

## HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI DI SMA X

**Aprilian Agung Erdianto**

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA. [aprilian.17010664094@mhs.unesa.ac.id](mailto:aprilian.17010664094@mhs.unesa.ac.id)

**Damajanti Kusuma Dewi**

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA. [damajantikusuma@unesa.ac.id](mailto:damajantikusuma@unesa.ac.id)

### Abstrak

Prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang sering muncul di kalangan siswa. Situasi pandemic saat ini mengharuskan kegiatan belajar mengajar dilakukan secara daring. Sistem pembelajaran daring juga mengakibatkan adanya perubahan-perubahan mulai dari durasi pemberian materi yang pendek dan lebih menekankan pada pemberian tugas. Pemberian tugas yang semakin menumpuk dan minimnya pendampingan serta pengawasan pada siswa dapat mengakibatkan siswa melakukan penundaan dalam pengerjaan tugas yang diberikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X selama menjalani pembelajaran daring di masa pandemi. Sampel yang digunakan merupakan keseluruhan siswa dari populasi sehingga termasuk dalam teknik pengambilan sampel jenuh. Jumlah siswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini sebanyak 223 siswa baik dari jurusan IPA maupun IPS. Teknik analisa data yang digunakan adalah *product moment pearson*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan memiliki arah negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X. Koefisien korelasi yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar -0.244, memberikan gambaran bahwa terdapat hubungan yang rendah diantara kedua variabel. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa efikasi diri adalah satu variabel yang dapat menentukan tingkat prokrastinasi akademik pada siswa, terutama selama menjalankan pembelajaran jarak jauh yang mengharuskan tidak adanya pengawasan secara langsung dari guru. Selain itu, baik efikasi diri maupun prokrastinasi akademik tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin dan jurusan siswa di sekolah.

**Kata Kunci:** Efikasi Diri, Prokrastinasi Akademik, Siswa

### Abstract

*Academic procrastination is a problem that often arises among students. The current pandemic situation requires teaching and learning activities to be carried out online. The online learning system also resulted in changes ranging from a short duration of material giving and more emphasis on giving assignments. Giving assignments that are piling up and the lack of assistance and supervision to students can result in students delaying the work given. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and academic procrastination in class XI students at SMA X online learning during the pandemic. The sample used is all students from the population so that it is included in the saturated sampling technique. The number of students who became subjects in this study were 223 students from both science and social studies majors. The data analysis technique used is Pearson's product moment. The results of this study indicate a significant and negative relationship between self-efficacy and academic procrastination in class XI students at SMA X. The correlation coefficient obtained in this study is -0.244, giving an illustration that there is a low relationship between the two variables. Based on the research results, it is known that self-efficacy is a variable that can determine the level of academic procrastination in students, especially during distance learning which requires no direct supervision from the teacher. In addition, both self-efficacy and academic procrastination were not influenced by gender and students' majors at school.*

**Keyword:** Self-Efficacy, Academic Procrastination, Student

## PENDAHULUAN

Masyarakat di Indonesia sebagian besar sudah tidak asing lagi dengan istilah Covid-19 (*corona virus disease-19*), dimana setahun belakangan ini seringkali muncul dan diberitakan dalam berbagai media, baik media cetak seperti koran maupun media digital seperti televisi. Covid-19 menjadi semakin banyak dibicarakan akibat tingkat penularan yang sangat tinggi. Hal ini dikarenakan virus tersebut dapat menyebar melalui saluran pernafasan dan langsung berdampak pada berbagai lapisan yang ada di masyarakat (Indrawati, Risfianty, & Fitriah, 2020). WHO (*world health organization*) atau badan kesehatan dunia memberikan himbauan agar masyarakat menerapkan *social-physical distancing* yang mengharuskan masyarakat untuk mengurangi melakukan kegiatan sosial yang melibatkan kontak fisik agar terhindar dari penularan virus sekaligus memutus rantai penyebaran virus corona ini. Berdasarkan himbauan tersebut pemerintah Indonesia juga segera menerapkan berbagai kebijakan untuk membatasi pergerakan masyarakat atau yang dikenal dengan istilah pembatasan sosial berskala besar (PSBB). Pemberlakuan PSBB mengharuskan masyarakat untuk tidak boleh berkerumun dan harus menjaga jarak sekitar satu hingga dua meter, menggunakan masker ketika berada diluar ruangan, dan himbauan untuk sering mencuci tangan (Mona, 2020).

Pemberlakuan PSBB juga berdampak pada bidang pendidikan. Pendidikan pada dasarnya merupakan proses yang berlangsung secara berkelanjutan dan tak pernah berakhir (*never ending process*) karena pendidikan berlangsung sejak dari lahir hingga akhir hayat (Sujana, 2019). Secara umum pendidikan dilaksanakan dengan cara bertatap muka secara langsung antara tenaga pendidik atau guru dan juga peserta didik atau siswa, walaupun demikian juga terdapat sistem pembelajaran lain yaitu pembelajaran dalam jaringan (daring). Pembelajaran daring dalam hal ini mulai terkenal sejak munculnya pandemi virus corona 19. Selama masa PSBB, sistem pembelajaran berubah menjadi daring sesuai anjuran pemerintah melalui kementerian pendidikan dan kebudayaan (Kemendikbud) dimana sistem pembelajaran yang tadinya dilakukan dengan bertatap muka secara langsung (*offline*) harus digantikan dengan model pembelajaran daring (*online*) selama masa darurat Covid-19 (Dewi, 2020).

Menurut Pohan (2020) pembelajaran daring merupakan kegiatan belajar mengajar secara formal yang dilakukan tanpa bertatap muka secara langsung melainkan menggunakan media elektronik yang terkoneksi dengan jaringan internet (*online*). Selama masa PSBB, pembelajaran daring di Indonesia diberlakukan bagi setiap jenjang pendidikan mulai dari TK (Taman Kanak-kanak) hingga jenjang pendidikan di perguruan tinggi. Sistem pembelajaran daring mengharuskan semua kegiatan

belajar mengajar tanpa terkecuali dilakukan secara *online* mulai dari absensi kehadiran, penyampaian materi, penugasan atau pemberian soal hingga pengumpulan kembali tugas yang telah diberikan. Pembelajaran secara daring bukan merupakan sebuah hal yang baru di dunia pendidikan terutama di jenjang pendidikan tingkat universitas, akan tetapi hal tersebut secara umum merupakan hal yang baru bagi tingkat pendidikan dibawahnya seperti jenjang SMA.

