

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Pustaka

Penelitian sebelumnya pernah dilakukan oleh Purba (2019) dengan judul Hubungan *Self Efficacy* dengan Prokratinasi Akademik Mahasiswa Akademi Keperawatan Surya Nusantara Pematangsiantar pada sampel sebanyak 64 mahasiswa Akademi Keperawatan yang dipilih menggunakan metode *total sampling*. Berdasarkan analisis data menggunakan uji *spearman rank* didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik Mahasiswa Akademi Keperawatan Surya Nusantara Pematangsiantar, dengan tingkat *self efficacy* tinggi (56,3%) dan tingkat prokrastinasi rendah (54,7%).

Penelitian Lubis (2018) dengan judul penelitian Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa, dengan sampel mahasiswa manajemen stambuk sebanyak 61 orang yang dipilih menggunakan metode *total sampling*. Hasil penelitiannya didapatkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self regulated learning* dan *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Aslamawati & Miftah (2015) dengan judul penelitian Studi Korelasi Antara *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik dalam Pemenuhan Mata Kuliah Praktikum (Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba) dengan sampel sebanyak 56

mahasiswa angkatan 2008, 2009, 2010, dan 2011 yang dipilih menggunakan metode *purposive sampling*. Hasil penelitiannya menggunakan uji *spearman rank* didapatkan bahwa terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi dalam pemenuhan tugas mata kuliah praktikum.

Penelitian lainnya dilakukan di Universitas Kota Metropolitan Lima oleh Arias et al (2020) dengan judul penelitian *Self-Efficacy and Academic Procrastination: A Study Conducted in University Students of Metropolitan Lima* dengan sampel sebanyak 712 mahasiswa universitas negeri dan swasta yang dipilih menggunakan metode non-probabilistik *incidental sampling*. Hasil penelitian menggunakan uji *spearman* didapatkan bahwa terdapat hubungan terbalik dan signifikan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa seluruh universitas di Kota Metropolitan Lima.

Penelitian lainnya juga dilakukan di salah satu Universitas di Malaysia oleh Bakar & Khan (2016), dengan judul penelitian *Relationship Between Self Efficacy and the Academic Procrastination Behaviour among University Students in Malaysia: A General Perspective* dengan sampel sebanyak 100 mahasiswa dari jurusan ilmu sosial dan ilmu fisika. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang rendah antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik, dengan tingkat *self efficacy* sedang dan tingkat prokrastinasi akademik tinggi.

2.2 Mahasiswa Keperawatan

2.2.1 Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa adalah individu yang sedang belajar di perguruan tinggi (Kamus Besar Bahasa Indonesia Online, 2021). Mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan mulai dari usia 18-25 tahun. Tahap ini dikategorikan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal, dan dalam masa perkembangan pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2019).

Mahasiswa adalah seseorang berusia 18 sampai 25 tahun yang sedang menjalani pendidikannya dan terdaftar di perguruan tinggi baik akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut, dan universitas. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, berfikir kritis, bertindak cepat dan tepat, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi (Hulukati & Djibrani, 2018).

Mahasiswa adalah individu yang sedang menempuh pendidikan di universitas, institut akademik, atau lembaga lain baik negeri maupun swasta yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dituntut berperan aktif dalam mengikuti perkuliahan dan harus mampu menyelesaikan tugas-tugas akademik yang ada (Fithriyah, 2013).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang berusia 18 sampai 25 tahun dan berada pada tahap perkembangan remaja akhir atau dewasa awal, yang sedang belajar di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta. Aktif dalam mengikuti

perkuliahan seperti di akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut, universitas, atau yang setingkat dengan perguruan tinggi.

2.2.2 Pengertian Mahasiswa Keperawatan

Mahasiswa keperawatan adalah seseorang yang dipersiapkan untuk dijadikan perawat profesional di masa yang akan datang. Menjadi seorang perawat profesional wajib memiliki rasa tanggung jawab atau akuntabilitas pada dirinya, akuntabilitas merupakan hal utama dalam praktik keperawatan yang profesional. Sehingga hal tersebut wajib ada pada diri mahasiswa keperawatan sebagai calon perawat untuk masa mendatang, dan sangat penting dalam menentukan mutu kinerja seorang perawat. Mahasiswa keperawatan harus selalu berupaya menjaga mutu pelayanan keperawatan dimanapun mereka menjalankan praktek klinik (Quyumi & Susilowati, 2019).

2.2.3 Karakteristik Perkembangan Mahasiswa

Mahasiswa merupakan individu yang berada pada tahap perkembangan remaja akhir atau dewasa awal, adapun tugas-tugas perkembangannya adalah sebagai berikut (Yusuf, 2019):

- 1) Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya
- 2) Mencapai kemandirian emosional dari orangtua ataupun figur yang mempunyai otoritas
- 3) Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individu maupun kelompok

- 4) Menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya
- 5) Menerima diri sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri
- 6) Memperkuat *self control* atau kemampuan mengendalikan diri berdasarkan skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup (*weltanschauung*)
- 7) Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap dan perilaku) kekanak-kanakan.

2.2.4 Peran dan Fungsi Mahasiswa

Menurut Cahyono (2019), terdapat 4 peran dan fungsi mahasiswa diantaranya yaitu :

- 1) *Agent of change* (Agen perubahan)

Mahasiswa sebagai agen perubahan harus menjadi garda terdepan bagi perubahan bangsa, memperbaiki kondisi bangsa yang jauh dari ideal. Mahasiswa tidak hanya menjadi penggagas perubahan saja, tapi sekaligus menjadi pelaku dari perubahan tersebut. Perubahan ke arah yang positif dan tidak menghilangkan jati diri sebagai mahasiswa dan Bangsa Indonesia.

