

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN
KONSELING ANGKATAN 2010 UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Natalia Putri Sejati
NIM 08104244031

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
JANUARI 2013**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING ANGKATAN 2010 UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA” yang disusun oleh Natalia Putri Sejati, NIM 08104244031 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, November 2012

Pembimbing I	Pembimbing II
	
Kartika Nur Fathiyah, M.Si NIP.197110807 199802 2 001	Sugiyatno, M. Pd. NIP. 19711227 200112 1 004



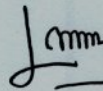
SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 23 November 2012

Yang menyatakan,



Natalia Putri Sejati

NIM 08104244031

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ANGKATAN 2010 UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA” yang disusun oleh Natalia Putri Sejati, NIM 08104244031 ini telah dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal 06 Desember 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Kartika Nur Fathiyah, M. Si.	Ketua Penguji		19-12-2012
Rosita Endang Kusmaryani, M. Si.	Sekretaris Penguji		19-12-2012
Dr. Edi Purwanta, M.Pd.	Penguji Utama		20-12-2012
Sugiyatno, M.Pd	Penguji Pendamping		20-12-2012

Yogyakarta, 28 DEC 2012
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Dr. Haryanto, M.Pd.
NIP. 19600902 198702 1 001

MOTTO

“I Believe I Can Do it”

“Sesuatu yang belum dikerjakan, seringkali tampak mustahil. Kita baru yakin kalau kita telah berhasil melakukannya dengan baik”

- Evelyn Underhill-

“Masa depan adalah milik mereka yang percaya pada indahnya mimpi-mimpi mereka”

-Eleanor Roosevelt

PERSEMBAHAN

Persembahan karyaku sebagai tanda kasihku kepada:

1. Almarhum ayah: cinta, kasih sayang, dan doa yang masih aku rasakan walaupun ayah tidak ada disampingku.
2. Ibu: cinta, kasih sayang, doa, dan nasehat yang selalu engkau curahkan kepadaku.
3. Kakak dan adik: cinta, kasih sayang, doa, dukungan, dan perhatian yang selalu kalian berikan.
4. Keluarga besarku: dukungan dan doa yang kalian berikan.
5. Almamaterku.

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN
KONSELING ANGGKATAN 2010 UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA**

Oleh
Natalia Putri Sejati
NIM 08104244031

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta.

Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif, dengan populasi mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta sebanyak 77 mahasiswa. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan skala efikasi diri dan skala perilaku prokrastinasi akademik. Uji validitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan rumus *product moment* dan diperoleh pada skala efikasi diri koefisien validitas item bergerak dari 0,209 sampai 0,709 dan pada skala perilaku prokrastinasi akademik koefisien validitas item bergerak dari 0,020 sampai 0,714. Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dan diperoleh koefisien reliabilitas efikasi diri sebesar 0,911 dan koefisien reliabilitas perilaku prokrastinasi akademik sebesar 0,902. Teknik analisis data untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik digunakan teknik korelasi *product moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,533 dengan nilai $p=0,000$. Berdasarkan hasil tersebut, dapat diartikan bahwa semakin tinggi efikasi diri pada mahasiswa, maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri pada mahasiswa, maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya. Kemudian diketahui nilai koefisien determinasi (*R square*) penelitian ini sebesar 0,284 sehingga dapat diartikan efikasi diri memberikan sumbangan efektif terhadap perilaku prokrastinasi akademik sebesar 28,4%.

Kata kunci: *efikasi diri, perilaku prokrastinasi akademik, mahasiswa*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus, Engkau sungguh baik yang telah melimpahkan kasih dan rahmat-Nya dan tidak pernah terlambat pertolongan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan karena bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah menerima dan menyetujui judul ini.
4. Ibu Kartika Nur Fathiyah, M.Si. dosen pembimbing I yang penuh kesabaran dalam memberikan bimbingan, arahan, dan dorongan yang tiada henti di sela-sela kesibukannya.
5. Bapak Sugiyatno, M. Pd. dosen pembimbing II yang penuh kesabaran dalam memberikan bimbingan, arahan, dan dorongan yang tiada henti di sela-sela kesibukannya.
6. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama masa studi penulis.

7. Keluarga besar Universitas Negeri Yogyakarta atas bantuan dan kerjasamanya sehingga penulis dapat melaksanakan penelitian dengan baik dan lancar.
8. Teristimewa bapakku Sudaryanto, suatu sosok yang selalu menjadi panutan penulis, sekalipun beliau sudah tiada tapi semangat dan kerja keras beliau yang tiada lelah dalam mendidik penulis sampai akhir hayatnya yang selalu melekat.
9. Mamaku Dian Nugraheni, seorang ibu yang menjadi inspirasiku dan ibu yang sangat luar biasa berjuang seorang diri dalam mencari nafkah untuk membesarkan anak-anaknya. Terimakasih yang tak terhingga atas kasih sayang, doa, semangat, nasehat, dan kesabaran yang selalu mama berikan untuk aku.
10. Kakakku Louis Djoko Prabowo, kakak yang perhatian, suka marah-marah, selalu mengingatkanku dalam segala hal saat aku senang maupun sedih. Terimakasih karena semangat yang kakak berikan aku bisa lulus.
11. Adikku Yosua Tri Pamungkas, terimakasih ya untuk pertanyaan “kapan lulus kak?”, karena pertanyaan itu kakak termotivasi untuk cepat menyelesaikan skripsi dan bisa berkumpul bareng-bareng lagi di rumah.
12. Keluarga besar SH Pranowo: pakde Hargo, bude Yanti, bulek Wati, om Karno, om Bowo, bulek Antin, bulek Tatik, om Heru, om Setyo, bulek Heni, bulek Bkti, om Yanto, om Endro, bulek Bety, mas Rio, dek Indah, dek Luckyto, dek Lukas, dek Vira, dek Lucky, dek Tessa, dek Eli, dek Pandu, dek Nissa, dek Bayu, dek Samuel, dan dek Vrila. Terimakasih karena selalu

memberikan motivasi dan semangat untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

13. Sahabatku tersayang dan teman satu perjuangan di Jogja: mami Laely Eri Pratiwi, Tri Listyawati (ndut), Neli Romawati, Krisna Dhanu Pratama, Brinna Kusumaning DGP, Ria Widyaningsih, Falah Akbar yang selalu mendukung, selalu memberi semangat, selalu menemani di saat suka dan duka, tidak pernah mengeluh, selalu membuatku tertawa, nyaman, dan aman di dekat kalian, banyak kenangan indah yang kami lewati bersama. Kata-kata yang selalu aku ingat yang sering kalian ucapkan kurus, harus percaya diri, yakin, dan semangat. Pasti bisa!!
14. Sahabatku kosan kana 7 Putri Aulia, Sari Retno Diwanti, dan Ami Fristyani terimakasih kalian sudah mau menjadi teman curhat, suka masak-masak bareng, kulineran, sering menolong saat aku sakit, sering aku repotkan, kata-kata yang selalu aku ingat dari kalian “Tuhan pasti punya rencana indah buat hidup aku, jangan pernah putus asa dan semangat”.
15. Sahabatku yang setia dari SMP Irnawati Sihotang, Hanesti Hestu W, Sarah Aruan, Gloria Leatimia terimakasih atas segala doa, dukungan kalian agar aku cepat lulus, dan kenangan indah yang selalu kalian berikan tidak pernah aku lupakan.
16. Untuk Tyo Hadisiswanto yang sudah aku anggap sebagai keluarga, suka nyebelin, jail, dan temen main bareng, Frans Hidayat yang suka bercanda, sering buat aku ketawa dengan kelucuannya dan tingkahnya yang aneh, Dedy Setyatno (pakde) yang selalu menolong aku terimakasih untuk dukungannya.

17. Teman-teman mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan angkatan 2008 khususnya kelas B atas semangat dan dukungannya selama penulis menempuh studi.
18. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan demi terselesainya skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan berupa kritik dan saran yang membangun dari para pembaca. Semoga skripsi ini memberikan manfaat kepada pembaca.

Yogyakarta, November 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian tentang Efikasi Diri	
1. Pengertian Efikasi Diri.....	11
2. Pembentukan Efikasi Diri.....	14
3. Komponen Efikasi Diri.....	18
4. Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri.....	20
5. Tahap Perkembangan Efikasi Diri.....	22

B. Kajian tentang Prokrastinasi Akademik	
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	23
2. Ciri-Ciri Prokrastinasi	24
3. Jenis-Jenis Prokrastinasi	26
4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	27
5. Karakteristik Prokrastinasi	30
C. Kajian tentang Remaja	
1. Pengertian Remaja	32
2. Karakteristik Masa Remaja	33
3. Tugas Perkembangan Masa Remaja	35
D. Hubungan antara Efikasi diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa	38
E. Pradigma Penelitian	40
F. Hipotesis Penelitian	41

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian	42
1. Tempat Penelitian	42
2. Waktu Penelitian	43
C. Variabel Penelitian	43
D. Populasi dan Sampel Penelitian	43
1. Populasi Penelitian	43
2. Sampel Penelitian	43
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian	44
F. Teknik Pengumpulan Data	46
G. Instrumen Penelitian	47
1. Uji Validitas Instrumen Penelitian	55
2. Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian	56
H. Teknik Analisis data	62

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian 64
2. Deskripsi Data dan Kategorisasi 64
3. Pengujian Hipotesis 69

B. Pembahasan Hasil Penelitian 72

C. Keterbatasan Penelitian 76

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 77

B. Saran 77

DAFTAR PUSTAKA 79

LAMPIRAN 82

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keadaan Populasi Subjek Penelitian	43
Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Efikasi Diri Sebelum Uji Coba	49
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Perilaku Prokrastinasi Sebelum Uji Coba	51
Tabel 4. Skor Penilaian Skala Efikasi diri dan Perilaku Prokrastinasi	53
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Efikasi Diri Setelah Uji Coba	58
Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Perilaku Prokrastinasi Setelah Uji Coba	59
Tabel 7. Interpretasi Koefisien Reliabilitas	61
Tabel 8. Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi	63
Tabel 9. Sebaran Subjek Penelitian Berdasarkan Umur	64
Tabel 10. Deskripsi Variabel Efikasi Diri.....	65
Tabel 11. Kategorisasi Efikasi Diri Mahasiswa.....	66
Tabel 12. Deskripsi Perilaku Prokrastinasi Akademik	67
Tabel 13. Kategorisasi Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa.....	68
Tabel 14. Hubungan yang Negatif antara Efikasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa.....	70

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Self efficacy</i> , penengah antara tujuan dan sasaran.....	13
Gambar 2. Paradigma Penelitian	40
Gambar 3. Grafik <i>Pie Chart</i> Efikasi Diri.....	67
Gambar 3. Grafik <i>Pie Chart</i> Perilaku Prokrastinasi Akademik	69

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Skala Uji Coba	82
Lampiran 2. Rekapitulasi Hasil Uji Coba Instrumen	92
Lampiran 3. Skala Penelitian	108
Lampiran 4. Data Hasil Penelitian	115
Lampiran 5. Surat-surat Izin Penelitian	123

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Memasuki era globalisasi manusia dituntut untuk dapat menggunakan waktu dengan efektif sehingga efisiensi waktu menjadi sangat penting. Namun sampai sekarang masih banyak dijumpai ketidaksiapan dalam melaksanakan tuntutan tersebut. Mengulur waktu dan melakukan penundaan terhadap tugas dan kewajiban adalah salah satu ketidaksiapan yang masih terjadi sekarang. Dalam dunia pendidikan, banyak dijumpai di kalangan siswa maupun mahasiswa yang kerap menunda tugas yang seharusnya mereka kerjakan dengan berbagai alasan. Imbasnya banyak mahasiswa yang tidak lulus tepat waktu dan membuang waktu sisa-sia.

Hal diatas merupakan suatu bentuk penundaan akademik yang mengarah kepada perilaku prokrastinasi akademik. Indikasi penundaan akademik biasanya antara 7-10 tahun yang harusnya hanya 4 tahun saja. Dari hasil observasi yang dilakukan di beberapa lembaga kampus FIP Universitas Negeri Yogyakarta diperoleh beberapa kenyataan mengenai perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa antara lain penundaan waktu kelulusan, IPK yang kurang dari batas normal, dan penyelesaian tugas akhir diluar waktu yang sudah ditetapkan.

Solomo dan Rothblum (Tuckman, 2002: 36) mengemukakan bahwa prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas

lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam perkuliahan.

Banyak peristiwa prokrastinasi di kalangan mahasiswa yang berdampak pada berbagai hal. Saat mereka mendapatkan tugas dari dosen kebanyakan dari para mahasiswa menunda-nunda untuk mengerjakannya karena tugas tersebut masih lama dikumpulkan. Biasanya mahasiswa seperti itu akan mengerjakan satu hari sebelum dikumpulkan. Tugas yang dikumpulkan pun tidak maksimal karena mereka mengerjakan tugas dengan tergesa-gesa (Koran Kompas, 18 November 2011).

Penelitian di Amerika Utara menggambarkan keadaan pendidikan yaitu, kira-kira 70% pelajar memunculkan prokrastinasi. Konsekuensi negative dari prokrastinasi ini seperti performa yang kurang, mutu kehidupan individu berkurang, pengaruh negative dan menurunnya prestasi Ferrari (dalam Dini Ahmaini 2004: 10).

Kendati menunda tugas merupakan hal yang dianggap wajar dan sering dilakukan oleh banyak orang, akan tetapi perilaku menunda-nunda dalam pekerjaan mempunyai dampak yang cukup serius antara lain mampu menurunkan tingkat produktifitas seseorang dan lebih lanjut kemudian merusak mental dan etos kerja seseorang. Prokrastinasi juga akan mengakibatkan rendahnya kualitas sumber daya manusia itu sendiri.

Prokrastinasi tidak lebih dari sekedar kecenderungan, melainkan suatu respon tetap dalam mengantisipasi tugas-tugas yang tidak disukai dan dipandang bisa diselesaikan dengan sukses. Prokrastinasi akademik

merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan tiga mahasiswa bimbingan dan konseling tahun 2010 yang berinisial Dn, Sl, dan Rk pada hari senin tanggal 3 Juli 2012, diperoleh hasil ketiganya menyatakan bahwa banyak perbedaan saat menjadi mahasiswa dan saat menjadi siswa di sekolah. Sebagai mahasiswa tidak terlalu dituntut dalam mengerjakan tugas tidak seperti pada waktu sekolah. Mahasiswa diberikan kebebasan untuk mengatur dan mengelola jadwal akademiknya sendiri. Selain itu waktu yang tidak baku membuat Dn, Sl, dan Rk lebih merasa bebas. Dn menuturkan kepada peneliti bahwa saat diberikan tugas dari dosen, tugas tersebut tidak langsung dikerjakan karena tugas yang susah dikerjakan dan tenggang waktu pengumpulan masih lama. Mereka biasanya mengerjakan satu hari sebelum dikumpulkan, karena mahasiswa tersebut menganggap prokrastinasi adalah sebagai sesuatu yang wajar dan banyak mahasiswa yang melakukannya. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi menurunnya prestasi dan menyebabkan indeks prestasi (IP) yang rendah.

Berdasarkan wawancara diatas peneliti menemukan beberapa hal yang menyebabkan prokrastinasi sering terjadi di kalangan mahasiswa, diantaranya malas belajar, banyak kegiatan yang dilakukan sehingga waktu belajar sering terpakai untuk berbagai kegiatan baik di dalam maupun di luar kampus. Selain

itu banyak mahasiswa yang belajarnya hanya SKS (sistem kebut semalam), sehingga hasil yang mereka peroleh kurang maksimal. Hal tersebut juga dipengaruhi oleh efikasi diri mahasiswa yang rendah karena dirinya tidak yakin atas kemampuannya dalam mengerjakan tugas tersebut, akhirnya menunda-nunda dalam mengerjakan tugas dan terkadang cenderung untuk menyontek teman.

Friend (dalam Yemima, Husetiya 2007: 8) berpendapat bahwa prokrastinasi dipengaruhi faktor-faktor sebagai berikut: (a) Tidak yakin diri, (b) Toleransi frustrasi yang rendah, (c) Menuntut kesempurnaan, dan (d) Perbedaan jenis kelamin. Bernard (dalam Yemima, Husetiya 2007: 9) mengemukakan alasan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi yaitu memilih kegiatan yang lebih menyenangkan, tidak mampu mengerjakan tugas yang sulit, tidak tahu harus memulai tugas dari mana, stres, tidak dapat mengatur waktu, adanya gangguan dari lingkungan, depresi, kurang percaya diri, malas, dan kelelahan.

Maraknya proskastinasi yang dilakukan oleh sebagian mahasiswa ini dipengaruhi oleh beberapa faktor diatas. Salah satunya adalah prokastinasi muncul dikarenakan keyakinan diri yang dimiliki mahasiswa rendah. Keyakinan yang terbentuk pada diri mahasiswa memberikan peran penting dalam proses mengerjakan tugas. Keyakinan ini memberikan keputusan dilaksanakan atau tidak dilaksanakan tugas tersebut. Ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Godfrey (dalam Rumiani 2006: 50) yang

menyebutkan bahwa keyakinan diri merupakan salah satu faktor dari prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa.

Bandura (dalam Jess 2008: 146) menjelaskan bahwa dalam kehidupan sehari-hari orang membuat keputusan untuk mencoba berbagai tindakan dan seberapa lama menghadapi kesulitan-kesulitan. Teori belajar sosial menyatakan bahwa permulaan dan pengaturan transaksi dengan lingkungan, sebagian ditentukan oleh penilaian efikasi diri. Efikasi diri menyebabkan keterlibatan aktif dalam kegiatan, mendorong perkembangan kompetensi. Sebaliknya efikasi diri yang mengarahkan individu untuk menghindari lingkungan dan kegiatan, memperlambat perkembangan potensi dan melindungi persepsi diri yang negatif dari perubahan yang membangun.

Bandura (dalam Rizvi, A, Prawitasari, 1997: 12) mendefinisikan efikasi diri atau *self efficacy* sebagai pertimbangan seseorang terhadap kemampuannya mengorganisasi dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan untuk mencapai performansi tertentu. Efikasi seseorang sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa individu bertahan dalam menghadapi rintangan yang menyakitkan. Semakin kuat efikasi diri semakin giat dan tekun usaha-usahanya. Sedangkan mereka yang mempunyai perasaan efikasi yang kuat menggunakan usaha yang lebih besar untuk mengatasi tantangan Bandura (Jess 1994: 160). Efikasi diri yang rendah dapat menghalangi usaha meskipun individu memiliki keterampilan dan menyebabkan mudah putus asa Newstrom & Davis (1989: 140).

Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi, tidak akan pantang menyerah dalam melakukan berbagai tindakan dan siap menghadapi kesulitan-kesulitan. Hal ini ditegaskan bagi mahasiswa yang dalam setiap perkuliahannya memiliki beban tugas yang menumpuk sehingga membutuhkan banyak energi, pembagian waktu yang cukup, dan sering kali mengalami kesulitan-kesulitan dalam menyelesaikan tugasnya. Maka keyakinan mahasiswa yang menentukan seberapa besar ia bertahan dalam menghadapi rintangan dan pengalaman yang menyakitkan dalam tugas-tugas perkuliahan. Semakin kuat persepsi efikasi diri atau *self efficacy* mahasiswa maka semakin rajin dan tekun usaha-usahanya.

Penelitian tentang prokastinasi sudah pernah ada sebelumnya, yaitu penelitian yang dilakukan Reni Nugrasanti (2006: 30) menyebutkan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi paling banyak yaitu dalam tugas menulis (48,55%). Berdasarkan analisis data yang diperoleh, terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *locus of control* dan prokastinasi akademik mahasiswa. Artinya semakin eksternal *locus of control* mahasiswa, maka semakin tinggi prokastinasinya.

Penelitian Yogi Ardi Pradono (2008: 13) menyebutkan semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki seseorang maka akan semakin tinggi pula stres yang dapat terjadi. Tingginya stress karena orang yang memiliki efikasi diri tinggi akan selalu ingin mendapatkan hasil yang terbaik karena memiliki keyakinan akan kemampuannya. Bila hasilnya tidak sesuai dengan apa yang diinginkan maka akan selalu memforsir dirinya untuk selalu berusaha.

Penelitian mengenai efikasi diri dan prokastinasi sudah ada sebelumnya seperti yang diuraikan diatas, tetapi penelitian yang berkaitan dengan hubungan efikasi diri dengan perilaku prokastinasi akademik pada mahasiswa belum ada sehingga pada penelitian ini akan dilakukan penelitian hubungan efikasi diri dengan perilaku prokastinasi akademik pada mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta.

Efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik merupakan masalah yang kerap dialami oleh individu dalam bidang akademik, dalam penelitian ini yang menjadi subjek prokrastinasi adalah mahasiswa bimbingan dan konseling. Sebagai mahasiswa bimbingan dan konseling diharapkan memiliki tindakan preventif untuk menghindari hal-hal tersebut. Dalam hal ini layanan bimbingan dan konseling sangat diperlukan untuk menanamkan perilaku mengurangi atau menghilangkan perilaku prokrastinasi melalui efikasi diri yang tinggi.

Berdasarkan paparan masalah atau problem-problem yang dialami mahasiswa diatas, maka perlu dilaksanakan penelitian yang empiris. Inilah yang mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian mengenai hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokastinasi akademik pada mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta.

A. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang masalah tersebut peneliti akan mengidentifikasi permasalahan yang timbul berkaitan dengan penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Banyak mahasiswa yang sering menunda-nuda dalam mengerjakan tugas perkuliahannya
2. Perilaku prokastinasi yang dilakukan mahasiswa cenderung memberikan dampak negatif dalam prestasi akademiknya.
3. Banyaknya mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang rendah cenderung mempengaruhi perilaku prokastinasi akademiknya.
4. Masih banyak mahasiswa yang kurang memiliki efikasi diri yang baik.
5. Belum ada penelitian tentang hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

B. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas tidak semua masalah akan dikaji dalam penelitian ini. Penelitian ini hanya membatasi pada masalah-masalah banyaknya mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang rendah cenderung mempengaruhi perilaku prokastinasi akademiknya.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, peneliti membatasi penelitian pada “Apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokastinasi akademik pada mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta?”

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh jawaban dari rumusan masalah yang telah diuraikan di atas. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokstinasi akademik pada mahasiswa.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memeberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambahkan wawasan keilmuan mengenai pengembangan teori tentang hubungan efikasi diri dengan perilaku prokstinasi akademik pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa

Mahasiswa khususnya dapat digunakan sebagai bahan informasi untuk mengelolah diri, manajemen diri, dan dapat mengurangi perilaku prokstinasi akademik dengan meningkatkan efikasi diri.

- b. Bagi jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Bagi pihak jurusan psikologi Pendidikan dan Bimbingan, penelitian ini harapannya mampu mengembangkan efikasi diri yang positif pada mahasiswa sehingga perilaku prokstinasi bisa dikurangi atau dihilangkan dan adanya hubungan yang diperoleh

dari korelasi variabel tersebut dapat memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan bimbingan dan konseling. Kontribusi ilmiah yang dapat diberikan antara lain mengadakan pelatihan dan pembimbingan pada mahasiswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi pengetahuan dan dasar bagi penelitian selanjutnya. Terutama dalam mendalami teori tentang efikasi diri dan prokstinasi akademik pada mahasiswa.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

1. Pengertian Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

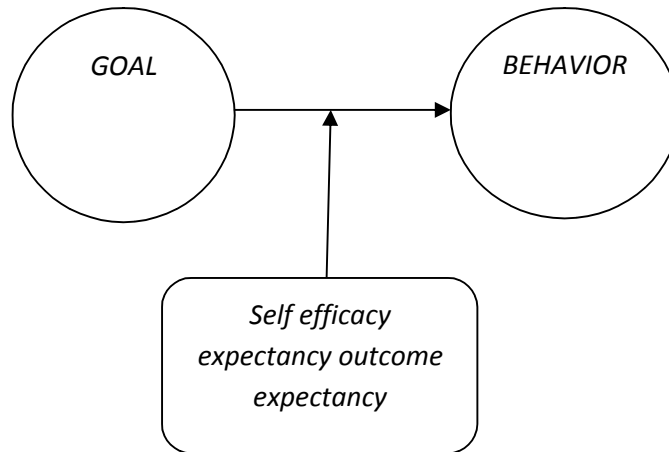
Teori *self efficacy* berasal dari Teori Belajar Sosial (Bandura, dan digambarkan oleh Maddux (Bart, 1994: 189) sebagai salah satu teori psikologi akhir dalam tradisi panjang dari teori-teori tentang kompetensi pribadi dan tentang efikasi, yang mungkin diciptakan lebih banyak penelitian dalam bidang psikologi klinis, social dan kepribadian pada 12 tahun terakhir lebih dari pada teori teori dan model-model senada yang lain.

Bandura (Jess, 2008: 414-415) mendefinisikan *self efficacy* sebagai “keyakinan manusia pada kemampuan mereka untuk melatih sejumlah ukuran pengendalian terhadap fungsi diri mereka dan kejadian-kejadian di lingkungannya.” Manusia percaya dapat melakukan sesuatu, memiliki potensi untuk mengubah kejadian-kejadian di lingkungannya, lebih suka bertindak, dan lebih dekat pada kesuksesan dari pada yang rendah *self efficacy*-nya. Menurut Bandura “keyakinan manusia terhadap *self efficacy* mereka akan mempengaruhi arah tindakan yang akan dipilih untuk diupayakan, seberapa banyak upaya yang akan ditanamkan pada aktivitas-aktivitas tersebut, seberapa lama akan bertahan ditengah gempuran badai dan kegagalan, dan seberapa besar keinginan mereka untuk bangkit kembali.” *Self efficacy* harus berkombinasi dengan lingkungan, perilaku

sebelumnya dan variabel kepribadian lainnya, khususnya ekspektansi terhadap hasil, untuk dapat menghasilkan perilaku tertentu.

Bandura menyatakan bahwa *self efficacy* sebagai keyakinan seseorang mengenai kemampuannya untuk memberikan kinerja atas aktivitas atau perilaku dengan sukses. Individu yang mempunyai *self efficacy* tinggi akan mencapai suatu kinerja yang lebih baik karena individu memiliki motivasi yang kuat, tujuan yang jelas, emosi yang stabil dan kemampuannya untuk memberikan kinerja atas aktivitas atau perilaku dengan sukses. (Lelyana: tanpa tahun)

Menurut Pervin (Bart, 1994: 189) *Self efficacy* mengacu pada kemampuan yang dirasakan untuk membentuk perilaku yang relevan pada tugas atau situasi khusus. Seseorang dalam dalam memutuskan perilaku tertentu tidak hanya mempertimbangkan informasi dan keyakinan tentang kemungkinan kerugian atau keuntungan tetapi juga mempertimbangkan sejauh mana dia dapat mengatur perilaku tersebut. Tiga pertimbangan dibuat pada gambar dibawah ini (a) harapan akan kemungkinan hasil dari perilaku (*outcome expectancy*), (b) harapan dapat membentuk perilaku secara tepat (*efficacy expectancy*), dan (c) nilai hasil (*outcome value*).



Gambar 1. *Self Efficacy*, penengah antara tujuan dengan sasaran (Bart:1994,190)

Menurut Bandura untuk mencapai “perubahan diatur diri”, seseorang tidak hanya memerlukan arti dan sumber-sumber untuk melakukan itu. Pengaturan diri dalam perilaku secara efektif tidak dicapai hanya oleh kehendak. Ini menuntut keterampilan tertentu dalam memotivasi diri dan bimbingan diri. *Self efficacy* berkaitan dengan keyakinan seseorang bahwa ia dapat mempergunakan control pribadi pada motivasi, perilaku dan lingkungan sosialnya. (Bart, 1994: 191)

Manusia dapat memiliki *self efficacy* tinggi di satu situasi ke situasi lain. *Self efficacy* beragam dari satu situasi ke situasi lain tergantung pada kompetensi yang diminta bagi aktivitas yang berbeda-beda, hadir tidaknya orang lain, tingkat persaingan di antara manusia lebih-lebih jika mereka memang bersaing sangat ketat, predisposisi pribadi dalam menghadapi kegagalan, dan kondisi fisiologis lain yang menyertai, khususnya ada tidaknya kelelahan, kecemasan, apati atau kesedihan. (Jess, 2008: 415)

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* merupakan keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kemampuannya untuk mengontrol diri dalam melakukan suatu kegiatan sehingga kegiatan tersebut sesuai dengan harapan. Seseorang yang memiliki *self efficacy* tinggi akan memotivasi dirinya sendiri dan beranggapan bahwa dia mampu menyelesaikan tugas dengan baik. Penilaian keyakinan diri seseorang yang positif dapat mempengaruhi segala aspek dalam kehidupannya. Persepsi terhadap efikasi diri meliputi keyakinan individu bahwa suatu masalah dapat diatasi, bahwa ia mampu mengendalikan situasi yang mengganggu. Keyakinan tersebut menimbulkan perasaan mampu mengendalikan masalah secara efektif.

2. Pembentukan Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)

Menurut Bandura (dikutip dari Jess, 2008: 416-418) *Self-Efficacy* dapat diperoleh, dipelajari dan dikembangkan dari empat sumber informasi. Empat sumber informasi tersebut merupakan stimulasi atau kejadian yang dapat memberikan inspirasi atau pembangkit positif (*positive arousal*) untuk berusaha menyelesaikan tugas atau masalah yang dihadapi. Proses ini mengacu pada konsep pemahaman bahwa pembangkitan positif dapat meningkatkan perasaan atas *Self Efficacy*. Setiap metode, informasi tentang diri dan lingkungan diproses secara kognitif, dan bersama-sama rekoleksi terhadap pengalaman-pengalaman sebelumnya, mengubah *self efficacy* yang dimiliki. Adapun sumber-sumber *Self efficacy* tersebut:

a. *Mastery experiences* (pengalaman – pengalaman tentang penguasaan)

Mastery experiences (pengalaman – pengalaman tentang penguasaan), yaitu performa-performa yang sudah dilakukan dimasa lalu. Kesuksesan kinerja akan membangkitkan ekspektansi-ekspektansi terhadap kemampuan diri untuk mempengaruhi hasil yang diharapkan, sedangkan kegagalan cenderung merendahnya.

Pernyataan umum ini memiliki enam konsekuensi praktis:

- i. Kesuksesan kinerja akan membangkitkan *self efficacy* dalam menghadapi kesulitan tugas.
- ii. Tugas yang dikerjakan dengan sukses lebih membangkitkan *self efficacy* ketimbang kesuksesan membantu orang lain.
- iii. Kegagalan tampak lebih banyak menurunkan *self efficacy*, terutama jika individu tersebut sadar sudah mengupayakan yang terbaik, sebaliknya kegagalan karena tidak berupaya maksimal tidak begitu menurunkan *self efficacy*.
- iv. Kegagalan dibawah kondisi emosi yang tinggi atau tingkatan stress tinggi *self efficacy* –nya tidak selemah dari pada kegagalan di bawah kondisi-kondisi maksimal.
- v. Kegagalan sebelum memperoleh pengalaman-pengalaman tentang penguasaan lebih merusak *self efficacy*-nya dari pada kegagalan sesudah memperolehnya.

- vi. Kegagalan pekerjaan memiliki efek yang kecil saja bagi *self efficacy*, khususnya bagi mereka yang memiliki ekspektasi kesuksesan tinggi.

Mastery experiences merupakan sumber ekspektasi *Self-Efficacy* yang penting, karena berdasar pengalaman individu secara langsung. Individu yang pernah memperoleh suatu prestasi, akan terdorong meningkatkan keyakinan dan penilaian terhadap *Self-Efficacy*-nya. Pengalaman keberhasilan individu ini meningkatkan ketekunan dan kegigihan dalam berusaha mengatasi kesulitan, sehingga dapat mengurangi kegagalan.

b. *Social Modeling* (Permodelan sosial)

Social Modeling (Permodelan sosial) yaitu pengalaman-pengalaman tak terduga (*Vicarious experience*) yang disediakan orang lain. *Self-Efficacy* meningkat ketika manusia mengamati pencapaian orang lain yang setara kompetensinya, tetapi menurun ketika melihat kegagalan seorang rekan. Apabila orang lain tidak setara dengan individu tersebut, permodelan sosial hanya memberikan efek yang kecil saja bagi *Self-Efficacy*-nya. Meningkatnya *Self-Efficacy* individu ini dapat meningkatkan motivasi untuk mencapai suatu prestasi. Peningkatan *Self-Efficacy* ini akan menjadi efektif jika subyek yang menjadi model tersebut mempunyai banyak kesamaan karakteristik antara individu dengan model, kesamaan tingkat kesulitan tugas, kesamaan situasi dan kondisi, serta keanekaragaman yang dicapai oleh model.

c. Persuasi sosial

Self-Efficacy dapat diraih atau dilemahkan lewat persuasi sosial. Efek-efek dari sumber ini agak terbatas namun, dalam kondisi yang tepat, persuasi orang lain dapat meningkatkan atau menurunkan *Self-Efficacy*. Kondisi Pertama yang dimaksud adalah seseorang harus percaya kepada pembicara. Penolakan atau kritik dari sumber yang dipercaya ini memiliki efek yang lebih kuat pada *Self-Efficacy* dari pada sumber yang tidak dipercaya. Meningkatkan *Self-Efficacy* lewat persuasi sosial akan efektif hanya jika aktivitas yang diperkuat tertulis dalam daftar perilaku yang diulang ulang.

Menurut Bandura efek sebuah nasihat bagi *Self-Efficacy* berkaitan erat dengan status dan otoritas pemberi nasihat. Persuasi social terbukti paling efektif jika berkombinasi dengan keberhasilan performa. Persuasi mungkin sudah menyakinkan seseorang untuk mengupayakan aktivitas tertentu, dan ternyata bila performa ini berhasil dilakukan, maka pencapaian maupun penghargaan verbal berikutnya akan semakin meningkatkan *Self-Efficacy* di depan. Persuasi verbal ini dapat mengarahkan individu untuk berusaha lebih gigih untuk mencapai tujuan dan kesuksesan.

d. Kondisi fisik dan emosi (*Physiological and emotional states*)

Keempat, *Physiological and emotional states* (keadaan fisiologis dan psikologis). Emosi yang kuat biasanya menurunkan tingkat performa. Individu yang mengalami rasa takut yang besar, kecemasan yang kuat dan

tingkat stress yang tinggi, individu tersebut memiliki ekspektansi *Self-Efficacy* yang rendah. Semua orang, kecuali dikuasai rasa takut, memiliki kemampuan untuk memegang ular beracun. Mereka hanya harus memegang ular dengan lembut dibelakang kepalanya, namun bagi banyak orang, rasa takut kepada ular sudah menumpulkan dan merendahkan ekspektansi terhadap kinerja mereka.

Berdasarkan empat hal pembentukan *Self-Efficacy* tersebut dapat menjadi langkah untuk melatih dan mengembangkan keyakinan diri seorang individu. Manusia memiliki kapasitas untuk menjadi apapun, dan sebagian besar kemampuan diperoleh dari belajar kepada model. *Self-Efficacy* dapat diupayakan untuk memberikan suatu harapan penuh pada seseorang untuk mencapai kesuksesan dan cita cita.

3. Komponen Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)

Bandura (Romi, 2011: 20) mengungkapkan bahwa perbedaan *Self-Efficacy* pada setiap individu terletak pada tiga komponen, yaitu *magnitude, strength dan generality*. Masing-masing mempunyai implikasi penting di dalam performansi, yang secara lebih jelas dapat diuraikan sebagai berikut:

a. *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas)

Magnitude (tingkat kesulitan tugas), yaitu masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu. Komponen ini berimplikasi pada pemilihan perilaku yang akan dicoba individu berdasar ekspektasi efikasi pada tingkat kesulitan tugas. Individu akan berupaya melakukan tugas

tertentu yang ia persepsikan dapat dilaksanakannya dan ia akan menghindari situasi dan perilaku yang ia persepsikan di luar batas kemampuannya.

b. *Strength* (kekuatan keyakinan)

Strength (kekuatan keyakinan), yaitu berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya. Pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan, walaupun mungkin belum memiliki pengalaman-pengalaman yang menunjang. Sebaliknya pengharapan yang lemah dan ragu-ragu akan kemampuan diri akan mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak menunjang.

c. *Generality* (generalitas)

Generality (generalitas), yaitu hal yang berkaitan cakupan luas bidang tingkah laku di mana individu merasa yakin terhadap kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya, tergantung pada pemahaman kemampuan dirinya yang terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang lebih luas dan bervariasi.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan komponen *self efficacy* seseorang adalah pertama Magnitude suatu tingkat ketika seseorang meyakini usaha atau tindakan yang dapat ia lakukan, kedua Strength suatu kepercayaan diri yang ada dalam diri seseorang yang dapat ia wujudkan dalam meraih performa tertentu dan ketiga Generality sebagai

keleluasaan dari bentuk *self efficacy* yang dimiliki seseorang untuk digunakan dalam situasi lain yang berbeda.