Pembelajaran daring tidak terlepas dari adanya keadaan mendesak yang mengharuskan berbagai pihak untuk menyesuaikan dengan perubahan sistem yang ada, terutama pihak-pihak yang terlibat secara langsung dalam kegiatan belajar mengajar yaitu pengajar atau guru dan juga peserta didik atau siswa. Siswa atau peserta didik merupakan istilah bagi seseorang yang sedang menjalankan atau mengikuti jenjang pendidikan tertentu (Widyaningrum & Susilarini, 2021). Baik siswa maupun guru memerlukan persiapan yang dilakukan untuk sistem pembelajaran daring. Beberapa persiapan tersebut adalah mempersiapkan gawai, fasilitas internet, media pembelajaran berbasis elektronik seperti *google meet*, *google classroom*, *zoom* dan lain sebagainya. Hal ini tentu menjadi permasalahan tersendiri mengingat akses internet yang kurang atau bahkan tidak merata, mahal biaya kuota internet yang harus disediakan, bahkan masalah yang paling mendasar adalah akses atau kepemilikan gawai yang hanya dimiliki oleh kalangan tertentu (Rigianti, 2020).

Permasalahan-permasalahan yang terjadi selama diberlakukannya sistem pembelajaran daring juga diteliti oleh peneliti dalam studi pendahuluan di SMA X. Hasilnya menunjukkan beberapa siswa mengeluhkan tentang penyampaian materi yang kurang maksimal baik dikarenakan faktor jaringan *internet* maupun kecakapan tenaga pendidik dalam mengoperasikan gawai. Permasalahan yang muncul ini memicu siswa untuk menunda dalam mengerjakan tugas. Para siswa beralasan bahwa beban tugas yang diberikan cukup berat karena mereka kurang memahami materi yang diberikan untuk dapat menjawab tugas yang diberikan. Selain itu, para siswa juga kurang percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya, takut salah dan lebih memilih untuk menunggu siswa lain yang lebih memahami materinya selesai mengerjakan tugas yang diberikan. Tidak jarang beberapa diantara para siswa tersebut juga terlambat dalam melakukan pengumpulan tugas dikarenakan penundaan yang dilakukannya. Terlebih lagi selama pembelajaran daring, sebagian besar waktu siswa dihabiskan dirumah. Hal ini membuat para siswa memiliki kontrol penuh dalam penggunaan waktu tersebut. Beberapa siswa mengaku bahwa dirinya sering tidur larut malam dikarenakan setelah jam pembelajaran berakhir banyak menghabiskan

waktunya untuk melakukan aktivitas yang lain. Beberapa aktivitas tersebut seperti bermain *game*, pergi ke warung kopi, berkendara malam menggunakan motor (*night ride*), melihat *YouTube* dan lain sebagainya. Aktivitas-aktivitas lain yang menyita waktu tersebut membuat para siswa malas untuk mengerjakan tugas yang didapatkan selama pembelajaran daring sehingga melakukan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik seringkali menjadi efek samping dari permasalahan yang muncul selama pembelajaran daring, selain yang dikarenakan permasalahan teknis dalam proses pelaksanaannya. (Ningsih, Yandri, Sasferi, & Juliawati, 2020). Prokrastinasi akademik merupakan salah satu permasalahan yang umum dilakukan oleh siswa walaupun demikian selama ini, penelitian mengenai prokrastinasi akademik pada siswa masih sangat minim dan lebih banyak berfokus pada mahasiswa. Prokrastinasi akademik seringkali menjadi salah satu permasalahan yang dialami oleh siswa selama menjalani pembelajaran. Setiap perbuatan yang bertujuan untuk menunda atau menghindari mengerjakan tugas atau tanggung jawabnya sering dikatakan sebagai bentuk dari prokrastinasi. Tugas dan tanggungjawab dalam hal ini adalah penugasan yang diberikan guru kepada siswa. Menurut Ferrari (1995) prokrastinasi adalah setiap perbuatan yang dilakukan secara sengaja dengan tujuan untuk melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi merupakan segala sesuatu yang dilakukan oleh individu dengan tujuan untuk melakukan penghindaran terhadap tugas dan juga tanggung jawabnya. Seseorang yang melakukan perilaku prokrastinasi disebut dengan istilah prokrastinator. Prokrastinasi dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik yang banyak muncul dalam menyelesaikan tugas atau pekerjaan rumah yang diberikan selama kegiatan belajar mengajar.

Prokrastinasi akademik yang seringkali diteliti pada mahasiswa adalah prokrastinasi terkait dengan penundaan mengerjakan skripsi hal ini dapat dikarenakan berbagai hal seperti adanya tugas-tugas lain yang dirasa cukup sulit dan dianggap sebagai penghambat (Azkarina & Dewi, 2019). Prokrastinasi juga terdapat pada siswa yang memiliki berbagai macam bentuk antara lain, tidak mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah secara mandiri dan cenderung menggantungkan tugas tersebut pada teman yang lain, menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan dikarenakan berbagai alasan, keterlambatan dalam pengumpulan tugas dan pemikiran yang tidak rasional (Ilyas & Suryadi, 2017). Beberapa siswa lebih memilih untuk melakukan hal-hal yang dianggapnya lebih menyenangkan dibandingkan dengan mengerjakan tugas

yang menurutnya terlalu susah dan diluar dari kemampuan yang dimilikinya (Widyaningrum & Susilarini, 2021). Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa prokrastinator memiliki manajemen waktu yang kurang dan jika dilihat dari sudut pandang psikologis prokrastinator juga memiliki keraguan terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam menyelesaikan tugas.

Terdapat beberapa aspek dalam prokrastinasi menurut Ferrari (1995) yaitu adanya penundaan dalam memulai serta menyelesaikan tugas, dimana prokrastinator secara sengaja melakukan penundaan atau penghindaran terhadap tugas yang seharusnya diselesaikan. Aspek selanjutnya yaitu keterlambatan dalam mengerjakan tugas, berupa prokrastinator yang cenderung memerlukan waktu lebih lama untuk melakukan persiapan dalam mengerjakan suatu tugas dan lebih banyak menghabiskan waktunya untuk kegiatan-kegiatan lain yang tidak berhubungan dengan penyelesaian tugas. Berikutnya terdapat aspek kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual yaitu kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu atau *dateline* yang telah ditetapkan baik yang diterapkan oleh orang lain maupun dirinya sendiri. Aspek yang terakhir yaitu melakukan aktivitas lain yang dirasa lebih menyenangkan, dimana menghabiskan waktunya untuk melakukan kegiatan atau aktifitas lain yang dianggapnya lebih menyenangkan seperti berjalan-jalan, berbelanja, membaca koran, majalah atau buku cerita, nonton, mengobrol, mendengarkan musik, melihat media sosial dan lain sebagainya. Berdasarkan penjelasan mengenai aspek prokrastinasi akademik maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik memiliki empat aspek yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang dirasa lebih menyenangkan.