- 2) *Social control* (Kontrol sosial)

Mahasiswa harus memiliki sikap kritis dan pro aktif, partisipasi aktif mahasiswa dengan masyarakat dalam menyampaikan temuan dan ide-ide perbaikan dengan logis dan santun. Mahasiswa harus

menumbuhkan jiwa kepedulian sosial yang peduli pada masyarakat, karena mahasiswa bagian dari masyarakat.

3) *Iron stock* (Generasi penerus yang Tangguh)

Mahasiswa merupakan aset dan harapan untuk masa depan bangsa, dan merupakan calon pemimpin yang akan menggantikan generasi yang telah ada. Mahasiswa tidak cukup jika hanya belajar *study* saja atau sebagai akademisi intelektual, namun harus memperkaya diri dengan pengetahuan baik dari segi keprofesian maupun kemasyarakatan. Pengalaman kepemimpinan juga harus dimiliki oleh seorang mahasiswa, sehingga setelah lulus mahasiswa dapat memposisikan diri di dalam masyarakat.

4) *Moral face* (Suri tauladan)

Sebagai suri tauladan mahasiswa dituntut untuk memiliki akhlak yang baik. Karena tingkah laku mahasiswa akan diamati dan dinilai oleh masyarakat, sehingga mahasiswa harus pandai menempatkan diri dan hidup di tengah-tengah masyarakat.

2.2.5 Kompetensi Pembelajaran Mahasiswa Keperawatan

Mahasiswa keperawatan memerlukan kompetensi khusus untuk menentukan keadaan pasien, memprediksi dan mengatasi masalah yang mungkin terjadi selama asuhan keperawatan. Studi kompetensi mahasiswa keperawatan sejalan dengan pemecahan kompetensi menjadi bagian-bagian yang lebih mudah dikelola dan terukur. Penentuan kompetensi mahasiswa keperawatan seringkali dipengaruhi oleh tingkat

kenyamanan, kepercayaan diri dan efikasi diri mahasiswa dalam berbagai konteks dan mempertimbangkan lebih dari satu perspektif.

Kompetensi mahasiswa keperawatan meliputi pengalaman individu, proses dinamis, perubahan sosial interaktif yang positif dan bermanfaat dalam kesetaraan kehidupan professional seseorang yang menyebabkan kemampuan meta kognitif, realitas, motivasi, pengambilan keputusan, keterlibatan kerja, otoritas professional, kepercayaan diri, pengetahuan dan keterampilan professional yang meliputi lima faktor, yaitu proses keperawatan, *caring*, profesionalisme, komunitas, dan keanekaragaman.

Menurut Nehrir et al (2016), terdapat 6 kompetensi pembelajaran mahasiswa keperawatan diantaranya :

1) Kompetensi berbasis pendidikan

Pendekatan pembelajaran berbasis masalah, pendekatan ilmiah dan berpikir kritis, pelatihan, pembelajaran layanan, dan evaluasi kritis

2) Kompetensi berbasis budaya

Disparitas rasial/etnis dalam perawatan kesehatan, perawatan efektif secara budaya/bahasa, inovasi budaya dalam sistem dan desain struktur perawatan kesehatan, komunikasi lintas budaya antara penyedia layanan kesehatan dan pasien, nilai dan keyakinan, penentu sosial (persyaratan budaya), dan perbedaan sosial budaya.

3) Kompetensi berbasis individual

Pemecahan masalah, gaya belajar, penilaian klinis, mengembangkan kesadaran diri, bertindak dengan integritas, mengelola layanan, dan mengevaluasi secara kritis

4) Kompetensi berbasis penelitian

Berpikir kritis, pemecahan masalah, investigasi dan berpikir analitik, refleksi, dan proses keperawatan.

5) Kompetensi berbasis professional dan interprofessional

Kerja antarprofessional, pendidikan antarprofessional, resolusi konflik antarprofessional, praktik kolaboratif, keterampilan interprofessional dan komunikasi, komunikasi efektif, fungsi tim dan peningkatan kualitas berkelanjutan, nilai dan etika, otonomi professional, fungsi tim, pengambilan keputusan etis

6) Kompetensi berbasis klinis dan praktis

Keterampilan perawatan pasien (wawancara, konseling, dan mendidik pasien dan keluarga, pemeriksaan fisik, pelayanan kesehatan preventif, pengambilan keputusan yang tepat), perawatan yang berpusat pada pasien/klien, keluarga/masyarakat, dan keselamatan pasien, praktek kolaboratif, pengetahuan yang diterapkan pada pemecahan masalah, praktik keperawatan tingkat lanjut, terapi keperawatan tingkat lanjut, penyelidikan klinis (innovator/evaluator), dan praktik klinis secara langsung.

2.3 Pembelajaran Daring

2.3.1 Pengertian Pembelajaran Daring

Pembelajaran daring atau pembelajaran *online* (*online learning*) atau pembelajaran jarak jauh (*learning distance*) adalah metode pembelajaran yang berlangsung di dalam jaringan di mana pengajar dan yang diajar tidak bertemu secara langsung. Metode pembelajaran ini bisa dilakukan di mana saja dan kapan saja tergantung pada ketersediaan alat pendukung yang digunakan (Pohan, 2020).

Pembelajaran daring merupakan metode pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Setiap proses pembelajaran menyediakan materi dalam bentuk rekaman video atau *slideshow*, dengan tugas-tugas yang harus dikerjakan dalam batas waktu yang telah ditentukan dengan beragam sistem penilaian (R. Gilang, 2020).

