

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII DI UPTD SMP NEGERI 2 GUNUNGSITOLI UTARA

By Katarius Irfan Rahmat Waruwu

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN ¹PERILAKU PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA KELAS VIII DI UPTD SMP NEGERI 2
GUNUNGSITOLI UTARA**

SKRIPSI



OLEH :

**KATARIUS IRFAN RAHMAT WARUWU
NIM :202102009**

**UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
T.A 2023/2024**

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan bagian penting yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan manusia guna membentuk karakter dan kepribadian siswa. Pendidikan tidak hanya penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan siswa, tetapi juga membentuk kepribadian dan karakter yang baik. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), "pendidikan" berasal dari kata dasar "didik", yang berarti "memelihara dan memberi latihan (ajaran, pimpinan) mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran, serta "proses perubahan sikap dan tata cara kerja seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan latihan, proses perbuatan, atau cara mendidik." (Kemendikbudristek RI. (2022).

Dalam mencapai tujuan tersebut, tentunya harus ada usaha dari pihak sekolah dalam mengupayakan hal tersebut. Menjadi guru bukanlah perkara mudah dalam mengajar dan mendidik siswa, dimasa sekarang ada banyak keluhan yang dihadapi oleh guru-guru di sekolah karna sikap dan karakter siswa yang sangat menurun dari tahun-ketahun. Menurut Ki Hajar Dewantara (dalam Rahmawati, L., & Fitriani, S. (2019) mengartikan pendidikan sebagai upaya untuk memajukan budi pekerti, pikiran serta jasmani anak, agar dapat memajukan kesempurnaan hidup dan menghidupkan anak yang selaras dengan alam dan masyarakatnya.

Memasuki era globalisasi, seseorang dituntut untuk dapat memanfaatkan waktu secara efektif, sehingga efisiensi waktu menjadi hal yang sangat penting. Namun sejauh ini banyak masyarakat yang belum siap menerapkan persyaratan tersebut. Membuang-buang waktu dan menunda tugas serta tanggung jawab merupakan salah satu bentuk persiapan yang masih ada hingga saat ini. Dalam dunia pendidikan, sering kali terlihat siswa sering menunda-nunda mengerjakan tugas yang seharusnya dikerjakan karena berbagai alasan, antara lain menyelesaikan tugas tepat waktu dan terus mengalami kesulitan belajar. Dampaknya banyak siswa yang melewatkan tugas dan yang terburuk adalah

mereka tetap berada di kelas dan juga membuang-buang waktu. (Vol. 16, No. 1, 2019).

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis saat melaksanakan magang tiga, kendala yang biasa di alami siswa siswi adalah kurangnya kemampuan pengaturan diri, penyesuaian diri, tugas yang diberikan dirasa siswa masih sulit, dan juga serta wawancara kepada guru mata pelajaran yang ujarnya "karena faktor utamanya adalah kemalasan dalam menyelesaikan tugas, serta rendahnya motivasi siswa sehingga sering mengakibatkan seringnya penundaan dalam mengerjakan tugas. Banyak siswa yang beranggapan bahwa terdesak oleh tekanan tenggat waktu akan membuat mereka menyelesaikan tugas dengan cepat, namun cara ini tidak efektif, dan kenyataannya masih banyak siswa yang tidak menyelesaikan tugasnya. (Anjeliza, 2013). Akibat siswa banyak melakukan penundaan tugas sehingga tugas semakin banyak dan menumpuk dan banyak juga siswa yang selalu menyelesaikan tugas dengan cara sks (sistem kebut semalam) yang dianggap kurang efektif, hal ini tidak sesuai dengan kewajiban siswa yang seharusnya belajar dan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. (Bañez-Coronel et al., 2018).

Hal diatas merupakan suatu bentuk penundaan akademik yang mengarah kepada perilaku prokrastinasi akademik. Penundaan pada pengerjaan tugas-tugas akademik biasa di sebut prokrastinasi (pelaku prokrastinasi disebut prokrastinator). Salah satu perilaku siswa yang dapat menghambat proses belajar mengajar adalah perilaku prokrastinasi akademik. Banyak sekali contoh perilaku prokrastinasi pada kalangan pelajar yang berdampak pada berbagai aspek. Ketika menerima tugas dari guru, sebagian besar siswa menunda mengerjakannya karena tenggat waktu yang masih jauh. Akibat dari perilaku prokrastinasi dalam bidang akademik mempunyai dampak yang cukup serius, seperti dapat menurunkan tingkat produktivitas seseorang dan semakin merusak mental dan etika kemandirian seseorang. Penundaan juga akan berakibat pada rendahnya kualitas sumber daya manusia itu sendiri. (Vol. 17, No. 1, 2020) dan menurut Arnar (2022) prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan yang tidak perlu dalam belajar, yang dilakukan oleh seseorang karena adanya ketakutan akan gagal serta ketakutan akan adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dan

harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga individu merasa lebih aman untuk tidak mengerjakan tugas dengan segera, karena hal itu akan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal. (Arnan et al., 2022).