Prokrastinasi dapat terjadi karena dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain *self-regulatory failure* (kegagalan dalam pengaturan diri), rendahnya *self-efficacy*, *self-control*, dan keyakinan irasional atau dalam hal ini yaitu takut akan kegagalan dan perfeksionis (Lumonga, 2014). Sedangkan faktor prokrastinasi menurut Ferrari (1995) dapat dibagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik individu dan kondisi psikologis, kondisi fisik merupakan keadaan fisik yang melekat pada diri individu sedangkan kondisi psikologis mencakup motivasi intrinsik yaitu dorongan dari dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu kemudian efikasi diri yang merupakan keyakinan individu yang berkaitan dengan kemampuan dan kesanggupan dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas, kontrol diri yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri dalam menentukan prioritas yang telah dibuat, dan juga

kesadaran diri yang merupakan kemampuan untuk mengenali diri sendiri, sedangkan faktor eksternal dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dimana individu berada yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan prokrastinasi.

Berdasarkan pendapat yang telah disebutkan menunjukkan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh beberapa faktor dimana salah satunya merupakan efikasi diri. Menurut Bandura (1997) efikasi diri (*self-efficacy*) adalah keyakinan yang dimiliki oleh individu terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas yang diberikan dengan baik. Sedangkan Kristiyani (2020) mengemukakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan yang dimiliki oleh individu mengenai kemampuan atau kompetensi dan juga performa yang dimilikinya. Efikasi diri merupakan salah satu faktor penting untuk dimiliki oleh siswa selama menjalani pendidikan, Bandura (1997) menyebutkan semakin tinggi efikasi diri seseorang maka semakin tinggi dan juga keras usaha yang dilakukannya untuk mengembangkan dirinya terhadap tuntutan situasi dan kondisi yang ada, sedangkan semakin rendah efikasi diri yang dimiliki akan menghambat perkembangan kemampuan pada individu tersebut. Efikasi diri berkaitan erat dengan konsep diri harga diri, dan *locus of internal*.

Bandura (1997) menyebutkan bahwa terdapat beberapa aspek dari efikasi diri antara lain yang pertama *magnitude* (tingkat kesulitan) yang merupakan tingkat atau bobot tugas yang diberikan yang akan mempengaruhi perilaku individu. Pada aspek tingkat ini dapat memperlihatkan mengenai persepsi siswa terhadap beban tugas yang diterima, sehingga dapat menunjukkan tingkatan siswa dalam mengerjakan tugas tersebut. Aspek yang kedua yaitu *strength*, berupa aspek yang berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya. Keyakinan ini banyak berperan dalam niat siswa untuk mengerjakan suatu tugas. Aspek ketiga yaitu *generality* (generalitas) yang berkaitan dengan seberapa luas cakupan perilaku yang diyakini oleh individu yang mampu dilaksanakan. Aspek ini lebih menekankan pada luasnya cakupan perilaku dari siswa dalam usaha untuk mengerjakan tugas. Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dalam efikasi diri yaitu *magnitude*, *strength*, dan *generality*.

Efikasi diri sangat penting bagi siswa mengingat kondisi pandemi yang mengharuskan diberlakukannya pembelajaran daring sehingga siswa dituntut untuk aktif secara mandiri mencari sumber-sumber bacaan atau referensi lain ketika terdapat sesuatu yang kurang jelas dalam penyampaian materi yang telah diberikan dengan memaksimalkan fasilitas yang tersedia, sehingga dapat berguna dalam proses pembelajaran mulai dari penyelesaian tugas, presentasi dan juga mengerjakan ujian. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang baik akan

cenderung untuk memiliki usaha yang lebih besar dan juga kuat dalam menghadapi kesulitan dalam proses pembelajaran (Lubis, 2018). Hal yang sama juga diungkapkan oleh penelitian lain bahwa siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan mempengaruhi siswa dalam menghadapi tugas akademik sehingga siswa lebih percaya diri yang kemudian dapat memunculkan motivasi untuk melakukan upaya yang lebih keras untuk menyelesaikan tugas jika dibandingkan siswa yang memiliki efikasi diri rendah (Yuniarti, Setyowani, & Sunawan, 2018). Prokrastinator akan cenderung memiliki rasa cemas, takut mengalami kegagalan, selalu mengalami ketergantungan, susah dalam melakukan pengambilan keputusan, kurang berani mengambil risiko, kurang memiliki otonomi, cenderung susah untuk beradaptasi, kesulitan dalam memberikan penilaian terhadap kemampuan personal dan kompetensi diri, kurang menyukai pemberian tugas, tidak tegas, serta cenderung melawan aturan (Risdiantoro, Iswinarti, & Hasanati, 2016). Efikasi diri memiliki peran yang cukup besar terhadap prokrastinasi akademik oleh karena itu efikasi diri merupakan salah satu hal yang perlu untuk diperhatikan (Lestari & Dewi, 2018).

Berdasarkan pemaparan fenomena tersebut dapat diketahui bahwa prokrastinasi merupakan salah satu efek samping dari diberlakukannya pembelajaran daring selama masa darurat covid-19. Masalah ini harus segera dicari jalan keluarnya sehingga siswa mampu memahami materi pembelajaran secara penuh mengingat setelah menyelesaikan jenjang pendidikan sekolah menengah atas mereka akan dihadapkan dengan persaingan di perguruan tinggi yang mengharuskan mereka untuk bersaing dalam hal pengetahuan untuk dapat memasuki perguruan tinggi yang diharapkan. Selain memperoleh kepuasan pencapaian siswa yang mampu diterima di perguruan tinggi negeri (PTN) favorit juga akan berdampak pada citra sekolah itu sendiri. Penelitian ini memiliki keunikan tersendiri jika dibandingkan penelitian yang telah ada diantaranya subjek penelitian ini adalah siswa yang jarang digunakan dimana penelitian lain masih berfokus pada mahasiswa, keunikan lain dari penelitian ini dilakukan ketika siswa menjalani pembelajaran daring selama tanggap darurat covid-19.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang datanya berbasis dengan angka, dimana angka tersebut kemudian dapat diuji atau dianalisis dengan menggunakan analisis statistik (Mamik, 2014). Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasi dimana menurut Jannah (2018) pendekatan korelasi merupakan penelitian yang memiliki tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua atau lebih variabel.

