

PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMAN 1 TELUKJAMBE BARAT

Dwi Septiyan¹, Marhisar Simatupang², Nur Ainy Sadijah³

Universitas Buana Perjuangan Karawang

Jl. HS.Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Telukjambe Timur, Karawang, Jawa Barat 41361

ps19.dwiseptiyan@mhs.ubpkarawang.ac.id¹, marhisar@ubpkarawang.ac.id²

nur.ainy@ubpkarawang.ac.id³

Abstrak - Sekolah adalah tempat dimana siswa dapat belajar. Siswa menerima banyak tugas, terutama yang berkaitan dengan mata pelajaran mereka. Guru memberikan tugas kepada siswa dengan tujuan mengajarkan mereka untuk memanfaatkan waktu luangnya dalam memahami serta berkewajiban untuk menyusun tugas yang telah diberikan. Namun, dalam pelaksanaannya masih terdapat masalah yang berkaitan dengan tugas yang diberikan oleh guru. Salah satunya adalah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik memiliki beberapa faktor, salah satunya adalah efikasi diri siswa yang rendah. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe Barat. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Dalam penelitian ini pengumpulan data menggunakan skala efikasi diri yang mengacu pada teori Bandura sedangkan prokrastinasi akademik mengacu pada teori Ferrarri. Penelitian ini melibatkan 132 siswa sebagai sampel penelitian, yang dipilih dari total populasi siswa yaitu berjumlah 196 siswa dengan menggunakan *purposive sampling*. Hasil dari analisis regresi linear sederhana didapatkan nilai sig. yaitu $0,000 < 0,05$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik dan dilihat dari nilai thitung memiliki nilai -5.132 artinya jika efikasi diri siswa rendah maka prokrastinasi akademik pada siswa tersebut akan tinggi, selain itu berdasarkan hasil perhitungan koefisiensi determinasi didapatkan hasil besarnya pengaruh variabel efikasi diri terhadap variabel prokrastinasi akademik sebesar 16,4%, sedangkan sisanya sebesar 83,6% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain.

Kata kunci : Efikasi Diri, Prokrastinasi Akademik, Siswa.

Abstract – A school is a place where people learn. Students receive many assignments, especially those related to their subject. Educators give assignments to students to teach them to take advantage of their free time in understanding and are obliged to arrange the work given. However, in practice there are still problems related to the assignments given by the teacher. One of them is academic procrastination. Academic procrastination has several factors, one of which is low student self-efficacy. Therefore, this study aimed to determine the effect of self-efficacy on academic procrastination in class XI students of SMAN 1 Telukjambe Barat. This research uses quantitative methods. In this study, data collection used the self-efficacy scale which refers to Bandura's theory while academic procrastination refers to Ferrari's theory. This research involved 132 students as the research sample, selected from the total student population of 196 students using *purposive sampling*. The results of the simple linear regression analysis obtained sig. namely $0.000 < 0.05$ ($p < 0.05$) which means that there is an effect of self-efficacy on academic procrastination seen from the value of count has a value of -5.132 meaning that if student self-efficacy is low then academic procrastination in these students will be high, besides that based on the results The calculation of the coefficient of determination shows that the magnitude of the influence of the self-efficacy variable on academic procrastination is 16.4%. In comparison, other variables influence the remaining 83.6%.

Keywords : *Self-Efficacy, Academic Procrastination, Students.*

1. PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan tempat dalam menempuh pendidikan yang diharapkan bisa mengembangkan kemampuan yang dimiliki siswa dengan melalui proses pembelajaran di sekolah. Siswa yang belajar dapat diartikan sedang berupaya memperoleh pengetahuan baru untuk mencapai suatu perubahan (Wahab, 2015). Kegiatan belajar ialah aktivitas mental atau psikis yang dilakukan oleh seseorang sehingga pada akhirnya akan menimbulkan perubahan tingkah laku yang berbeda antara sebelum dan sesudah belajar. Dalam kegiatan belajar tidak semua siswa bisa mengikuti proses pembelajaran dengan baik akan tetapi siswa yang mengikuti kegiatan pembelajaran yang terarah akan memiliki hasil pembelajaran yang baik.