Menurut Fuadi et al (2019) pembelajaran daring adalah model pembelajaran *online* yang digunakan untuk memfasilitasi pembelajaran dan pengembangan ilmu pengetahuan yang dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja. Menurut Patricia (2020), interaksi antara siswa dan guru yang menggunakan perantara teknologi dan pemilihan lingkungan belajar seperti ruang tempat pembelajaran dapat memiliki pengaruh yang besar terhadap hasil belajar.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring adalah metode pembelajaran yang dilakukan secara *online* atau menggunakan jaringan internet yang dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja tanpa bertatap muka secara langsung antara pendidik dan peserta didik. Menggunakan materi pembelajaran dalam bentuk rekaman dengan tugas-tugas yang harus dikumpulkan berdasarkan waktu yang telah ditentukan.

2.3.2 Karakteristik Pembelajaran Daring

Prinsip dari pembelajaran daring adalah terlaksananya proses pembelajaran yang berorientasi pada interaksi dan kegiatan pembelajaran. Berikut merupakan tiga prinsip dalam perancangan sistem pembelajaran daring (Pohan, 2020):

- 1) Sistem pembelajaran harus sederhana sehingga mudah dipahami
- 2) Sistem pembelajaran harus di buat personal sehingga pemakai sistem tidak saling tergantung
- 3) Sistem harus cepat dalam proses pencarian materi atau menjawab soal dari hasil perancangan sistem yang di kembangkan.

2.3.3 Ketentuan Pembelajaran Daring

Ketentuan pembelajaran daring telah diatur oleh Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia melalui Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang batasan-batasan dalam pembelajaran daring. Adapun batasan-batasannya adalah sebagai berikut (Pohan, 2020) :

- 1) Siswa tidak dibebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum untuk kenaikan kelas
- 2) Pembelajaran dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa
- 3) Difokuskan pada pendidikan kecakapan hidup antara lain mengenai covid-19
- 4) Tugas dan aktivitas disesuaikan dengan minat dan kondisi siswa, serta mempertimbangkan kesenjangan akses dan fasilitas belajar di rumah
- 5) Bukti atau produk aktivitas belajar dari rumah diberi umpan balik yang bersifat kualitatif dari guru, tanpa harus berupa skor kuantitatif.

2.3.4 Media Pembelajaran Daring

Menurut Pohan (2020), proses pembelajaran daring tidak dibatasi oleh aturan dalam memilih dan menggunakan media pembelajaran *online* yang akan digunakan. Tetapi harus tetap mengacu pada prinsip pembelajaran daring. Media yang digunakan oleh guru harus dapat digunakan oleh siswa sehingga komunikasi dalam pembelajaran dapat dilakukan dengan baik. Beberapa media yang dapat digunakan dalam pembelajaran *online* adalah seperti *e-learning*, *edmodo*, *google meet*, *v-class*, *google class*, *webinar*, *zoom*, *skype*, *webex*, *facebook live*, *you tube live*, *schoology*, *what's up*, *email*, dan *messenger*.

2.3.5 Dampak Pembelajaran Daring

Menurut Marantika, et al (2020), pembelajaran daring dapat menyebabkan terjadinya prokrastinasi dikarenakan metode yang tidak biasa digunakan yang membuat kurangnya pemahaman terhadap materi yang diberikan. Sehingga menimbulkan rasa malas dan takut salah saat mengerjakan tugas dan seringkali tidak menyelesaikan tugas dengan maksimal dan tidak tepat waktu. Selama pembelajaran daring cenderung untuk bermalas-malasan karna terlalu lama berdiam diri dirumah, sehingga dapat menyebabkan lebih memilih aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Adapun dampak pembelajaran daring menurut Argaheni (2020), diantaranya yaitu :

- 1) Pembelajaran daring yang masih membingungkan karena implementasi dari metode pembelajaran ini dibutuhkan usaha untuk memahami materi yang disampaikan hanya melalui tulisan atau video dan dapat menimbulkan rasa bosan karena monotonnya metode pembelajaran.
- 2) Mahasiswa menjadi pasif, kurang kreatif dan produktif. Model pembelajaran dan skenario dari pembelajaran yang dilaksanakan harus terencana dan tidak menyulitkan mahasiswa dan pendidik dalam mencapai tujuan pembelajaran. Jika proses pembelajaran hanya merupakan transmisi pengetahuan dari pendidik ke pelajar,

hal tersebut dapat menyebabkan mahasiswa menjadi pasif, kurang kreatif dan produktif dalam mengembangkan potensinya.

- 3) Penumpukan informasi/konsep kurang bermanfaat. Hal ini menjadi tantangan bagi pendidik untuk meningkatkan kompetensi terutama selama pembelajaran daring. Karena pembelajaran daring bukanlah sekedar memberikan tugas kepada pelajar tetapi bagaimana pelajaran tersebut dapat mengantarkan para pelajar atau mahasiswa menjadi manusia yang handal dalam memecahkan masalah dalam kehidupan.
- 4) Mengalami stress. Adanya keterbatasan dalam melakukan aktivitas, beban kerja yang besar karena banyak mata kuliah dan tugas yang harus dihadapi, dapat menimbulkan tekanan dan stress pada mahasiswa.
- 5) Peningkatan kemampuan literasi Bahasa. Mahasiswa dikatakan memiliki literasi apabila memiliki kemampuan dasar berbahasa yaitu membaca dan menulis. Sumber yang digunakan tidak terlepas dari jaringan internet melalui *smartphone*, laptop, komputer dan sebagainya. Sehingga dapat meningkatkan kemampuan membaca, menghasilkan persepsi yang positif, mendorong diskusi kelas, mengembangkan keterampilan membaca dan berpikir kritis. Dengan mencari bacaan dan mengunggah tulisan di internet, dapat meningkatkan literasi membaca dan menulis.