Populasi dari penelitian ini adalah 491 siswa yang merupakan siswa kelas XI SMA X di Sidoarjo. Keseluruhan siswa kelas XI di SMA X ini merupakan suatu keseluruhan atau generalisasi fenomena yang ingin diteliti dalam penelitian ini (Priyono, 2016). Populasi menurut Siyoto dan Sodik (2015) berupa totalitas subjek dalam penelitian ini yaitu 491 siswa kelas XI di SMA X dapat memberikan informasi (data) penelitian. Sampel dalam penelitian ini merupakan populasinya sendiri, yaitu keseluruhan siswa kelas XI SMA X dengan jumlah 491 siswa. Teknik *sampling* yang dilakukan ini termasuk dalam sampel jenuh yang berarti semua jumlah populasi diambil dan dijadikan sampel. Teknik *sampling* jenuh menurut Sugiyono (2011) merupakan teknik untuk menentukan sampel apabila keseluruhan jumlah populasi digunakan sebagai sampel.

Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti dilakukan dengan penyebaran instrumen melalui media *google form*. Peneliti melakukan pengumpulan data dari responden dengan cara menyebarkan link *google form* yang berisi skala efikasi diri dan prokrastinasi pada siswa. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala, yang menurut Jannah (Jannah, 2018) merupakan suatu instrumen berbentuk kuisisioner yang berisi daftar pertanyaan. Karakteristik dari teknik pengumpulan data skala adalah memiliki alternatif jawaban yang dapat menggambarkan diri individu. Instrumen dalam penelitian ini berisi pilihan jawaban yang bisa dipilih oleh subjek dimana jawaban tersebut bersifat variatif yang terdiri dari dua hingga lima pilihan jawaban (Jannah, 2018). Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *likert* dengan empat pilihan jawaban sangat setuju (SS), setuju (S), ragu-ragu (R) tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Penggunaan empat alternatif jawaban dalam penelitian ini dimaksudkan untuk untuk mengantisipasi jawaban dari subjek yang lebih banyak memilih jawaban ditengah-tengah yang nantinya akan dapat mempengaruhi tingkat validitas aitem. Penelitian ini akan menggunakan dua skala masing-masing terdiri dari skala efikasi diri dan juga skala prokrastinasi akademik. Skala efikasi pada penelitian ini merupakan skala adaptasi berdasarkan teori dari Bandura (1997), sedangkan skala Prokrastinasi Akademik mengacu pada teori Ferrari (1995).

Skala yang digunakan sebagai instrumen dalam penelitian ini telah melalui tahapan uji terlebih dahulu untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan bantuan *product moment pearson* untuk mengetahui tingkat validitas dari masing-masing item dalam skala, sedangkan uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *alpha crocbach* untuk mengetahui tingkat kepercayaan dari skala yang digunakan. Uji coba skala dalam penelitian ini dilakukan dengan menyebar instrumen kepada 50

responden yang merupakan bagian dari subjek penelitian. Hasil yang diperoleh menunjukkan validitas yang tinggi baik dalam skala efikasi diri dan skala prokrastinasi akademik. Hal ini diketahui berdasarkan nilai *pearson corellation* dari keseluruhan item dalam skala yang valid ( $r_{hitung} > 0,235$ ). Reliabilitas dari kedua skala juga termasuk dalam kategori tinggi karena memiliki nilai yang cukup tinggi pula yaitu 0.838 ( $p > 0,6$ ) untuk skala efikasi diri dan skala prokrastinasi akademik sebesar 0.885 ( $p > 0,6$ ). Berdasarkan perhitungan validitas dan reliabilitas pada hasil uji coba instrumen maka dapat disimpulkan bahwa intrumen yang digunakan dalam penelitian ini valid dan reliabel, baik pada skala efikasi diri dan skala prokrastinasi akademik.

Teknik analisis data yang dilakukan pada penelitian ini berguna untuk mengetahui ada atau tidaknya dan seberapa besar hubungan yang terjadi antara variabel bebas dan variabel terikatnya. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik sehingga teknik statistik yang digunakan merupakan teknik analisis data korelasi yaitu korelasi *product moment* dari *Carl Pearson* dengan menggunakan *software SPSS 24.0 for windows*. Teknik korelasi ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Teknik analisa data dilakukan dengan menggunakan uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi penelitian ini menggunakan uji normalitas dan uji linearitas sebagai syarat sebelum melakukan uji hipotesis berupa korelasi. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *Kolmogrov Smirnov* dengan tujuan untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh, sedangkan uji linearitas menggunakan *Anava table* untuk mengetahui linearitas antara kedua variabel dimana dalam penelitian ini yaitu efikasi diri dan prokrastinasi akademik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. *Setting* Penelitian

Data dalam penelitian ini diperoleh melalui kuesioner yang disebar dengan media *google form*. Responden yang bersedia untuk mengisi kuesioner terdapat sejumlah 223 siswa. Jumlah keseluruhan responden ini kemudian dibagi menjadi 50 siswa untuk uji coba alat ukur dan 173 siswa sebagai subjek penelitian. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka diketahui sebaran data sebagai berikut:

**Tabel 1. Gambaran Subjek Penelitian**

Data Demografi	Kriteria	Jumlah Subjek	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	62	36%
	Perempuan	111	64%
Jurusan	IPA	112	65%
	IPS	61	35%

Berdasarkan Tabel 1. Gambaran Subjek Penelitian maka diketahui bahwa subjek penelitian ini terdiri dari siswa laki-laki sebanyak 36% dan 64% siswa perempuan. Subjek juga terbagi menjadi 2 berdasarkan jurusan yaitu 65% IPA dan 35% IPS. Hal ini menunjukkan bahwa kebanyakan subjek dalam penelitian ini merupakan perempuan dengan jumlah 111 siswa. Mayoritas subjek juga termasuk dalam jurusan IPA sebanyak 112 siswa.