Perasaan takut gagal inilah yang melatarbelakangi berkembangnya kecemasan. Hal ini dilanjutkan dengan upaya menghindari perasaan cemas dengan cara menunda-nunda tugas, sedangkan kecemasan meningkat karena tugas yang belum selesai. (Fauziah & Pujiastuti, 2020) Prokrastinasi ini sendiri terjadi karena munculnya perasaan cemas dalam belajar dan hal ini di karenakan adanya perasaan tidak mampu dengan beban dari mata pelajaran tertentu yang dianggap berat. Selain itu, ketika tugas dianggap semakin tidak bernilai atau tidak memiliki bobot nilai yang cukup besar akan membuat seseorang menunda mengerjakan tugas sehingga batas akhir pengumpulan.

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda tugas akademik yang tidak perlu dilakukan, padahal individu sadar bahwa menunda tugas tersebut dapat berdampak buruk bagi dirinya. Prokrastinasi akademik dapat memberikan dampak negatif terhadap prestasi akademik siswa, seperti perasaan frustrasi, meningkatnya stres, marah, bersalah, penundaan akademik, hilangnya kesempatan berprestasi dan menurunnya nilai, serta meningkatnya kemungkinan gagal, kriteria-kriteria tersebut dapat mempengaruhi akademiknya. (Ips et al., 2019) Prokrastinasi akademik juga dapat berdampak negatif terhadap aspek-aspek lain dalam kehidupan siswa, seperti hubungan sosial, kesehatan mental dan kesehatan fisik.

Menurut Noran (Akinsola, 2007) mengartikan prokrastinasi akademik sebagai bentuk penghindaran tugas yang seharusnya diselesaikan individu. Orang yang suka menunda-nunda lebih suka berkumpul dengan teman atau mengerjakan pekerjaan lain yang sebenarnya tidak begitu penting dibandingkan tugas-tugas yang harus diselesaikan tepat waktu.

Penundaan akademik mengacu pada tindakan menunda tugas akademik formal atau kinerja akademik. Siswa melakukan prokrastinasi akademik karena mereka lebih memilih untuk menunda penyelesaian tugas sampai batas waktu yang ditentukan dengan memberikan alasan untuk memperoleh waktu tambahan atau karena mereka tidak menyukai tugas tersebut dan memilih untuk melakukan

aktivitas yang lebih menyenangkan seperti menonton televisi, jalan-jalan, dan sebagainya (Styawan, 2015).

Solomon & Rothblum (seperti dikutip dalam Kuswidyawati¹, Setyandari, 2023:3) lebih lanjut menyatakan bahwa penundaan akademik melibatkan penundaan tanggung jawab akademik seperti menulis makalah, belajar untuk ujian, membaca untuk menyelesaikan tugas, mengelola tugas administratif yang berkaitan dengan tugas, menghadiri kelas , dan menyelesaikan tugas akademik.

Ghufron (2019) mengartikan prokrastinasi sebagai kecenderungan untuk menunda pekerjaan yang seharusnya diselesaikan. Keterlambatan ini terjadi secara sadar dan tanpa alasan yang kuat, padahal orang tersebut mengetahui bahwa penundaan tersebut mempunyai akibat negatif yang membuat pekerjaan menjadi sulit dan tugas tidak pernah selesai tepat waktu. Jadi, penundaan adalah kecenderungan untuk menunda atau sama sekali menghindari tugas, keputusan, atau tugas.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik adalah efikasi diri. Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Individu dengan efikasi diri yang tinggi cenderung percaya diri dengan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas yang diberikan, sehingga kecil kemungkinannya untuk menunda-nunda. Sebaliknya, individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung merasa tidak mampu menyelesaikan tugas yang diberikan, sehingga lebih cenderung melakukan penundaan.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan Dinata (2018) juga menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan masalah yang cukup serius di kalangan mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sekitar 25-75% siswa melaporkan bahwa penundaan merupakan masalah utama dalam bidang akademik mereka. Rendahnya efikasi diri siswa dapat menyebabkan tingginya tingkat perilaku prokrastinasi akademik. Terdapat hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi siswa. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Ilham (2010) MA Al-Hidayah Wajak di Malang dengan jumlah siswa sebanyak 53 siswa, prokrastinasi sedang sebanyak 12 siswa (22,6%), prokrastinasi tinggi 34 siswa (64,2%),

sebanyak 11 siswa (20,8%), dan prokrastinasi tinggi sebanyak 8 siswa (15%).)
prokrastinasi rendah.

Penelitian di Amerika Utara menggambarkan keadaan pendidikan, dengan sekitar 70% siswa menunjukkan sikap menunda-nunda. Akibat negatif dari penundaan ini antara lain kinerja yang buruk, penurunan kualitas hidup individu, pengaruh negatif, dan penurunan prestasi. Ferrari (dalam Dini Ahmaini 2004:10). Temuan ini sejalan dengan penelitian saya yang menunjukkan bahwa efikasi diri merupakan faktor penting yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi, dan penelitian yang saya lakukan mengenai hubungan efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa sangat relevan dengan penelitian sebelumnya.