2.4 Prokrastinasi Akademik

2.4.1 Pengertian Prokrastinasi

Prokrastinasi pertama kali dikemukakan oleh Brown dan Holzman, di mana prokrastinasi berasal dari bahasa latin yaitu *procrastination* yang terdiri dari kata “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan kata “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok. Prokrastinasi merupakan suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam proses mengerjakan tugas (Ghufron & Risnawita, 2012).

Prokrastinasi merupakan suatu kegagalan untuk melakukan apa yang seharusnya dilakukan untuk mencapai suatu tujuan, tindakan sia-sia dalam menunda tugas dan menimbulkan ketidaknyamanan, sehingga menyebabkan tidak maksimalnya hasil pekerjaan karena *deadline* yang semakin dekat (Hidayah & Atmoko, 2014; Ni'matuzahroh, 2019). Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan, prokrastinasi akademik dan non-akademik adalah istilah yang sering digunakan oleh para ahli (Ghufron & Risnawita, 2012).

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda-nunda aktivitas yang berhubungan dengan lingkungan akademik atau sekolah. Prokrastinasi akademik terjadi pada segala usia, dari siswa sekolah dasar sampai pendidikan tinggi, dan merupakan hal yang sangat umum pada mahasiswa (McCloskey, 2011).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku menunda-nunda aktivitas atau tugas yang berhubungan dengan akademik, yang dilakukan secara sengaja dan berulang. Dilakukan sampai mendekati *deadline* yang telah ditentukan, sehingga menyebabkan ketidaknyamanan dan hasil yang tidak maksimal.

2.4.2 Jenis-Jenis Tugas Pada Prokrastinasi Akademik

Solomon dan Rothblum mengemukakan enam jenis tugas yang sering ditunda-tunda dalam tatanan akademik diantaranya adalah (Ghufron & Risnawita, 2012) :

- 1) Tugas mengarang, meliputi penundaan melaksanakan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, laporan, atau tugas mengarang lainnya.
- 2) Tugas belajar menghadapi ujian, meliputi penundaan untuk belajar menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester, ujian akhir semester, atau ulangan mingguan.
- 3) Tugas membaca, meliputi penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik.
- 4) Kerja tugas administratif, meliputi menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran, daftar peserta praktikum, dan sebagainya.
- 5) Menghadiri pertemuan, meliputi keterlambatan dalam menghadiri pelajaran, praktikum, dan pertemuan-pertemuan lainnya.

- 6) Kinerja akademik secara keseluruhan, meliputi penundaan mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

2.4.3 Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik

Sebagai suatu perilaku penundaan, Ferrari mengatakan bahwa prokrastinasi akademik memiliki ciri-ciri sebagai berikut (Ghufroon & Risnawita, 2012) :

- 1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Seseorang yang melakukan prokrastinasi mengetahui bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan. Akan tetapi, memilih menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

- 2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Prokrastinator memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya untuk mengerjakan suatu tugas. Pelaku prokrastinasi menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan serta melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas.

- 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Sehingga sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah

ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ditentukan sendiri.

4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

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

2.4.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi dua bagian, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ghufron & Risnawita, 2012):

1) Faktor internal

a. Kondisi fisik individu

Individu yang mengalami *fatigue* akan cenderung lebih tinggi dalam melakukan prokrastinasi daripada yang tidak mengalami *fatigue*. Tingkat intelegensi pada individu tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi. Prokrastinasi sering disebabkan karena adanya keyakinan-keyakinan irasional yang dimiliki seseorang.

b. Kondisi psikologis individu

Trait kepribadian individu juga memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi, salah satunya *trait* kemampuan sosial yang terdapat dalam *self regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Motivasi yang dimiliki individu juga akan memengaruhi prokrastinasi secara negatif, semakin tinggi motivasi intrinsik ketika menghadapi tugas maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik. Aspek lain yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik adalah rendahnya kontrol diri.

2) Faktor eksternal

a. Gaya pengasuhan orang tua

Ferrari dan Ollivete mengemukakan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan individu cenderung melakukan prokrastinasi yang kronis pada anak perempuan. Ibu yang melakukan *avoidance procrastination* membuat anak perempuan cenderung melakukan *avoidance procrastination* juga.

b. Kondisi lingkungan

Prokrastinasi akademik cenderung lebih dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penung dengan pengawasan.

Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik diantaranya adalah (Janssen, 2015) :

1) *Self efficacy*

Individu dengan *self efficacy* rendah lebih cenderung berhenti untuk berusaha saat menghadapi kesulitan, sedangkan individu dengan *self efficacy* tinggi akan percaya bahwa dirinya kompeten saat menyelesaikan tugas dan cenderung menghindari tugas, dapat mengelola waktu dengan baik, lebih gigih saat menyelesaikan tugas akademik, lebih sadar ketika membutuhkan bantuan, dan menjadi seorang pembelajar yang mandiri.

2) *Self regulation*

Individu dengan *self regulation* secara akademis dapat sukses karena mereka mengontrol pembelajaran dan perilaku, mengarahkan dan mengatur tindakan untuk mencapai tujuan secara efektif.