**2. Statistik Deskriptif**

Data penelitian yang diperoleh, diolah untuk mendapatkan deskripsi statistiknya. Hasil olahan tersebut sebagai berikut:

**Tabel 2. Statistik Deskripsi**

	N	Min	Max	Mean	SD
Efikasi Diri	173	26	50	38,22	4,855
Prokrastinasi Akademik	173	24	103	59,11	15,009

Berdasarkan tabel di atas maka diketahui rata-rata nilai pada masing-masing skala. Skala efikasi diri memiliki nilai rata-rata yang lebih kecil dibandingkan nilai rata-rata prokrastinasi akademik yaitu sebesar 38,22 dengan nilai maksimum 50 dan nilai minimum 26. Rata-rata nilai dari skala prokrastinasi akademik yaitu sebesar 59,11 dengan rentang nilai minimumnya 24 dan nilai maksimumnya 103. Adapun untuk standar deviasi menunjukkan skala efikasi diri sebesar 4,855 yang lebih rendah dibandingkan standar deviasi prokrastinasi akademik yaitu 15,009. Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data pada prokrastinasi akademik lebih bervariasi dibandingkan sebaran data pada efikasi diri

**Tabel 3. T-Test Jenis Kelamin Pada Variabel Prokrastinasi Akademik**

Jenis Kelamin	N	Mean	Sig.
Perempuan	111	57,52	0,087
Laki-Laki	62	61,95	

Berdasarkan tabel hasil analisa di atas dapat diketahui bahwa siswa laki-laki memiliki nilai rata-

rata prokrastinasi akademik yang lebih tinggi yaitu 61,95 dibandingkan dengan nilai rata-rata prokrastinasi akademik pada perempuan yang menunjukkan angka 57,52. Nilai ini memiliki arti bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada siswa laki-laki di SMA X lebih tinggi jika dibandingkan dengan siswa perempuan. Nilai sig yang ditunjukkan pada tabel yaitu sebesar 0,087 ( $p > 0,05$ ) hal ini menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin.

**Tabel 4. T-Test Jenis Kelamin Pada Variabel Efikasi Diri**

Jenis Kelamin	N	Mean	Sig.
Perempuan	111	38,28	0,839
Laki-Laki	62	38,11	

Berdasarkan table 4 di atas dapat diketahui bahwa pada siswa perempuan memiliki nilai rata-rata efikasi diri yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dapat diketahui dari nilai rata-rata pada siswa perempuan yang menunjukkan angka 38,28 sedangkan laki-laki sebesar 38,11. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa siswa perempuan pada kelas XI di SMA X memiliki tingkat efikasi diri yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan laki-laki. Nilai sig pada tabel tersebut 0,839 ( $p > 0,05$ ) menandakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap efikasi diri jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin.

**Tabel 5. Hasil Uji Beda Jurusan**

Variabel	Jurusan	N	Mean	Sig
Prokrastinasi Akademik	IPA	112	58,67	0,603
	IPS	61	59,92	
Efikasi Diri	IPA	112	37,71	0,063
	IPS	61	39,15	

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat terlihat bahwa pada variabel prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMA X jurusan IPS memiliki nilai rata-rata yang lebih tinggi yaitu 59,92 jika dibandingkan dengan siswa jurusan IPA dengan nilai rata-rata 58,67. Hal ini memberikan arti bahwa siswa jurusan IPS memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa pada jurusan IPA. Nilai sig pada prokrastinasi akademik sebesar 0,603 ( $p > 0,05$ ) dengan arti tidak memiliki perbedaan yang signifikan pada tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMA X berdasarkan jurusan.

Tabel 5 di atas menunjukkan pula mengenai efikasi diri pada siswa kelas XI di SMA X jurusan IPS memiliki nilai rata-rata 39,15 yang lebih besar dibandingkan jurusan IPA dengan nilai rata-rata 37,71. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa tingkat efikasi diri pada jurusan IPS lebih besar jika dibandingkan dengan efikasi diri pada jurusan IPA. Nilai sig yang ditunjukkan sebesar 0,063 ( $>0,05$ ) yang berarti di SMA X tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada efikasi diri jika ditinjau berdasarkan jurusan.

**Tabel 6. Hasil Kategorisasi Efikasi Diri**

Kategori	Nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 23,4$	0	0
Sedang	$23,4 \leq X < 36,6$	62	35,8
Tinggi	$36,6 \leq X$	111	64,2

Berdasarkan tabel kategorisasi nilai efikasi diri di atas, maka dapat diketahui bahwa kategori rendah berada dibawah 23,4. Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat siswa yang termasuk dalam kategori rendah. Kategori sedang diperoleh sebanyak 62 siswa yang ditunjukkan dari nilai yang lebih dari atau sama dengan 23,4 hingga kurang dari 36,6. Kategori tinggi efikasi diri ditunjukkan oleh 111 siswa yang berada pada nilai yang lebih besar dari 36,6. Nilai efikasi diri siswa yang banyak berada pada kategori tinggi memberikan arti bahwa siswa kelas XI di SMA X memiliki kepercayaan diri yang tinggi terhadap kemampuan yang dimilikinya dan akan memberikan usaha yang lebih dalam setiap kegiatan belajarnya.

**Tabel 7. Hasil Kategorisasi Prokrastinasi Akademik**

Kategori	Nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 46$	36	20,8
Sedang	$46 \leq X < 78$	125	72,3
Tinggi	$78 \leq X$	12	6,9

Berdasarkan tabel kategorisasi tersebut diketahui sebesar 20,8% atau 36 siswa di SMA X memiliki prokrastinasi diri yang rendah dengan nilai yang kurang dari 46, hal ini berarti siswa tersebut tidak suka untuk melakukan penundaan pengerjaan tugas dan lebih cenderung untuk segera mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah yang diberikan sesegera mungkin. Kategori berikutnya yaitu sedang dengan persentase 72,3% atau sekitar 125 siswa yang termasuk dalam kategori ini, artinya sebagian besar siswa memiliki kecenderungan untuk melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas dan tanggung jawabnya sebagai siswa. Siswa kelas XI di SMA X

sebanyak 6,9% atau 12 individu juga tercatat memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi, hal ini menandakan siswa tersebut lebih cenderung untuk melakukan penundaan terhadap tugas-tugas yang diberikan.

### 3. Analisis Data

#### a. Hasil Uji Asumsi

##### 1. Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji asumsi awal berupa uji normalitas untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran data dari kedua variabel dalam penelitian. Uji normalitas dilakukan melalui *test of normality Kolmogrov-Smirnov*. Hasil uji normalitas yang diperoleh dalam penelitian ini adalah:

**Tabel 8. Hasil Uji Normalitas Data**

Variabel	Nilai Sig.	Keterangan
Efikasi Diri	0,402	Normal
Prokrastinasi Akademik	0,236	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi antara dua variabel yaitu efikasi diri sebesar 0,402 dan prokrastinasi akademik sebesar 0,236. Masing-masing nilai signifikansi yang dihasilkan pada kedua variabel lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ) berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini sebaran data berdistribusi normal.

