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik.

Penelitian yang berbeda dari sebelumnya adalah pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Skripsi merupakan syarat kelulusan di perguruan tinggi, namun banyak mahasiswa tingkat akhir yang mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi. Kesulitan-kesulitan tersebut akhirnya dapat menyebabkan stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, dan menunda dalam penyusunan skripsi (Hariwijaya, 2017). Penelitian yang dilakukan menggunakan metode korelasi dengan instrumen kuesioner *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa STIKes Bhakti Kencana Bandung Program Studi S1 keperawatan angkatan 2015 yang sedang menyusun skripsi teridentifikasi bahwa 6 dari 10 orang yang telah dilakukan wawancara mengatakan masih suka menunda-nunda dalam mengerjakan tugas skripsinya yang disebabkan karena merasa tidak yakin bisa untuk mencoba memulai mengerjakannya, karena takut gagal, dan takut tidak di ACC judul. 2 orang mengatakan sering menunda mengerjakan tugas skripsinya karena sulit mencari referensi sehingga banyak waktu yang digunakan untuk mencari referensi yang cocok. dan 2 orang lagi mengatakan terkadang mengerjakan tugasnya sesuai dengan suasana hati, apabila suasana hatinya sedang bagus dan semangat maka tugasnya akan segera dikerjakan dan apabila suasana hatinya sedang tidak bagus maka tugas tersebut akan sedikit terbengkalai.

Dari hasil data kelulusan dalam 3 tahun terakhir di STIKes Bhakti Kencana Bandung didapatkan beberapa mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan yang belum lulus. Pada tahun angkatan 2012 terdapat 5 dari 88 orang mahasiswa (5,6%) yang belum lulus, tahun angkatan 2013 terdapat 10 dari 110 orang mahasiswa (9%) yang belum lulus, dan pada tahun angkatan 2014 terdapat 10 dari 85 orang mahasiswa (11,7%) yang juga belum lulus. Sehingga apabila dijumlahkan dalam 3 tahun terakhir terdapat 25 orang mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan yang belum lulus.

Berdasarkan hasil perbandingan antar Prodi di STIKes Bhakti Kencana Bandung terkait dengan jumlah mahasiswa yang belum lulus selama 3 tahun terakhir didapatkan bahwa Program Studi keperawatan memiliki hasil terbanyak

yaitu sebesar 26,3%, sedangkan untuk Prodi D3 Keperawatan mendapatkan hasil 2,5%, Prodi Kesehatan Masyarakat mendapatkan hasil 8.7%, dan untuk Prodi D3 Kebidanan mendapatkan hasil 6,6%. Menurut salah satu staf BAAK, mahasiswa yang lulusnya tidak tepat waktu biasanya disebabkan karena adanya hambatan dalam administrasi, bermasalah dalam nilai dan juga mahasiswanya yang susah dalam menjalankan bimbingan.

Hasil wawancara yang telah dilakukan dengan ketua Prodi S1 Keperawatan STIKes Dharma Husada Bandung menjelaskan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sering melakukan prokrastinasi. Biasanya mahasiswa dapat berkomitmen dengan dirinya sendiri untuk menyelesaikan tugas ataupun revisiannya sesuai dengan *deadline* yang telah ditentukan, tetapi ada juga beberapa mahasiswa yang telat dalam menyelesaikan revisiannya dikarenakan sibuk dengan kegiatan PBL. Pada mahasiswa STIKes Dharma Husada Bandung yang sedang menyusun skripsi teridentifikasi bahwa 5 dari 10 orang mengatakan apabila dirinya sedang tidak yakin, biasanya selalu ragu untuk memulai kembali dalam mengerjakan tugas skripsinya. 2 orang mengatakan apabila telah bimbingan dan mendapatkan revisi, mereka langsung mengerjakannya karena ingin segera beres. Dan 3 orang mahasiswa mengatakan, apabila temannya sedang mengerjakan tugas skripsinya maka dia selalu ikut mengerjakan, tapi apabila temannya memilih untuk main daripada mengerjakan tugas revisiannya maka dia juga ikut main dan menunda untuk mengerjakan tugas skripsinya. Menurutnya, hal yang menyebabkan rasa tidak yakin itu disebabkan oleh kesulitan dalam mencari referensi, kurang memahami hasil revisian dan kesulitan dalam membagi waktu dengan PBL.