Menghadapi penundaan akademik mengharuskan siswa untuk memiliki kepercayaan diri terhadap kemampuan mereka menghadapi tantangan secara langsung dan mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas guna mencapai hasil yang diharapkan. Bandura menyatakan bahwa keefektifan seseorang sangat ditentukan oleh upaya yang dilakukannya dan seberapa baik seseorang menoleransi rintangan dan pengalaman menyakitkan.

Menurut Bandura, efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melakukan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Seseorang dengan efikasi diri rendah ketika dihadapkan pada tantangan akan melemah atau bahkan menyerah, sedangkan seseorang dengan efikasi diri tinggi berusaha memanfaatkan peluang lebih banyak (Widanarti, 2002)..

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul **“Hubungan antara efikasi diridengan perilaku prokrastinasi siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara.**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapat diidentifikasi masalah masalah sebagai berikut.

1. Siswa sering mengerjakan tugas rumah di sekolah.
2. Siswa masih menyalin tugas temannya.
3. Siswa tidak mengerjakan tugas.

4. Siswa masih belum memiliki kemampuan dalam mengelola waktu untuk belajar.
5. Siswa mengerjakan tugas dengan buru-buru.
6. Banyak siswa melakukan penundaan untuk menyelesaikan tugas atau PR sekolah.
7. Tindakan menunda-nunda yang dilakukan oleh siswa dapat berdampak negatif terhadap pencapaian mereka.
8. Banyak siswa yang memiliki tingkat efikasi diri rendah, hal ini dapat memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mereka.
9. Masih banyak siswa yang belum mempunyai keyakinan kuat untuk memiliki efikasi diri yang baik.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas tidak semua masalah dikaji dalam penelitian ini. Penelitian ini hanya membatasi pada masalah-masalah yang diungkap difokuskan pada “Hubungan efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah maka permasalahan penelitian ini dirumuskan pada pertanyaan penelitian sebagai berikut,

1. Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa?
2. Bagaimanakah hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh jawaban dari rumusan masalah yang telah diuraikan di atas. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang ingin diperoleh setelah melakukan penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan bahwa penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam memperluas pemahaman mengenai pengembangan teori tentang keterkaitan antara efikasi diri dan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi untuk mengelola diri, manajemen diri, dan mengurangi perilaku menunda-nunda dalam akademik dengan meningkatkan kepercayaan diri.

b. Bagi guru bimbingan dan konseling

Dapat melakukan layanan bimbingan dan layanan konseling untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dengan meningkatkan efikasi diri.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Studi ini dapat digunakan sebagai acuan pengetahuan dan landasan untuk penelitian berikutnya. Khususnya dalam eksplorasi teori tentang efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada siswa.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Prokrastinasi Akademik

2.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik

Konsep penundaan pertama kali diperkenalkan oleh Holtzman pada tahun 1967. Istilah "prokrastinasi" berasal dari bahasa Latin, dengan "pro" yang berarti "maju" dan "crastinus" yang berarti "besok". Pada dasarnya, penundaan mengacu pada "menunda sampai besok atau menunda sampai hari berikutnya." Meskipun demikian, konsep penundaan lebih rumit dari sekedar penundaan. Penundaan mencakup perilaku (menunda, menghindari), kognisi (pikiran dan keyakinan), dan emosi (perasaan cemas, bersalah). (Poppy Amalya 2019).

Solomon & Rothblum (dikutip dalam Kuswidyawati¹, Setyandari, 2023:3) menguraikan lebih lanjut bahwa prokrastinasi akademik meliputi penundaan tugas-tugas akademik seperti menulis makalah, mempersiapkan ujian, membaca untuk menyelesaikan tugas, mengatur administrasi tugas, menghadiri kelas, dan menyelesaikan tugas akademik. Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda pekerjaan atau tugas, meskipun individu menyadari dampak negatifnya. Selain penundaan, orang yang suka menunda-nunda memilih untuk melakukan aktivitas lain yang tidak mendukung penyelesaian tugas akademik, termasuk penghindaran dan penggantian tugas penting dengan aktivitas yang kurang penting atau sama sekali tidak penting, yang pada akhirnya menimbulkan kondisi emosional yang tidak menyenangkan bagi individu (SINGKIL, 2021) .

Menurut Akinsola (sebagaimana yang dikutip Kuswidyawati¹, Setyandari, 2023 :3) menegaskan bahwa prokrastinasi akademik ialah perilaku yang dianggap sebagai bentuk penghindaran dalam mengerjakan sebuah tugas yang seharusnya diselesaikan oleh individu. Menurut Ferrari (M.N. Ghufon, 2010:153-154), pengertian prokrastinasi dapat dilihat dari berbagai batasan tertentu, yaitu: prokrastinasi hanya dipandang sebagai perilaku penundaan, bahwa setiap tindakan penundaan dalam mengerjakan suatu tugas disebut prokrastinasi , tanpa mempertanyakan maksud dan alasan penundaan; prokrastinasi sebagai suatu

kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki oleh individu, yang mengarah pada suatu sifat, penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, biasanya disertai dengan keyakinan yang tidak rasional; prokrastinasi sebagai salah satu ciri kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi bukan sekedar perilaku menunda-nunda, namun prokrastinasi merupakan suatu sifat yang melibatkan komponen-komponen perilaku yang saling berhubungan dan struktur mental lainnya yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.