Setiap siswa mempunyai proses belajar yang berbeda, tetapi terdapat banyak siswa yang belajar menggunakan teknik belajar dengan istilah “kebut semalam” yang memiliki arti bahwa siswa terbiasa menunda mengerjakan tugas maupun kegiatan belajar yang akan dilaksanakan dalam waktu tertentu. Perilaku dan sikap tersebut sering disebut dengan istilah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik bisa dikatakan jika perilaku tersebut berkaitan dengan bidang akademik seperti menunda mempersiapkan ujian, tugas makalah, hingga administrasi sekolah lainnya. Penundaan tersebut dapat dikatakan prokrastinasi akademik apabila dilakukan secara berulang hingga menimbulkan perasaan tidak nyaman.

Kendati demikian perilaku penundaan dalam pengerjaan tugas ini adalah hal yang sering dilakukan oleh siswa dan sering dianggap wajar. Dampak dari perilaku tersebut dapat menimbulkan efek yang cukup serius seperti merusak mental dan perilaku siswa serta turunya produktivitas siswa. Selain itu efek dari prokratinasi akademik mengakibatkan turunya kualitas sumber daya manusia. Adapun faktor yang dapat menimbulkan terjadinya prokrastinasi akademik antara lain faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari faktor fisik seperti kelelahan dan keadaan psikologis individu. Sedangkan, adanya faktor eksternal berasal dari didikan orangtua, keadaan lingkungan sekitar, hingga *reward* dan *punishment* Ferarri (Nitami & Yusri, 2015).

Prokrastinasi akademik bisa berdampak negatif jika dilakukan penundaan yang menyebabkan banyak waktu yang terbuang, sehingga tugas yang menumpuk banyak yang terbengkalai dan jika diselesaikan maka hasil yang didapatkan tidak akan maksimal. Karena perilaku tersebut terdapat hal berpengaruh yang disebut dengan efikasi diri siswa yang rendah dan disebabkan oleh ketidakpercayaan diri atas kemampuan yang dimilikinya dalam belajar maupun mengerjakan tugas.

Efikasi diri pada individu berguna untuk mengevaluasi kemampuan individu untuk menampilkan perilaku tertentu, guna menggapai suatu tujuan serta keyakinan terhadap individu agar dapat mengatasi situasi dan agar memperoleh hasil yang baik (Oktariani, 2018). Semakin tinggi kemampuan efikasi diri seseorang maka semakin giat dan tekun usahanya. Hal sebaliknya bisa terjadi pada individu yang mempunyai efikasi diri yang rendah dapat memiliki kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik, Steel (Erdianto A & Dewi D, 2020). Ketika siswa tidak memiliki keyakinan dengan kemampuan yang dimilikinya, siswa tersebut akan cenderung melakukan perilaku prokrastinasi akademik, dan dapat menyulitkan keinginannya dalam mencapai tujuan dan prestasi belajarnya.

Efikasi diri ialah keyakinan dan kesanggupan individu yang berkaitan dalam mengerjakan serta menyelesaikan tugas (Erdianto A & Dewi D, 2020). Sedangkan, menurut Bandura (Erdianto A & Dewi D, 2020) efikasi diri adalah keyakinan bahwa individu dapat berhasil memenuhi tugas-tugas yang telah diberikan kepadanya. (Kristiyanti, 2020) menuturkan bahwa keyakinan seseorang pada kompetensi dan kinerjanya sendiri dikenal sebagai efikasi diri. Efikasi diri merupakan sebagai respon dalam diri individu mengenai seberapa baik keyakinan individu dalam mengetahui kemampuan yang dimiliki serta dalam melakukan suatu tindakan Alwisol (Herawati & Suyahya, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Steel (Lubis, 2018) bahwa prokrastinasi akademik bisa terpengaruh oleh *self regulatory failure* atau sering disebut kegagalan dalam mengatur diri, rendahnya *self efficacy*, *self control*, dan keyakinan *irrational* atau sering disebut ketakutan akan gagal dan perfeksionis. (Erdianto A & Dewi D, 2020) menunjukkan hasil bahwa siswa kelas XI SMA X memiliki hubungan yang signifikan antara efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Berdasarkan temuan tersebut diketahui bahwa prokrastinasi akademik meningkat dengan tingkat efikasi diri siswa, dengan diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,244 (rhitung > 0,149). Sementara itu hasil penelitian dari (Venanda, 2022) mengatakan terdapat hubungan negatif diantara efikasi diri dan prokratinasi