4. Faktor yang mempengaruhi Efikasi diri (*Self Efficacy*)

Bandura (Astrid, 2009: 22) menyatakan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self efficacy* pada diri individu antara lain:

a. Budaya

Budaya mempengaruhi *self efficacy* melalui nilai, kepercayaan dan proses pengaturan diri yang berfungsi sebagai sumber penilain *self efficacy* dan juga sebagai konsekuensi dari keyakinan akan *self efficacy*.

b. Gender

Perbedaan gender juga berpengaruh terhadap *self efficacy*. Penelitian Bandura menyatakan bahwa wanita lebih efikasinya yang tinggi dalam mengelola perannya. Wanita yang memiliki peran selain sebagai ibu rumah tangga, juga sebagai wanita karir akan memiliki *self efficacy* yang tinggi dibandingkan dengan pria yang bekerja.

c. Sifat dari Tugas yang dihadapi

Derajat kompleksitas dari kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu akan mempengaruhi penilaian individu tersebut terhadap kemampuan dirinya sendiri. Semakin kompleks suatu tugas yang dihadapi oleh individu maka akan semakin rendah individu tersebut menilai kemampuannya. Individu yang dihadapkan tugas yang mudah

dan sederhana maka akan semakin tinggi individu tersebut menilai kemampuannya.

d. Insentif Eksternal

Faktor lain yang mempengaruhi *self efficacy* adalah insentif yang diperoleh individu tersebut. Bandura menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan *self efficacy* adalah insentif yang diberikan oleh orang lain yang merefleksikan keberhasilan seseorang.

e. Status atau peran individu dalam lingkungan

Individu yang memiliki status lebih tinggi akan memperoleh derajat kontrol yang lebih besar sehingga *self efficacy* yang dimiliki juga tinggi. Individu yang memiliki status lebih rendah akan memiliki kontrol yang lebih kecil sehingga *self efficacy* yang dimiliki juga rendah.

f. Informasi tentang kemampuan diri

Individu akan memiliki *self efficacy* tinggi, jika individu tersebut memperoleh informasi positif mengenai dirinya, sementara individu akan memiliki *self efficacy* rendah, jika memperoleh informasi negatif mengenai dirinya.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi *self efficacy* seseorang adalah budaya,gender,sifat dari tugas yang dikerjakan, insentif eksternal, status dan peran individu dalam lingkungan, serta informasi tentang dirinya.

5. Tahap Perkembangan Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

Bandura (Astrid, 2009: 21) menyatakan bahwa *self efficacy* berkembang secara teratur. Bayi mulai mengembangkan *self efficacy* sebagai usaha untuk melatih pengaruh lingkungan fisik dan sosial. Mereka mulai mengerti dan belajar mengenai kemampuan dirinya, kecakapan fisik, kemampuan sosial, dan kecakapan berbahasa yang hamper secara konstan digunakan dan ditunjukkan pada lingkungan. Awal dari pembentukan *self efficacy* dipusatkan pada orang tua kemudian dipengaruhi oleh saudara kandung, teman sebaya, dan orang dewasa lainnya. *Self efficacy* pada orang dewasa meliputi penyesuaian pada masalah pernikahan dan peningkatan karir. *Self efficacy* pada masa lanjut usia, sulit terbentuk sebab pada masa ini terjadi penurunan mental dan fisik, pesinan kerja, dan penarikan diri dari lingkungan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa tahap perkembangan *Self efficacy* seseorang dimulai dari masa bayi, dewasa dan masa tua. Setiap masa dari perkembangan *Self efficacy* seseorang dibentuk dan dipengaruhi oleh faktor faktor yang berbeda disekelilingnya. Seseorang yang mempunyai respon positif dalam menanggapi keyakinan dirinya sendiri dalam melakukan suatu hal dapat meningkatkan *self efficacy*-nya.

B. Tinjauan Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Solomo dan Rothblum (Tuckman, 2002: 55) mengemukakan bahwa prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam perkuliahan.

Prokrastinasi di kalangan ilmuwan, pertama kali digunakan oleh Brown dan Hoizman untuk menunjukkan kecenderungan untuk menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan (Rizvi dkk, 1997: 51). Seseorang yang mempunyai kecenderungan menunda atau tidak segera memulai kerja disebut *procrastinator*.

M. N. Ghufron (2003: 19) menyebutkan bahwa prokrastinasi dikatakan sebagai suatu perilaku yang tidak efisien dalam penggunaan waktu dan kecenderungan untuk tidak segera memulai pekerjaan ketika menghadapi tugas.

Noran (Akinsola, Tella & Tella, 2007: 84) mendefinisikan prokrastinasi akademis sebagai bentuk penghindaran dalam mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan oleh individu. Individu yang melakukan prokrastinasi lebih memilih menghabiskan waktu dengan teman atau pekerjaan lain yang sebenarnya tidak begitu penting daripada mengerjakan tugas yang harus diselesaikan dengan cepat.

Berdasarkan pengertian dari pemaparan sebelumnya, peneliti menyimpulkan prokrastinasi akademis adalah suatu penundaan tugas yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktivitas lain dan sebagai perilaku yang tidak efisien dalam penggunaan waktu, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam perkuliahan.

2. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dkk (Dwi Irmawati, 2009: 32) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dalam ciri-ciri tertentuberupa:

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

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, akan tetapi dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan,

maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan, dalam arti lambannya mahasiswa dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokastinasi akademik.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Mahasiswa yang melakukan prokastinasi mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ditentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan akan tetapi ketika saatnya tiba tidak juga meleakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai dengan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang seharusnya dikerjakan. Mahasiswa yang melakukan prokastinasi dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca, nonton, ngobrol, mendengarkan musik, dan sebagainya. Sehingga menyita

waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikan.

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

3. Jenis-jenis Prokrastinasi akademik

Salomo dan Rothblum (1984: 120) mengemukakan prokrastinas pada dunia pendidikan terdiri dari beberapa bentuk, yaitu:

1. Tugas mengarang

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

2. Belajar menghadapi ujian

Tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian misalnya ujian tengah semester atau akhir semester.

3. Membaca

Tugas membaca meliputi adanya penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademis yang diwajibkan.

4. Kinerja tugas administratif

Berupa penundaan untuk menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran, daftar peserta praktikum dan sebagainya.

5. Menghadiri pertemuan

Berupa penundaan maupun keterlambatan dalam menghadiri pelajaran, praktikum dan pertemuan-pertemuan lainnya.

6. Kinerja akademis secara keseluruhan

Yaitu penundaan dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademis secara keseluruhan.

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis prokrastinasi akademik terjadi dalam enam area, yaitu tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, kinerja tugas administratif, menghadiri pertemuan, dan kinerja akademis secara keseluruhan.

4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, yang diambil dari berbagai hasil penelitian, dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu:

a. Faktor internal, yaitu faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi:

1) Kondisi fisik individu

Faktor dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah berupa keadaan fisik dan

kondisi kesehatan, misalnya *fatigue*. Seseorang yang mengalami *fatigue*, misalnya karena kuliah dan bekerja paruh waktu, akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak McCown (Ferari 1995: 14). Tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi prokrastinasi, walaupun sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional yang dimiliki seseorang Ferari (1995: 7).

2) Kondisi psikologis individu

Prokrastinasi sering dihubungkan dengan persepsi individu terhadap tugas, menyenangkan atau tidak menyenangkan Milgram & Marshevsky (Ayu Candra 1995: 145).

3) Sikap perfeksionis, Mitchel (Ayu Candra, 2010: 26)

Sikap menuntut kesempurnaan adalah sikap yang baik. Sikap ini biasa muncul untuk alasan yang baik juga, yaitu mau bekerja dan menghasilkan kerja yang paling baik, namun jika sikap ini muncul karena mahasiswa tersebut takut dikritik, dikecam atau dicela orang bila pekerjaannya “kurang sempurna” maka bisa dipastikan pekerjaan yang harus dikerjakan akan tertunda. Contohnya dengan pikiran-pikiran seperti “semua materi dalam buku harus dibaca sebelum saya bisa mengerjakan tugas” atau “jika saya tidak dapat mengerjakan dengan sangat baik, maka saya tidak cukup baik untuk mengerjakan”.

b. Faktor eksternal, yaitu faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu yang mempebgaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor ini antara lain:

1) Manajemen waktu yang buruk dengan menunggu saat yang tepat, Mitchel (Ayu Candra, 2010: 25)

Prokrastinasi berarti tidak mengatur waktu secara bijak. Seseorang yang mungkin ragu-ragu dengan prioritas, tujuan dan sasarannya, atau kebanjiran tugas, kerap menunda pengerjaan tugas sampai akhir waktu dengan banyak meluangkan waktu untuk bersosialisasi daripada menyelesaikan tugas yang harus diselesaikan. Manajemen waktu yang buruk juga berarti seseorang akan selalu menunggu untuk mengerjakan tugasnya diwaktu yang tepat.

2) Takut akan penilaian negatif, Stephan & Palmer (Ayu Candra, 2010: 33)

Perasaan takut akan penialaian negatif dimiliki oleh orang yang mencemaskan penilaian orang lain terhadap dirinya. Mahasiswa akan berusaha berbuat sesempurna mungkin agar dirinya dapat diterima oleh orang lain. Takut akan penilaian negatif menjadi disamakan dengan kegagalan atau penolakan dari orang lain. Orang yang pernah menerima penilaian negatif dari orang lain dapat menjadikan prokrastinasi sebagai *coping* atas perasaan ini, dengan cara menunda melaksanakan apapun yang biasa membuat orang lain menilai diri kita.

3) Tugas yang terlalu banyak (Burka dan Yuen, 2008: 44)

Menjelaskan bahwa prokrastinasi terjadi karena tugas-tugas yang menumpuk terlalu banyak dan harus segera dikerjakan. Pelaksanaan tugas yang satu dapat menyebabkan tugas lain tertunda.

4) Kondisi lingkungan (Burka dan Yuen, 2008: 103)

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

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor yang ada dalam diri individu, yang meliputi kondisi fisik, psikis, takut gagal, cemas, dan adanya keyakinan-keyakinan negatif, dan sikap perfeksionis. Kemudian faktor eksternal berupa faktor di luar diri individu, yang meliputi, manajemen waktu yang buruk, takut akan penilaian yang negatif, tugas yang terlalu banyak, dan kondisi lingkungan.

5. Karakteristik Prokrastinasi

Menurut Young (2004: 23), karakteristik orang yang melakukan perilaku menunda yaitu :

- a. Kurang dapat mengatur waktu
- b. Percaya diri yang rendah
- c. Terlalu sibuk jika harus mengerjakan tugas
- d. Keras kepala, dalam arti menganggap orang lain tidak dapat memaksanya mengerjakan pekerjaan

- e. Manipulasi tingkah laku orang lain dan menganggap pekerjaan tidak dapat dilakukan.

Selain itu, karakteristik individu yang melakukan perilaku menunda (Sapadin & Maquire dalam Sirois, 2004: 24) adalah:

- a. Perfeksionisme, yaitu mengerjakan sesuatu yang dirasa kurang sempurna
- b. Pemimpin, yaitu banyak mempunyai ide besar tetapi tidak dilakukan
- c. Pencemas, yaitu tidak berfikir tugas dapat berjalan dengan baik tetapi tidak takut apa yang dilakukan lebih jelek atau gagal.
- d. Penentang, yaitu tidak mau diperintah atau dinasehati orang lain.
- e. Pembuat masalah.
- f. Terlalu banyak tugas.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas dapat diambil kesimpulan bahwa karakteristik prokrastinasi adalah kurang dapat mengatur waktu, percaya diri yang rendah, perfeksionisme, pencemas, dan terlalu sibuk jika harus mengerjakan tugas.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

“Istilah *adolesence* atau remaja berasal dari bahasa latin *adolescere* (kata bendanya *adolentia* yang berarti remaja) yang berarti ‘tumbuh’ atau tumbuh menjadi dewasa”(Hurlock, 1980: 206). Hal ini menunjukkan bahwa remaja adalah orang yang sedang mengalami proses menjadi dewasa atau menjadi orang dewasa. Rentang usia remaja menurut Hurlock (dalam Mapierre 1982:17) adalah antara usia 13-21 tahun yang dibagi pula dalam remaja awal yaitu usia 13/14 tahun sampai usia 17 tahun dan remaja akhir yaitu usia 17 tahun sampai usia 21 tahun.

Pendapat lain dikemukakan oleh Hardianto (2002: 259) yang menyatakan bahwa anak remaja sebenarnya tidak memiliki tempat yang jelas . Dia tidak termasuk golongan anak, tetapi tidak termasuk pula golongan orang dewasa. Dari penjelasan di atas mengandung maksud bahwa masa remaja adalah masa perantara dari masa anak-anak menjadi masa dewasa. Lebih lanjut Haditomo (2000: 36) membagi masa remaja menjadi tiga periode yaitu remaja awal yang terjadi pada umur antara 12 sampai 15 tahun, remaja pertengahan yaitu umur 15 sampai 18 dan remaja akhir yaitu usia 18 sampai usia 21 tahun.

Gunarsa (1991: 202) dalam tulisannya yang berjudul “Perkembangan Kepribadian Remaja” menyebutkan bahwa dari kepustakaan belanda istilah *adolescencia* dimulai sesudah tercapai

kematangan seksual secara biologis, sesudah masa pubertas yaitu antara usia 17 tahun sampai 22 tahun.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas dapat diambil kesimpulan bahwa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menjadi dewasa yang disertai dengan berbagai perubahan pada fisik maupun psikisnya. Adapun yang masuk dalam kategori remaja adalah umur 12-22 tahun.

2. Karakteristik Remaja Akhir

Masa remaja memiliki karakteristik tertentu yang dapat membedakannya dengan masa perkembangan yang lain. Ada tiga aspek yang merupakan karakteristik remaja akhir, yaitu:

1. Perkembangan fisik

Perkembangan fisik mencapai puncaknya saat manusia berusia 19-26 tahun. Pada masa ini manusia, jarang mengalami keluhan mengenai kesehatannya. Sebaliknya, ia akan berprestasi dalam olah raga pada masa-masa ini (Santrock, 1999: 414). Pada remaja akhir proporsi tubuh mencapai ukuran tubuh orang dewasa dalam semua bagiannya (Syamsu Yusuf: 2005).

Masalah yang umum terjadi berkaitan dengan fisik pada masa ini adalah masalah citra diri mengenai bentuk tubuh ideal. Hal ini mengakibatkan banyak masalah mengenai penurunan berat badan melalui diet tidak seimbang dan penggunaan obat-obatan untuk penurunan berat badan. Alternatif yang positif yang dapat dilakukan pada masa ini adalah melakukan olah raga yang teratur (Santrock, 1995: 414).

2. Perkembangan Kognitif

Proses kognitif meliputi perubahan dalam pikiran, inteligensi, dan bahasa individu. Menghafal puisi, memecahkan masalah, memikirkan masa depan, wawasan berfikirnya semakin luas, dan secara intelektual remaja mulai berfikir logis tentang gagasan abstrak (Santrock, 2003: 24). Perkembangan kognitif remaja pada masa ini lebih rentan untuk mengalami prokrastinasi dikarenakan efikasi diri yang rendah dan pemikiran yang masih labil.

3. Perkembangan Sosial-Emosional

Emosi pada remaja akhir sudah tidak meledak-ledak lagi melainkan relatif lebih stabil. Dapat mengendalikan emosinya, tidak mudah tersinggung, tidak agresif, menghadapi masalah secara lebih matang, perasaan menjadi lebih tenang, dan menghadapi kegagalan secara sehat dan bijak (Mapierre 1982: 6). Sedangkan secara sosial ikatan *peer groupnya* sudah mulai mengendor dan interaksi sosial sudah semakin meluas (Rumini dan sundari, 2000: 96). *Peer group* pada masa ini memberikan pengaruh terhadap perkembangan remaja salah satunya perilaku prokrastinasi, apabila salah satu anggota *peer group* ini melakukan prokrastinasi maka remaja yang menjadi anggotanya juga akan melakukan hal yang sama.

Berdasarkan berbagai pendapat dari para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik pada masa remaja akhir terdapat tiga aspek yaitu perkembangan fisik mengenai bentuk tubuh yang ideal,

perkembangan kognitif wawasan berfikirnya semakin luas, dan perkembangan sosioal-emosional dapat mengendalikan emosinya dan interaksi sosial semakin meluas.

3. Tugas Perkembangan Remaja Akhir

Menurut Havinghurst (dalam Hurlock, 1980: 9) tugas perkembangan adalah tugas yang muncul pada saat atau sekitar periode waktu tertentu dari kehidupan individu, yang jika berhasil dilakukan akan menimbulkan rasa bahagia dan membawa kearah keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas selanjutnya. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya bagi seseorang untuk menguasai tugas perkembangan tiap periodenya.

Selama rentang kehidupannya, manusia harus menyelesaikan tugas perkembangan yang dibagi dalam periode-periode tertentu. Demikian juga dengan mahasiswa yang dalam penelitian ini dikategorikan sebagai remaja akhir. Mahasiswa juga harus menyelesaikan tugas perkembangan sebagai remaja sebelum memasuki masa dewasa. Kay (Syamsu, 2006: 72-73) mengemukakan tugas perkembangan remaja sebagai berikut.

- a. Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.
- b. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
- c. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok.

- d. Menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya.
- e. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
- f. Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup (*Weltanschauung*).
- g. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan.

Sedangkan menurut Havinghurst (dalam Mapierre, 1982: 99), tugas perkembangan remaja adalah sebagai berikut:

- a. Menerima keadaan fisiknya dan menerima perannya sebagai pria dan wanita.
- b. Menjalin hubungan dengan teman sebaya, baik sesama jenis maupun lain jenis kelamin.
- c. Meperoleh kebebasan emosional dari orang tuanya dan orang-orang dewasa lainnya.
- d. Memperoleh kepastian dalam hal kebebasan pengaturan ekonomi.
- e. Memilih dan mengarahkan diri kearah suatu jabatan atau pekerjaan.
- f. Mengembangkan ketrampilan-ketrampilan dan konsep-konsep intelektual yang diperlukan dalam hidup sebagai warga negara yang terpuji.
- g. Menginginkan dan dapat berperilaku seperti yang

diperbolehkan oleh masyarakat.

- h. Mempersiapkan diri untuk pernikahan dan kehidupan keluarga.
- i. Menyusun nilai-nilai kata hati yang sesuai dengan gambaran dunia yang diperoleh dari pengetahuan yang memadai.

Tugas perkembangan menurut Hurlock (1980: 10) adalah sebagai berikut:

- a. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
- b. Mencapai peran sosial pria dan wanita.
- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
- e. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
- f. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.
- g. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli mengenai tugas-tugas perkembangan diatas, dapat disimpulkan bahwa remaja dapat menerima perkembangan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, menjalin hubungan dengan teman sebaya, mencapai kemandirian dari orang tua, mencapai peran gender dalam bidang social, mempersiapkan perkawinan dan keluarga, memperkuat *self control*, dan Memperoleh kepastian dalam hal kebebasan pengaturan ekonomi.