Prokrastinasi akademik merupakan tindakan menunda tugas yang seharusnya diselesaikan. Dari penjelasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah penundaan tugas yang disengaja dan berulang-ulang dengan melakukan kegiatan lain, yang merupakan ketidakmampuan dalam mengelola waktu dengan efisien mengakibatkan penurunan kinerja, dan ketidakmampuan menyelesaikan tugas tepat waktu, dan selalu telat hadir di kelas.

2.1.2 Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ferrari dkk (dalam Dwi Irmawati, 2009:32), prokrastinasi akademik dapat terlihat melalui indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dalam ciri-ciri perilaku penundaan tertentu berupa:

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

Siswa yang suka menunda pekerjaan tahu bahwa tugas yang harus diselesaikan segera, namun ia terus menunda-nunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas tersebut sampai akhirnya.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Siswa yang suka menunda-nunda membutuhkan waktu yang lebih lama dari biasanya yang dibutuhkan untuk menyelesaikan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu berlebihan untuk mempersiapkan diri atau melakukan hal-hal yang tidak perlu dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa mempertimbangkan keterbatasan waktu yang tersedia. Terkadang, perilaku ini mengakibatkan seseorang tidak mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik.

Keterlambatan dalam arti lambatnya siswa dalam menyelesaikan suatu tugas dapat menjadi ciri utama dari prokrastinasi akademik.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Siswa yang suka menunda-nunda seringkali kesulitan menyelesaikan tugas dalam tenggat waktu yang telah ditentukan. Seorang yang suka menunda-nunda sering kali mengalami keterlambatan dalam memenuhi tenggat waktu yang ditetapkan oleh orang lain atau bahkan rencana yang dibuat sendiri. Seseorang mungkin memiliki rencana untuk memulai mengerjakan suatu tugas pada waktu tertentu, tetapi akhirnya tidak melakukannya sesuai jadwal. Hal ini dapat menyebabkan penundaan atau kegagalan dalam menyelesaikan tugas dengan baik karena melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada pekerjaan yang seharusnya diselesaikan. Seorang siswa yang sengaja menunda memulai tugasnya, memilih untuk menghabiskan waktunya pada aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan menghibur seperti membaca, menonton, mengobrol, mendengarkan musik, dan sebagainya. Hal ini mengakibatkan terbuangnya waktu yang mereka miliki untuk menyelesaikan tugas yang ada.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik ditandai dengan keterlambatan memulai atau menyelesaikan pekerjaan yang bersangkutan, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan tindakan nyata, serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dibandingkan dengan apa yang perlu dilakukan.

2.1.3 Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik

Salomo dan Rothblum (1984:120) menjelaskan bahwa prokrastinasi dalam konteks pendidikan memiliki beberapa jenis, sebagai berikut:

1. Tugas menulis
Tugas menulis melibatkan penundaan dalam menyelesaikan tugas-tugas menulis seperti esai, artikel, atau cerita pendek.
2. Persiapan ujian
Tugas persiapan ujian mencakup penundaan dalam mempersiapkan diri menghadapi ujian, seperti ujian harian, ujian tengah semester, atau ujian akhir semester.
3. Studi pustaka

Tugas studi pustaka melibatkan penundaan dalam membaca buku atau artikel yang berkaitan dengan tugas akademis yang diberikan.

4. Tugas administratif

Berupa penundaan dalam menyelesaikan tugas administratif seperti mengisi formulir, membuat laporan, atau mengurus administrasi lainnya.

5. Kehadiran di kelas

Berupa penundaan atau keterlambatan dalam menghadiri kelas, praktikum, atau pertemuan akademis lainnya.

6. Kinerja akademis secara menyeluruh

Yaitu penundaan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademis secara menyeluruh, termasuk studi, penulisan, dan presentasi.

Berdasarkan pandangan tersebut, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik terjadi dalam enam area, yakni penulisan tugas, persiapan ujian, membaca, pekerjaan administratif, kehadiran rapat, dan kinerja akademik secara keseluruhan.

2.1.4 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Putri, A.S., & Susanti, D. (2016), faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik dapat dibagi menjadi dua kategori, yakni:

a. Faktor internal, seperti karakteristik pribadi dan kebiasaan individu, dapat berperan dalam memengaruhi tingkat prokrastinasi seseorang. Beberapa faktor internal yang mempengaruhi prokrastinasi antara lain:

1. Kondisi Fisik Pribadi Faktor intraindividu yang mempengaruhi berkembangnya keterlambatan belajar antara lain kondisi fisik dan status kesehatan, seperti kelelahan. Orang yang mengalami kelelahan, misalnya karena menghadiri acara atau bekerja paruh waktu, lebih cenderung melakukan penundaan. (McCown, Ferrari 1995: 14). Meskipun tingkat kecerdasan seseorang tidak mempengaruhi prokrastinasi, namun seringkali prokrastinasi disebabkan oleh keyakinan irasional seseorang (Ferrari 1995: 7).