Dari hasil data kelulusan dalam 3 tahun terakhir mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan di STIKes Dharma Husada Bandung didapatkan beberapa mahasiswa yang lulus tepat waktu dan tidak tepat waktu, tetapi dalam 2 tahun kebelakang semua mahasiswa S1 Keperawatan sudah lulus dan terdapat 9 dari 91 orang mahasiswa (9,8%) angkatan 2014 yang belum lulus dikarenakan bermasalah dalam nilai juga hambatan dalam menjalankan bimbingannya.

Berdasarkan fenomena diatas, penelitian ini perlu dilakukan karena adanya beberapa mahasiswa yang masih melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas skripsinya. Prilaku prokrastinasi tersebut biasanya dapat timbul karena beberapa faktor, salah satunya dapat disebabkan oleh efikasi diri. Maka, peneliti tertarik untuk mengetahui tentang hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis ingin mengetahui apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi efikasi diri pada mahasiswa Program Studi Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung
2. Mengidentifikasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung
3. Menganalisis hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Secara teoritis

1. Bagi pengembangan ilmu keperawatan
Hasil data dari penelitian dapat dijadikan sebagai suatu pengetahuan serta informasi tentang efikasi diri dan prokrastinasi akademik mahasiswa
2. Bagi institusi STIKes Bhakti Kencana Bandung
Hasil dari penelitian dapat dijadikan sebagai sumber pengetahuan serta informasi khususnya tentang efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi institusi STIKes Bhakti Kencana Bandung
Hasil penelitian ini dapat menjadikan masukan dimana sebagai institusi pendidikan harus memperhatikan masalah yang dialami mahasiswanya pada saat penyusunan skripsi dan dosen pembimbing dapat memberikan

support maupun motivasi dalam proses bimbingan kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

2. Bagi mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi mahasiswa untuk mengetahui pentingnya keyakinan akan kemampuan yang dimiliki dalam menyusun skripsi

3. Bagi perawat

Dapat menambah pengetahuan mengenai efikasi diri dan prokrastinasi akademik bahwa memiliki efikasi diri yang tinggi dapat membantu perawat dalam melaksanakan tugas dan peran perawat sebagai motivator sehingga lebih siap dan yakin dalam menghadapi setiap tuntutan dan tugas, tidak cepat putus asa dan optimis.

4. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data dasar dalam penelitian berikutnya, juga diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan melengkapi kekurangan pada penelitian ini.

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1 Konsep skripsi

2.1.1 Definisi skripsi

Menurut Effendy (2016) skripsi adalah bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademis berupa karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa yang biasa disebut sebagai laporan penelitian.

Skripsi merupakan syarat lulus mendapatkan gelar sarjana pada program studi S1 (strata satu) di setiap PTN maupun PTS di Indonesia. Setiap skripsi haruslah memenuhi kriteria penulisan ilmiah, karya tulis itu disusun berdasarkan hasil penelitian, dan penelitian yang berkualitas adalah penelitian yang dilaksanakan menurut ketentuan metode penelitian. Skripsi yang baik berisi uraian yang bersifat deskriptif dan analitik. Dinyatakan uraian deskriptif apabila mampu menjelaskan pada fakta atau argumen yang kuat dan relevan, dan dinyatakan bersifat analitik apabila isi uraian mampu menganalisis unsur-unsur penting dari apa yang sedang dibahasnya menurut pemikiran yang logis. Tulisan ilmiah ini bertujuan untuk memecahkan satu masalah pokok. Oleh karena itu, masalah pokok yang dibahas dalam skripsi harus jelas baik bagi penulis maupun bagi pembacanya (Suardi, 2018).

Skripsi sering sekali menjadi suatu hal yang menakutkan bagi sebagian mahasiswa, padahal sebenarnya skripsi adalah perwujudan dari segala pembelajaran yang telah dilalui selama kuliah lalu diaplikasikan dalam bentuk penelitian. Laporan penelitian skripsi dapat ditulis berdasarkan hasil

penelitian, kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan melalui tahap perencanaan, pelaksanaan dan penyusunan laporan hasil penelitian. Penulisan dari skripsi memiliki tujuan untuk memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa dalam menyelesaikan masalah secara ilmiah, dengan cara melakukan penelitian, menganalisis dan menarik kesimpulan, serta menyusun menjadi bentuk karya ilmiah (Derry, 2006).