D. Hubungan Antara Efikasi Diri (*self Efficacy*) dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa

Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam perkuliahan.

Prokrastinasi tidak lebih dari sekedar kecenderungan, melainkan suatu respon tetap dalam mengantisipasi tugas-tugas yang tidak disukai dan dipandang bisa diselesaikan dengan sukses. Prokrastinasi akademik merupakan kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik.

Hambatan-hambatan dalam menyelesaikan tugas akademik meliputi faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah yang berasal dari dalam diri siswa sendiri, misalnya seperti tidak yakin pada diri sendiri dan ketidakmampuan mengatur waktu, sedangkan faktor eksternal berasal dari luar mahasiswa, seperti kurangnya dukungan, kesulitan memperoleh bahan, kurangnya sarana, dan aktivitas lain.

Bandura (Jess 2008: 414-415) mendefinisikan *self efficacy* sebagai “keyakinan manusia pada kemampuan mereka untuk melatih sejumlah ukuran pengendalian terhadap fungsi diri mereka dan kejadian-kejadian di lingkungannya.” Manusia percaya dapat melakukan sesuatu, memiliki potensi untuk mengubah kejadian-kejadian di lingkungannya, lebih suka bertindak, dan lebih dekat pada kesuksesan dari pada yang rendah *self efficacy*-nya.

Mahasiswa yang memiliki sikap efikasi diri dalam menghadapi suatu tugas yang sulit akan merasa tertantang untuk menyelesaikannya, memiliki tanggung jawab yang kuat dan tekun, sehingga tidak mudah putus asa. Sedangkan mahasiswa dengan efikasi diri rendah cenderung merasa malu dan ragu terhadap kemampuan yang dimilikinya, menganggap suatu yang rumit sebagai ancaman terhadap diri mereka sendiri.

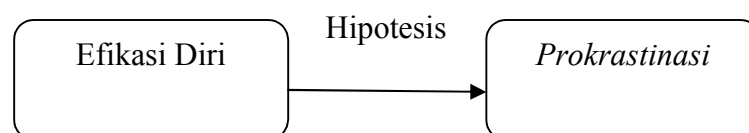
Efikasi seseorang sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa individu bertahan dalam menghadapi rintangan yang menyakitkan. Semakin kuat efikasi diri semakin giat dan tekun usaha-usahanya. Sedangkan mereka yang mempunyai perasaan efikasi yang kuat menggunakan usaha yang lebih besar untuk mengatasi tantangan. Efikasi diri

yang rendah dapat menghalangi usaha meskipun individu memiliki keterampilan dan menyebabkan mudah putus asa (Newstrom & Davis, 1989: 140).

Berdasarkan uraian diatas, perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa mempunya hubungan dengan efikasi diri. Berawal dari keyakinan mahasiswa yang rendah terhadap tugas-tugas yang diberikan oleh dosen sehingga mengakibatkan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas. Oleh karena itu mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi, tidak akan pantang menyerah dalam berbagai tindakan dan siap menghadapi kesulitan-kesulitan. Hal ini ditegaskan bagi mahasiswa yang dalam setiap perkuliahannya memiliki beban tugas yang menumpuk sehingga membutuhkan banyak energi, pembagian waktu yang cukup, dan sering kali mengalami kesulitan-kesulitan dalam menyelesaikan tugasnya.

C. Paradigma Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir yang dikemukakan di atas, maka dapat dilihat hubungan antara variabel bebas yaitu efikasi diri dengan variabel tergantung yaitu prokrastinasi. Hubungan tersebut dapat digambarkan dengan paradigma yang dapat dilihat pada Gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Paradigma Penelitian

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berfikir yang telah dipaparkan diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang negatif antara efikasi diri (*self efficacy*) dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta. Artinya semakin tinggi efikasi diri mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan mahasiswa untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik, dan sebaliknya semakin rendah efikasi diri mahasiswa, maka semakin tinggi kecenderungan mahasiswa untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2010: 14).

Penelitian ini dirancang sebagai sebuah penelitian korelasional. Penelitian korelasi adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui atau menguji hubungan antara dua variabel atau lebih, yaitu antara variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*).

Berdasarkan pada uraian di atas, maka penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif korelasional. Dikatakan pendekatan kuantitatif karena data atau informasi yang dikumpulkan diwujudkan dalam bentuk kuantitatif atau angka-angka. Dikatakan korelasional karena penelitian ini mencari hubungan antar variabel.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta .

2. Waktu Penelitian

Proses penelitian untuk pengumpulan data dilakukan pada bulan September 2012.

C. Variabel Penelitian

Variabel bebas (X) dalam penelitian kuantitatif merupakan variabel yang menjelaskan terjadinya fokus. Sementara itu, variabel terikat (Y) sebagai variabel yang diakibatkan atau dipengaruhi oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini ada dua variabel yaitu efikasi diri merupakan variabel bebas (X), sedangkan variabel terikat adalah perilaku prokrastinasi (Y).

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan Bimbingan dan konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta tahun angkatan 2010 yang berjumlah 77 mahasiswa. Mahasiswa tersebut merupakan remaja yang berumur sekitar 19-21 tahun. Jumlah populasi dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Keadaan Populasi Subjek Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Mahasiswa
1.	A	33
2.	B	44
Jumlah		77

2. Sampel

Penentuan sampel atau teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sample kelompok atau *cluster sampling* karena pengambilan sampel dari populasi telah sesuai dengan karakteristik kelompok sampel yang diinginkan yaitu mahasiswa jurusan Bimbingan dan konseling angkatan 2010 yang berada dalam rentang usia 19-21 tahun. Pada penelitian ini jumlah populasinya yaitu sebanyak 77 mahasiswa.

E. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

Efikasi diri (*self efficacy*) merupakan keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kemampuannya untuk mengontrol diri dalam melakukan suatu kegiatan sehingga kegiatan tersebut sesuai dengan harapan.

Efikasi diri diukur dengan menggunakan skala efikasi diri yang disusun berdasarkan komponen efikasi diri pada remaja (mahasiswa) yang dikemukakan oleh Bandura (dikutip dari Romi: 2011,20) Adapun komponen efikasi diri pada remaja (mahasiswa) yaitu sebagai berikut.

- a. *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas), yaitu masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu.
- b. *Strength* (kekuatan keyakinan), yaitu berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya.
- c. *Generality* (generalitas), yaitu hal yang berkaitan cakupan luas bidang tingkah laku di mana individu merasa yakin terhadap kemampuannya.

Hasil skor yang didapat akan menentukan tingkat efikasi diri subjek pada kategori tinggi, sedang, atau rendah. Skor tinggi yang dimiliki subjek, akan menunjukkan tingkat efikasi diri yang tinggi. Skor yang sedang akan menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat efikasi diri sedang. Kemudian, skor yang rendah akan menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat efikasi diri yang rendah.

2. Perilaku Prokrastinasi

Prokrastinasi adalah suatu penundaan tugas yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktivitas lain dan sebagai perilaku yang tidak efisien dalam penggunaan waktu, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam perkuliahan.

Perilaku prokrastinasi diukur dengan menggunakan skala prokrastinasi berdasarkan ciri-ciri prokrastinasi yang dikemukakan oleh Ferrari dkk (dalam Dwi Irmawati, 2009: 32). Ketiga aspek tersebut adalah sebagai berikut.

- a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi.
- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.
- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Hasil skor yang didapat akan menentukan tingkat perilaku prokrastinasi subjek pada kategori tinggi, sedang, atau rendah. Skor tinggi yang dimiliki subjek, akan menunjukkan tingkat perilaku prokrastinasi yang

tinggi. Skor yang sedang akan menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat perilaku prokrastinasi sedang. Kemudian, skor yang rendah akan menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat perilaku prokrastinasi yang rendah.

F. Teknik Pengumpulan Data

Suharsimi Arikunto (2010: 192) menyatakan bahwa metode atau teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan agar dapat memperoleh data mengenai variabel-variabel yang akan diteliti. Jenis-jenis metode atau instrumen pengumpulan data yaitu tes, angket atau kuesioner (*questionnaires*), wawancara (*interview*), observasi, skala bertingkat (*rating scale*), dan dokumentasi (Suharsimi Arikunto, 2010: 193-202). Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode angket atau kuesioner (*questionnaires*) dengan menggunakan skala *Likert*.

G. Instrumen Penelitian

Sesuai dengan teknik yang digunakan dalam pengumpulan data, instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner atau angket dengan menggunakan skala *Likert*. Jenis angket yang digunakan adalah angket tertutup, yaitu angket yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Butir-butir atau item-item kuesioner disusun dalam bentuk pernyataan, dengan pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Dalam penelitian ini terdapat dua instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu skala efikasi diri dan skala prokrastinasi. Peneliti menyusun sendiri instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk keperluan pengumpulan data. Hal ini dikarenakan belum adanya instrumen yang telah terstandar mengenai efikasi diri dan prokrastinasi seperti yang akan digunakan oleh peneliti.

Berikut ini uraian mengenai prosedur dalam penyusunan instrumen di atas adalah sebagai berikut.

1. Perencanaan

Langkah-langkah yang dilakukan pada tahap perencanaan adalah:

a. Perumusan tujuan.

Tujuan penyusunan instrumen dalam penelitian ini adalah mengungkap data mengenai tingkat efikasi diri dan tingkat prokrastinasi pada responden. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta.

b. Menentukan variabel penelitian.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel efikasi diri dan variabel prokrastinasi. Variabel efikasi diri sebagai variabel *independen* atau bebas, sedangkan variabel prokrastinasi sebagai variabel *dependen* atau terikat.

c. Kategorisasi variabel penelitian.

Kategorisasi untuk masing-masing variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

i. Variabel Efikasi Diri

Dalam penelitian ini, penyusunan skala untuk mengungkap efikasi diri responden yang akan disusun oleh peneliti mengacu pada komponen efikasi diri pada remaja (mahasiswa) yang dikemukakan oleh Bandura (Romo: 2011, 20). Komponen efikasi diri tersebut adalah sebagai berikut.

- 1) *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas).
- 2) *Strength* (derajat kemantapan, keyakinan atau pengharapan).
- 3) *Generality* (luas bidang perilaku).

Berdasarkan komponen efikasi diri diatas, maka disusun kisi-kisi skala efikasi diri yang digunakan dalam penelitian ini yang dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Efikasi Diri Sebelum Uji Coba

No.	Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Deskriptor	Item Instrumen		Jml	
					+	-		
1.	Efikasi Diri	a. <i>Magnitude</i> (tingkat kesulitan tugas)	Tingkat kesulitan tugas.	Masalah yang berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas pada individu.	1, 2	3, 4*	4	
			Menentukan perilaku yang akan ditentukan.	Menentukan perilaku yang akan dilakukan oleh individu berdasarkan ekspektasi efikasi pada tingkat kesulitan tugas.	5, 6	7, 8,	4	
			Menghindari situasi perilaku di luar batas kemampuannya.	Individu akan berupaya melakukan tugas tertentu yang menurutnya dapat dilaksanakan dan menghindari situasi serta perilaku yang di luar batas kemampuannya.	9, 10*	11, 12	4	
		b. <i>Strength</i> (derajat kemantapan, keyakinan atau pengharapan)	Kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya.	Berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya	13, 14*	15, 16	4	
			Pengharapan yang kuat dan mantap .	Pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan, walaupun belum memiliki pengalaman yang menunjang.	17, 18	19, 20	4	
			Pengharapan yang lemah dan ragu-ragu akan kemampuannya.	Pengharapan yang lemah dan ragu-ragu akan kemampuan diri akan mudah dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman yang tidak menunjang.	21, 22, 25	23, 24, 26	6	
		c. <i>Generality</i> (luas bidang perilaku)						
			Pemahaman kemampuan yang terbatas.	Pemahaman kemampuan yang terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada situasi yang bervariasi	27, 28	29, 30*	4	
Jumlah					15	15	30	

Keterangan: (*) = item pernyataan yang gugur.

ii. Variabel Prokrastinasi

Dalam penelitian ini, penyusunan skala untuk mengungkap perilaku prokrastinasi responden yang akan disusun oleh peneliti mengacu pada ciri-ciri prokrastinasi yang dikemukakan oleh Ferrari dkk (Dwi Irmawati, 2009: 32). ciri-ciri prokrastinasi tersebut adalah sebagai berikut.

- 1) Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi.
- 2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.
- 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Berdasarkan komponen efikasi diri diatas, maka disusun kisi-kisi skala perilaku prokrastinasi akademik yang digunakan dalam penelitian ini yang dapat dilihat pada tabel 3 dibawah ini.

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Perilaku Prokrastinasi Akademik Sebelum Uji Coba

No.	Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Deskriptor	Item Instrumen		Jml		
					+	-			
2.	Perilaku prokrastinasi akademikP	a. Penundaan.	Penundaan dalam memulai mengerjakan tugas.	Mahasiswa melakukan penundaan dalam memulai mengerjakan tugas.	1, 2	3, 4*, 5	5		
			Penundaan dalam menyelesaikan tugas.	Mahasiswa melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas.	6, 7	8, 9	4		
		b. Keterlambatan /kelambanan.	Memerlukan waktu yang lebih lama.	Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan tugas.	10	11*, 12	3		
			Tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu.	Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi menghabiskan waktu yang dimiliki untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki.	13*, 14, 15	16, 17	5		
		c. Kesenjangan waktu	Ketidaksesuaian rencana dalam mengerjakan tugas.	Rencana yang telah disusun oleh mahasiswa untuk mengerjakan tugas tidak sesuai.	18*, 19	20, 21	4		
			Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang ditentukan	Mahasiswa kesulitan dalam mengerjakan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sehingga mengalami keterlambatan.	22, 23*	24, 25	4		
			Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.	Mahasiswa dengan sengaja tidak segera mengerjakan tugasnya, namun menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.	26, 27	28, 29, 30	5		
		Jumlah					14	16	30

Keterangan: (*) = item pernyataan yang gugur.

2. Penulisan butir soal dan penyusunan skala.

Setelah peneliti menyusun pengkategorisasian mengenai variabel penelitian, maka tahap berikutnya adalah menuliskan butir soal atau pernyataan dan menyusun skala. Skala efikasi diri dibuat sejumlah 30 butir pernyataan yang terdiri dari 15 butir pernyataan positif dan 15 butir pernyataan negatif. Sedangkan skala prokrastinasi dibuat sebanyak 30 butir yang terdiri dari 14 butir pernyataan positif dan 16 butir pernyataan negatif. Dalam penelitian ini, masing-masing angket atau kuesioner baik skala efikasi diri maupun skala prokrastinasi menggunakan model skala *Likert*. Skala *Likert* adalah skala penilaian dengan rentangan dari positif sampai negatif.

Prosedur dalam melakukan pengumpulan data dengan menggunakan skala penelitian ini, responden diminta untuk memilih jawaban terhadap pernyataan yang telah disediakan dengan memberikan tanda check atau centang (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan dirinya. Pilihan jawaban pada skala efikasi diri dan perilaku prokrastinasi terdiri dari Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Pemberian skor penilaian pada jawaban dalam skala efikasi diri dan prokrastinasi bergerak dari skor 4 sampai 1 untuk pilihan jawaban positif dan skor 1 sampai 4 untuk pilihan jawaban negatif. Semakin tinggi nilai yang diperoleh, maka semakin tinggi tingkat efikasi diri dan

prokrastinasi pada responden. Berikut ini skor penilaian untuk pilihan jawaban skala efikasi diri dan prokrastinasi dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Skor Penilaian Skala Efikasi Diri dan Perilaku Prokrastinasi Akademik

No.	Positif	Skor	Negatif	Skor
1.	Sangat Sesuai	4	Sangat Sesuai	1
2.	Sesuai	3	Sesuai	2
3.	Tidak Sesuai	2	Tidak Sesuai	3
4.	Sangat Tidak Sesuai	1	Sangat Tidak Sesuai	4

3. Penyuntingan

Setelah selesai menyusun item atau butir-butir pernyataan pada skala, langkah berikutnya adalah penyuntingan. Ada beberapa hal yang dilakukan dalam kegiatan penyuntingan yaitu melengkapi instrumen dengan kata pengantar, pedoman mengerjakan, dan lembar jawaban. Kata pengantar digunakan untuk menjelaskan fungsi dari skala itu sendiri dan tujuan penelitian yang dilakukan. Dalam kata pengantar, peneliti mencantumkan beberapa hal yang ditujukan kepada responden, yaitu:

- a. Penelitian dilakukan dalam rangka apa.
- b. Tujuan peneliti mengadakan penelitian.
- c. Data seperti apa yang diperlukan.
- d. Kemanfaatan data bagi peneliti dan masyarakat luas.
- e. Ucapan terima kasih atas bantuan responden.

4. Uji coba instrumen.

Sebelum instrumen digunakan pada pengumpulan data penelitian, maka sebaiknya instrumen diujicobakan terlebih dahulu. Dalam penelitian ini, uji coba (*try out*) instrumen akan dilakukan kepada Mahasiswa jurusan Manajemen Pendidikan angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta sebanyak 30 mahasiswa. Alasan peneliti menentukan mahasiswa Jurusan Manajemen Pendidikan angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta sebagai subjek uji coba instrumen penelitian ini yaitu karena subjek memiliki karakteristik yang hampir sama dengan subjek penelitian (Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta). Karakteristik tersebut yaitu rentang usia yang sama (19-21 tahun). Penentuan jumlah subjek uji coba dalam penelitian ini mengacu pada pendapat Suharsimi Arikunto (2002: 253), subjek uji coba diambil sejumlah 30 subjek dan jumlah tersebut memungkinkan untuk pelaksanaan dan analisis instrumen. Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menentukan banyaknya subjek uji coba, yaitu sebagai berikut (Suharsimi Arikunto, 2002: 253).

- a. Tersedianya subjek yang akan dijadikan sasaran.
- b. Unit analisis yang diambil.
- c. Kemampuan peneliti dalam hal waktu dan dana.
- d. Tingkat kesulitan dalam pelaksanaan.