3) *Attributions*

Masing-masing elemen dalam teori atribusi berdampak pada perilaku masa depan seseorang termasuk menyelesaikan atau menunda tugas.

a. *Locus of control*

Berkaitan dengan perspektif individu tentang alasan dibalik penundaan dalam suatu tugas. *Locus of control* bisa bersifat internal atau eksternal. Siswa dengan *external locus f control* dapat mengembangkan masalah suasana hati seperti keyakinan

irasional, kekhawatiran, depresi, dan kecemasan saat mereka mengalami kegagalan. Individu dengan *internal locus of control* menganggap bahwa keberhasilan akademis tidak terkait dengan belajar tetapi lebih merupakan faktor-faktor yang hanya sedikit mereka kendalikan seperti nasib buruk atau keberuntungan, guru atau ujian. *Procrastinator* lebih cenderung melihat hasil dari perilaku mereka sebagai tidak stabil dan di luar kendali mereka.

b. *Stability*

Siswa yang menghubungkan keberhasilan atau kegagalan akademiknya dengan faktor stabil seperti kecerdasan, akan melakukan perilaku yang sama dengan mengharapkan hasil yang serupa. Tetapi ketika siswa meyakini bahwa keberhasilan atau kegagalan mereka terkait dengan faktor yang tidak stabil seperti usaha atau keberuntungan yang merubah karakteristik. Siswa akan mengaitkan nilai mereka dengan fakta bahwa mereka tidak memiliki banyak waktu untuk belajar setiap minggunya.

c. *Controllability*

Ketika individu percaya bahwa dirinya dapat mengendalikan kemampuan akademik yang dimiliki, maka akan termotivasi mengerahkan upaya untuk menyelesaikan tugas-tugas yang

berhubungan dengan akademik, seperti belajar atau mengerjakan tugas.

4) *Affirmations*

Biasa disebut sebagai *self talk* dan merupakan strategi ampuh yang mempengaruhi keputusan dan motivasi mengejar tugas karena individu akan percaya pada apa yang mereka dengar berulang kali. Ketika mahasiswa berulang kali mengatakan kepada diri sendiri bahwa dirinya tidak dapat menyelesaikan tugas, dapat juga mengakibatkan efikasi diri menjadi rendah.

Selain faktor-faktor yang sudah dijelaskan, Lubis (2018) juga menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh *self regulatory failure* (kegagalan dalam pengaturan diri), rendahnya *self efficacy*, *self control*, dan keyakinan irasional (takut akan gagal dan perfeksionis).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik diantaranya adalah faktor internal yang meliputi kondisi fisik individu, dan kondisi psikologis individu, faktor eksternal yang meliputi gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Selain itu faktor lain yang mempengaruhi adalah *self efficacy*, *self regulate*, *self control*, keyakinan irasional, *atributs* yang meliputi *locus of control*, *stability*, dan *controllability*, serta *affirmations*.

2.4.5 Karakteristik Prokrastinasi Akademik

Menurut McCloskey (2011) terdapat enam karakteristik prokrastinasi akademik yang merupakan gambaran seseorang yang melakukan prokrastinasi akademik diantaranya :

- 1) *Psychological belief about abilities* (Keyakinan psikologis mengenai kemampuan)

Semakin banyak individu yang memiliki percaya diri efektif, semakin besar kemungkinan mereka untuk menunda-nunda. Karena kepercayaan pada kemampuan dan pandangan positif tentang diri sendiri.

- 2) *Distractions* (Gangguan)

Prokrastinator mudah terganggu oleh aktivitas yang lebih menarik dan menyenangkan. Seorang prokrastinator sengaja mendahulukan aktivitas lain seperti tidur, menonton tv, atau bermain dibandingkan mengerjakan hal-hal yang lebih penting. Hal tersebut dilakukan untuk mengalihkan perhatian dan menghindari tanggung jawab untuk mengerjakan tugas.

- 3) *Social factors* (Faktor sosial)

Faktor sosial seperti teman dan keluarga dapat mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan tugas dan tidak memenuhi *deadline*.

- 4) *Time management* (Manajemen waktu)

Kemampuan mengontrol aktivitas dan perilaku secara sadar untuk memaksimalkan waktu yang tersedia. Prokrastinator cenderung

memiliki ketidakmampuan dalam mengatur waktu sehingga adanya ketidaksesuaian antara niat dan tindakan.

5) *Personal initiative* (Inisiatif Pribadi)

Jika individu kurang inisiatif tidak akan memiliki dorongan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu. Kurangnya motivasi atau inisiatif pribadi merupakan penyebab terjadinya prokrastinasi.

6) *Laziness* (Kemalasan)

Kemalasan adalah kecenderungan untuk menghindari pekerjaan walaupun secara fisik mampu untuk melakukannya.

2.4.6 Alat Ukur Prokrastinasi Akademik

Pada penelitian ini alat ukur yang digunakan untuk mengukur prokrastinasi akademik yaitu *Academic Procrastination Scale* (APS) yang dikembangkan oleh McCloskey (2011). Kuesioner ini menggunakan skala likert yang terdiri dari 25 item pertanyaan dengan indikator keyakinan psikologis mengenai kemampuan, gangguan, faktor sosial, manajemen waktu, inisiatif pribadi, dan kemalasan.

Adapun alat ukur prokrastinasi akademik lainnya yaitu kuesioner *procrastination assessment scale for student* milik Solomon & Rothblum tahun 1984 yang digunakan pada siswa tetapi dengan indikator fungsi akademik, *general procrastination scale* milik Lay tahun 1986 yang digunakan untuk mengukur prokrastinasi secara umum, dan *active procrastination scale* milik Choi dan Moran tahun 2006 yang digunakan untuk mengukur prokrastinasi secara aktif.

Peneliti memilih kuesioner APS milik McCloskey (2011), karena pada penelitian sebelumnya instrument ini digunakan pada mahasiswa sarjana maupun mahasiswa pasca sarjana. APS dapat digunakan sebagai instrumen yang valid dan reliabel di dalam komunitas Pendidikan. Sedangkan instrument prokrastinasi akademik yang lainnya kurang sesuai dengan penelitian ini.

2.5 *Self Efficacy*

2.5.1 *Pengertian Self Efficacy*

Self efficacy merupakan *social learning theory* yang dikemukakan oleh Bandura, *self efficacy* diartikan sebagai keyakinan individu mengenai kemampuan diri dalam menyelesaikan suatu tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (Ghufron & Risnawita, 2012). *Self efficacy* mempengaruhi pilihan tugas, usaha, ketekunan, dan prestasi. Siswa akan merasa efektif dalam pembelajaran dan cenderung kompeten dalam menetapkan tujuan pembelajaran, dan menggunakan strategi pembelajaran secara efektif, mengevaluasi kemajuan untuk mencapai tujuan, serta menciptakan lingkungan yang mendukung (Schunk & Mullen, 2012).