##### 2. Uji Linieritas

Uji asumsi yang selanjutnya yaitu uji linieritas untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara kedua variabel dalam penelitian ini. Uji linearitas sebagai uji asumsi harus dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis berupa korelasi (Gunawan, 2017). Adapun kriteria pada uji linieritas adalah:

**Tabel 9. Pedoman Distribusi Linieritas**

Nilai Signifikansi	Keterangan
Sig. $< 0,05$	Linier
Sig. $> 0,05$	Tidak Linier

Sebaran data dinyatakan linier jika nilai signifikansi hasil uji linieritas yang ditunjukkan bernilai kurang dari 0,05. Apabila hasil nilai signifikansi menunjukkan lebih dari 0,05 maka sebaran data dapat dikatakan tidak linier. Berikut merupakan

hasil uji linieritas pada variabel efikasi diri dengan prokrastinasi akademik:

**Tabel 10. Hasil Uji Linieritas**

	Nilai Sig.	Keterangan
<b>Efikasi Diri* Prokrastinasi Akademik</b>	0,002	Linier

Berdasarkan hasil uji linieritas yang telah disajikan pada tabel di atas maka dapat diketahui bahwa nilai signifikansi *linierity* dua variabel dalam penelitian ini yaitu efikasi diri dengan prokrastinasi akademik bernilai 0,002. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat linier hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi pada uji linieritas yang menunjukkan skor kurang dari 0,05.

**b. Hasil Uji Hipotesis**

Tujuan dilakukannya uji hipotesis adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan sekaligus membukikan hipotesis penelitian ini. Berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data bersifat normal dan uji linieritas menunjukkan hubungan kedua variabel linier maka untuk uji hipotesis dilakukan dengan korelasi *product moment*. Hasil uji hipotesis yang telah dilakukan pada kedua variabel penelitian ini ialah sebagai berikut:

**Tabel 11. Hasil Uji Hipotesis**

Variabel	Pearson Correlation	Nilai Sig
Efikasi Diri* Prokrastinasi Akademik	-0,244	0,001

Berdasarkan tabel hasil uji hipotesis di atas maka dapat diketahui bahwa nilai korelasi antara variabel efikasi diri dengan prokrastinasi akademik sebesar -0,244 ( $r_{hitung} > 0,149$ ) yang menandakan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang lemah. Nilai negatif yang ditunjukkan menandakan bahwa hubungan kedua variabel tidak searah. Hipotesis yang diajukan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X dapat diterima. Berdasarkan hasil uji korelasi diketahui bahwa nilai signifikansi bernilai 0,001 dan kurang dari

0,05 maka hubungan variabel efikasi diri bersifat signifikan dengan prokrastinasi akademik.

**PEMBAHASAN**

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X memiliki hubungan yang signifikan. Hal ini diketahui berdasarkan nilai signifikansi antara kedua variabel yang menunjukkan nilai 0,001 ( $p < 0,05$ ). Nilai korelasi yang ditunjukkan pada hasil penelitian ini termasuk dalam kategori lemah karena memiliki nilai -0,244 ( $r_{hitung} > 0,149$ ). Perbedaan nilai rata-rata antara efikasi diri yang lebih rendah dibandingkan nilai rata-rata prokrastinasi akademik menjadikan hubungan yang dimunculkan menjadi lemah. Selain itu, nilai rata-rata yang diperoleh menunjukkan bahwa siswa kelas XI di SMA X memiliki efikasi diri yang lebih rendah dibandingkan dengan nilai rata-rata prokrastinasi akademiknya. Hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut juga menunjukkan nilai yang negatif, berarti antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X memiliki hubungan yang tidak searah. Semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dimunculkan. Hal ini diketahui berdasarkan nilai rata-rata efikasi diri yang rendah sejalan dengan nilai rata-rata prokrastinasi akademik yang lebih tinggi.

Prokrastinasi akademik seringkali dikatakan sebagai perilaku yang secara sengaja dimunculkan dengan tujuan menunda mengerjakan suatu tugas (Ferrari, 1995). Prokrastinasi akademik dapat muncul pada siapa saja, termasuk pada siswa maupun mahasiswa. Penelitian ini melakukan kajian mengenai prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa rata-rata prokrastinasi akademik memiliki nilai 59,11 dan mayoritas subjek sebanyak 125 siswa memiliki nilai yang berada pada kategori sedang yaitu antara nilai 46 hingga 78. Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMA X berada pada tingkat sedang. Prokrastinasi akademik pada tingkat ini dapat diketahui berdasarkan aspek yang membentuknya dimana menurut Ferrari (1995) terdapat 4 aspek di dalamnya yaitu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, serta aktivitas yang lebih menyenangkan. Prokrastinasi akademik yang berada pada tingkat sedang menunjukkan bahwa siswa kelas XI di SMA X masih melakukan prokrastinasi akademik namun dengan tingkatan yang tidak tinggi.

Tingkat prokrastinasi akademik dari siswa kelas XI di SMA X juga menunjukkan bahwa laki-laki cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan.

Hal ini diketahui berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh dari siswa laki-laki sebanyak 62 siswa yaitu 61,95 dan 57,52 pada siswa perempuan sebanyak 111 siswa. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa laki-laki lebih mudah dalam menunda mengerjakan tugas, meskipun demikian hal ini juga tidak menjadikan siswa perempuan tidak mudah dalam menunda mengerjakan tugas. Selain itu, diketahui pula nilai signifikan 0,087 ( $p > 0,05$ ) yang diperoleh antara siswa laki-laki dan perempuan pada prokrastinasi akademik tidak menunjukkan adanya perbedaan. Jenis kelamin pada siswa kelas XI di SMA X tidak memberikan perbedaan yang signifikan pada prokrastinasi akademik, sehingga dapat dikatakan bahwa jenis kelamin bukanlah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik.

Penelitian ini menjelaskan pula mengenai tingkat prokrastinasi akademik berdasarkan jurusan siswa kelas XI di SMA X. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa baik jurusan IPA maupun IPS tidak menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Hal ini diketahui berdasarkan nilai signifikan yang ditunjukkan yaitu 0,603 ( $p > 0,05$ ), meskipun demikian nilai rata-rata yang ditunjukkan dari masing-masing jurusan memberikan gambaran bahwa jurusan IPS sedikit lebih tinggi dibandingkan jurusan IPA. Mata pelajaran yang tidak jauh berbeda antara jurusan IPA dan IPS turut mempengaruhi prokrastinasi akademik yang dimunculkan oleh siswa. Berdasarkan hasil yang diperoleh ini maka dapat dikatakan bahwa jurusan di sekolah baik IPA maupun IPS bukan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X.

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara negatif antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X. Hasil ini mendukung hasil dari penelitian yang sebelumnya yang dilakukan oleh Iskandar, Aspin, dan Pambudhi (Iskandar, Aspin, & Pambudhi, 2020) yaitu terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik siswa SMA. Efikasi diri siswa yang rendah menjadi sejalan dengan prokrastinasi akademik siswa yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa keyakinan siswa dalam dirinya mengenai kemampuan mengerjakan tugas termasuk cukup rendah sehingga memunculkan adanya perilaku menunda dalam mengerjakan tugas.