akademik. Dengan hasil ini maka semakin tinggi efikasi diri akan semakin rendah kecenderungan yang dimunculkan oleh perilaku prokrastinasi akademik.

Siswa perlu memiliki efikasi diri yang kuat karena lingkungan belajar saat ini menuntut mereka bekerja keras sendiri dan mencari bahan bacaan atau referensi ketika siswa menerima informasi yang tidak jelas. Dengan memanfaatkan sarana dan prasana sekolah secara maksimal, siswa dapat memaksimalkan potensi belajarnya. Secara umum, individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi berusaha lebih keras dan menunjukkan lebih banyak ketekunan saat menghadapi tantangan dalam proses pembelajaran (Lubis, 2018). Berbeda dengan siswa yang memiliki efikasi diri rendah, siswa dengan efikasi diri tinggi cenderung mempengaruhi siswa lain dalam cara mereka menangani tugas akademik. Ini karena siswa dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih percaya diri, yang memotivasi mereka untuk bekerja lebih keras untuk menyelesaikan tugas (Yuniarti et al., 2018)

Prokrastinator memiliki kecenderungan memunculkan rasa cemas, takut gagal, memiliki ketergantungan terhadap sesuatu, tidak berani mengambil resiko, susah dalam beradaptasi, kurang memiliki otonom, sulit untuk memberikan nilai terhadap kemampuan personal dan kompetensi diri, kurang menyukai tugas, tidak tegas, dan terkadang melawan aturan (Risdiantoro & Hasanati, 2016). Efikasi diri berperan penting terhadap prokrastinasi akademik maka dari itu efikasi diri adalah salah satu yang perlu diperhatikan (Lestari & Dewi, 2018).

Pada penjelasan terkait fenomena prokrastinasi akademik yang menjadi isu di lingkungan pendidikan, peneliti tertarik melakukan penelitian di sekolah SMA dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Telukjambe Barat” dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe Barat. Berdasarkan pemaparan diatas terdapat hipotesis penelitian yaitu H_a (Terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMAN 1 Telukjambe barat) dan H_0 (Tidak terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMAN 1 Telukjambe barat). Dalam penelitian ini sebelumnya peneliti telah melakukan survei pra-penelitian. Survei dengan responden siswa SMAN 1 Telukjambe Barat menyatakan bahwa terdapat 33% prokrastinasi akademik siswa rendah dan 67% prokrastinasi akademik siswa tinggi. Dari hasil pra penelitian menyatakan bahwa masih banyak siswa yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi diharapkan dapat menurunkan prokrastinasi akademik agar siswa dapat memanfaatkan waktu dengan baik dan mengatur waktu dalam penyelesaian tugas yang diberikan sehingga hasilnya akan maksimal.

2. METODE

Angka-angka yang digunakan dalam penelitian kuantitatif ini diperoleh melalui proses pengukuran kemudian diolah dengan menggunakan teknik analisis statistik (Azwar, 2018). Desain yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu analisis *regresi linear* sederhana karena memiliki satu variabel bebas. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu prokrastinasi akademik (variabel terikat) dan efikasi diri (variabel bebas).