Self efficacy didefinisikan sebagai keyakinan individu tentang rasa optimis terhadap diri sendiri, dan memiliki keyakinan dapat melakukan tugas-tugas sulit dan mencapai hasil yang diinginkan. Keyakinan individu dapat mempengaruhi pemilihan tindakan yang akan

dilakukan, seberapa besar usaha yang dilakukan dalam kegiatan, seberapa lama dapat bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan (Feist et al., 2017; Mullen et al., 2016).

Self efficacy adalah keyakinan terhadap kemampuan diri dapat beradaptasi, bahwa diri dapat berhasil melaksanakan tingkah laku yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Seorang mahasiswa yang memiliki keyakinan untuk mengerjakan tugas perkuliahan dapat dikatakan memiliki *efficacy expectation* yang tinggi. Individu yang memiliki *self efficacy* tinggi percaya bahwa dirinya dapat mengerjakan suatu tugas sampai berhasil dan memperkirakan bahwa hasil yang didapat sesuai dengan kemampuan yang dimiliki, bekerja keras serta bertahan dalam mengerjakan tugas sampai selesai (Rosyidi, 2015).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan terhadap kemampuan diri yang dimiliki dalam melakukan atau menyelesaikan suatu tugas untuk mencapai hasil yang diinginkan. *Self efficacy* dapat berpengaruh pada pencapaian hasil, karena seseorang yang memiliki *self efficacy* tinggi dapat memperkirakan bahwa hasil yang didapat sesuai dengan kemampuannya.

2.5.2 Dimensi *Self Efficacy*

Menurut Bandura, *self efficacy* pada diri setiap individu akan berbeda antara satu dengan yang lainnya berdasarkan tiga dimensi berikut (Ghufron & Risnawita, 2012) :

1) Dimensi Tingkat (*level*)

Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka *self efficacy* individu mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit, sesuai dengan batas kemampuannya yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Individu akan mencoba tingkah laku yang mampu untuk dilakukan dan menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang dirasakan.

2) Dimensi kekuatan (*strength*)

Dimensi *strength* berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Adanya pengharapan yang lemah mudah tergoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung, sedangkan pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya.

3) Dimensi generalisasi (*generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan luas di bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu akan merasa yakin terhadap kemampuan dirinya. Hal tersebut dapat terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

2.5.3 Sumber *Self Efficacy*

Menurut Bandura dalam Feist et al (2017), terdapat empat sumber *self efficacy*, yaitu:

1) Pengalaman keberhasilan (*Mastery experiences*)

Sumber *self efficacy* yang paling berpengaruh adalah pengalaman masa lalu. Prestasi yang bagus dapat meningkatkan *self efficacy*, dan kegagalan dapat menurunkan *self efficacy*. Berikut dampak *self efficacy*:

- a. Semakin sulit tugas, keberhasilan membuat *self efficacy* semakin tinggi
- b. Kerja sendiri lebih efektif dan meningkatkan *self efficacy* daripada tugas yang diselesaikan dengan bantuan orang lain
- c. Kegagalan dapat memungkinkan menurunkan *self efficacy*, ketika sudah melakukan upaya sebaik mungkin
- d. Kegagalan dalam suasana emosional tidak akan buruk jika keadaannya optimal
- e. Saat seorang individu yang gagal memiliki *self efficacy* tinggi, dampaknya tidak akan seburuk pada individu yang memiliki *self efficacy* rendah
- f. Individu yang terbiasa berhasil, ketika sesekali gagal tidak berpengaruh terhadap *self efficacy*.

2) Model sosial (*Social Modeling*)

Model sosial ini lebih mengarah pada pengalaman orang lain (*vicarious experience*). *Self efficacy* individu akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain berhasil dalam suatu bidang atau tugas yang sama melalui usaha yang tekun, individu juga yakin bahwa akan berhasil pada tugas tersebut dengan usaha yang sama. *Self efficacy* juga dapat menurun ketika seseorang yang diamati gagal walaupun telah berusaha keras, maka individu juga akan merasa ragu akan keberhasilannya dalam bidang atau tugas tersebut.

3) Persuasi sosial (*Social Persuasion*)

Self efficacy juga dapat diperoleh atau dilemahkan melalui persuasi sosial. Dampak dari sumber ini terbatas, tetapi dalam kondisi yang tepat bujukan dari orang lain dapat meningkatkan atau menurunkan *self efficacy*. Meningkatkan *self efficacy* melalui persuasi sosial hanya akan efektif jika aktivitas yang didorong untuk dicoba berada dalam repertoar perilaku seseorang. Persuasi dapat meyakinkan seseorang untuk mencoba suatu aktivitas, dan jika kinerjanya berhasil, pencapaian dan imbalan verbal berikutnya akan meningkatkan efikasi di masa depan.

4) Keadaan fisik dan emosional (*Physical and Emotional States*)

Emosi yang kuat biasanya dapat menurunkan kinerja dan mempengaruhi *self efficacy*. Ketika orang mengalami ketakutan

yang intens, kecemasan akut, atau tingkat stres yang tinggi, mereka cenderung memiliki efikasi yang lebih rendah.