Hasil dari penelitian ini juga mendukung penelitian serupa mengenai efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Penelitian tersebut dilakukan di SMA IT Raflesia Depok dengan hasil yang sama yaitu terdapat hubungan signifikan yang negatif antara kedua variabel (Widyaningrum & Susilarini, 2021). Penelitian sebelumnya ini meneliti lebih luas cakupannya dengan menggunakan satu tambahan variabel independen yaitu

kontrol diri. Meskipun demikian, tetap memberikan hasil bahwa efikasi diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik. Siswa yang efikasi dirinya rendah maka dapat menunjukkan prokrastinasi akademik yang tinggi. Prokrastinasi akademik seringkali dilihat sebagai perilaku yang negatif, namun sebenarnya perilaku prokrastinasi akademik juga memiliki sisi lain yang dapat memberikan dampak positif. Ferrari (1995) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dilakukan dalam bentuk menunda mengerjakan tugas tidak tepat pada waktunya. Prokrastinasi akademik dapat memberikan faktor yang positif apabila dilakukan dengan tujuan untuk mempersiapkan diri lebih baik lagi ketika akan mengerjakan tugas. Selain itu prokrastinasi akademik juga tidak selalu memberikan dampak negatif ketika setiap tugas yang ditunda dapat dikerjakan dengan tepat waktu tanpa melewati batas pengumpulan tugas.

Ferrari (1995) menyebutkan bahwa faktor dari prokrastinasi akademik dapat dibagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa kondisi fisik dan psikologis individu. Secara internal maka dapat diketahui bahwa kondisi fisik dan psikologis saling mempengaruhi antara satu sama lain. Kondisi fisik lebih mengarah pada kesehatan dan daya tahan tubuh sedangkan kondisi psikologis lebih pada yang terdapat dalam diri individu seperti motivasi, kontrol diri dan efikasi diri. Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat diketahui berdasarkan kondisi lingkungan dimana individu berada yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan prokrastinasi.

Faktor dari prokrastinasi akademik juga diteliti lebih lanjut oleh Candra dkk (Candra, Wibowo, & Setyowani, 2014) pada siswa kelas XI SMA yang menyebutkan terdiri dari faktor internal berupa kondisi fisik dan kondisi psikologis, serta faktor eksternal berupa kondisi keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Faktor internal yang dominan disebutkan dalam penelitian tersebut yaitu kondisi fisik dimana salah satunya menyebutkan bahwa usia juga termasuk didalamnya. Siswa SMA terutama kelas XI umumnya berada pada rentang usia 16 hingga 18 tahun. Usia ini termasuk dalam tahap remaja madya dimana salah satu tugas perkembangannya yaitu mengetahui dan menerima kemampuan dirinya (Gunarsa, 2008). Hal ini dapat dikaitkan kembali dengan perilaku prokrastinasi akademik yang dimunculkan oleh siswa kelas XI di SMA X sebagai subjek dalam penelitian ini dengan tingkatan yang sedang. Prokrastinasi akademik pada siswa dapat muncul karena pengetahuan akan kemampuan yang dimiliki dalam dirinya seperti rendahnya efikasi diri membuat siswa cenderung menunda mengerjakan tugas meskipun dalam batas yang tidak terlalu tinggi. Siswa yang mengetahui kemampuan dalam dirinya maka dapat secara optimal

dalam mengatur diri sehingga mampu melakukan setiap hal sesuai dengan semestinya, seperti mengerjakan tugas tepat pada waktunya. Selain itu, remaja yang mampu dalam mengetahui dan menerima kemampuan dirinya dapat menjalankan setiap perannya baik sebagai siswa disekolah maupun peran lainnya ketika ia berada di luar sekolah.

Siswa SMA terutama yang berada pada kelas XI menunjukkan bahwa ia sedang berada pada tingkatan tengah di jenjang sekolah menengah atas. Pada masa tersebut siswa banyak mengeksplorasi diri sendiri sehingga memiliki kecenderungan dalam melakukan banyak hal disamping kewajibannya untuk belajar dan menuntut ilmu (Gunarsa, 2008). Efikasi diri dalam siswa SMA masih dapat berubah-ubah terutama ketika kegiatan pembelajaran di sekolah, terlebih saat ini yang dilakukan secara daring. Berdasarkan penelitian ini diketahui bahwa efikasi diri siswa kelas XI di SMA X memiliki efikasi diri yang cukup tinggi. Hal ini diketahui berdasarkan kategori nilai yang menunjukkan bahwa 64,2% sejumlah 111 siswa memperoleh nilai diatas 36,6. Nilai ini memberikan arti bahwa siswa kelas XI di SMA X memiliki efikasi diri yang tinggi. Efikasi diri menurut Bandura (1997) adalah keyakinan yang dimiliki oleh individu terhadap kemampuan dalam diri untuk menyelesaikan tugas yang diberikan dengan baik. Efikasi diri pada siswa SMA seringkali dimunculkan dalam bentuk keyakinan dalam diri sendiri untuk mengerjakan tugas seperti pekerjaan rumah maupun UTS dan UAS. Efikasi diri yang tinggi pada siswa kelas XI di SMA X menunjukkan bahwa para siswa mampu dalam menyakini setiap kemampuan yang dimiliki sehingga dapat memanfaatkannya dengan baik.

Efikasi diri pada siswa kelas XI di SMA X baik siswa laki-laki maupun perempuan tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Hal ini ditunjukkan dari nilai signifikansi sebesar 0,839 ( $p > 0,05$ ), sehingga efikasi diri siswa laki-laki dan perempuan sama-sama tinggi. Nilai rata-rata yang ditunjukkan antara siswa laki-laki dan perempuan pada efikasi diri yaitu 38,11 dan 38,28. Selain itu, efikasi diri siswa kelas XI di SMA X pada penelitian ini juga memperlihatkan tingkatan yang sama baik pada siswa jurusan IPA maupun IPS. Nilai signifikansi hasil uji-t pada jurusan IPA dan IPS menunjukkan angka 0,063 ( $p > 0,05$ ) yang memberikan arti bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Nilai rata-rata yang ditunjukkan juga sama-sama tinggi yaitu 37,71 pada siswa jurusan IPA dan 39,15 pada siswa jurusan IPS. Berdasarkan hasil yang dipaparkan tersebut maka dapat dikatakan bahwa jenis kelamin dan jurusan siswa kelas XI di SMA X bukan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri dijelaskan lebih lanjut dalam sebuah penelitian dengan

hasil berupa faktor internal dan eksternal (Mukti & Tentama, 2019). Faktor internal yang dapat memberikan pengaruh pada efikasi diri berasal dari dalam diri individu tersebut yaitu minat, kesabaran, resiliensi, karakter, motivasi belajar. Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi efikasi diri banyak berasal dari luar diri individu yaitu gaya kelekatan, perasaan hangat, goal orientasi, dan persuasi verbal. Faktor internal dan eksternal dapat memberikan pengaruh dalam efikasi diri yang sama besarnya termasuk pada siswa SMA.