2.1.2 Hambatan-hambatan dalam penyusunan skripsi

Skripsi merupakan syarat kelulusan di perguruan tinggi, namun banyak mahasiswa tingkat akhir yang mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi. Kesulitan yang sering dihadapi diantaranya dalam menetapkan dan mencari judul, kesulitan mencari literatur dan referensi, dana yang terbatas, atau takut menemui dosen pembimbing. Kesulitan-kesulitan tersebut akhirnya dapat menyebabkan stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, dan menunda dalam penyusunan skripsi. Hal ini tentu saja dapat merugikan mahasiswa yang bersangkutan mengingat bahwa skripsi merupakan tahap yang paling menentukan dalam mencapai gelar akademik (Hariwijaya, 2017). Berbagai kesulitan dalam proses penyelesaian skripsi tersebut biasanya menjadi sebuah masalah pada mahasiswa untuk memulai tugasnya bahkan sampai menunda-nunda untuk mengerjakan skripsinya. Mahasiswa yang menunda-nunda dalam mengerjakan skripsinya dapat disebut dengan prokrastinasi akademik.

2.2 Konsep prokrastinasi akademik

2.2.1 Definisi prokrastinasi akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran *crastinus* yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya (Ghufron, 2017). Menurut Burka & Yuen (2008) kata prokrastinasi ditulis dalam *American College Dictionary* yang memiliki arti menangguhkan tindakan untuk melaksanakan tugas dan tugas tersebut akan dilaksanakan pada lain waktu.

Ferrari dkk menyimpulkan bahwa pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, antara lain (1) prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan suatu tugas disebut sebagai prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan (2) prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu yang mengarah kepada trait (sifat), penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, biasanya disertai oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional (3) prokrastinasi sebagai suatu trait kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan saja, tetapi merupakan trait yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.

Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa yang disebut dengan prokrastinasi adalah penundaan yang sudah menjadi sebuah kebiasaan yang selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas, dan biasanya penundaan itu didasari dengan adanya keyakinan yang irasional dalam memandang tugas.

2.2.2 Klasifikasi prokrastinasi

Ferrari dalam Ghufron (2017) membagi prokrastinasi menjadi dua, yakni:

1. *Functional procrastination*

Yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat

2. *Disfunctional procrastination*

Yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek, dan menimbulkan masalah. Ada dua bentuk prokrastinasi yang disfunctional berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan, yaitu *decisional procrastination* dan *avoidance procrastination*.

1) *Decisional procrastination*

Adalah suatu penundaan dalam mengambil keputusan. Prokrastinasi dilakukan sebagai suatu bentuk coping yang digunakan untuk menyesuaikan diri dalam perbuatan keputusan pada situasi-situasi yang dipersepsikan penuh stres. Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu sehingga akhirnya seseorang menunda untuk memutuskan masalah. *Decisional*

procrastination berhubungan dengan kelupaan dan kegagalan proses kognitif. Akan tetapi, tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegasi seseorang.

2) *Avoidance procrastination* (penghindaran) atau *behavioral procrastination* (perilaku)

Adalah suatu penundaan dalam perilaku yang tampak. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit dilakukan. Prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan yang akan mendatang. *Avoidance procrastination* berhubungan dengan tipe *self presentation*, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang, dan *impulsiveness*.

2.2.3 Jenis-jenis tugas prokrastinasi akademik

Solomon dan rothblum dalam Ghufron (2017) menyebutkan enam area akademik untuk melihat jenis-jenis tugas yang sering diprokrastinasi oleh pelajar, yaitu tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, kerja administratif, menghadiri pertemuan, dan kinerja akademik secara keseluruhan.

1. Tugas mengarang meliputi penundaan melaksanakan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, skripsi, laporan atau tugas mengarang lainnya.

2. Tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester, akhir semester, atau ulangan mingguan.
3. Tugas membaca meliputi adanya penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan
4. Kerja tugas administratif, seperti menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran, daftar peserta praktikum, dan sebagainya.
5. Menghadiri pertemuan, yaitu penundaan maupun keterlambatan dalam menghadiri pelajaran, praktikum, dan pertemuan-pertemuan lainnya.
6. Penundaan dalam kinerja akademik secara keseluruhan, yaitu menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan

2.2.4 Ciri-ciri prokrastinasi akademik

Ferrari dalam Ghufron (2017) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dari ciri-ciri tertentu. Berikut ini adalah keterangannya

1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan. Akan tetapi, dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikannya sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Orang yang mengerjakan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Selain itu juga, melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi akademik.

3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri. Akan tetapi, ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas sesuai rencana.

4. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya. Akan tetapi, menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan-jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

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

2.2.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik

Menurut Burka & Yuen (2008), terbentuknya perilaku prokrastinasi dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain: konsep diri, tanggung jawab, keyakinan diri, kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, kesulitan dalam mengambil keputusan, kurangnya tuntutan dari tugas, standar yang terlalu tinggi mengenai kemampuan individu, dan pemberontakan terhadap kontrol dari figur otoritas.

1. Konsep diri

Setiap orang bersikap sesuai dengan konsep dirinya bila orang tersebut mempunyai konsep diri yang positif, maka akan bersikap mampu atau

memiliki kemampuan untuk mengatasi masalahnya sendiri. Konsep diri yang negatif dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi akademik.

2. Tanggung jawab

Seseorang yang memiliki tanggung jawab akan mempertanggung jawabkan akibat dari tingkah laku, hasil pekerjaan atau tugas-tugasnya. Karena tanggung jawab merupakan kesadaran diri akan menerima konsekuensi hasil dari apa-apa yang dikerjakan. Tanggung jawab juga berarti sadar akan kewajibannya. Tanggung jawab bersifat kodrati, yaitu sudah menjadi bagian kehidupan manusia sejak kecil.

3. Keyakinan diri

Kurang yakin terhadap kemampuan yang dimiliki merupakan alasan untuk menunda-nunda. Apabila seseorang telah meyakini kemampuan dirinya dan sanggup untuk mengembangkannya, maka ia akan bangga menerima kondisi dirinya tanpa membanding-bandingkan dengan orang lain.

4. Kecemasan

Rasa cemas disebabkan oleh rasa khawatir atau takut yang berlebihan, kekhawatiran tersebut dapat muncul dari pemikiran irasional atau dari rasa trauma. akibatnya, seseorang yang mengalami kecemasan menjadi tidak fokus dalam mengerjakan tugasnya.

5. Kesulitan dalam mengambil keputusan

Seseorang terkadang mengalami kesulitan untuk mengambil keputusan tugas mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu atau bagaimana cara penyelesaian dalam suatu tugas. Kesulitan tersebut mendorong seseorang untuk mengganti penyelesaian tugas dengan aktivitas yang menyenangkan, namun kurang bermanfaat. Prokrastinator yang memiliki sikap pasif kurang mampu untuk mengambil keputusan secara tepat.

6. Kurangnya tuntutan dari tugas

Kurangnya tuntutan yang dimaksud disini dapat dilihat dalam pemberian *punishment*. Ketika mahasiswa mengumpulkan tugasnya terlambat dan dosen tidak memberikan *punishment* (hukuman), maka mahasiswa tersebut cenderung akan mengulangi perilakunya lagi. Ketika hal itu terjadi terus-menerus, prokrastinasi dapat terbentuk sebagai perilaku maladaptif.

7. Standar yang terlalu tinggi mengenai kemampuan individu

Seseorang yang perfeksionis akan mematok standar tujuannya terlalu tinggi dan mempunyai ambisi yang berlebihan. apabila mahasiswa mengalami perfeksionis, dampaknya terlihat pada saat mereka mengerjakan tugas. Ada mahasiswa yang mengumpulkan bahan atau data sampai lengkap baru mengerjakan. Ada pula mahasiswa yang selalu merasa kurang puas terhadap hasil yang telah dikerjakannya. Secara tidak langsung mereka malah mengulur-ngulur waktu sampai jangka waktu pengumpulan tugas berakhir.

8. Pemberontakan terhadap kontrol dari figur otoritas

Figur orang yang punya otoritas dapat juga meninggalkan akibat yang berkelanjutan pada kemampuan individu untuk melakukan sesuatu. Prokrastinasi bisa menjadi sebuah cara untuk mengembalikan rasa kontrol pada dirinya dengan terlambat mengerjakan tugas atau bahkan tidak mengerjakannya sama sekali.

Berdasarkan keterangan di atas, faktor-faktor tersebut dapat memunculkan perilaku prokrastinasi akademik seseorang semakin meningkat.

2.2.6 Komponen prokrastinasi akademik

Ferrari (1995) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik sebagai suatu perilaku penundaan dapat termanifestasi dalam komponen-komponen yang dapat diukur dan diamati. Komponen dalam prokrastinasi akademik, yaitu:

1. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi. Seorang prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi dia menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk segera menyelesaikan hingga tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.
2. Adanya kelambanan yang disengaja dalam mengerjakan tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang

tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya.