Karena keterbatasan kemampuan peneliti dalam hal waktu dan dana, maka penelitian ini akan menggunakan subjek uji coba sebanyak 30 mahasiswa. Subjek uji coba dipilih secara acak (*random*). Tujuan uji coba instrumen dalam penelitian ini adalah untuk keandalan instrumen. Keandalan instrumen akan menghasilkan data yang benar dan hasil penelitian yang bermutu. Instrumen yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting yaitu valid dan reliabel (Suharsimi Arikunto, 2010: 211), sehingga instrumen penelitian sebelum digunakan dalam penelitian yang sebenarnya, harus diuji validitas dan reliabilitasnya.

a. Uji Validitas Instrumen Penelitian

Uji validitas instrumen dalam penelitian ini akan menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Penghitungan dilakukan dengan menggunakan *SPSS for Windows Seri 16.0*. Berikut ini rincian rumus korelasi *Product Moment*.

$$r_{xy} = \frac{\Sigma}{(\Sigma)(\Sigma)}$$

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi *product moment* variabel x dan y

Σ_{xy} = jumlah perkalian antara skor butir dengan skor total

x^2 = kuadrat skor butir

y^2 = kuadrat skor total

(Suharsimi Arikunto, 2010: 213)

Hasil r_{xy} hitung kemudian dibandingkan dengan r tabel pada taraf signifikansi 5%. Nilai r tabel dengan N=30 diperoleh r tabel

sebesar 0,361. Jika nilai r hitung lebih besar atau sama dengan r tabel (r hitung $\geq r$ tabel), maka butir atau item dari instrumen yang dimaksud adalah valid. Sebaliknya jika r hitung lebih kecil dari r tabel (r hitung $\leq r$ tabel), maka butir atau item dalam instrumen yang dimaksud tidak valid atau gugur.

Pada skala efikasi diri diperoleh 26 item yang valid dari 30 item yang diujicobakan dengan koefisien validitas item bergerak dari 0,209 sampai 0,709. Adapun 4 item yang dinyatakan tidak valid dalam instrument skala efikasi diri yaitu item nomor 4, 10, 14, dan 30. Sedangkan pada skala perilaku prokrastinasi akademik diperoleh 25 item yang valid dari 30 item yang diujicobakan dengan koefisien item bergerak dari 0,020 sampai 0,714. Adapun 5 item yang dinyatakan tidak valid dalam instrument perilaku prokrastinasi yaitu nomor 4, 11, 13, 18, dan 23. Berdasarkan uji validitas ternyata butir-butir yang valid masih mewakili indikator atau aspek yang ada, sehingga instrumen tersebut dapat digunakan untuk pengambilan data. Penghitungan selengkapnya dapat dilihat dalam lampiran dan kisi-kisi instrumen setelah dilakukan uji coba dapat dilihat pada Tabel 5 dan 6.

b. Reliabilitas Instrumen Penelitian

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Suharsimi Arikunto, 2010: 221). Saifudin Azwar (2007: 83) berpendapat bahwa

reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berkisar antara 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya semakin rendah koefisien reliabilitas mendekati 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya.

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Efikasi Diri Setelah Uji Coba

No.	Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Deskriptor	Item Instrumen		Jml
					+	-	
1.	Efikasi Diri	<i>a. Magnitude</i> (tingkat kesulitan tugas)	Tingkat kesulitan tugas.	Masalah yang berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas pada individu.	1, 2	3	3
			Menentukan perilaku yang akan ditentukan.	Menentukan perilaku yang akan dilakukan oleh individu berdasarkan ekspektasi efikasi pada tingkat kesulitan tugas.	4, 5	6, 7	4
			Menghindari situasi perilaku di luar batas kemampuannya.	Individu akan berupaya melakukan tugas tertentu yang menurutnya dapat dilaksanakan dan menghindari situasi serta perilaku yang di luar batas kemampuannya.	8	9, 10	3
		<i>b. Strength</i> (derajat kemantapan, keyakinan atau pengharapan)	Kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya.	Berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya	11	12, 13	3
			Pengharapan yang kuat dan mantap .	Pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan, walaupun belum memiliki pengalaman yang menunjang.	14, 15	16, 17	4
			Pengharapan yang lemah dan ragu-ragu akan kemampuannya.	Pengharapan yang lemah dan ragu-ragu akan kemampuan diri akan mudah dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman yang tidak menunjang.	18, 19, 22	20, 21, 23	6
		<i>c. Generality</i> (luas bidang perilaku)					
			Pemahaman kemampuan yang terbatas.	Pemahaman kemampuan yang terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada situasi yang bervariasi	24, 25	26	3
		Jumlah					15

Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Perilaku Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba

No.	Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Deskriptor	Item Instrumen		Jml		
					+	-			
2.	Perilaku prokrastinasi akademikP	a. Penundaan.	Penundaan dalam memulai mengerjakan tugas.	Mahasiswa melakukan penundaan dalam memulai mengerjakan tugas.	1, 2	3, 4	4		
			Penundaan dalam menyelesaikan tugas.	Mahasiswa melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas.	5, 6	7, 8	4		
		b. Keterlambatan/ kelambanan.	Memerlukan waktu yang lebih lama.	Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan tugas.	9	10	2		
			Tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu.	Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi menghabiskan waktu yang dimiliki untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki.	11, 12	13, 14	4		
			c. Kesenjangan waktu.	Ketidaksesuaian rencana dalam mengerjakan tugas.	Rencana yang telah disusun oleh mahasiswa untuk mengerjakan tugas tidak sesuai.	15	16, 17, 18	3	
			Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang ditentukan	Mahasiswa kesulitan dalam mengerjakan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sehingga mengalami keterlambatan.	19	20, 21	3		
			Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Mahasiswa dengan sengaja tidak segera mengerjakan tugasnya, namun menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.	22, 23	24, 25, 26	5		
		Jumlah					14	16	25

Uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan reliabilitas internal yang diperoleh dengan cara menganalisis data dari satu kali hasil pengujian. Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus koefisien *Alpha*. Rumus *Alpha* digunakan untuk mencari reliabilitas instrumen yang skornya bukan 1 dan 0, misalnya angket (Suharsimi Arikunto, 2010: 239). Penghitungan reliabilitas akan menggunakan program *software SPSS for Windows Seri 16.0*. Rumus *Alpha* adalah sebagai berikut.

$$r_{11} = \left(\frac{\sum b^2}{\Sigma b^2} \right) (1 - \frac{\sum b^2}{\Sigma b^2})$$

Keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrumen

k = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

Σb = jumlah varians butir

Σb^2 = varians total

(Suharsimi Arikunto, 2010: 239)

Hasil penghitungan dengan menggunakan rumus di atas, kemudian diinterpretasikan dengan tingkat keterandalan koefisien reliabilitas. Untuk melihat interpretasi koefisien reliabilitas maka digunakan pedoman yang mengadaptasi kriteria interpretasi koefisien (Sugiyono, 2010: 319) yang dapat dilihat pada tabel 7 di bawah ini.

Tabel 7. Interpretasi Koefisien Reliabilitas

Koefisien Reliabilitas	Interpretasi
Antara 0,800 - 1, 00	Sangat Tinggi
Antara 0,600 - 0,800	Tinggi
Antara 0,400 - 0,600	Sedang
Antara 0,200 - 0,400	Rendah
Antara 0,00 – 0,200	Sangat Rendah (Tidak berkorelasi)

Uji reliabilitas instrumen digunakan untuk mengukur bahwa instrumen penelitian tersebut bebas dari kesalahan persepsi sehingga menghasilkan hasil yang konsisten dan dapat digunakan pada kondisi yang berbeda-beda. Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila nilai koefisien korelasi lebih besar dari 0,60 ($>0,60$) atau berada pada interval koefisien antara 0,60-1,00.

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menunjukkan nilai koefisien *Alpha* pada skala efikasi diri sebesar 0,911 dan skala perilaku prokrastinasi akademik sebesar 0,902. Nilai koefisien *Alpha* pada kedua skala menunjukkan nilai di atas 0,9 dan berada pada tingkat interpretasi sangat tinggi. Hal ini berarti bahwa skala efikasi diri dan perilaku prokrastinasi akademik dapat dikatakan reliabel sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian. Penghitungan selengkapnya dapat dilihat dalam lampiran.

5. Penganalisaan hasil, analisis item, melihat pola jawaban peninjauan saran-saran, dan sebagainya.

Setelah uji coba instrumen, maka dapat diketahui butir-butir pernyataan atau item yang valid dan item yang gugur. Pernyataan atau item yang valid selanjutnya akan digunakan dalam pengumpulan data

penelitian. Sedangkan pernyataan atau item yang gugur tidak digunakan lagi dalam instrumen pengumpulan data.

6. Mengadakan revisi terhadap item-item yang dirasa kurang baik, dan mendasarkan diri pada data yang diperoleh sewaktu uji coba.

Langkah ini adalah langkah terakhir yang ditempuh oleh peneliti dalam penyusunan instrumen. Peneliti merevisi pernyataan-pernyataan atau item-item yang masih kurang baik atau gugur. Item tersebut diganti dengan item yang lebih baik dan cocok. Dalam penelitian ini peneliti memilih untuk menghapus pernyataan atau item yang gugur. Karena item yang valid masih mewakili indikator dalam kisi-kisi skala penelitian. Oleh karena itu, skala efikasi diri dan skala perilaku prokrastinasi akademik layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

H. Teknik Analisis Data

Data hasil penelitian yang telah didapat selanjutnya diolah atau dianalisis. Hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat dari analisis data. Data dalam penelitian ini berbentuk angka (kuantitatif), sehingga analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik. Analisis data bertujuan untuk mengkaji kebenaran terhadap hipotesis yang diajukan. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Rumus analisis korelasi *Product Moment* adalah sebagai berikut.

$$r_{xy} = \frac{\sum_{xy}}{\sqrt{\sum_x^2 \cdot \sum_y^2}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi variabel x dengan y

\sum_{xy} = Kovariansi variabel x dengan y

\sum_x^2 = Varian x

\sum_y^2 = Varian y

(Suharsimi Arikunto, 2010: 316)

Untuk menentukan interpretasi terhadap korelasi antara efikasi diri dan perilaku prokrastinasi akademik dalam penelitian ini, digunakan pedoman koefisien korelasi pada tabel 8 di bawah ini.

Tabel 8. Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

(Sugiyono, 2010: 257)

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling tahun angkatan 2010 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta sejumlah 77 mahasiswa yang terdiri dari 22 laki-laki dan 55 perempuan. Berdasarkan hal tersebut, diperoleh gambaran subjek penelitian menurut umur. Uraian gambaran subjek penelitian menurut umur dapat dilihat pada tabel 9 dibawah ini.

Tabel 9. Sebaran Subjek Penelitian Berdasarkan Umur

Umur	Jumlah	Persentase (%)
19 tahun	7	9,1
20 tahun	60	77,9
21 tahun	10	13,0
Total	77	100

Berdasarkan data pada tabel 9 di atas, maka dapat diketahui bahwa mahasiswa BK angkatan 2010 yang menjadi subjek dalam penelitian ini paling dominan berumur 20 tahun yaitu sebanyak 60 mahasiswa (77,9%).

B. Deskripsi Data dan Kategorisasi

Data dalam penelitian ini diperoleh melalui penyebaran skala efikasi diri dan perilaku prokrastinasi kepada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta. Skala mengenai efikasi diri yang diberikan kepada mahasiswa bertujuan untuk mengetahui tingkat keyakinan diri pada mahasiswa, sedangkan skala perilaku prokrastinasi

diberikan untuk mengetahui perilaku mahasiswa dalam penundaan pengerjaan tugas.

Data mengenai efikasi diri dan perilaku prokrastinasi akademik yang telah diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan analisis deskriptif untuk mengetahui gambaran data pada masing-masing variabel. Pada analisis deskriptif akan disajikan informasi data meliputi Mean (M), Median (Me), Modus (Mo) dan Standar Deviasi (SD) dari masing-masing variabel penelitian. Di samping itu juga disajikan tabel distribusi frekuensi dan histogram dari frekuensi setiap variabel penelitian. Kemudian dilanjutkan dengan penentuan kedudukan variabel dengan memperhitungkan 3 kategori. Adapun deskripsi data dari masing-masing variabel secara rinci dapat dilihat sebagai berikut.

1. Variabel Efikasi Diri

Berdasarkan data yang diperoleh dari jawaban skala yang terdiri dari 26 item, pernyataan yang telah valid dari 30 item pernyataan yang telah diujicobakan, diperoleh nilai total skor terendah (*minimum*) sebesar 54 dan nilai total skor tertinggi (*miaximum*) sebesar 70. Hasil analisis menggunakan program SPSS versi 16.0 *for wondows*. Berikut ringkasannya dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 10. Deskripsi Variabel Efikasi Diri

Variabel Efikasi Diri	Skor			
	Min	Maks	Mean	SD
	54	70	62,64	3,26

Berdasarkan tabel 10 di atas, maka dapat dilihat bahwa nilai Mean sebesar 62,64 dengan standar deviasi sebesar 3,26. Nilai Mean (M) dan standar deviasi (SD) selanjutnya digunakan oleh peneliti untuk membuat kategorisasi efikasi diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta.

Untuk menentukan kategori tingkat efikasi diri dilakukan dengan menghitung batasan kriteria yang mengacu pada pendapat Saifuddin Azwar (2009: 109) sebagai berikut:

- a. Tinggi = $\text{Mean} + 1 (\text{SD}) \leq X$
- b. Sedang = $\text{Mean} - 1 (\text{SD}) \leq X < \text{Mean} + 1 (\text{SD})$
- c. Rendah = $X < \text{Mean} - 1 (\text{SD})$

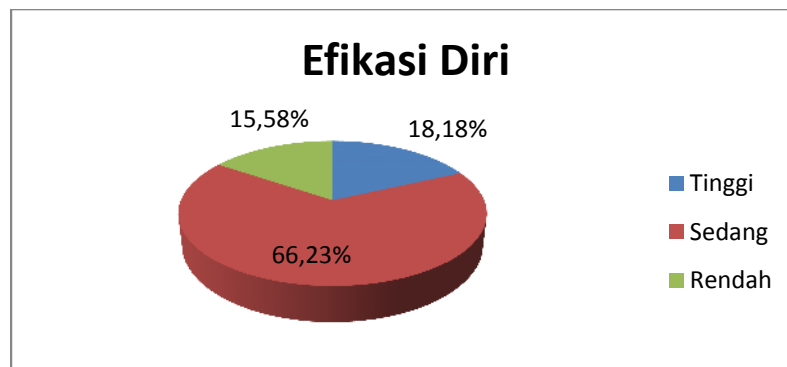
Berdasarkan hasil perhitungan, selanjutnya disusun batasan-batasan kategori yang digolongkan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Adapun kategorisasi efikasi diri mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta yang disusun berdasarkan skor yang diperoleh dari jawaban subjek penelitian, disajikan pada tabel 11.

Tabel 11. Kategorisasi Efikasi Diri Mahasiswa

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1	$X \geq 66$	Tinggi	14	18,18
2	$59 < X < 65,89$	Sedang	51	66,23
3	$X < 59$	Rendah	12	15,58
	Jumlah		77	100

Berdasarkan pada tabel 11 di atas, maka dapat diketahui bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta yang menjadi subjek dalam penelitian ini sebagian besar

tergolong dalam kategori efikasi diri sedang yaitu sebanyak 51 mahasiswa (66,23%). Hal ini dikarenakan mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2010 lebih cenderung memiliki keyakinan diri yang belum bisa fokus sehingga mereka masih labil dalam menentukan keyakinan diri mereka terhadap suatu hal. Sebaran data pada masing-masing kategori dapat dilihat melalui *Pie Chart* pada Gambar 3.



Gambar 3. *Pie Chart* (Diagram Lingkaran) Efikasi Diri Mahasiswa BK Angkatan 2010 UNY

2. Variabel Perilaku Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan data yang diperoleh dari jawaban skala yang terdiri dari 25 butir pertanyaan yang telah valid, diperoleh nilai total skor terendah (*minimum*) sebesar 58 dan nilai total skor tertinggi (*maximum*) sebesar 74.

Tabel 12. Deskripsi Perilaku Prokrastinasi Akademik

Variabel Perilaku Prokrastinasi Akademik	Skor			
	Min	Maks	Mean	SD
	58	74	65,29	3,80

Berdasarkan tabel 12 di atas, maka dapat dilihat bahwa nilai Mean (M) sebesar 65,29 dengan standar deviasi (SD) sebesar 3,8. Nilai Mean dan standar deviasi selanjutnya digunakan oleh peneliti untuk membuat

kategorisasi perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta.

Untuk menentukan kategori perilaku prokrastinasi akademik dilakukan dengan menghitung batasan kriteria yang mengacu pada pendapat Saifuddin Azwar (2009: 109) sebagai berikut:

- a. Tinggi = $\text{Mean} + 1 (\text{SD}) \leq X$
- b. Sedang = $\text{Mean} - 1 (\text{SD}) \leq X < \text{Mean} + 1 (\text{SD})$
- c. Rendah = $X < \text{Mean} - 1 (\text{SD})$

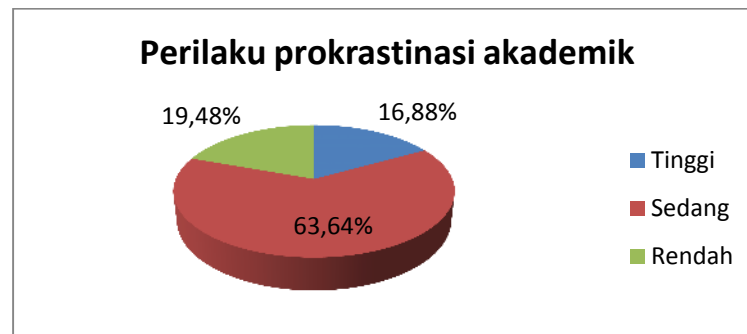
Berdasarkan hasil perhitungan, selanjutnya disusun batasan-batasan kategori yang digolongkan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Adapun kategorisasi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa BK Angkatan 2010 yang disusun berdasarkan skor yang diperoleh dari jawaban subjek penelitian, disajikan pada tabel 13.

Tabel 13. Kategorisasi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa BK angkatan 2010

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1	$X \geq 69$	Tinggi	13	16,88
2	$61 < X < 69$	Sedang	49	63,64
3	$X < 61$	Rendah	15	19,48
	Jumlah		77	100

Berdasarkan data tabel 13 di atas, dapat dilihat bahwa mahasiswa Bimbingan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta sebagian besar tergolong perilaku prokrastinasi akademik dalam kategori sedang yaitu sebanyak 49 mahasiswa (63,64%). Hal ini berarti mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2010 cenderung memiliki pendirian

yang kurang terhadap kewajiban akademik mereka. Sehingga mereka melakukan penundaan tugas. Sebaran data pada masing-masing kategori dapat dilihat melalui *Pie Chart* pada gambar 4.



Gambar 4. *Pie Chart* (Diagram Lingkaran) Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BK Angkatan 2010 UNY

C. Pengujian Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara atas masalah yang dirumuskan. Oleh karena itu harus diujikan kebenarannya secara empiris. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *product moment* untuk melihat hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik. Pengujian hipotesis dimaksudkan untuk mengetahui bahwa hipotesis penelitian diterima atau ditolak. Adapun hipotesis yang dimaksudkan adalah sebagai berikut:

Hipotesis nihil (H_0) berbunyi:

“Tidak ada hubungan yang negatif antara efikasi diri (*self efficacy*) dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta”.

