

## **HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI PADA PENYELESAIAN TUGAS PERKULIAHAN MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA**

**Hanif Dwi Azkarina**

Jurusan Psikologi, FIP, Unesa, email: azkarinadwi@mhs.unesa.ac.id

**Damajanti Kusuma Dewi**

Jurusan Psikologi, FIP, Unesa, email: damajantikusuma@unesa.ac.id

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi pada penyelesaian tugas perkuliahan mahasiswa psikologi universitas negeri Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*. Subjek penelitian ini berjumlah 308 orang, yang merupakan mahasiswa Psikologi angkatan 2015, 2016, 2017. Pengambilan data pada penelitian menggunakan skala efikasi diri dan skala prokrastinasi mahasiswa. Uji reliabilitas menggunakan teknik konsistensi internal *alpha cronbach*. Reliabilitas skala efikasi diri sebesar 0,726, sedangkan reliabilitas skala prokrastinasi mahasiswa sebesar 0,614. Uji hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi *Pearson product moment*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai  $r$  sebesar 0,183 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), sehingga hipotesis diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara skor efikasi diri dan skor prokrastinasi mahasiswa psikologi universitas negeri surabaya.

**Kata kunci** : efikasi diri, prokrastinasi.

### **Abstract**

*The purpose of this study was to examined the relationship between self-efficacy with procrastination in the completion of lectures in psychology at Surabaya state university. This study is using quantitative approach. The sampling technique use stratified random sampling. The sample of this study is 308 people, who are lectures psychology generation of 2015, 2016, 2017. Retrieval data in this study using self-efficacy scale and procrastination scale. Reliability test using Cronbach's alpha internal consistency techniques. Self-Efficacy scale reliability was 0,726, while procrastination scale reliability was 0,614. Hypothesis test using correlation analysis technique of Pearson product moment. Based on the results of data analysis, the value of  $r$  is 0,183 with a significance value of 0,000 ( $p < 0,05$ ), so the hypothesis is accepted. The result of this study shows that there is a positive and significant relationship between self-efficacy scores and procrastination scores of lectures in psychology at Surabaya state university.*

**Keywords** : self-efficacy,procrastination.

### **PENDAHULUAN**

Mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, sebagai mahasiswa merupakan suatu kebanggaan sekaligus tantangan bagi peserta didik. Ekspektasi dan tanggung jawab yang dimiliki oleh mahasiswa begitu besar. Kedudukan mahasiswa di perguruan tinggi akan selalu berhadapan dengan tugas yang bersifat akademik maupun non akademik.

Namun tidak semua mahasiswa memahami kemampuan dirinya dan kurang memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengatasi berbagai tugas dan kesulitan yang dihadapi. Hal tersebut menyebabkan banyak mahasiswa menyelesaikan tugas dengan apa adanya, padahal seharusnya ia dapat melakukannya dengan lebih optimal. Beberapa mahasiswa menjadi mudah menyerah apabila dihadapkan pada tugas yang sulit.

Tugas perkuliahan sangatlah bervariasi mulai dari kesulitan, struktur maupun batas waktu pengerjaannya. Tingkat kesulitan tugas perkuliahan menjadikan salah satu faktor mahasiswa cenderung menunda mengerjakan tugas atau tenggang pengerjaan yang relatif lama. Kecenderungan menunda mengerjakan tugas tersebut biasanya diselingi dengan mengerjakan hal lain yang lebih menarik perhatiannya.

Menurut Rumiani (2006) mahasiswa dalam suatu universitas memiliki kewajiban untuk belajar, dan dalam proses belajar tersebut tugas merupakan salah satu kewajiban yang harus dikerjakan. Tugas merupakan salah satu dalam area akademik yang sering diremehkan mahasiswa yaitu area penundaan kinerja akademis secara keseluruhan, menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan yang merupakan salah satu area prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi sering terjadi dikalangan mahasiswa terutama dalam mengerjakan tugas, sehingga dalam hal ini peneliti memilih pembahasannya merupakan mahasiswa dan mahasiswi Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Penelitian ini menggunakan subjek dari angkatan 2015, 2016, 2017 dengan jumlah mahasiswa sebanyak 308 orang.