Populasi adalah objek atau subjek yang mempunyai kuantitas serta karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan selanjutnya ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe Barat yang berjumlah 196 siswa. *Non-probability* sampling adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini, yang berarti bahwa setiap orang dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2018). Untuk pengambilan sampel peneliti menggunakan Teknik *purposive sampling* yaitu penentuan sampel dari pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2018). Dengan kriteria responden berusia 16-18 Tahun dengan jenjang kelas XI yang bersekolah di SMA Negeri 1 Telukjambe Barat.

Sebelum skala efikasi diri dan prokrastinasi akademik digunakan skala terlebih dahulu melalui uji tahap uji validitas dan reabilitas. Pada uji validitas dilakukan dengan perhitungan hasil *expert judgement* menggunakan Aikens (Azwar, 2014), Aiken's V untuk menghitung *content-validity coefficient* berdasarkan hasil penilaian sebanyak 3 ahli terhadap suatu aitem tersebut mewakili konstruk yang hendak diukur. Dengan uji validitas agar dapat diketahui tingkat validitas, sedangkan uji reliabilitas menggunakan *alpha cronbach* (α) agar dapat diketahui tingkat dari kepercayaan skala yang akan digunakan. Instrumen penelitian disebar kepada 41 responden *tryout* skala penelitian. Hasil yang

diperoleh menunjukkan validitas untuk skala efikasi diri terdapat nilai dibawah 0,25 sebanyak 4 aitem gugur dengan nilai terendah -0,117 dan dengan nilai tertinggi sebesar 0,667 dengan nilai reabilitas 0,906 serta skala prokrastinasi akademik terdapat 7 aitem yang gugur memiliki nilai dibawah 0,25 dengan nilai terendah sebesar 0,093 dan dengan nilai terbesar dalam uji validitas skala prokrastinasi sebesar 0,563 dengan nilai reabilitas 0,870 .

Dalam menentukan jumlah sampel pada penelitian ini peneliti menggunakan rumus Slovin. Rumus tersebut digunakan untuk menentukan populasi yang sudah diketahui jumlahnya yaitu sebanyak 196 siswa. Taraf kepercayaan yang telah ditetapkan dalam penentuan jumlah sampel adalah 5%. Maka sampel pada penelitian ini sebanyak 132 siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe Barat yang akan dijadikan responden.

Peneliti mengumpulkan data dengan cara menyebarluaskan instrumen penelitian melalui media *google form* dan mengumpulkan data responden dengan menyebarluaskan tautan *google form* yang berisi skala penelitian variabel efikasi diri dan variabel prokrastinasi akademik. Instrumen pada penelitian ini menggunakan skala psikologi, Jannah (2018) skala adalah suatu intrumen dalam bentuk kuesioner berisi daftar pertanyaan. Skala pada penelitian ini memberikan subjek berbagai jawaban yang dapat dipilih, dan pilihan jawaban berkisar antara dua hingga lima pilihan jawaban (Jannah, 2018). Jawaban untuk pernyataan skala efikasi diri dan prokrastinasi akademik menggunakan skala likert dengan empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Empat pilihan jawaban alternatif tersebut dimaksudkan agar mengantisipasi jawaban subjek dalam memilih jawaban tengah-tengah sehingga nantinya dapat mempengaruhi tingkat validitas aitem. Pada penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala efikasi diri dan skala prokrastinasi akademik. Skala efikasi diri mengacu pada teori Bandura (Erdianto A & Dewi D, 2020) dengan aspek yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strenght*, dan skala prokrastinasi akademik mengacu pada teori Ferarri dan Steel (Lesmana, 2022) dengan aspek *perceived time*, *intention action gap*, *emotional distress*, dan *perceived ability*.