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan memiliki arah negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa semakin rendah efikasi diri pada siswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang akan dimunculkan. Koefisien korelasi yang diperoleh dalam penelitian ini sebesar -0,244 ( $r_{hitung} > 0,149$ ), memberikan gambaran bahwa terdapat hubungan yang rendah diantara kedua variabel. Efikasi diri siswa kelas XI di SMA X berada pada tingkat tinggi sedangkan prokrastinasi akademiknya berada pada tingkat sedang. Efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada penelitian ini tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin dan jurusan siswa.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka diperoleh beberapa saran yang dapat disampaikan peneliti sebagai berikut:

#### **1. Bagi Guru**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan maka diketahui bahwa siswa menunjukkan adanya prokrastinasi akademik yang tinggi. Oleh karena itu diharapkan guru mampu memberikan tindakan maupun perlakuan yang dapat meningkatkan efikasi diri siswa. Guru dapat memberikan pemahaman dan pengetahuan yang lebih kepada siswa mengenai keyakinan dan kemampuan dalam diri sehingga mampu untuk mengembangkan pada hal yang lebih positif dan menekan munculnya perilaku negatif seperti prokrastinasi akademik.

#### **2. Bagi Pihak Sekolah**

Berdasarkan penelitian ini diharapkan pihak sekolah dapat memberikan layanan kepada siswa untuk dapat meningkatkan efikasi diri masing-masing. Hal ini sesuai dengan hasil dari penelitian sehingga mampu untuk menurunkan prokrastinasi akademik siswa. Layanan dapat diberikan dengan berbagai cara termasuk melalui guru bimbingan konseling.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian yang telah dilakukan ini terbatas pada variabel efikasi diri dan prokrastinasi akademik sehingga tidak meneliti faktor-faktor lain yang mungkin dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan terdapat banyak faktor penelitian yang mempengaruhi prokrastinasi akademik selain efikasi diri, sehingga diharapkan peneliti selanjutnya mampu untuk meneliti faktor-faktor lain tersebut. Selain itu penelitian selanjutnya juga hendaknya memperluas lokasi, jumlah dan kriteria subjek penelitian, dimana dalam penelitian ini hanya menggunakan satu tingkatan kelas di SMA yaitu siswa kelas XI.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Azkarina, H. D., & Dewi, D. K. (2019). Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi pada penyelesaian tugas perkuliahan mahasiswa psikologi universitas negeri surabaya. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 06(05), 1–4.
- Bandura, A., Freeman, W. H., & Lightsey, R. (1997). *Self-Efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Candra, U., Wibowo, M. E., & Setyowani, N. (2014). Faktor–Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 3(3).
- Dewi, W. A. F. (2020). Dampak COVID-19 terhadap implementasi pembelajaran daring di sekolah dasar. *EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 2(1), 55–61. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i1.89>
- Ferrari, J. R., Johnson, J., & McCown, W. (1995). *Procrastination and Task Avoidance*. New York: Plenum Press.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. BPK Gunung Mulia.
- Gunawan, imam. (2017). *Pengantar Statistik Deskriptif*. Jakarta: Jakarta: Rajawali Pers.
- Ilyas, M., & Suryadi. (2017). Perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMA islam terpadu (IT) boarding school abu bakar Yogyakarta. *Jurnal An-Nida'*, 41(1), 71–82. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/an-nida.v41i1.4638>
- Indrawati, Risfianty, D. K., & Fitriah, L. (2020). Masker Gratis dan Informasi Social Distancing Bagi Masyarakat Dusun Motong Are Tengah. *INTAN CENDEKIA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.47165/intancendekia.v1i1.54>
- Iskandar, D., Aspin, A., & Pambudhi, Y. A. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas xi sman 1 tongauna. *Jurnal Sublimapsi*, 1(1).
- Jannah, M. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Kristiyanti, T. (2020). *Self-Regulated Learning: Konsep, Implikasi dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia*. Depok: Sanata Dharma University Press.
- Lestari, V. P., & Dewi, D. K. (2018). Hubungan Efikasi Diri Dan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 05(03), 1–6.
- Lubis, I. S. L. (2018). *Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. 4(2), 90–98. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31289/diversita.v4i2.1884>
- Lumonga, D. R. N. (2014). *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Mona, N. (2020). Konsep isolasi dalam jaringan sosial untuk meminimalisasi efek contagious (kasus penyebaran virus corona di Indonesia). *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, 2(2), 117–125. <https://doi.org/10.7454/jsht.v2i2.86>
- Mukti, B., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 341–347.
- Ningsih, S., Yandri, H., Sasferi, N., & Juliawati, D. (2020). An Analysis of Junior High School Students' Learning Stress Levels during the COVID-19 Outbreak: Review of Gender Differences. *Psychocentrum Review*, 2(2), 69–76. <https://doi.org/10.26539/pcr.22321>
- Pohan, A. E. (2020). *Konsep Pembelajaran Daring Berbasis Pendekatan Ilmiah*. Jawa Tengah: CV. Sarnu Untung.
- Priyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publishing.
- Rigianti, H. A. (2020). Kendala pembelajaran daring guru sekolah dasar di kabupaten Banjarnegara. *Elementary School: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Ke-SD-An*, 7(2), 297–302. <https://doi.org/10.31316/esjurnal.v7i2.768>
- Risdiantoro, R., Iswinarti, & Hasanati, N. (2016). Hubungan Prokrastinasi Akademik, Stres Akademik dan Kepuasan Hidup Mahasiswa. *Psychology & Humanity*, 19(20), 360–373.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.

- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujana, I. W. C. (2019). Fungsi Dan Tujuan Pendidikan Indonesia. *Adi Widya: Jurnal Pendidikan Dasar*, 4(1), 29. <https://doi.org/10.25078/aw.v4i1.927>
- Widyaningrum, R., & Susilarini, T. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMAIT Raflesia Depok. *IKRA-ITH Humaniora*, 5(2), 34–39.
- Yuniarti, S., Setyowani, N., & Sunawan. (2018). Minat dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. *Indonesia Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(4), 31–38. <https://doi.org/10.15294/IJGC.V7I4.19944>