Berdasarkan peninjauan yang dilakukan peneliti pada 10 mahasiswa jurusan Psikologi. 3 mahasiswa mengaku mengalami kesulitan dalam perkuliahan, 3 yang lainnya lebih memilih untuk menunda penyelesaian tugas perkuliahan dikarenakan lebih tertarik untuk bermain game, dan 4 mahasiswa yang lain menganggap tugas perkuliahannya sulit sehingga muncul rasa menunda pengerjaan tugas atau mencari referensi dari teman-temannya. Kesulitan yang dialami oleh mahasiswa tentunya beragam, tugas-tugas kuliah yang menurutnya sulit merupakan salah satu hambatan yang sering terjadi. Beberapa mahasiswa yang menilai kesulitan tersebut sebagai suatu hambatan dan merasa kurang berusaha optimal dalam menyelesaikan tugas tersebut. Perbedaan persepsi ini dipengaruhi oleh keyakinan diri terhadap kemampuan pada masing-masing individu. Sehingga dapat disimpulkan bahwa efikasi diri mahasiswa jurusan psikologi tergolong rendah. Seperti yang dijelaskan oleh Bandura efikasi diri sebagai ekspektasi keyakinan atau harapan tentang seberapa jauh seseorang, mampu melakukan satu perilaku dalam suatu situasi tertentu (Friedman & Schustack, 2008). Salah satu fungsi dari efikasi diri adalah untuk membuat keputusan mengenai aktivitas yang akan dilakukannya (Amalia, 2012).

Efikasi diri sangat menentukan besar usaha yang dilakukan dan seberapa mampu individu bertahan dalam menghadapi rintangan dan pengalaman tidak menyenangkan (Muhid, 2009).

Sedangkan perilaku menunda-nunda termasuk bagian dari prokrastinasi. Menurut Nugrasanti (2006) beberapa perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa, termasuk menunda-nunda untuk melakukan tugas yang diberikan oleh dosen, mengumpulkan tugas di luar waktu tertentu, malas membuat catatan dari materi perkuliahan.

Prokrastinasi akademik menunjukkan individu menunda pekerjaan dan untuk menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang berkaitan dengan kegiatan akademik seperti tugas menulis kuliah, belajar untuk mengatasi ujian. Penundaan dilakukan oleh orang yang berulang kali sengaja dan menciptakan perasaan tidak nyaman seperti perasaan kecemasan, rasa bersalah, panik dan sebagainya. Rumiani, (2006).

Secara tidak langsung kedua variabel memiliki hubungan satu sama lain yang dimana ketika seorang mahasiswa memiliki efikasi diri yang bagus maka otomatis mahasiswa dapat menyelesaikan tugas perkuliahan dengan tepat waktu tanpa adanya prokrastinasi, namun sebaliknya ketika seorang mahasiswa kurang memiliki efikasi diri maka mahasiswa akan dengan sengaja menunda-nunda tugas yang seharusnya sudah menjadi tanggung jawabnya untuk diselesaikan.

Berdasarkan fenomena yang sudah dijelaskan diatas dimana mahasiswa memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi dalam hal pengerjaan tugas yang disebabkan salah satu dari tugas. Mereka secara sadar pernah melakukan prokrastinasi sehingga penulis tertarik untuk mengangkatnya kedalam tugas akhir yang berjudul "Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Penyelesaian Tugas Perkuliahan Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya"

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasi. Penelitian kuantitatif yaitu metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, serta analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2015).

Penelitian ini menggunakan jenis korelasi sebab melibatkan hubungan antara satu variabel (variabel bebas) dengan variabel lainnya (variabel terikat). Teknik korelasi merupakan teknik analisa yang melihat kecenderungan pola dalam satu variabel berdasarkan kecenderungan pola dalam variabel lain (Santoso, 2010).