3. Adanya kesenjangan waktu dalam mengerjakan tugas antara rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi tenggat waktu yang telah ditentukan, baik ditentukan oleh orang lain maupun oleh dirinya sendiri
4. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas. Prokrastinator dengan sengaja tidak segera menyelesaikan tugasnya tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan

2.2.7 Dampak prokrastinasi akademik

Prokrastinasi akademik mempunyai hubungan dengan nilai indeks prestasi kumulatif (IPK) yang rendah. Nilai IPK mahasiswa yang rendah mempunyai dampak yang kurang menguntungkan bagi mahasiswa. Di dalam lingkungan akademis, prokrastinasi dapat mengakibatkan kegagalan dalam beberapa mata kuliah penting. Sehingga mahasiswa tidak dapat menyelesaikan studinya dengan tepat waktu. Bahkan kemudian dapat dikeluarkan dari perguruan tinggi (do) karena nilai IPK yang tidak memenuhi syarat (Rothblum, Solomon dan Murakami, 1986).

Prokrastinasi akademik juga memiliki dampak psikis berupa gangguan emosi negatif seperti cemas dan stres. Kecemasan menyebabkan kegelisahan karena ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, sedangkan stres terjadi dalam situasi tekanan ketika tidak mampu memenuhi keinginan contohnya tekanan untuk naik kelas, rendahnya prestasi yang diperoleh, banyak tugas, dll (Triyono, 2018).

2.3 Konsep efikasi diri

2.3.1 Definisi efikasi diri

Bandura dalam Ghufron (2017) mendefinisikan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Bandura (1997) mengatakan bahwa efikasi diri pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Seseorang dengan efikasi diri tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian di sekitarnya, sedangkan seseorang dengan efikasi diri rendah menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada di sekitarnya. Dalam situasi yang sulit, orang dengan efikasi diri yang rendah cenderung akan mudah menyerah. Sementara orang dengan efikasi diri yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada.

Dalam kehidupan sehari-hari, efikasi diri memimpin kita untuk menentukan cita-cita yang menantang dan tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan-kesulitan. Lebih dari seratus penelitian memperlihatkan bahwa efikasi diri meramalkan produktivitas pekerja. Ketika masalah-masalah muncul, perasaan efikasi diri yang kuat mendorong para pekerja untuk tetap tenang dan mencari solusi daripada merenungkan ketidakmampuannya. Usaha dan kegigihan menghasilkan prestasi. Hal itu akan menyebabkan kepercayaan diri tumbuh. Efikasi diri, seperti harga diri, tumbuh bersama pencapaian prestasi.

2.3.2 Aspek-aspek efikasi diri

Menurut Bandura dalam Ghufroon (2017) efikasi diri terdiri dari 3 aspek yaitu:

1. Tingkat (*level*)

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang dimiliki individu. Ketika individu dihadapkan pada berbagai macam tugas yang disusun berdasarkan tingkat kesulitannya, maka keyakinan individu akan menyesuaikan sesuai dengan tingkat kesulitan tersebut. Individu akan melakukan tindakan yang disarankan mampu untuk dilaksanakannya sesuai dengan tingkat kesulitan yang mudah, sedang dan paling sulit. Dan juga biasanya individu akan menghindari tugas ataupun masalah yang dianggap tidak mampu untuk melakukannya.

2. Generalisasi (*generality*)

Aspek ini berhubungan dengan luas bidang tingkah laku individu dalam keyakinan akan kemampuan pada dirinya. Apakah keyakinan

tersebut terbatas dalam satu kegiatan dan situasi tertentu atau dapat merasa yakin pada berbagai macam kegiatan dan situasi yang bervariasi

3. Kekuatan (*strength*)

Aspek ini berhubungan dengan tingkat kekuatan atau kemantapan seseorang terhadap keyakinannya. Tingkat efikasi diri yang lemah akan mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung, sedang individu yang memiliki efikasi diri yang kuat akan bertahan dalam usahanya meskipun individu tersebut mungkin kurang berpengalaman.

2.3.3 Fungsi efikasi diri

Menurut Bandura dalam Ghufron (2017) efikasi diri dapat mempengaruhi dan memberikan fungsi pada individu, yaitu:

1. Fungsi kognitif

Efikasi diri memberikan pengaruh pada proses kognitif individu yang akan berpengaruh terhadap pola pikir. Salah satu contohnya adalah tujuan yang dimiliki oleh individu. Suatu tujuan akan dipengaruhi oleh efikasi diri yang kuat, semakin kuat efikasi diri yang dimiliki maka akan semakin kuat juga komitmen terhadap tujuan yang ingin dicapai. Dan hal ini juga dapat diperkuat dengan sebuah komitmen pada individu terhadap tujuan tersebut.