Hipotesis alternatif (H_a) berbunyi:

“Ada hubungan negatif antara hubungan yang negatif antara efikasi diri (*self efficacy*) dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta angkatan 2010”.

Sebelum dilakukan analisis statistik pembuktian hipotesis alternatif (H_a) terlebih dahulu diajukan hipotesis nihilnya (H_0). Hal ini dimaksudkan agar dalam pembuktian hipotesis tidak mempunyai prasangka dan tidak terpengaruh dari pernyataan hipotesis alternatifnya. Adapun hipotesis nihilnya (H_0) yang diajukan adalah, “Tidak ada hubungan yang negatif antara efikasi diri (*self efficacy*) dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta angkatan 2010”.

Untuk melihat hubungan yang negatif antara efikasi diri (*self efficacy*) dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa, digunakan analisis korelasi *product moment*. Adapun ringkasan hasil korelasi kedua variabel tersebut dapat dilihat dalam tabel 14 berikut.

Tabel 14. Hubungan yang negatif antara efikasi diri (*self efficacy*) dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta

Hubungan Variabel	N	Koefisien Korelasi (r_{xy})	Sig (p)	Keterangan
X-Y	77	-0,533	0,000	Ha diterima

Berdasarkan tabel 14 di atas, dijadikan sebagai pedoman terhadap pengujian hipotesis yang diajukan sebelumnya. Hipotesis nihil (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, apabila nilai signifikansi atau $p < 0,05$. Dari data tabel 14. di atas, maka dapat dilihat bahwa uji hipotesis dengan

menggunakan korelasi *product moment*, diperoleh nilai $p=0,000$ atau $p<0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “ada hubungan yang negatif antara efikasi diri (*self efficacy*) dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta” dinyatakan diterima dengan demikian hipotesis nihilnya (H_0) ditolak.

Dari hasil analisis korelasi (r_{xy}), antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik diperoleh nilai sebesar $-0,533$. Tanda negatif pada angka koefisien korelasi (r_{xy}) tersebut berarti menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel tersebut bersifat negatif. Artinya, adanya kenaikan atau peningkatan pada variabel efikasi diri (X) akan diikuti penurunan pada variabel perilaku prokrastinasi akademik (Y). Dengan kata lain, semakin tinggi efikasi diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta, maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta, maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya. Berdasarkan pada tabel pedoman interpretasi terhadap koefisien korelasi dari Sugiyono (2010: 139), hasil koefisien korelasi sebesar $-0,533$. Besarnya angka tersebut menunjukkan bahwa keeratan hubungan antara variabel efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik dapat dinyatakan sedang.

Dari hasil tersebut, maka diperoleh kesimpulan bahwa ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat diperoleh kesimpulan bahwa efikasi diri memiliki hubungan yang negatif dengan perilaku prokrastinasi akademik. Hasil tersebut dapat ditunjukkan secara statistik dengan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,533$ dan bernilai negatif. Selain dari nilai koefisien korelasi, dapat juga dilihat dari taraf signifikansi yang ditunjukkan dengan nilai $p(\text{Sig})=0,000$ atau $p<0,05$.

Tanda negatif pada nilai koefisien korelasi di atas, menunjukkan adanya arah hubungan yang bersifat negatif antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik. Maksud dari arah negatif dari hubungan ini adalah apabila efikasi diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta semakin tinggi, maka perilaku prokrastinasi akademiknya semakin rendah. Begitu juga sebaliknya, apabila efikasi diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta semakin rendah, maka perilaku prokrastinasi akademiknya semakin tinggi.

Hasil analisis korelasi ini mendukung hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan

2010 Universitas Negeri Yogyakarta. Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, maka dapat diketahui bahwa efikasi diri merupakan salah satu faktor atau bukan satu-satunya faktor mutlak yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini dapat dilihat dari hasil pengolahan koefisien determinasi (*R square*) dalam penelitian ini, di mana diperoleh nilai sebesar 0,284. Dari nilai ini dapat diartikan bahwa variabel efikasi diri mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik sebesar 28,4%, sedangkan 71,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Hal ini dikarenakan masih banyak faktor-faktor lain yang juga turut mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa selain efikasi diri, sebagaimana teori yang mengungkapkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari kondisi fisik individu, kondisi psikologis individu (Milgram & Marshevsky, 1995: 145), takut gagal, cemas, dan adanya keyakinan-keyakinan negatif, (Mitchel dalam Ayu Candra, 2010: 24), sikap perfesionis (Mitchel dalam Ayu Candra, 2010: 26). Sedangkan faktor eksternal terdiri dari Manajemen waktu yang buruk dengan menunggu saat yang tepat (Mitchel dalam Ayu Candra, 2010: 25), takut akan penilaian negatif (Sthepan & Palmer dalam Ayu Candra, 2010: 25), tugas yang terlalu banyak (dalam Burka dan Yuen, 2008: 5), dan kondisi lingkungan (dalam Burka dan Yuen, 2008: 103).

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan negatif antara efikasi diri dan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta. Artinya semakin tinggi efikasi diri, maka perilaku prokrastinasi akademiknya semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri, maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Godfrey, Solomo & Rothblum, dan Friend (dalam Yemima, Husetiya 2007: 8) yang menjelaskan bahwa ada hubungan yang kuat antara efikasi diri dan prokrastinasi yang mana terjadi penundaan tugas dalam fase akademik yang dipengaruhi oleh keyakinan dari dalam diri individu sendiri.

Digambarkan dalam hal ini yaitu mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta yang berusia 19-21 tahun. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi, tidak akan pantang menyerah dalam melakukan berbagai tindakan dan siap menghadapi kesulitan-kesulitan. Sebaliknya mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang rendah akan mudah pantang menyerah dan kurang siap dalam menghadapi kesulitan-kesulitan.

Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memotivasi dirinya sendiri dan beranggapan bahwa dia mampu menyelesaikan tugas dengan baik, misalnya pada mahasiswa ketika mendapatkan tugas kuliah, akan segera mengerjakan tugas tersebut tepat waktu tanpa perlu menunda-nunda waktu. Sebaliknya pada seseorang yang memiliki efikasi diri yang rendah

akan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas kuliah, karena merasa kurang mampu untuk menyelesaikan tugas tersebut, misalnya saat diberikan tugas kuliah oleh dosen, mahasiswa memiliki persepsi bahwa dia tidak bisa menyelesaikan tugas dengan baik. Karena mahasiswa berfikir tugas tersebut sangat sulit untuk dikerjakan. Akibatnya mahasiswa malas dan biasanya mengerjakan tugas ketika mendekati *deadline* atau mengerjakan dengan sistem kebut semalam (SKS).

Berdasarkan hasil kategorisasi, efikasi diri pada mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta sebagian besar berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta keyakinan dirinya terhadap kemampuan untuk mengontrol diri dalam melakukan suatu kegiatan sehingga kegiatan tersebut sesuai dengan harapan berada pada taraf sedang.

Selanjutnya, hasil yang diperoleh dari kategorisasi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta, diketahui bahwa tingkat perilaku prokrastinasi akademik adalah terbanyak sedang, berarti mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan Universitas Negeri Yogyakarta sebagian tergolong perilaku prokrastinasi. Tingkat perilaku prokrastinasi akademik yang sedang tersebut kemungkinan dikarenakan oleh tingkat efikasi diri yang sedang. Hal ini kemungkinan dikarenakan sebagian mahasiswa berkerja paruh waktu, menjadi aktivis di organisasi mahasiswa, menghabiskan waktu bersama

teman-teman, dan aktif di *social network*.

E. Keterbatasan Penelitian

Selama proses penelitian dilakukan, penelitian menyadari bahwa masih banyak kelemahan dan keterbatasan. Keterbatasan-keterbatasan yang dihadapi peneliti selama penelitian dilaksanakan adalah :

1. Penelitian ini tidak dapat mengetahui alasan secara mendalam tinggi rendahnya perolehan variabel efikasi diri dan perilaku prokrastinasi. Oleh karena itu, perlu digali dengan pendekatan kualitatif.
2. Perilaku prokrastinasi akademik salah satunya dipengaruhi efikasi diri dan masih banyak variabel lain yang berpengaruh terhadap prokrastinasi. Oleh karena itu, perlu dilakukan peneliti lanjutan yang mengungkap pengaruh variabel lain terhadap prokrastinasi.
3. Populasi yang terbatas yaitu mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta. Agar dapat digeneralisir, perlu dilakukan pengambilan populasi yang lebih luas, yaitu pada mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah diuraikan pada bagian sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2010 Universitas Negeri Yogyakarta, yang ditunjukkan dengan nilai korelasi sebesar $-0,533$ dan $p=0,000$ ($p<0,05$). Artinya, semakin tinggi efikasi diri pada mahasiswa, maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri pada mahasiswa, maka akan semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya. Kemudian efikasi diri memberikan sumbangan efektif $28,4\%$ terhadap perilaku prokrastinasi akademik yang ditunjukkan dengan nilai koefisien determinasi (*R square*) sebesar $0,284$. Sedangkan $71,6\%$ dipengaruhi oleh faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka saran yang bisa diberikan adalah:

1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian diperoleh bahwa perilaku prokrastinasi mahasiswa berada pada kategori sedang. Hal ini dapat dikatakan bahwa sebagian mahasiswa berperilaku prokrastinasi, sehingga diharapkan mahasiswa lebih

meningkatkan kemampuannya untuk dapat mengatur waktu dan jadwal dalam akademiknya.

2. Bagi Jurusan Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian menyatakan ada hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta angkatan 2010 dan diketahui bahwa perilaku prokrastinasi mahasiswa angkatan 2010 dalam kategori sedang, maka diharapkan pihak jurusan dapat memberikan pembinaan atau layanan pribadi dan sosial secara intensif kepada mahasiswa.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tentang perilaku prokrastinasi diharapkan dapat memperkaya hasil penelitian ini dengan mempertimbangkan variabel lain yang diduga dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik seperti jenis kelamin, usia, dan lingkungan. Selain itu, penambahan instrument lain juga diperlukan apabila peneliti lain menginginkan untuk menggali informasi yang lebih dalam mengenai perilaku prokrastinasi akademik selain dengan angket seperti wawancara, observasi, dan dokumentasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akinsola, Tella & Tella. (2007). Correlates Of Academic Procrastination and Mathematics Achievement Of University Undergraduate Student. *Eurasia Jurnal Of Mathematics, Science & Technology Education*. Hlm. 70-100.
- Ida Astrid. (2009). Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan Kecemasan Berbicara Didepan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara. *Skripsi: Fakultas Psikologi-Universitas Sumatera Utara*.
- Ayu Candra. (2010). Hubungan Prokrastinasi Akademis dan Kecurangan Akademis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Sumatera Utara. *Skripsi: Fakultas Psikologi- Universitas Sumatera Utara*.
- Burka, J. B & Yuen, L. M. (2008). Procrastination: *Why you Do It, What To Do About It*. New York : Persus Books.
- David, Keith & Jhon W. Newstrom. (1989). *Human Behavior Of Work*. New York: Harper and Row Publisher.
- Dini Ahmaini. (2009). Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa yang Aktif dengan yang Tidak Aktif Dalam Organisasi Kemahasiswaan Pema USU. *Skripsi: Fakultas Psikologi-Universitas Sumatera Utara*.
- Dwi Irmawati, (2009). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Skripsi: Fakultas Psioklogi - Universitas Diponegoro*.
- Ferari, JR., Jhonson, J.L., & McCown, W.G. (1995). *Procrastination And Task Avoidance: Theory, Research and Treatment*. New York: Plenum Press.
- Gufron. (2003). Hubungan Prokrastinasi dan Kontrol Diri. Diambil dari <http://www.damandiri.or.id/file/mmgufronugmbab1.pdf>. Pada tanggal 5 Juni 2012 pukul 14.15 WIB.
- Gunarsa. (1991). Perkembangan Kepribadian Remaja. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). Psikologi Perkembangan. Jakarta: Erlangga.
- Jess F., Gregory J.F. (2008). *Theories of Personality*. Edisi Keenam. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kompas. (2011). Upaya Mengurangi Perilaku Prokrastinasi. Diakses dari <http://edukasi.kompas.com/read/2011/10/16/15553456/Upaya.Mengurangi.Perilaku.Prokrastinasi>. pada tanggal 8 20 Juli 2012 pukul 10.15 WIB.

- Kurniawan, Romi. (2011). Pengaruh *Self Efficacy* dan Motivasi Belajar Mahasiswa Terhadap Kemandirian Belajar pada Mahasiswa Angkatan 2008 Fakultas Ilmu Sosial dan Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. *Skripsi: Fakultas Ilmu Sosial dan Ekonomi-Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Mappierre, Andi. (1982). Psikologi Remaja. Surabaya: Usaha Offset Printing.
- Renni, Nugrasanti. (2006). *Locus Of Control* dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. Hlm. 1-16
- Rizvi, A, Prawitasari, J. E., Soetjipto. H. p. (1997). Pusat kendali dan Eikasi Diri Sebagai Predictor Prokastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikologika*, no 3, tahun 11, 51-65.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa Jurnal Psikologi Iniversitas Diponegoro Semarang Vol.3, No. 2. (h.37-48)
- Saiffudin Azwar. (2004). Realiabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2007). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Sarwono, Sarlito Wirawan. (1989). Psikologi Remaja. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Smet, Bart. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PT Grasindo.
- Solomon, L.J. & Rothblum, E.D. (1984). Academic Procrastination: Frequency Cognitive Correlates. *Journal Of Counseling Psychology*. Volume 31 No. 4.
- Sri Rumini, & Siti Sundari. (2004). Perkembangan Anak dan Remaja. Buku Pegangan Kuliah. Jakarata: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D). bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2002). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.rev.ed V. Jakarta: Rineka Cita.
- _____. (2003). Manajemen Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2003). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi 2010. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suntrock, J.W. (2003). Adolescence: Perkembangan Remaja. (Alih Bahasa: ShintoB. Adelar & Sherly Saragih). Jakarta: Erlangga.

- Syamsu Yusuf LN. (2006). Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. Bandung: PT Rosda Karya.
- Tuckman. (2002). *APA Symposium Paper, Chicago 2001 Academic Procrastinators: Their Rationalizations And Web-CoursePerformance* http://all.successcenter-ohio.state.edu/references/procrastinator_APA_paper.htm. Pada tanggal 18 Juni 2012 pukul 14.40 WIB.
- Yemima, Husetiya. (2007). Hubungan Asertivitas dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Skripsi: Fakultas Psikologi-Universitas Diponegoro Semarang*.
- Yogi, Ardi Pradono. (2006). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Stres Menulis Tugas Akhir Di Politeknik Negeri Malang. *Jurnal Psikologi*. Hlm. 1-15.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

SKALA UJI COBA

SKALA
EFIKASI DIRI DAN PERILAKU PROKRASINASI AKADEMIK



NATALIA PUTRI SEJATI

08104244031

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2012

Kepada:

Yth. Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling

Angkatan 2010

Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rangka memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan sarjana di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, maka perkenanlah saya memohon partisipasi Anda untuk dapat meluangkan waktu sejenak untuk mengisi atau menjawab pernyataan-pernyataan yang ada dalam skala penelitian ini.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui keyakinan diri dan perilaku dalam penundaan pengerjaan tugas. Skala ini terdiri dari dua bagian yaitu Skala I dan Skala II. Saya sangat mengharapkan Anda memberikan jawaban yang jujur, terbuka dan apa adanya, bukan berdasarkan apa yang seharusnya. Tidak ada jawaban yang salah dalam pengisian skala ini. Semua jawaban dan identitas Anda akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini.

Saya sebagai peneliti sangat mengharapkan partisipasi Anda karena partisipasi Anda merupakan bantuan yang sangat besar artinya bagi keberhasilan penelitian ini. Atas bantuan dan kesediaan Anda dalam pengisian skala ini, saya ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, Agustus 2012

Hormat Saya,

Natalia Putri Sejati

I. IDENTITAS DIRI

Nama :

Usia : tahun

Jenis Kelamin : L / P (lingkari yang sesuai)

Jurusan/Fakultas : /

II. PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat 30 pernyataan. Bacalah setiap pernyataan dan tentukanlah sikap anda terhadap pernyataan tersebut dengan member tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban. Alternatif jawaban yang tersedia terdiri dari 4 pilihan jawaban, yaitu:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya sering membolos kuliah.		X		

Isilah pernyataan yang sesuai dengan diri Anda dan usahakan agar tidak ada satu pernyataan pun yang terlewatkan.

SELAMAT MENGERJAKAN

SKALA EFIKASI DIRI

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya yakin dapat mengerjakan tugas yang sulit.				
2.	Saya dapat mengerjakan tugas dengan baik dan sempurna.				
3.	Saya merasa gugup saat mempresentasikan makalah saya di depan kelas.				
4.	Saya sulit berkonsentrasi saat dosen menerangkan mata kuliah				
5.	Saya yakin dapat menguasai materi yang diberikan oleh dosen.				
6.	Saya tetap optimis meskipun tugas yang saya kerjakan sulit.				
7.	Saya kecewa jika nilai hasil pekerjaan tugas dibawah rata-rata karena tidak dapat membagi waktu.				
8.	Saya pesimis dapat memperoleh nilai yang telah saya targetkan.				
9.	Saya lebih memilih mendengarkan dosen yang sedang menerangkan mata kuliah dari pada ngobrol dengan teman.				
10.	Saya segera menyelesaikan tugas meskipun sulit.				
11.	Meskipun saya telah berfikir dan berusaha keras, saya tetap sulit memahami tugas kuliah yang diberikan dosen.				
12.	Saya bingung tentang apa yang harus saya lakukan agar berhasil dalam menguasai materi.				
13.	Saya yakin nilai saya dalam beberapa mata kuliah memuaskan.				
14.	Saya yakin dapat mengerjakan tugas yang sulit.				

15.	Saya kurang mampu mengerjakan tugas yang diberikan dosen.				
16.	Saya kurang percaya diri jika mengingat kekurangan-kekurangan yang saya miliki.				
17.	Saya merasa yakin setiap keputusan yang saya ambil.				
18.	Saya merasa yakin dapat bangkit dari kegagalan yang pernah saya alami.				
19.	Saya sangsi dapat menyelesaikan tugas dengan baik.				
20.	Saya merasa ragu dengan pengetahuan yang saya miliki.				
21.	Saya yakin dapat memenuhi target yang telah ditetapkan.				
22.	Saya yakin dapat berhasil dalam ujian dengan kemampuan yang saya miliki saat ini.				
23.	Saya merasa malas berfikir jika dihadapkan pada tugas yang sulit.				
24.	Saya cepat putus asa ketika diberikan tugas oleh dosen.				
25.	Saya ragu akan mendapatkan IPK yang tinggi.				
26.	Saya ragu dapat mengerjakan tugas dengan kemampuan dan usaha sendiri.				
27.	Saya akan berusaha menyelesaikan tugas yang bertumpuk dengan maksimal tanpa menyontek hasil pekerjaan teman.				
28.	Saya akan berusaha mengerjakan semua tugas walupun tugas yang diberikan sulit.				
29.	Saya terpaksa menyontek jika sudah menyerah dalam mengerjakan tugas.				
30.	Saya akan berusaha menyelesaikan tugas meskipun dengan cara yang tidak baik.				