2. Keadaan Psikologis Individu Penundaan sering dikaitkan dengan persepsi individu terhadap suatu tugas, baik menyenangkan maupun tidak menyenangkan (Milgram & Marshevsky (Ayu Candra 1995: 145)).
 3. Sikap Perfeksionis, Mitchell (Ayu Candra, 2010: 26) Sikap perfeksionis adalah sikap yang baik. Sikap ini biasanya berasal dari alasan yang baik: keinginan untuk menciptakan dan menghasilkan karya terbaik. Namun, jika sikap ini disebabkan oleh rasa takut dikritik, dihina, atau diejek orang lain jika pekerjaan Anda tidak "sempurna", maka sudah pasti Anda akan menunda penyelesaian pekerjaan yang harus diselesaikan tersebut. Misalnya, pemikiran seperti, "Saya harus membaca semua yang ada di buku sebelum mengerjakan tugas," atau "Jika saya tidak bisa mengerjakan tugas dengan baik, berarti saya tidak cukup baik untuk mengerjakan tugas tersebut."
- b. Faktor eksternal, yaitu faktor yang ada di luar diri individu dan mempengaruhi penundaan. Faktor-faktor tersebut antara lain:
1. Manajemen waktu yang buruk dengan menunggu saat yang tepat, Mitchell (Ayu Candra, 2010: 25) Menunda-nunda berarti tidak mengatur waktu dengan bijak. Orang-orang yang tidak jelas mengenai prioritas dan tujuannya, atau yang kewalahan dengan tugas, sering kali meninggalkan tugas hingga menit terakhir dan menghabiskan lebih banyak waktu bersosialisasi daripada menyelesaikan tugas yang perlu diselesaikan. Manajemen waktu yang buruk juga berarti Anda selalu menunggu seseorang menyelesaikan tugas pada waktu yang tepat.
 2. Takut akan evaluasi negatif, Stephen & Palmer (Ayu Candra, 2010:) Takut akan evaluasi negatif dilakukan oleh orang yang mementingkan penilaian orang lain. Siswa melakukan yang terbaik untuk diakui oleh orang lain. Takut akan evaluasi negatif sama dengan kegagalan atau penolakan dari orang lain. Orang yang menerima penilaian negatif dari orang lain mungkin menggunakan penundaan sebagai cara untuk mengatasi perasaan tersebut, dengan menunda melakukan hal-hal yang biasanya dikritik oleh orang lain.

3. Terlalu banyak tugas (Burka dan Yuen, 2008: 44) Keterlambatan dijelaskan disebabkan oleh terlalu banyak tugas yang harus diselesaikan dengan cepat. Menyelesaikan satu tugas dapat menunda tugas lainnya.

4. Kondisi lingkungan (Burka dan Yuen, 2008: 103) Pemantauan lingkungan yang rendah atau tidak memadai cenderung tertinggal dibandingkan dengan pemantauan lingkungan yang tinggi.

Jadi dapat disimpulkan bahwa pandangan yang dikemukakan menyatakan faktor internal individu, seperti kondisi fisik dan psikologis, kecemasan, keyakinan negatif, dan kecenderungan perfeksionis, berkontribusi pada prokrastinasi akademik. Sebaliknya, faktor ekstrinsik termasuk hal-hal di luar individu, seperti manajemen waktu yang buruk, ketakutan akan evaluasi negatif, stres di tempat kerja, dan keadaan lingkungan.

2.1.5 Karakteristik Prokrastinasi

Menurut Young (2004: 23), ciri-ciri orang yang cenderung menunda-nunda adalah:

- a. Kesulitan dalam manajemen waktu
- b. rasa percaya diri yang rendah
- c. Merasa terlalu sibuk untuk menyelesaikan tugas
- d. Keras kepala yang tidak suka diperintah orang lain
- e. Mereka sering memanipulasi orang lain dan merasa tidak mampu menyelesaikan tugasnya.

Selain itu, menurut Sapidin & Maquire dalam Sirois (2004: 24), ciri-ciri orang yang suka menunda-nunda adalah:

- a. Seorang perfeksionis yang sulit menerima hasil pekerjaan yang dianggap tidak sempurna
- b. Pemimpin yang mempunyai banyak ide besar namun tidak menindaklanjutinya
- c. Gelisah, ragu akan kemampuan menyelesaikan suatu tugas, takut gagal
- d. oposisi yang sulit diperintah atau dinasihati orang lain
- e. Masalah sering kali muncul dan merasa ada terlalu banyak hal yang harus dilakukan.

Dari berbagai pandangan di atas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi ditandai oleh manajemen waktu yang buruk, kurangnya kepercayaan diri, perfeksionisme, kecemasan, dan tergesa-gesa yang berlebihan dalam menyelesaikan tugas.

2.2 Efikasi diri

2.2.1 Pengertian Efikasi diri

Teori efikasi diri berasal dari Teori Pembelajaran Sosial (Bandura, dan dijelaskan oleh Maddux (Bart, 1994: 189) sebagai salah satu teori psikologi terakhir dalam tradisi panjang teori tentang kompetensi dan efikasi pribadi, yang mungkin telah menghasilkan lebih banyak penelitian di bidang psikologi klinis, sosial, dan kepribadian dalam 12 tahun terakhir dibandingkan teori dan model serupa lainnya.