2. Fungsi motivasi

Pengaturan motivasi diri juga dipengaruhi oleh efikasi diri. Motivasi individu dapat dibangkitkan secara kognitif. Individu akan memotivasi dirinya sendiri dan mengarahkan tindakan atau perilakunya dengan

menggunakan pemikirannya yang matang tentang masa depan sehingga terbentuk kepercayaan mengenai apa yang dapat dilakukannya.

3. Fungsi selektif

Fungsi ini dapat mempengaruhi dalam pemilihan suatu kegiatan ataupun tujuan yang akan diambil oleh individu. Individu akan menghindari aktivitas dan situasi yang diyakini telah melebihi batas kemampuannya, namun individu tersebut dapat memilih dan menentukan situasi lain yang dianggap mampu untuk diatasi

4. Fungsi afeksi

Efikasi diri akan memiliki coping individu untuk mengatasi stres dan depresi yang dialaminya pada saat situasi yang sulit dan tertekan. Individu yang percaya dan yakin bahwa dirinya dapat mengatasi situasi yang mengancam, tidak akan merasa cemas dan terganggu dengan ancaman tersebut. Penjelasan ini berkaitan dengan teori bandura bahwa efikasi diri dapat mengatur perilaku untuk menghindari suatu kecemasan.

2.3.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri

Menurut Bandura (1997) bahwa efikasi diri seseorang dapat dipengaruhi oleh:

1. Pencapaian prestasi

Faktor ini berdasarkan pengalaman-pengalaman yang dialami individu secara langsung. Apabila seseorang pernah mengalami keberhasilan dimasa lalu maka hal tersebut dapat meningkatkan efikasi diri untuk kedepannya.

2. Pengalaman menguasai sesuatu (*master experience*)

Pengalaman yang dimaksud adalah terkait masa lalu. Pengalaman akan keberhasilan sangat mempengaruhi efikasi diri. Sehingga, apabila seseorang memiliki pengalaman tentang suatu keberhasilan maka hal tersebut dapat meningkatkan efikasi diri seseorang. Dan sebaliknya, jika seseorang pernah mengalami kegagalan maka efikasi diri seseorang dapat menurun. Setelah efikasi diri tumbuh dan berkembang dengan kuat melalui serangkaian keberhasilan, maka dengan sendirinya dampak negatif dari kegagalan yang pernah terjadi akan berkurang.

3. Pengalaman orang lain

Individu akan melakukan proses belajar dengan cara melihat perilaku dan pengalaman orang lain. Berkaitan dengan hal ini, efikasi diri individu juga dapat ditingkatkan melalui kemampuan individu itu sendiri, namun jika kemampuan individu tersebut sama atau lebih baik dari seseorang yang dijadikan contoh atau model. Efikasi diri akan meningkat secara efektif jika individu dengan model tersebut memiliki kesamaan antara kondisi, dan tingkat kesulitan tugas.

4. Persuasi verbal atau bujukan lisan

Individu yang diberikan secara verbal akan cenderung berusaha keras untuk mencapai keberhasilannya. Dalam hal ini individu akan diarahkan dan dibimbing, serta diberi nasehat juga saran sehingga dapat meningkatkan keyakinan bahwa kemampuan yang dimiliki dapat membantu untuk mencapai apa yang diinginkan. Akan tetapi, pengaruh

persuasi tidaklah terlalu besar, karena tidak memberikan pengalaman yang dapat langsung dialami atau diamati oleh individu.

5. Kondisi emosional

Seseorang akan lebih mungkin mencapai keberhasilan jika tidak terlalu sering mengalami keadaan yang menekan karena hal itu dapat menurunkan prestasinya dan menurunkan keyakinan akan kemampuan dirinya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keyakinan diri seseorang itu seperti pengalaman langsung, pencapaian prestasi, pengalaman orang lain, bujukan lisan dan kondisi emosional

2.4 Hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik

Hariwijaya (2017) menjelaskan bahwa skripsi merupakan syarat kelulusan di perguruan tinggi, namun banyak mahasiswa tingkat akhir yang mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi. Kesulitan yang sering dihadapi diantaranya dalam menetapkan dan mencari judul, kesulitan mencari literatur dan referensi, dana yang terbatas, atau takut menemui dosen pembimbing. Kesulitan-kesulitan tersebut akhirnya dapat menyebabkan stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, dan menunda dalam penyusunan skripsi. Hal ini tentu saja dapat merugikan mahasiswa yang bersangkutan mengingat bahwa skripsi merupakan tahap yang paling menentukan dalam mencapai gelar akademik. Masalah-masalah dalam proses penyelesaian skripsi tersebut biasanya dapat membuat mahasiswa

menjadi sulit untuk memulai tugasnya bahkan sampai menunda-nunda untuk mengerjakan skripsinya.