SKALA PERILAKU PROKASTINASI AKADEMIK

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya memilih menyelesaikan tugas kuliah terlebih dahulu baru mengerjakan kegiatan yang lain.				
2.	Saya langsung mengerjakan tugas kuliah yang diberikan dosen agar tidak terlambat mengumpulkannya.				
3.	Saya lebih suka mendengarkan mp3 atau radio dengan menggunakan headset daripada mendengarkan dosen mengajar.				
4.	Saya menunda mengerjakan tugas kuliah.				
5.	Saya malas mengerjakan tugas kuliah terlalu cepat.				
6.	Saya mampu mengerjakan tugas kuliah tepat waktu.				
7.	Saya mengerjakan tugas kuliah jauh hari sebelum tugas tersebut dikumpulkan.				
8.	Tugas kuliah yang banyak membuat saya malas untuk mengerjakannya.				
9.	Saya mengerjakan makalah pada saat-saat terakhir pengumpulannya.				
10.	Waktu yang diberikan dosen untuk mengerjakan tugas kuliah sudah cukup sehingga tidak terlambat dalam pengumpulannya.				
11.	Ide-ide saya baru muncul setelah batas waktu pengumpulan tugas kuliah sudah dekat sehingga saya baru akan memulai mengerjakannya.				
12.	Waktu yang diberikan dosen untuk mengerjakan tugas kuliah tidak cukup.				
13.	Saya puas dengan hasil kerja yang saya lakukan karena saya dapat mengerjakan tugas kuliah tepat waktu.				

14.	saya mengerjakan tugas kuliah lebih cepat dari rencana yang telah saya tentukan.				
15	Saya memiliki banyak waktu luang untuk mengerjakan tugas kuliah sehingga dengan segera saya kerjakan tugas yang diberikan.				
16.	Saya suka belajar dengan sistem kebut semalam (SKS).				
17.	Yang penting bagi saya mengumpulkan tugas, meskipun terlambat.				
18.	Saya biasa mengerjakan tugas kuliah tepat waktu				
19.	Saya tidak masalah dengan jadwal kelompok yang sudah ditetapkan.				
20.	Saya biasanya terlambat masuk kelas.				
21.	Saya suka terlambat dalam mengumpulkan tugas kuliah akibat selalu menunda mengerjakan.				
22.	Saya selalu mencari alasan untuk tidak masuk kuliah.				
23.	Waktu yang diberikan dosen untuk mengerjakan tugas kuliah cukup.				
24.	Saya dikejar-kejar waktu dalam menyelesaikan tugas kuliah karena tidak mengikuti jadwal kuliah yang saya buat.				
25.	Saya merasa kesulitan mengumpulkan tugas sesuai batas waktu.				
26.	Walaupun saya mengikuti kegiatan diluar matakuliah, saya tetap bisa menyelesaikan tugas kuliah dengan baik.				
27.	Meskipun kegiatan lain lebih menyenangkan, saya tetap mengutamakan menyelesaikan tugas kuliah.				
28.	Saya lebih suka mengerjakan kegiatan yang lain yang lebih menyenangkan meskipun tugas kuliah sudah				

	dekat batas pengumpulannya.				
29.	Mengikuti kegiatan-kegiatan yang menyenangkan membuat saya lupa akan tugas kuliah yang diberikan dosen pada saya.				
30.	Saya lebih memilih menonton acara televisi yang saya sukai daripada mengerjakan tugas kuliah.				

LAMPIRAN 2
REKAPITULASI HASIL
UJI COBA INSTRUMEN

Validitas Skala Efikasi Diri

Correlations

		P1	P2	P3	P4	P5	JML
P1	Pearson Correlation	1	.174	.322	-.122	.146	.553**
	Sig. (2-tailed)		.332	.068	.500	.416	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P2	Pearson Correlation	.174	1	.018	.216	.419	.551**
	Sig. (2-tailed)	.332		.921	.227	.015	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P3	Pearson Correlation	.322	.018	1	.046	.205	.545**
	Sig. (2-tailed)	.068	.921		.798	.253	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P4	Pearson Correlation	-.122	.216	.046	1	.160	.297
	Sig. (2-tailed)	.500	.227	.798		.374	.093
	N	33	33	33	33	33	33
P5	Pearson Correlation	.146	.419	.205	.160	1	.526**
	Sig. (2-tailed)	.416	.015	.253	.374		.002
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.553**	.551**	.545**	.297	.526**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.001	.001	.093	.002	
	N	33	33	33	33	33	33

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

Correlations

		P6	P7	P8	P9	P10	JML
P6	Pearson Correlation	1	.380	.086	.454**	.206	.548**
	Sig. (2-tailed)		.029	.634	.008	.250	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P7	Pearson Correlation	.380	1	.107	.442**	.230	.613**
	Sig. (2-tailed)	.029		.552	.010	.198	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P8	Pearson Correlation	.086	.107	1	.338	.048	.599**
	Sig. (2-tailed)	.634	.552		.054	.791	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P9	Pearson Correlation	.454**	.442**	.338	1	-.250	.607**
	Sig. (2-tailed)	.008	.010	.054		.160	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P10	Pearson Correlation	.206	.230	.048	-.250	1	.256
	Sig. (2-tailed)	.250	.198	.791	.160		.151
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.548**	.613**	.599**	.607**	.256	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.000	.000	.151	

N	33	33	33	33	33	33
---	----	----	----	----	----	----

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Correlations					
		P11	P12	P13	P14	P15	JML
P11	Pearson Correlation	1	.372*	.237	.032	.112	.506**
	Sig. (2-tailed)		.033	.183	.859	.534	.003
	N	33	33	33	33	33	33
P12	Pearson Correlation	.372*	1	.332	-.021	.349*	.506**
	Sig. (2-tailed)	.033		.059	.908	.047	.003
	N	33	33	33	33	33	33
P13	Pearson Correlation	.237	.332	1	.296	.332	.550**
	Sig. (2-tailed)	.183	.059		.095	.059	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P14	Pearson Correlation	.032	-.021	.296	1	.273	.244
	Sig. (2-tailed)	.859	.908	.095		.124	.171
	N	33	33	33	33	33	33
P15	Pearson Correlation	.112	.349*	.332	.273	1	.563**
	Sig. (2-tailed)	.534	.047	.059	.124		.001
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.506**	.506**	.550**	.244	.563**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	.003	.001	.171	.001	
	N	33	33	33	33	33	33

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Correlations					
		P16	P17	P18	P19	P20	JML
P16	Pearson Correlation	1	.394*	.419*	.262	.671**	.663**
	Sig. (2-tailed)		.023	.015	.140	.000	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P17	Pearson Correlation	.394*	1	.574**	.360*	.563**	.560**
	Sig. (2-tailed)	.023		.000	.040	.001	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P18	Pearson Correlation	.419*	.574**	1	.470**	.455**	.660**
	Sig. (2-tailed)	.015	.000		.006	.008	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P19	Pearson Correlation	.262	.360*	.470**	1	.114	.542**
	Sig. (2-tailed)	.140	.040	.006		.527	.001
	N	33	33	33	33	33	33

P20	Pearson Correlation	.671**	.563**	.455**	.114	1	.625**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.008	.527		.000
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.663**	.560**	.660**	.542**	.625**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000	.001	.000	
	N	33	33	33	33	33	33

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

Correlations

		P21	P22	P23	P24	P25	JML
P21	Pearson Correlation	1	.476**	.577**	.509**	.351	.654**
	Sig. (2-tailed)		.005	.000	.002	.045	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P22	Pearson Correlation	.476**	1	.232	.184	.147	.560**
	Sig. (2-tailed)	.005		.193	.306	.413	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P23	Pearson Correlation	.577**	.232	1	.616**	.388	.709**
	Sig. (2-tailed)	.000	.193		.000	.025	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P24	Pearson Correlation	.509**	.184	.616**	1	.596**	.708**
	Sig. (2-tailed)	.002	.306	.000		.000	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P25	Pearson Correlation	.351	.147	.388	.596**	1	.541**
	Sig. (2-tailed)	.045	.413	.025	.000		.001
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.654**	.560**	.709**	.708**	.541**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000	.000	.001	
	N	33	33	33	33	33	33

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

Correlations

		P26	P27	P28	P29	P30	JML
P26	Pearson Correlation	1	.150	.082	.485**	-.041	.519**
	Sig. (2-tailed)		.406	.651	.004	.822	.002
	N	33	33	33	33	33	33
P27	Pearson Correlation	.150	1	.779**	.134	-.102	.566**
	Sig. (2-tailed)	.406		.000	.457	.573	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P28	Pearson Correlation	.082	.779**	1	.067	-.187	.544**
	Sig. (2-tailed)	.651	.000		.710	.298	.001

	N	33	33	33	33	33	33
P29	Pearson Correlation	.485**	.134	.067	1	.222	.626**
	Sig. (2-tailed)	.004	.457	.710		.215	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P30	Pearson Correlation	-.041	-.102	-.187	.222	1	.209
	Sig. (2-tailed)	.822	.573	.298	.215		.243
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.519**	.566**	.544**	.626**	.209	1
	Sig. (2-tailed)	.002	.001	.001	.000	.243	
	N	33	33	33	33	33	33

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil Validitas Skala Efikasi Diri

No. Butir	r	p	Keterangan
1	0.553	0.001	Valid
2	0.551	0.001	Valid
3	0.545	0.001	Valid
4	0.297	0.093	Tidak Valid
5	0.526	0.002	Valid
6	0.548	0.001	Valid
7	0.613	0.000	Valid
8	0.599	0.000	Valid
9	0.607	0.000	Valid
10	0.256	0.151	Tidak Valid
11	0.506	0.003	Valid
12	0.506	0.003	Valid
13	0.550	0.001	Valid
14	0.244	0.171	Tidak Valid
15	0.563	0.001	Valid
16	0.663	0.000	Valid
17	0.560	0.001	Valid
18	0.660	0.000	Valid
19	0.542	0.001	Valid
20	0.625	0.000	Valid
21	0.654	0.000	Valid
22	0.560	0.001	Valid
23	0.709	0.000	Valid
24	0.708	0.000	Valid
25	0.541	0.001	Valid
26	0.519	0.002	Valid
27	0.566	0.001	Valid
28	0.544	0.001	Valid
29	0.626	0.000	Valid
30	0.209	0.243	Tidak Valid

Reliabilitas Skala Efikasi Diri

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	33	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	33	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.911	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P1	78.9091	85.835	.495	.908
P2	78.7879	87.610	.508	.907
P3	78.7879	87.672	.502	.908
P4	78.6970	89.968	.234	.912
P5	78.6061	88.309	.486	.908
P6	78.5455	87.818	.506	.907
P7	79.0909	85.398	.565	.906
P8	78.6364	86.864	.558	.907
P9	78.6061	87.496	.572	.907
P10	78.7879	91.047	.206	.912
P11	78.6061	87.559	.456	.908
P12	78.7576	88.127	.461	.908
P13	78.4242	88.627	.516	.908
P14	77.8485	90.945	.188	.912
P15	78.5455	88.256	.527	.907
P16	78.8485	85.195	.621	.905
P17	78.5152	87.320	.516	.907
P18	78.3333	86.479	.625	.906
P19	78.6667	87.417	.496	.908
P20	78.7576	86.252	.584	.906
P21	78.3939	88.059	.628	.906
P22	78.3333	87.042	.514	.907
P23	78.7273	84.705	.673	.904
P24	78.3939	85.996	.678	.905
P25	78.6667	86.542	.487	.908
P26	78.3939	88.559	.480	.908
P27	78.4545	85.756	.510	.907
P28	78.4242	87.064	.495	.908
P29	79.0000	84.938	.576	.906
P30	79.1212	90.485	.118	.917

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
81.3333	93.292	9.65876	30

Data Angket Skala Efikasi Diri

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Jumlah	
1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	1	1	4	4	87	
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	87	
3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	85	
4	3	2	3	1	2	3	1	2	2	2	4	3	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2	1	3	2	2	2	3	1	2	70	
5	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	88	
6	2	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	82	
7	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	81	
8	1	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	1	81
9	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	84	
10	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	81	
11	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	77	
12	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	104	
13	2	2	2	4	2	2	1	3	3	2	2	2	2	3	2	2	4	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	72	
14	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	85	
15	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	4	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	73	
16	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	86	
17	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	84	
18	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	82	
19	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	76	
20	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	
21	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	1	88	
22	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	1	3	4	4	2	1	87	
23	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	80	
24	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	83	
25	1	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	66	
26	3	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	95	
27	2	3	3	3	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	98	
28	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	79	
29	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	82	
30	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	3	1	1	1	2	1	2	3	1	1	1	3	1	2	1	1	52	
31	1	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	1	2	3	2	2	2	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	71	
32	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	3	3	2	1	2	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	68	
33	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	83	

Validitas Skala Perilaku Prokrastinasi Akademik

		Correlations					
		P1	P2	P3	P4	P5	JML
P1	Pearson Correlation	1	.454**	.415*	.326	.542**	.603**
	Sig. (2-tailed)		.008	.016	.064	.001	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P2	Pearson Correlation	.454**	1	.193	.321	.490**	.522**
	Sig. (2-tailed)	.008		.282	.068	.004	.002
	N	33	33	33	33	33	33
P3	Pearson Correlation	.415*	.193	1	.219	.417*	.555**
	Sig. (2-tailed)	.016	.282		.220	.016	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P4	Pearson Correlation	.326	.321	.219	1	.315	.287
	Sig. (2-tailed)	.064	.068	.220		.074	.105
	N	33	33	33	33	33	33
P5	Pearson Correlation	.542**	.490**	.417*	.315	1	.714**
	Sig. (2-tailed)	.001	.004	.016	.074		.000
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.603**	.522**	.555**	.287	.714**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.002	.001	.105	.000	
	N	33	33	33	33	33	33

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		Correlations					
		P6	P7	P8	P9	P10	JML
P6	Pearson Correlation	1	.422*	.469**	.534**	.394	.604**
	Sig. (2-tailed)		.015	.006	.001	.023	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P7	Pearson Correlation	.422*	1	.281	.448**	.158	.609**
	Sig. (2-tailed)	.015		.114	.009	.380	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P8	Pearson Correlation	.469**	.281	1	.234	.439	.641**
	Sig. (2-tailed)	.006	.114		.190	.011	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P9	Pearson Correlation	.534**	.448**	.234	1	.416*	.582**
	Sig. (2-tailed)	.001	.009	.190		.016	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P10	Pearson Correlation	.394	.158	.439	.416*	1	.612**
	Sig. (2-tailed)	.023	.380	.011	.016		.000
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.604**	.609**	.641**	.582**	.612**	1

Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000
N	33	33	33	33	33	33

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Correlations					
		P11	P12	P13	P14	P15	JML
P11	Pearson Correlation	1	.368*	-.168	.228	.400*	.330
	Sig. (2-tailed)		.035	.349	.203	.021	.061
	N	33	33	33	33	33	33
P12	Pearson Correlation	.368*	1	-.204	.378*	.611**	.551**
	Sig. (2-tailed)	.035		.255	.030	.000	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P13	Pearson Correlation	-.168	-.204	1	-.196	-.152	.029
	Sig. (2-tailed)	.349	.255		.275	.399	.871
	N	33	33	33	33	33	33
P14	Pearson Correlation	.228	.378*	-.196	1	.394*	.554**
	Sig. (2-tailed)	.203	.030	.275		.023	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P15	Pearson Correlation	.400*	.611**	-.152	.394*	1	.576**
	Sig. (2-tailed)	.021	.000	.399	.023		.000
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.330	.551**	.029	.554**	.576**	1
	Sig. (2-tailed)	.061	.001	.871	.001	.000	
	N	33	33	33	33	33	33

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Correlations					
		P16	P17	P18	P19	P20	JML
P16	Pearson Correlation	1	.244	-.044	.208	.307	.549**
	Sig. (2-tailed)		.171	.807	.247	.082	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P17	Pearson Correlation	.244	1	-.024	.311	.274	.647**
	Sig. (2-tailed)	.171		.897	.078	.123	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P18	Pearson Correlation	-.044	-.024	1	.028	.114	.020
	Sig. (2-tailed)	.807	.897		.876	.529	.912
	N	33	33	33	33	33	33
P19	Pearson Correlation	.208	.311	.028	1	.174	.546**
	Sig. (2-tailed)	.247	.078	.876		.334	.001
	N	33	33	33	33	33	33

P20	Pearson Correlation	.307	.274	.114	.174	1	.590**
	Sig. (2-tailed)	.082	.123	.529	.334		.000
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.549**	.647**	.020	.546**	.590**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.912	.001	.000	
	N	33	33	33	33	33	33

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		P21	P22	P23	P24	P25	JML
P21	Pearson Correlation	1	.066	-.072	.611**	.524**	.652**
	Sig. (2-tailed)		.714	.691	.000	.002	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P22	Pearson Correlation	.066	1	-.020	.345*	.282	.570**
	Sig. (2-tailed)	.714		.910	.049	.112	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P23	Pearson Correlation	-.072	-.020	1	-.138	.175	.045
	Sig. (2-tailed)	.691	.910		.443	.330	.805
	N	33	33	33	33	33	33
P24	Pearson Correlation	.611**	.345*	-.138	1	.608**	.649**
	Sig. (2-tailed)	.000	.049	.443		.000	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P25	Pearson Correlation	.524**	.282	.175	.608**	1	.611**
	Sig. (2-tailed)	.002	.112	.330	.000		.000
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.652**	.570**	.045	.649**	.611**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.805	.000	.000	
	N	33	33	33	33	33	33

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		P26	P27	P28	P29	P30	JML
P26	Pearson Correlation	1	.358*	.409*	.088	.279	.523**
	Sig. (2-tailed)		.041	.018	.627	.115	.002
	N	33	33	33	33	33	33
P27	Pearson Correlation	.358*	1	.259	.366*	.431*	.551**
	Sig. (2-tailed)	.041		.146	.036	.012	.001
	N	33	33	33	33	33	33
P28	Pearson Correlation	.409*	.259	1	.468**	.243	.593**
	Sig. (2-tailed)	.018	.146		.006	.173	.000