Bandura (Anjeliza, 2013) mendefinisikan efikasi diri sebagai “keyakinan manusia terhadap kemampuan mereka untuk melakukan tingkat kendali tertentu atas fungsi diri mereka sendiri dan kejadian-kejadian di lingkungannya.” Manusia percaya bahwa mereka dapat melakukan sesuatu, mempunyai potensi untuk mengubah kejadian di lingkungannya, lebih mungkin untuk mengambil tindakan, dan lebih dekat dengan kesuksesan dibandingkan mereka yang memiliki efikasi diri yang rendah. Bandura mengatakan bahwa, “keyakinan manusia terhadap efikasi dirinya akan mempengaruhi arah tindakan yang dipilih untuk ditempuh, seberapa besar upaya yang akan diinvestasikan dalam aktivitas tersebut, berapa lama mereka akan bertahan di tengah badai dan kegagalan, dan seberapa besar keinginan mereka untuk bangkit. lagi.” Efikasi diri sering dikombinasikan dengan lingkungan, perilaku masa lalu, dan variabel kepribadian lainnya, terutama ekspektasi hasil, untuk menciptakan pola perilaku tertentu.

Menurut Bandura, efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan tindakan atau berperilaku dengan baik. Individu dengan efikasi diri yang tinggi mencapai hasil yang lebih baik karena memiliki motivasi yang kuat, tujuan yang jelas, emosi yang stabil, dan kemampuan untuk berhasil melakukan aktivitas atau perilaku. Pervin (Anjeliza, 2013), efikasi diri mengacu pada kemampuan yang dirasakan untuk membentuk perilaku yang relevan dalam tugas atau situasi tertentu. Ketika memutuskan suatu perilaku

tertentu, seseorang tidak hanya mempertimbangkan informasi dan keyakinan tentang potensi kerugian atau keuntungan, tetapi juga mempertimbangkan seberapa besar mereka dapat mengendalikan perilaku tersebut.

Bandura mengatakan bahwa untuk mencapai “perubahan yang diarahkan pada diri sendiri” seseorang memerlukan lebih dari sekedar makna dan sumber daya. Pengaturan diri perilaku tidak dapat dicapai secara efektif hanya dengan kemauan keras. Hal ini membutuhkan motivasi diri dan keterampilan manajemen diri tertentu. Efikasi diri mengacu pada keyakinan seseorang bahwa mereka dapat mengendalikan motivasi pribadi, perilaku, dan lingkungan sosialnya. (Anjeliza, 2013)

Seseorang dapat memiliki efikasi diri yang tinggi dalam situasi tertentu. Efikasi diri bervariasi dari satu situasi ke situasi yang lain, tergantung pada kompetensi yang diperlukan untuk melakukan aktivitas yang berbeda, kehadiran orang lain, tingkat persaingan antarpribadi, terutama jika persaingan sangat ketat, kecenderungan pribadi untuk gagal, dan alasan fisiologis terkait lainnya. . terhadap kondisi. terutama **kelelahan, kecemasan, apatis atau kesedihan.** (Jess, 2008: 415).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merujuk pada keyakinan bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk mengontrol diri saat melakukan aktivitas tertentu sehingga aktivitas tersebut sesuai dengan harapan. Seseorang dengan tingkat efikasi diri yang tinggi memiliki motivasi internal dan yakin bahwa ia mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik. Penilaian positif terhadap harga diri dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupan seseorang. Efikasi diri yang dirasakan mencakup **keyakinan individu bahwa masalah dapat diatasi, serta ia mampu mengendalikan situasi yang sulit.** **Keyakinan** ini menciptakan rasa percaya diri bahwa kita mampu mengelola masalah dengan efektif.

15 2.2.2 Pembentukan Efikasi diri

Bandura mengatakan bahwa, efikasi diri dapat diperoleh, dipelajari dan dikembangkan dari empat sumber informasi (Anjeliza, 2013). Keempat sumber informasi tersebut merupakan rangsangan atau peristiwa yang dapat memberikan inspirasi atau pembangkit positif dalam upaya Anda menyelesaikan tugas atau

permasalahan yang muncul. Proses ini terkait dengan anggapan bahwa gairah positif dapat meningkatkan perasaan efikasi diri. Setiap metode, informasi tentang diri sendiri dan lingkungan diolah secara kognitif dan bersamaan dengan mengingat pengalaman sebelumnya, mengubah efikasi diri seseorang. Adapun sumber-sumber efikasi diri sebagai berikut:

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

pengalaman penguasaan (*Experiences of mastery*), yaitu penampilan masa lalu. Keberhasilan kinerja meningkatkan ekspektasi terhadap kemampuan untuk mempengaruhi hasil yang diinginkan, sedangkan kegagalan cenderung menurunkannya.