Mahasiswa yang menunda-nunda dalam mengerjakan tugas skripsinya dapat disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas akademik seperti menyusun laporan, mengerjakan tugas dan menyiapkan diri untuk tes atau ujian. Dalam penelitian Adlina (2016) yang menyatakan lebih dari setengah mahasiswa (69,9%) memiliki prokrastinasi akademik sedang, karena pada saat mengerjakan skripsi terkadang mahasiswa melakukan penundaan dan terkadang terlambat dalam menyelesaikan karena teman-temannya mengajak jalan-jalan atau sekedar berkumpul di kafe dan melakukan aktivitas yang sifatnya hiburan.

Triyono (2018) melakukan penelitian tentang dampak dan solusi pada prokrastinasi akademik ditemukan hasil bahwa prokrastinasi akademik memiliki dampak pada psikis berupa gangguan emosi negatif seperti cemas dan stres. Kecemasan menyebabkan kegelisahan karena ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, sedangkan stres terjadi dalam situasi tekanan ketika tidak mampu memenuhi keinginan contohnya tekanan untuk naik kelas, rendahnya prestasi yang diperoleh, dan banyak tugas.

Tingkah laku prokrastinasi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah konsep diri, tanggung jawab, keyakinan diri, kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan, kesulitan dalam mengambil keputusan, pemberontakan akibat dari figur otoritas, kurang adanya tuntutan tugas, dan standar kemampuan diri yang terlalu tinggi (Burka & Yuen, 2008). Berdasarkan uraian di

atas salah satu faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah keyakinan diri atau yang biasa disebut dengan efikasi diri.

Pada penelitian Yurni (2014) tentang hubungan antara efikasi diri dan konsep diri akademik dengan prestasi belajar mahasiswa FKIP UNBARI menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan konsep diri dengan prestasi belajar. Mean empirik efikasi diri diperoleh sebesar 3.98, ini berarti pada saat dilakukan penelitian efikasi diri mahasiswa rata-rata berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan salah satu motif untuk belajar, keyakinan yang kuat akan kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa dalam mengatasi persoalan belajarnya sudah tentu mempengaruhi prestasi belajar.

Rachmawati (2014) melakukan penelitian tentang hubungan efikasi diri terhadap tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret menunjukkan terdapat hubungan negatif sebesar -0,684 yang memiliki makna bahwa terdapat korelasi linier negatif kuat antara variabel *self-efficacy* dengan kecemasan mahasiswa, artinya semakin tinggi tingkat *self-efficacy* mahasiswa akan semakin menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dan sebaliknya. Maka efikasi diri merupakan hal yang penting untuk diperhatikan khususnya bagi para mahasiswa.

Efikasi diri secara umum diartikan sebagai suatu keyakinan akan kemampuan diri seseorang dalam melakukan serangkaian tindakan yang sesuai untuk mencapai suatu hasil yang diharapkan. Keyakinan tersebut merupakan rasa

percaya terhadap kemampuan diri sehingga mampu mendorong seseorang untuk meraih segala sesuatu yang diinginkannya (Bandura, 1997).