	N	33	33	33	33	33	33
P29	Pearson Correlation	.088	.366*	.468**	1	.642**	.603**
	Sig. (2-tailed)	.627	.036	.006		.000	.000
	N	33	33	33	33	33	33
P30	Pearson Correlation	.279	.431*	.243	.642**	1	.586**
	Sig. (2-tailed)	.115	.012	.173	.000		.000
	N	33	33	33	33	33	33
JML	Pearson Correlation	.523**	.551**	.593**	.603**	.586**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	.001	.000	.000	.000	
	N	33	33	33	33	33	33

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil Validitas Skala Perilaku Prokrastinasi Akademik

No. Butir	r	p	Keterangan
1	0.603	0.000	Valid
2	0.522	0.002	Valid
3	0.555	0.001	Valid
4	0.287	0.105	Tidak Valid
5	0.714	0.000	Valid
6	0.604	0.000	Valid
7	0.609	0.000	Valid
8	0.641	0.000	Valid
9	0.582	0.000	Valid
10	0.612	0.000	Valid
11	0.330	0.061	Tidak Valid
12	0.551	0.001	Valid
13	0.029	0.871	Tidak Valid
14	0.554	0.001	Valid
15	0.576	0.000	Valid
16	0.549	0.001	Valid
17	0.647	0.000	Valid
18	0.020	0.912	Tidak Valid
19	0.546	0.001	Valid
20	0.590	0.000	Valid
21	0.652	0.000	Valid
22	0.570	0.001	Valid
23	0.045	0.805	Tidak Valid
24	0.649	0.000	Valid
25	0.611	0.000	Valid
26	0.523	0.002	Valid
27	0.551	0.001	Valid

28	0.593	0.000	Valid
29	0.603	0.000	Valid
30	0.586	0.000	Valid

Reliabilitas Skala Perilaku Prokrastinasi Akademik

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	33	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	33	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.902	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P1	70.0303	112.843	.550	.897
P2	70.1515	116.320	.475	.899
P3	70.0606	113.434	.496	.898
P4	69.9697	120.405	.240	.902
P5	69.7879	111.860	.677	.895
P6	69.6364	115.989	.568	.897
P7	70.0000	115.750	.572	.897
P8	70.2424	112.814	.595	.896
P9	70.1818	114.528	.535	.897
P10	69.9394	114.496	.570	.897
P11	70.0000	119.562	.279	.902
P12	69.7576	116.189	.509	.898
P13	70.5758	123.877	-.049	.910
P14	70.0303	117.155	.518	.898
P15	69.8485	117.508	.545	.898
P16	70.4545	114.881	.498	.898
P17	69.6667	112.917	.603	.896
P18	70.3636	124.051	-.058	.910
P19	69.6364	117.364	.510	.898
P20	70.2121	113.610	.538	.897
P21	69.7879	114.047	.613	.896
P22	70.1818	116.278	.531	.898
P23	69.1515	123.445	.004	.904
P24	69.6364	116.114	.619	.897
P25	69.6970	116.218	.577	.897
P26	70.4545	114.193	.462	.899
P27	70.2424	114.439	.497	.898
P28	70.1515	113.758	.544	.897
P29	70.1818	112.403	.547	.897
P30	70.2727	112.705	.529	.898

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
72.4242	123.689	11.12157	30

Data Angket Skala Perilaku Prokrastinasi Akademik

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	JUMLAH	
1	3	4	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	2	4	3	2	4	1	4	3	2	3	3	3	3	1	2	2	4	4	87	
2	3	3	1	3	3	3	2	1	3	2	3	3	1	3	3	1	2	1	2	2	3	2	3	3	3	2	1	1	1	1	65	
3	3	1	3	3	3	2	2	2	1	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	74	
4	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	3	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	54	
5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	2	3	3	2	77	
6	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	78	
7	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	1	2	2	2	72	
8	1	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	3	3	2	3	2	3	1	2	1	2	2	4	3	3	2	1	2	2	3	64	
9	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	3	2	3	1	3	2	3	3	3	1	1	2	2	1	67	
10	1	1	1	2	3	2	3	1	1	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	1	3	1	2	1	63	
11	3	2	3	3	2	2	2	1	2	3	3	2	1	2	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	2	1	2	67	
12	4	2	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	1	87	
13	3	3	1	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	84	
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	88
15	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	2	2	57	
16	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	4	3	3	2	2	2	1	1	73	
17	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	1	2	79	
18	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	2	3	1	3	2	3	2	71	
19	3	2	1	2	2	3	2	2	2	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	2	2	1	71	
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	1	3	1	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	79	
21	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	93	
22	1	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	1	3	3	2	4	1	3	2	4	1	4	3	3	1	3	2	3	3	79	
23	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	64	
24	3	2	2	3	3	2	2	2	1	1	3	4	1	2	3	1	3	3	3	1	2	3	3	2	2	1	1	3	2	1	65	
25	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	2	2	72	
26	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	83
27	3	3	4	2	4	4	4	1	4	2	3	3	1	3	3	1	4	1	3	3	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3	89	
28	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77	
29	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	64	
30	1	1	1	3	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	3	1	1	1	4	1	2	1	2	2	1	1	48	
31	3	3	2	3	3	3	2	2	1	1	3	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	3	2	2	1	1	3	2	1	61	
32	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	82	
33	1	2	1	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	3	3	2	1	2	2	3	2	3	1	2	1	1	2	56	

LAMPIRAN 3

SKALA PENELITIAN

SKALA
EFIKASI DIRI DAN PERILAKU PROKRASINASI AKADEMIK



NATALIA PUTRI SEJATI

08104244031

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2012

I. IDENTITAS DIRI

Nama :
Usia :
Jenis Kelamin : L/P (lingkari yang sesuai)
Fakultas :

II. PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat 30 pernyataan. Bacalah setiap pernyataan dan tentukanlah sikap anda terhadap pernyataan tersebut dengan member tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban antara S, SS, TS, STS.

Alternative jawaban yang tersedia terdiri dari 4 pilihan jawan, yaitu:

SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh:

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya sering membolos kuliah.		X		

Isilah pernyataan yang sesuai dengan diri Anda dan usahakan agar tidak ada satu pernyataan pun yang terlewatkan.

SELAMAT MENGERJAKAN

SKALA EFIKASI DIRI

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya yakin dapat mengerjakan tugas yang sulit.				
2.	Saya dapat mengerjakan tugas dengan baik dan sempurna.				
3.	Saya merasa gugup saat mempresentasikan makalah saya di depan kelas.				
4.	Saya yakin dapat menguasai materi yang diberikan oleh dosen.				
5.	Saya tetap optimis meskipun tugas yang saya kerjakan sulit.				
6.	Saya kecewa jika nilai hasil pekerjaan tugas dibawah rata-rata karena tidak dapat membagi waktu.				
7.	Saya pesimis dapat memperoleh nilai yang telah saya targetkan.				
8.	Saya lebih memilih mendengarkan dosen yang sedang menerangkan mata kuliah dari pada ngobrol dengan teman.				
9.	Meskipun saya telah berfikir dan berusaha keras, saya tetap sulit memahami tugas kuliah yang diberikan dosen.				
10.	Saya bingung tentang apa yang harus saya lakukan agar berhasil dalam menguasai materi.				
11.	Saya yakin nilai saya dalam beberapa mata kuliah memuaskan.				
12.	Saya kurang mampu mengerjakan tugas yang diberikan dosen.				
13.	Saya kurang percaya diri jika mengingat kekurangan-kekurangan yang saya miliki.				
14.	Saya merasa yakin setiap keputusan yang saya ambil.				

15.	Saya merasa yakin dapat bangkit dari kegagalan yang pernah saya alami.				
16.	Saya sangsi dapat menyelesaikan tugas dengan baik.				
17.	Saya merasa ragu dengan pengetahuan yang saya miliki.				
18.	Saya yakin dapat memenuhi target yang telah ditetapkan.				
19.	Saya yakin dapat berhasil dalam ujian dengan kemampuan yang saya miliki saat ini.				
20.	Saya merasa malas berfikir jika dihadapkan pada tugas yang sulit.				
21.	Saya cepat putus asa ketika diberikan tugas oleh dosen.				
22.	Saya ragu akan mendapatkan IPK yang tinggi.				
23.	Saya ragu dapat mengerjakan tugas dengan kemampuan dan usaha sendiri.				
24.	Saya akan berusaha menyelesaikan tugas yang bertumpuk dengan maksimal tanpa menyontek hasil pekerjaan teman.				
25.	Saya akan berusaha mengerjakan semua tugas walupun tugas yang diberikan sulit.				
26.	Saya terpaksa menyontek jika sudah menyerah dalam mengerjakan tugas.				

Skala Prokrastinasi

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya memilih menyelesaikan tugas kuliah terlebih dahulu baru mengerjakan kegiatan yang lain.				
2.	Saya langsung mengerjakan tugas kuliah yang diberikan dosen agar tidak terlambat mengumpulkannya.				
3.	Saya lebih suka mendengarkan mp3 atau radio dengan menggunakan headset daripada mendengarkan dosen mengajar.				
4.	Saya malas mengerjakan tugas kuliah terlalu cepat.				
5.	Saya mampu mengerjakan tugas kuliah tepat waktu.				
6.	Saya mengerjakan tugas kuliah jauh hari sebelum tugas tersebut dikumpulkan.				
7.	Tugas kuliah yang banyak membuat saya malas untuk mengerjakannya.				
8.	Saya mengerjakan makalah pada saat-saat terakhir pengumpulannya.				
9.	Waktu yang diberikan dosen untuk mengerjakan tugas kuliah sudah cukup sehingga tidak terlambat dalam pengumpulannya.				
10.	Waktu yang diberikan dosen untuk mengerjakan tugas kuliah tidak cukup.				
11.	saya mengerjakan tugas kuliah lebih cepat dari rencana yang telah saya tentukan.				
12.	Saya memiliki banyak waktu luang untuk mengerjakan tugas kuliah sehingga dengan segera saya kerjakan tugas yang diberikan.				
13.	Saya suka belajar dengan sistem kebut semalam (SKS).				

14.	Yang penting bagi saya mengumpulkan tugas, meskipun terlambat.				
15.	Saya tidak masalah dengan jadwal kelompok yang sudah ditetapkan.				
16.	Saya biasanya terlambat masuk kelas.				
17.	Saya suka terlambat dalam mengumpulkan tugas kuliah akibat selalu menunda mengerjakan.				
18.	Saya selalu mencari alasan untuk tidak masuk kuliah.				
19.	Saya dikejar-kejar waktu dalam menyelesaikan tugas kuliah karena tidak mengikuti jadwal kuliah yang saya buat.				
20.	Saya merasa kesulitan mengumpulkan tugas sesuai batas waktu.				
21.	Walaupun saya mengikuti kegiatan diluar matakuliah, saya tetap bisa menyelesaikan tugas kuliah dengan baik.				
22.	Meskipun kegiatan lain lebih menyenangkan, saya tetap mengutamakan menyelesaikan tugas kuliah.				
23.	Saya lebih suka mengerjakan kegiatan yang lain yang lebih menyenangkan meskipun tugas kuliah sudah dekat batas pengumpulannya.				
24.	Mengikuti kegiatan-kegiatan yang menyenangkan membuat saya lupa akan tugas kuliah yang diberikan dosen pada saya.				
25.	Saya lebih memilih menonton acara televisi yang saya sukai daripada mengerjakan tugas kuliah.				

LAMPIRAN 4
DATA
HASIL PENELITIAN

Frequencies

Statistics

		Efikasi Diri	Perilaku Prokrastinasi
N	Valid	77	77
	Missing	0	0
Mean		62.6364	65.2857
Median		63.0000	65.0000
Mode		63.00	65.00
Std. Deviation		3.25620	3.80047
Variance		10.603	14.444
Range		16.00	16.00
Minimum		54.00	58.00
Maximum		70.00	74.00
Sum		4823.00	5027.00

Frequency Table

Efikasi Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	54	1	1.3	1.3	1.3
	56	2	2.6	2.6	3.9
	57	2	2.6	2.6	6.5
	58	4	5.2	5.2	11.7
	59	3	3.9	3.9	15.6
	60	6	7.8	7.8	23.4
	61	7	9.1	9.1	32.5
	62	10	13.0	13.0	45.5
	63	13	16.9	16.9	62.3
	64	12	15.6	15.6	77.9
	65	3	3.9	3.9	81.8
	66	3	3.9	3.9	85.7
	67	4	5.2	5.2	90.9
	68	5	6.5	6.5	97.4
	69	1	1.3	1.3	98.7
	70	1	1.3	1.3	100.0
	Total		77	100.0	100.0

Perilaku Prokrastinasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	58	2	2.6	2.6	2.6
	59	3	3.9	3.9	6.5
	60	4	5.2	5.2	11.7
	61	6	7.8	7.8	19.5
	62	5	6.5	6.5	26.0
	63	4	5.2	5.2	31.2
	64	7	9.1	9.1	40.3
	65	10	13.0	13.0	53.2
	66	9	11.7	11.7	64.9
	67	5	6.5	6.5	71.4
	68	6	7.8	7.8	79.2
	69	3	3.9	3.9	83.1
	70	7	9.1	9.1	92.2
	71	1	1.3	1.3	93.5
	72	3	3.9	3.9	97.4
	73	1	1.3	1.3	98.7
	74	1	1.3	1.3	100.0
	Total	77	100.0	100.0	

Correlations

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Efikasi Diri	62.6364	3.25620	77
Perilaku Prokrastinasi	65.2857	3.80047	77

Correlations

		Efikasi Diri	Perilaku Prokrastinasi
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	-.533**
	Sig. (2-tailed)		.000
	Sum of Squares and Cross-products	805.818	-501.000
	Covariance	10.603	-6.592
	N	77	77
Perilaku Prokrastinasi	Pearson Correlation	-.533**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	-501.000	1097.714
	Covariance	-6.592	14.444
	N	77	77

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Normalitas

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Efikasi Diri	77	62.6364	3.25620	54.00	70.00
Perilaku Prokrastinasi	77	65.2857	3.80047	58.00	74.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Efikasi Diri	Perilaku Prokrastinasi
N		77	77
Normal Parameters ^a	Mean	62.6364	65.2857
	Std. Deviation	3.25620	3.80047
Most Extreme Differences	Absolute	.117	.075
	Positive	.117	.075
	Negative	-.098	-.067
Kolmogorov-Smirnov Z		1.026	.656
Asymp. Sig. (2-tailed)		.243	.782

a. Test distribution is Normal.

Regression

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Perilaku Prokrastinasi	65.2857	3.80047	77
Efikasi Diri	62.6364	3.25620	77

Correlations

		Perilaku Prokrastinasi	Efikasi Diri
Pearson Correlation	Perilaku Prokrastinasi	1.000	-.533
	Efikasi Diri	-.533	1.000
Sig. (1-tailed)	Perilaku Prokrastinasi	.	.000
	Efikasi Diri	.000	.
N	Perilaku Prokrastinasi	77	77
	Efikasi Diri	77	77

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Efikasi Diri ^a		Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Perilaku Prokrastinasi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.533 ^a	.284	.274	3.23775	.284	29.713	1	75	.000

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	311.486	1	311.486	29.713	.000 ^a
	Residual	786.228	75	10.483		
	Total	1097.714	76			

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri

b. Dependent Variable: Perilaku Prokrastinasi

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	Sig.
-------	-----------------------------	---------------------------	---	------

		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	104.229	7.154		14.570	.000
	Efikasi Diri	-.622	.114	-.533	-5.451	.000

a. Dependent Variable: Perilaku Prokrastinasi

LAMPIRAN 5
SURAT IJIN
PENELITIAN



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Alamat : Karangmalang, Yogyakarta 55281
Telp.(0274) 586168 Hunting, Fax.(0274) 540611; Dekan Telp. (0274) 520094
Telp.(0274) 586168 Psw. (221, 223, 224, 295,344, 345, 366, 368,369, 401, 402, 403, 417)
E-mail: humas_fip@uny.ac.id Home Page: http://fip.uny.ac.id



No. : 6032/UN34.11/PL/2012
Lamp. : 1 (satu) Bendel Proposal
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Yth. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta
Karang Malang
Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik yang ditetapkan oleh Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, mahasiswa berikut ini diwajibkan melaksanakan penelitian:

Nama : Natalia Putri Sejati
NIM : 08104244031
Prodi/Jurusan : Bimbingan dan Konseling/PPB
Alamat : Jl.Flamboyan CT X Gg.Kana No.7 Karang Asem Baru , Yogyakarta.

Sehubungan dengan hal itu, perkenankanlah kami memintakan ijin mahasiswa tersebut melaksanakan kegiatan penelitian dengan ketentuan sebagai berikut:

Tujuan : Memperoleh data penelitian tugas akhir skripsi
Lokasi : Fakultas Ilmu pendidikan , Universitas Negeri Yogyakarta.
Subyek : Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Angkatan 2010
Obyek : Efikasi diri dan perilaku Prokrastinasi Akademik
Waktu : Agustus – Oktober 2012
Judul : Hubungan antara Efikasi dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta

Atas perhatian dan kerjasama yang baik kami mengucapkan terima kasih.

Yogyakarta, Agustus 2012
Dekan,

Dr. Haryanto, M.Pd.
NIP 19600902 198702 1 004

Tembusan Yth:
1.Rektor (sebagai laporan)
2.Wakil Dekan I FIP
3.Ketua Jurusan PPB FIP
4.Kabag TU
5.Kasubbag Pendidikan FIP
6.Mahasiswa yang bersangkutan
Universitas Negeri Yogyakarta



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Alamat : Karangmalang, Yogyakarta 55281
Telp. (0274) 586168 Hunting, Fax.(0274) 552044;Rektor Telp. (0274) 512192 ; WR I Telp./Fax : (0274) 561634;
WR II Telp./Fax. : (0274) 512851; WR III Telp. : (0274) 548205; WR IV Telp.(0274) 586168 (ext.571)
Website <http://www.uny.ac.id>


SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : **625**/UN34/PL/2012

Rektor Universitas Negeri Yogyakarta mengizinkan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS) kepada:

Nama : Natalia Putri Sejati
N I M : 08104244031
Prodi/Jurusan : Bimbingan dan Konseling/Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
Fakultas : Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta
Tujuan : Memperoleh data dalam rangka penelitian tugas akhir skripsi
Lokasi : FIP UNY
Subyek : Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Angkatan 2010
Obyek : Efikasi diri dan perilaku prokrastinasi Akademik
Waktu : Bulan Agustus – Oktober 2012
Judul : Hubungan antara Efikasi dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 10 SEP 2012

Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., MA,
NIP. 19570110 198403 1 002

Tembusan :

1. Dekan FIP
2. Ketua Jurusan PPB
3. Kasubag Pendidikan FIP

125