2.5.4 Ciri-Ciri *Self Efficacy*

Terdapat dua tipe *self efficacy* yang ada dalam diri individu diantaranya (Yuliyani et al., 2017) :

- 1) Individu dengan *self efficacy* tinggi
 - a. Memilih untuk mendekati tugas-tugas yang sulit dan dianggap sebagai tantangan untuk dimenangkan
 - b. Menyusun tujuan-tujuan yang menantang dan menjaga komitmen untuk tugas-tugas tersebut
 - c. Mempunyai usaha yang gigih
 - d. Berfikir strategis
 - e. Meyakini bahwa kegagalan yang dialami dikarenakan usaha yang tidak cukup, sehingga diperlukan usaha yang tinggi dalam menghadapi kesulitan
- 2) Individu dengan *self efficacy* rendah
 - a. Menghindari tugas-tugas yang sulit
 - b. Berhenti dengan cepat ketika menemukan kesulitan
 - c. Memiliki komitmen yang buruk untuk tujuan yang telah dipilih
 - d. Berfokus pada akibat yang buruk dari kegagalan
 - e. Mengurangi usaha dan lamban dalam memperbaiki keadaan ketika mengalami kegagalan
 - f. Mudah mengalami stress dan depresi.

2.5.5 Dampak *Self Efficacy*

Menurut Luthans dalam Permana et al. (2016), menyebutkan bahwa *self efficacy* secara langsung bisa berdampak pada kehidupan seseorang pada hal-hal berikut ini :

- 1) Pemilihan perilaku, membuat keputusan berdasarkan efikasi yang dirasakan seseorang terhadap pilihannya, misalnya tugas kerja atau bidang karir
- 2) Usaha motivasi, seseorang akan mencoba lebih keras dan lebih berusaha pada suatu tugas karena *self efficacy* yang lebih tinggi daripada seseorang dengan *self efficacy* yang rendah
- 3) Daya tahan, seseorang dengan *self efficacy* tinggi akan mampu bangkit dan bertahan saat mengalami masalah atau kegagalan dibandingkan seseorang dengan *self efficacy* yang rendah yang cenderung menyerah saat mengalami tantangan atau masalah
- 4) Pola pemikiran fasilitatif, penilaian efikasi mempengaruhi perkataan pada diri sendiri (*self talk*) seperti pada seseorang yang memiliki *self efficacy* tinggi yakin bahwa dapat menemukan cara untuk mengatasi masalah, dibandingkan dengan seseorang dengan *self efficacy* rendah akan merasa tidak yakin bahwa dirinya dapat mengerjakan tugas tertentu atau mengatasi masalah
- 5) Daya tahan terhadap stress, seseorang yang memiliki *self efficacy* rendah cenderung mengalami stress dan malas dan berfikir bahwa dirinya gagal, sedangkan seseorang dengan *self efficacy* tinggi

menghadapi situasi yang penuh tekanan dengan percaya diri dan kepastian sehingga dapat menahan reaksi stress.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa dampak *self efficacy* bagi kehidupan seseorang antara lain yaitu individu dapat memilih perilaku yang tepat, memiliki motivasi yang tinggi dalam berusaha, mampu bertahan ketika menghadapi masalah, memiliki pola pemikiran fasilitatif, dan lebih tahan terhadap stress.

2.5.6 Alat Ukur *Self Efficacy*

Pada penelitian ini alat ukur yang digunakan untuk mengukur *self efficacy* yaitu *Student Self Efficacy Scale* (SSE) yang dikembangkan oleh (Rowbotham & Schmitz, 2013). Kuesioner ini menggunakan skala likert yang terdiri dari 10 item pertanyaan dengan indikator dimensi tingkat, dimensi kekuatan, dan dimensi generalisasi.

Adapun instrument *self efficacy* lainnya yaitu kuesioner *general self efficacy* milik Schwarzer tahun 1995 yang digunakan untuk mengukur *self efficacy* secara umum, *online learning self efficacy scale* milik Zimmerman tahun 2016 yang digunakan untuk mengukur *self efficacy* pembelajaran daring namun lebih ditekankan pada penggunaan teknologi pembelajaran daring, *children's self efficacy scale* milik Martinelli tahun 2008 yang digunakan untuk mengukur *self efficacy* pada siswa sekolah dasar.

Peneliti memilih kuesioner SSE milik Rowbotham & Schmitz (2013), karena landasan teori yang digunakan dalam penelitiannya

adalah teori *social cognitive* dari Bandura, dimana dalam penelitian ini juga menggunakan teori Bandura untuk variabel *self efficacy*.

2.6 Hubungan *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik

Selama menuntut ilmu di perguruan tinggi, setiap mahasiswa tidak akan terlepas dari tuntutan tanggung jawab yang harus dikerjakan dan diselesaikan tepat waktu. Tugas-tugas diberikan untuk mengasah tanggung jawab terhadap materi kuliah yang sudah diajarkan (Purba, 2019). Terlebih dengan metode pembelajaran yang dilaksanakan secara daring untuk mencegah penyebaran wabah COVID-19 membuat mahasiswa menjadi kurang paham tentang materi yang dijelaskan secara daring, rendahnya pemahaman tugas yang dapat menimbulkan rasa malas, dan menyebabkan tugas tidak selesai tepat waktu. Sehingga hal tersebut membuat mahasiswa cenderung melakukan prokrastinasi akademik (Marantika et al., 2020; Pohan, 2020).

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda-nunda aktivitas yang berhubungan dengan lingkungan akademik atau sekolah (McCloskey, 2011). Ketika seorang mahasiswa tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik dan membuang waktu dengan sia-sia, akibatnya tugas tidak selesai dengan maksimal dan dapat berpotensi mengakibatkan kegagalan atau terhambat dalam meraih kesuksesan. Rendahnya *self efficacy* merupakan faktor terjadinya prokrastinasi akademik. Saat menghadapi kesulitan mahasiswa memiliki keraguan yang besar tentang kemampuannya akan mengurangi usaha-usahanya atau menyerah. (Lubis, 2018).