Analisis data berguna untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh yang terjadi antara variabel bebas dan variabel terikat. Penelitian ini bertujuan agar diketahui seberapa besar pengaruh variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik sehingga teknik analisis statistik pada penelitian menggunakan teknik uji *regresi linier* sederhana bertujuan untuk mengetahui besarnya suatu pengaruh yang dihasilkan dari variabel terikat dengan menggunakan *software SPSS 26.0 for windows*. Teknik Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji asumsi dan uji hipotesis. Pada uji asumsi peneliti menggunakan uji normalitas dan uji linearitas sebagai syarat dalam tahap uji hipotesis berupa *regresi linier* sederhana. Normalitas dihitung menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* agar mengetahui sebaran data yang telah diperoleh, Uji linearitas dihitung dengan menggunakan *Anova* untuk mengetahui linearitas antara dua variabel. Teknik analisis data tambahan untuk mengetahui sejauh mana kontribusi pengaruh variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik adalah uji determinasi dan kategorisasi yang dilakukan dengan menggunakan *software SPSS for windows versi 26.0*

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi data kedua variabel penelitian diuji normalitasnya dengan menggunakan uji normalitas dengan menggunakan *software SPSS 26.0 for windows*. Untuk menguji normalitas, menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov. Hasil uji normalitas penelitian ini adalah:

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		136
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.80881226
Most Extreme Differences	Absolute	.056

	Positive	.056
	Negative	-.053
Test Statistic		.056
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas antara dua variabel memiliki nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* sebesar 0,200 yang artinya lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa distribusi data dalam penelitian ini berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik*Efikasi Diri	Between Groups	(Combined)	465.686	35	13.305	1.645	.029
		Linearity	209.332	1	209.332	25.884	.000
		Deviation from Linearity	256.354	34	7.540	.932	.580
Within Groups			808.718	100	8.087		
Total			1274.404	135			

Menyatakan bahwa uji linearitas dilakukan untuk menentukan apakah hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas memiliki hubungan linear atau tidak. Secara signifikan, suatu hubungan dapat dikatakan linear apabila memiliki nilai p dibawah 0,05 (Sugiyono, 2016). Dengan hasil uji linearitas pada tabel di atas didapatkan nilai signifikansi *linearity* dua variabel dalam penelitian ini yaitu efikasi diri dan prokrastinasi akademik memiliki nilai 0,000. Dengan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara dua variabel bersifat linear serta dapat dilihat dari nilai signifikansi pada uji linearitas yang ditunjukkan dengan skor kurang dari 0,05.

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data adalah normal dan pada uji linearitas menunjukkan bahwa ada hubungan antara kedua variabel linier. Dan hasil uji hipotesis untuk kedua variabel penelitian ini adalah:

Tabel 3. Hasil uji Regresi Linier Sederhana

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	65.658	2.126		30.878	.000
	Efikasi Diri	-.161	.031	-.405	-5.132	.000

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan teknik analisis regresi linier sederhana pada tabel 3 menunjukkan koefisien korelasi antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik sebesar 0,000 (sig. <0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil uji regresi variabel efikasi diri terhadap variabel prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (Ha) diterima dan (H0) ditolak, artinya ada pengaruh yang negatif antara efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Telukjambe Barat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herawati & Suyahya (2019) bahwa efikasi diri memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik serta penelitian dari Venanda (2022) mengatakan terdapat hubungan negatif diantara efikasi diri dan prokratinasi akademik.

Untuk hasil analisis data tambahan yaitu koefisien determinasi yang akan menunjukkan kontribusi pengaruh variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik dapat dilihat dari tabel dibawah ini :

Tabel 4. Uji Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.405 ^a	.164	.158	2.819

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri

b. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan tabel 4 di atas, nilai R² sebesar 0,164 hal ini menunjukkan terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Telukjambe Barat sebesar 16,4% sedangkan sisanya 83,6% dipengaruhi oleh variabel-variabel atau faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Steel (Lubis, 2018) menegaskan bahwa kegagalan pengaturan diri (*regulatory failure*), rendahnya efikasi diri, pengendalian diri dan takut akan kegagalan hingga perfeksionis) semuanya dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Teknik analisis data yang terakhir dalam penelitian ini adalah uji kategorisasi data dari skala efikasi diri dengan hasil seperti tabel di bawah ini :

Tabel 5. Uji kategorisasi Efikasi Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	67	49.3	49.3	49.3
	Sedang	53	39.0	39.0	88.2
	Tinggi	16	11.8	11.8	100.0
Total		136	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 5 di atas, menunjukkan bahwa subjek yang memiliki tingkat efikasi diri dengan kategori tinggi yaitu sebanyak 16 siswa dengan presentase 11,8% dan subjek dengan kategori sedang sebanyak 53 siswa dengan presentase 39% serta subjek dengan kategori rendah sebanyak 67 siswa dengan presentase 49.3%, sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa di SMAN 1 Telukjambe Barat tergolong dalam efikasi diri yang rendah.