Berdasarkan jenis penelitian tersebut maka penelitian ini akan dilaksanakan dengan mengambil data melalui instrumen psikologi yang kemudian hasilnya akan diuji dengan menggunakan uji statistik, dan dianalisis untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi antara efikasi diri dengan prokrastinasi mahasiswa.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 308 dengan karakteristik mahasiswa jurusan psikologi angkatan 2015, 2016, 2017. Cara yang digunakan untuk mengambil sampel agar dapat mewakili populasi disebut sebagai teknik sampling. Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *stratified random sampling*, yaitu metode penarikan dari sebuah populasi yang mempunyai tingkatan. Karakteristik sampel subjek yang telah ditentukan dalam penelitian ini adalah mahasiswa psikologi yang masih aktif diperkuliahan. Sampel penelitian ini telah ditetapkan berjumlah 308 orang dan subjek *try out* 30 orang. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner dengan skala psikologi, teknik analisis data menggunakan uji korelasi *product moment*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi pada mahasiswa jurusan Psikologi. Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 308 mahasiswa jurusan Psikologi Unesa didapatkan data yang diolah menggunakan bantuan SPSS *Statistics 22 for windows* berupa *descriptive statistics* sebagai berikut:

**Tabel 1. Deskripsi data penelitian**

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Efikasi Diri	308	39	68	54,54	5,788
Prokrastinasi Mahasiswa	308	30	56	42,99	4,278

Sampel pada penelitian ini berjumlah 308 mahasiswa angkatan 2015, 2016, dan 2017 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa nilai rata-rata (*mean*) variabel efikasi diri adalah sebesar 54,54 dengan nilai minimum sebesar 39 dan nilai maximum sebesar 68. Nilai rata-rata (*mean*) variabel prokrastinasi adalah sebesar 42,99 dengan nilai minimum sebesar 30 dan nilai maximum sebesar 56. Standart deviasi yang dimiliki variabel efikasi diri sebesar 5,788 dan standart deviasi yang dimiliki variabel prokrastinasi adalah sebesar 4,278.

Adapun hasil uji hipotesis dari variabel persepsi dukungan organisasi dan keterikatan karyawan adalah :

**Tabel 2. Hasil Uji Korelasi Product Moment**

		Efikasi Diri	Prok
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	,183**
	Sig. (2-tailed)		,001
	N	308	308
Prokrastinasi	Pearson Correlation	,183**	1
	Sig. (2-tailed)	,001	
	N	308	308

Berdasarkan analisis data yang dilakukan menggunakan *Pearson product moment*, hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi. Hal tersebut dapat dilihat pada tabel 2 yang menunjukkan nilai signifikansi korelasi antara kedua variabel sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) yang berarti bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan.

Nilai koefisien korelasi sebesar 0,183 menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi, dan menurut kriteria pedoman koefisien korelasi oleh Azwar (2015), hubungan kedua variabel tersebut searah. Data tersebut menunjukkan bahwa adanya efikasi diri yang tinggi juga beriringan dengan prokrastinasi mahasiswa yang tinggi, sebaliknya adanya efikasi diri yang rendah beriringan dengan prokrastinasi yang rendah.

Hal ini berarti bahwa efikasi diri dengan prokrastinasi yang dimiliki mahasiswa bersifat positif atau tinggi, dia juga memiliki keterikatan yang tinggi terhadap jurusan.

Berdasarkan hasil penelitian pada 308 mahasiswa di jurusan Psikologi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2015, 2016, 2017. Hasil analisis dari korelasi product moment menunjukkan nilai signifikansi yang diperoleh variabel efikasi diri dan prokrastinasi akademik adalah

0,01 ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti nilai signifikansi yang didapat lebih kecil dari 0,05, sehingga kedua variabel tersebut memiliki hubungan signifikan yang cukup berdasarkan tabel korelasi. Berdasarkan pada hasil tersebut, hipotesis yang menyatakan bahwa “terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada penyelesaian tugas perkuliahan mahasiswa jurusan psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Unesa.

Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mempunyai koefisien korelasi product moment sebesar 0,183 dengan taraf signifikan 0,001, hubungan tersebut termasuk dalam korelasi rendah. Tugas secara keseluruhan merupakan kewajiban yang harus dilakukan oleh mahasiswa yang sering diremehkan oleh mahasiswa, hal tersebut sering memicu perilaku prokrastinasi. Tugas-tugas tersebut berupa tugas mengarang, belajar untuk menghadapi ujian, membaca, menghadiri pertemuan, kinerja akademik keseluruhan yang berhubungan dengan perkuliahan Solomon & Rothblum (Ghufron & Risnawati, 2010).