Self efficacy merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri yang paling berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari. *Self efficacy* berkaitan dengan prokrastinasi akademik karena siswa dengan *self efficacy* rendah cenderung berhenti berusaha pada saat menghadapi kesulitan, meragukan kemampuan diri sendiri, menetapkan tujuan yang tidak terlalu sulit untuk diri sendiri, dan lebih sedikit dalam berusaha. Adapun siswa yang memiliki *self efficacy* tinggi akan percaya bahwa dirinya kompeten dalam menyelesaikan suatu tugas, dapat mengelola waktu dengan baik, dan lebih giat saat menyelesaikan tugas akademik (Janssen, 2015).

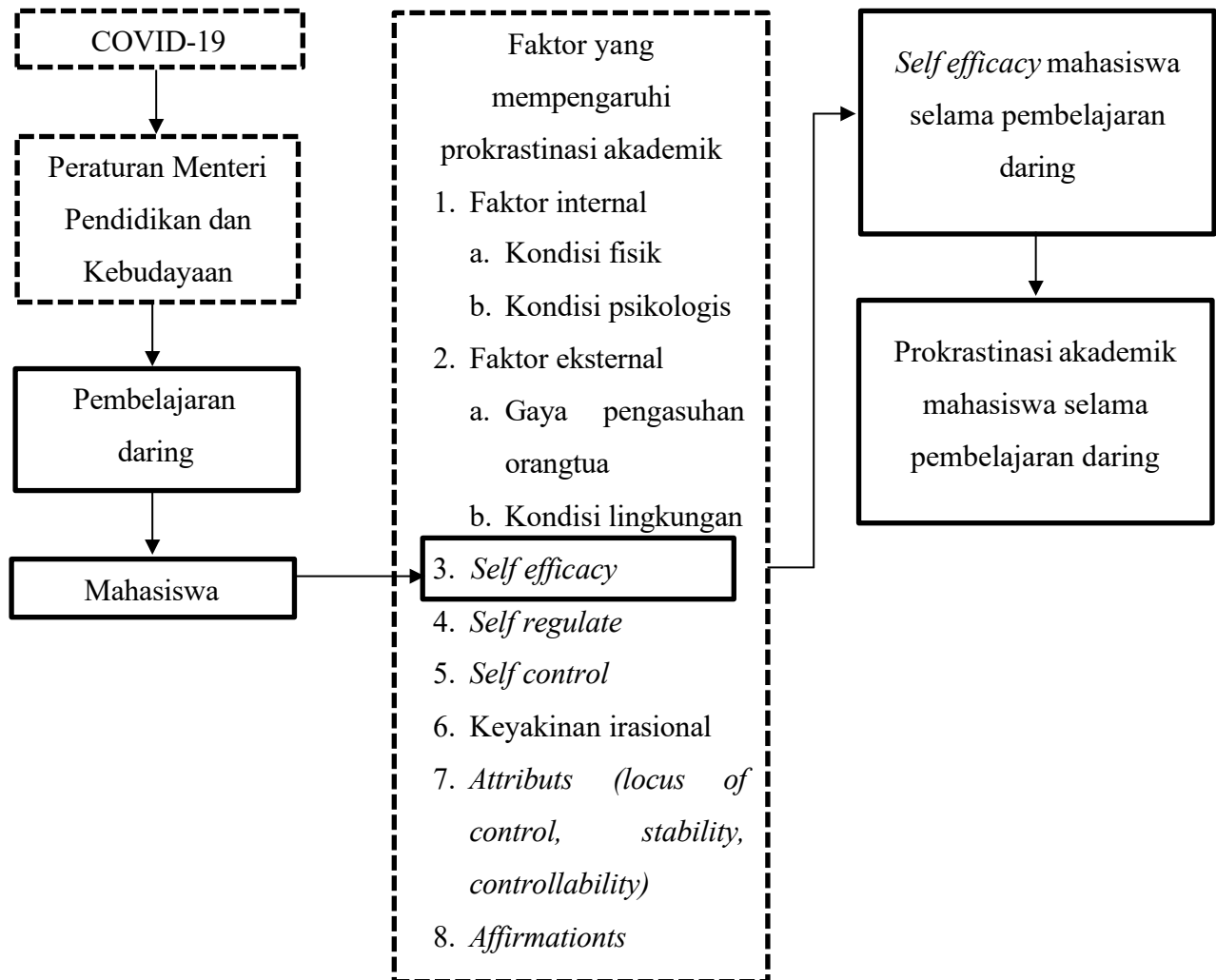
Faktor internal, faktor eksternal, *self efficacy*, *self regulate*, *self control*, keyakinan irasional, *attributs*, dan *affirmationts* dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Namun *self efficacy* merupakan konsep utama dalam mempelajari prokrastinasi akademik. Konsep ini mengacu pada keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas. *Self-efficacy* juga berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengatur waktu mereka dan mencari bantuan saat dibutuhkan. Individu dengan *self-efficacy* tinggi dapat dikatakan seperti individu yang memiliki regulasi diri. Jika harapan atau *self efficacy* siswa berkurang, berdampak pada motivasi belajar secara keseluruhan. (Janssen, 2015).

Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa (Purba, 2019). Penelitian lain yang dilakukan oleh Lubis (2018)

juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa, karena dengan *self efficacy* mahasiswa dapat mencari cara untuk berusaha dalam menyelesaikan tugas kuliah.

2.7 Kerangka Konseptual

Bagan 2.1
Kerangka Konsep



Keterangan :

- = Diteliti
 = Tidak diteliti

Sumber : Modifikasi McCloskey (2011), Janssen (2015), Pohan (2020), Ghufron & Risnawita (2012), Lubis (2018)