Tabel 6. Uji kategorisasi Prokrastinasi Akademik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	19	14.0	14.0	14.0
	Sedang	46	33.8	33.8	47.8
	Tinggi	71	52.2	52.2	100.0
Total		136	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 6 di atas, menunjukkan bahwa subjek yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik dengan kategori tinggi yaitu sebanyak 71 siswa dengan presentase 52,1% dan subjek dengan kategori sedang sebanyak 46 siswa dengan presentase 33,8% serta subjek dengan kategori rendah sebanyak 19 siswa dengan presentase 14%, sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa di SMAN 1 Telukjambe Barat tergolong dalam prokrastinasi akademik yang tinggi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe Barat tentang pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik, didapatkan hasil yaitu disimpulkan bahwa adanya pengaruh negatif antara efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh dari uji regresi linear sederhana sebesar $0,000 < 0,05$, maka hipotesis penelitian ini H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe Barat. Hasil temuan lainnya adalah besarnya nilai pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 16,4% dan sisanya 83,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, diantaranya *self regulatory failure*, rendahnya efikasi diri, *self control*, dan keyakinan *irrational*, Steel (Lubis, 2018) . Siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe Barat yang memiliki efikasi diri rendah cenderung akan munculnya kecenderungan pada perilaku prokrastinasi akademik siswa. Sebaliknya, apabila siswa memiliki efikasi diri yang tinggi mengakibatkan besar kemungkinan siswa dapat mengendalikan prokrastinasi akademik.

Sebaiknya bagi peneliti lain yang akan meneliti terkait prokrastinasi akademik mengembangkan penelitian pada faktor selain efikasi diri. Misalnya, perfeksionis menggunakan skala baku dan memiliki skala yang dimodifikasi jika aitemnya tidak sesuai dengan keadaan populasi yang akan menjadi sasaran penelitian.

REFERENSI

- Azwar. (2018). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2014). *Reliabilitas dan Validitas, Edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Erdianto A, & Dewi D. (2020). *Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI DI SMA X. Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 8(8)*, 32-43.
- Herawati, M., & Suyahya, I. (2019). Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik peserta didik SMK Islam Ruhama. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan KALUNI, 2*. 646-655.
- Jannah, M. M. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Kristiyanti. (2020). *Self-Regulated Learning: Konsep, Implikasi dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia*. Depok: Sanata Dharma University Press.
- Lesmana, G. (2022). *Bimbingan dan Konseling Belajar*. Depok: Kencana.
- Lestari, V. P., & Dewi, D. K. (2018). Hubungan efikasi diri dan kontrol diri dengan prokrastinasi

- skripsi pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan damajanti kusuma dewi. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(3), 1–6.
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90-98.
- Nitami, M., & Yusri, D. &. (2015). Hubungan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik siswa. *4. Konselor*, 4(1), 1-12.
- Oktariani. (2018). Peranan self efficacy dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. *Kognisi Jurnal*, 3(1), 45-54.
- Risdiantoro, R., & Hasanati, N. (2016). Seminar Asean 2nd psychology & humanity hubungan prokrastinasi akademik, stres akademik dan kepuasan hidup mahasiswa. *Kognisi Jurnal*, 3(1), 45-54. 19–20.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Venanda, Y. A. (2022). Hubungan efikasi diri (self efficacy) dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(1), 40–55.
- Wahab, R. (2015). *Psikologi Belajar*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Yuniarti, S., Setyowani, N., & Sunawan. (2018). Minat dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. *Indonesia Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(4), 31–38.