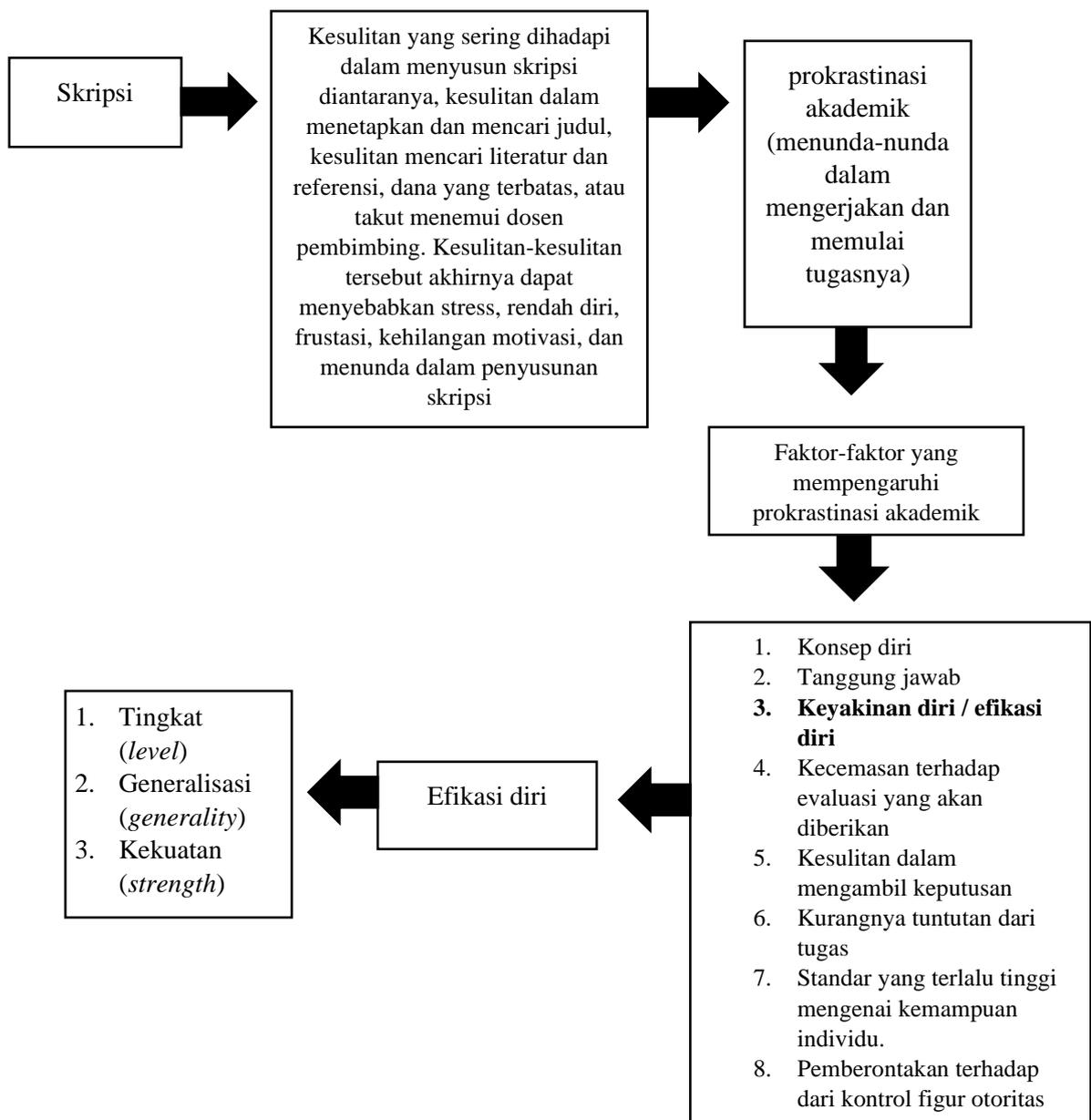
Penelitian yang dilakukan oleh Khotimah (2016) tentang hubungan antara konsep diri, efikasi diri harga diri dengan prokrastinasi akademik ditemukan hasil bahwa konsep diri, efikasi diri, *self-esteem* berpengaruh negatif terhadap perubahan prokrastinasi akademik, dan yang paling besar berpengaruh pada prokrastinasi akademik ialah *self-esteem*. Liza (2018) juga melakukan penelitian tentang hubungan regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa memperlihatkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara regulasi diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi diri dan efikasi diri maka tingkat prokrastinasi akan rendah dan jika tingkat regulasi diri dan efikasi diri rendah maka tingkat prokrastinasi akan tinggi. Sumbangan efektif regulasi diri dan efikasi diri terhadap prokrastinasi sebesar 14,7% atau 85,30% prokrastinasi dipengaruhi oleh variabel lain.

Penelitian yang dilakukan Irawati (2015) tentang hubungan antara kesadaran diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,564$. Ivana (2016) melakukan penelitian yang sama pada mahasiswa psikologi Universitas Kristen Satya Wacana dengan menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik dengan nilai $r = -0,643$.

Artinya semakin tinggi *self-efficacy* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik.

2.5 Kerangka konsep

Bagan 2.1
Kerangka konsep



Sumber: Hariwijaya, 2017 Burka & Yuen, 2008 dan Bandura dalam Ghuftron, 2017