## b. Pembahasan

Prokrastinasi adalah perilaku menunda untuk memulai, menyelesaikan tugas yang harus segera dilaksanakan. Prokrastinasi merupakan kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa terutama dalam mengerjakan tugas. Tugas-tugas yang sulit dianggap sebagai penghambat dalam mahasiswa menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen. Mahasiswa yang menilai kesulitan tersebut sebagai suatu hambatan dan merasa kurang berusaha optimal dalam menyelesaikan tugas tersebut.

Namun mahasiswa yang menganggap itu bukanlah suatu hambatan maka tugas tersebut dijadikannya sebagai tantangan dan mampu berusaha untuk menyelesaikannya. Perbedaan persepsi ini dipengaruhi oleh keyakinan diri terhadap kemampuan pada masing-masing individu. Penilaian individu terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, dan menghasilkan sesuatu disebut efikasi diri. (Baron & Byrne, 2011). Efikasi diri sangat menentukan besar usaha yang dilakukan dan seberapa mampu individu bertahan dalam menghadapi rintangan dan pengalaman tidak menyenangkan (Muhid, 2009).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya angkatan 2015, 2016, 2017.

## PENUTUP

### a. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 308 mahasiswa jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas

Negeri Surabaya, hasil analisis dari korelasi product moment menunjukkan nilai signifikansi yang diperoleh variable efikasi diri dan prokrastinasi akademik adalah 0,001 ( $p < 0,05$ ) Hal ini berarti nilai signifikansi yang didapat lebih kecil dari 0,05 sehingga kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang signifikan. Berdasarkan pada hasil tersebut, hipotesis yang menyatakan bahwa “terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada penyelesaian tugas mahasiswa jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya” diterima.

Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mempunyai koefisien korelasi product moment sebesar 0,183 dengan taraf signifikan 0,001. Hubungan tersebut termasuk dalam korelasi rendah namun bersifat positif, yang artinya hubungan berjalan searah.

#### **b. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan peneliti antara lain :

##### 1. Bagi mahasiswa

Penelitian ini dapat menjelaskan prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa dalam mengerjakan tugas memiliki dampak yang berpengaruh kepada kepercayaan mahasiswa dalam mengerjakan tugas-tugasnya. tersebut secara tidak langsung juga akan mempengaruhi produktivitas karyawan menjadi lebih baik.

##### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat menggali lagi informasi mengenai prokrastinasi akademik dan faktor yang mempengaruhinya. Mengkaji lebih cermat mengenai faktor adanya prokrastinasi akademik yang dialami oleh sebagian besar mahasiswa. Penelitian selanjutnya diharapkan untuk diteliti sehingga dapat diketahui faktor penyebab prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa, sehingga dapat menjadi acuan penyelesaian permasalahan yang terjadi.

##### 3. Jurusan Psikologi

Penelitian ini dapat menjadi acuan untuk adik-adik tingkat yang akan meneliti dengan judul yang sama agar lebih menelaah atau mengembangkan teori.

Friedman, H. S. & Schustack, M. W. (2008). *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern*. Jakarta: Erlangga.

Ghufron, M. (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Arruss Media.

Ghufron, M.N & Risnawita, R. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: ARRUIZZ MEDIA.

Muhid, A. (2009). Hubungan antara self control dan self efficacy dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Ilmu Dakwah*.

Rumiani. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi Berprestasi dan stres mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*.

Santoso, A. (2010). *Statistik untuk psikologi dari blog menjadi buku*. Yogyakarta: Penerbit Universitas Sanata Dharma.

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.

Yusuf, S. (2012). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Grafindo Persada.

Zimmerman, B.J. (2000). Self Efficacy: An Essential Motive to Learn. *Contemporary Educational Psychology*. Vol. 25, 82-91.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Amalia, R. I. (2012). Pengaruh Self Efficacy Beliefs terhadap Prestasi Siswa Kelas XI Jurusan IPS. *Jurnal Psikologi: Universitas Gunadarma*.

Baron, Robert A & Donn Byrne. (2003). *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 1. (Terjemahan Ratna Djuwita, dkk; Ed. Wisnu C. Kristiadi, dkk.)*. Jakarta: Erlangga.

Baron, R.A. & Bryne, D.(2011). *Psikologi Sosial Jilid 1 Edisi 10. Terjemahan Ratna Djuwita*. Jakarta: Erlangga.