Pernyataan umum ini memiliki enam implikasi praktis:

- 1) Kinerja yang sukses menciptakan efikasi diri untuk menghadapi kesulitan tugas.
- 2) Tugas yang berhasil diselesaikan membawa lebih banyak efikasi diri dibandingkan keberhasilan dalam membantu orang lain.
- 3) Kegagalan tampaknya semakin mengurangi efikasi diri, terutama ketika seseorang menyadari bahwa dirinya telah melakukan yang terbaik, sedangkan kegagalan akibat tidak melakukan yang terbaik tidak terlalu mengurangi efikasi diri.
- 4) Kegagalan dalam kondisi emosi tinggi atau tingkat stres tinggi, efikasi diri tidak selemah kegagalan dalam kondisi maksimal.
- 5) Kegagalan sebelum pengalaman penguasaan lebih merusak efikasi diri dibandingkan kegagalan setelah penguasaan dicapai.
- 6) Kegagalan di tempat kerja memiliki pengaruh yang kecil terhadap efikasi diri, terutama bagi mereka yang memiliki harapan sukses yang tinggi.

Pengalaman penguasaan merupakan sumber penting dari harapan efikasi diri karena didasarkan langsung pada pengalaman individu. Mereka yang berprestasi didorong untuk membangun kepercayaan diri dan dinilai berdasarkan kinerja mereka sendiri. Pengalaman sukses orang ini meningkatkan tekad dan tekad untuk mengatasi kesulitan, sehingga mengurangi jumlah kegagalan.

b. *Social Modeling* (Permodelan sosial)

Pemodelan sosial, juga disebut sebagai pemodelan sosial, melibatkan pengalaman tak terduga yang diberikan oleh orang lain. Efikasi diri meningkat ketika individu mengamati pencapaian orang lain yang sama-sama kompeten, namun menurun ketika menyaksikan kegagalan rekannya. Jika orang lain tidak setara dengan individu, pemodelan sosial hanya mempunyai dampak minimal terhadap efikasi diri mereka. Meningkatnya efikasi diri pada individu ini dapat meningkatkan motivasi untuk mencapai suatu prestasi tertentu. Peningkatan efikasi diri ini akan efektif jika subjek yang dijadikan model memiliki banyak karakteristik yang dimiliki individu, tingkat kesulitan tugas yang serupa, situasi dan kondisi yang serupa, serta keberagaman yang dicapai oleh model.

c. Persuasi sosial

Efikasi diri dapat dicapai atau dilemahkan melalui persuasi sosial. Efek dari sumber ini agak terbatas, namun dalam kondisi yang tepat, membujuk orang lain dapat meningkatkan atau menurunkan efikasi diri. Syarat pertama yang dimaksud adalah harus percaya kepada pembicara. Penolakan atau kritik dari sumber yang terpercaya ini mempunyai pengaruh yang lebih kuat terhadap efikasi diri dibandingkan dari sumber yang tidak terpercaya. Meningkatkan efikasi diri melalui persuasi sosial hanya akan efektif jika aktivitas yang diperkuat tersebut tercantum dalam perilaku yang berulang. Menurut Bandura, pengaruh nasihat terhadap efikasi diri erat kaitannya dengan status dan wewenang pemberi nasihat. Persuasi sosial terbukti paling efektif bila dikombinasikan dengan kinerja yang sukses. Persuasi mungkin telah memotivasi seseorang untuk mencoba suatu aktivitas tertentu, dan ternyata jika aktivitas tersebut berhasil, pencapaian selanjutnya dan penghargaan verbal akan meningkatkan efikasi diri di masa depan. Persuasi verbal ini dapat membuat orang bekerja lebih keras untuk mencapai tujuan dan kesuksesannya.

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

Keempat, Keadaan fisiologis dan emosional. Emosi yang kuat biasanya menurunkan tingkat kinerja. Individu yang mengalami ketakutan yang besar, kecemasan yang hebat, dan tingkat stres yang tinggi memiliki ekspektasi efikasi diri yang rendah. Setiap orang, kecuali mereka yang didominasi rasa takut, mempunyai kemampuan menangani ular berbisa. Mereka hanya perlu memegang

ular dengan lembut di belakang kepalanya, namun bagi banyak orang, rasa takut terhadap ular telah menumpulkan dan menurunkan ekspektasi kinerja mereka.

Berdasarkan keempat faktor tersebut, maka pembentukan efikasi diri dapat menjadi langkah untuk melatih dan mengembangkan kepercayaan diri individu. Manusia mempunyai kapasitas untuk menjadi apa pun, dan sebagian besar kemampuan diperoleh melalui pembelajaran dari teladan. Efikasi diri dapat ditumbuhkan untuk memberikan harapan penuh pada seseorang untuk mencapai kesuksesan dan cita-citanya.

2.2.3 Komponen Efikasi diri

Bandura (Romi, 2011: 20) menunjukkan bahwa perbedaan efikasi diri antar individu disebabkan oleh tiga faktor: ukuran, kekuatan, dan umum. Masing-masing mempunyai implikasi kinerja yang penting, yang dapat dijelaskan lebih jelas sebagai berikut:

a. Tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*)

Tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*) mengacu pada tingkat kesulitan tugas seseorang. Komponen ini mengharuskan seseorang memilih suatu perilaku berdasarkan ekspektasi efikasi diri terhadap tingkat kesulitan tugas. Orang-orang berusaha untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu yang mereka yakini dapat mereka selesaikan, dan mereka menghindari situasi dan perilaku yang mereka anggap di luar kemampuan mereka.

b. Kekuatan keyakinan (*Strength*)

Strength (kekuatan keyakinan), yang mengacu pada kekuatan keyakinan individu terhadap kemampuannya. Harapan seseorang yang kuat dan teguh mendorong kegigihan dalam mengejar tujuan, bahkan tanpa adanya pengalaman yang mendukung. Sebaliknya, orang dengan ekspektasi rendah dan keraguan terhadap diri sendiri mudah terguncang oleh pengalaman buruk.

c. *Generality* (generalitas)

Generality (generalitas), yaitu hal yang berkaitan dengan cakupan domain perilaku yang luas dimana seorang individu merasa yakin akan kemampuannya. Tergantung pada pemahaman mereka yang terbatas tentang kemampuan mereka dalam aktivitas dan situasi tertentu, atau rentang aktivitas dan situasi yang lebih luas dan bervariasi, individu dapat merasa percaya diri dengan kemampuannya.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa komponen-komponen efikasi diri yang dimiliki individu adalah pertama, keunggulan adalah tingkat kepercayaan diri seseorang terhadap usaha atau tindakan yang dapat dilakukannya, yang kedua kekuatan adalah rasa percaya diri seseorang. Seseorang dapat menggunakan keterampilan tertentu untuk mencapai efisiensi, dan juga dapat menggeneralisasi fleksibilitas efikasi diri untuk digunakan dalam situasi yang berbeda.

2.2.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi Efikasi diri

Bandura (Astrid, 2009:22) mengemukakan bahwa ada beberapa faktor yang bisa memengaruhi keyakinan diri seseorang, seperti:

- a. Budaya
- b. Gender
- c. Sifat dari Tugas yang dihadapi
- d. Insentif Eksternal
- e. Status atau peran individu dalam lingkungan
- f. Informasi tentang kemampuan diri

Jadi, dapat disimpulkan berbagai hal yang dapat memengaruhi efikasi diri seseorang meliputi budaya, gender, jenis tugas yang dikerjakan, insentif eksternal, status dan peran individu dalam lingkungan, serta informasi tentang dirinya.

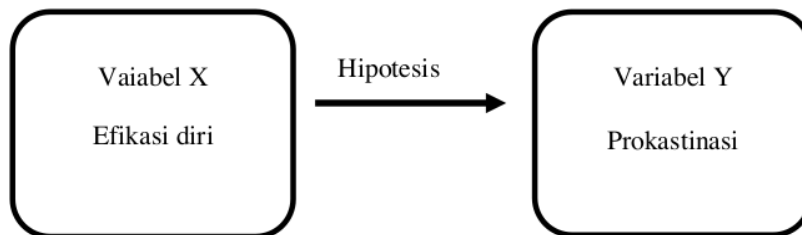
2.2.5 Tahap Perkembangan Efikasi Diri

Menurut Bandura, efikasi diri berkembang secara sistematis (Astrid, 2009: 21). Proses pengembangan efikasi diri dimulai sejak bayi belajar berinteraksi dengan lingkungan fisik dan sosial. Mereka mulai menyadari dan mempelajari kemampuan fisik, keterampilan sosial, serta kemampuan berbahasa yang sering digunakan dan ditunjukkan di sekitarnya. Pembentukan awal efikasi diri dipengaruhi oleh orang tua, kemudian oleh saudara kandung, teman sebaya, dan orang dewasa lainnya. Efikasi diri pada orang dewasa mencakup penyesuaian dalam pernikahan dan kemajuan karir. Sementara itu, efikasi diri pada usia lanjut sulit terbentuk karena adanya penurunan kemampuan mental dan fisik, masa pensiun, serta penarikan diri dari lingkungan sekitar.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri seseorang berkembang sepanjang hidupnya, mulai dari masa kanak-kanak, dewasa, hingga usia lanjut. Faktor-faktor yang melingkupi individu juga turut membentuk dan mempengaruhi perkembangan efikasi diri yang dimilikinya. Respon positif terhadap rasa percaya diri individu dalam menghadapi berbagai situasi akan meningkatkan efikasi diri.

2.3 Kerangka Berpikir

Berdasarkan latar belakang masalah dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka kerangka konseptual dari penelitian ini dapat di gambarkan sebagai berikut:



2.4 Hipotesis

1) Rumusan Hipotesis

- a) Ho : Tidak ada hubungan antara Ada hubungan negatif antara efikasi diridengan perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara.
- b) Ha : Ada hubungan antara antara efikasi diridengan perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara.

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 ³ Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat statistik serta dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Metode ini disebut sebagai metode positivistik karena berlandaskan pada filsafat positivisme.

Adapun pendekatan penelitian kuantitatif yang hendak digunakan dalam penelitian ini ialah analisis korelatif. Penelitian korelatif merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengukur hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa melakukan perubahan atau manipulasi terhadap data yang ada. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa angka- angka, selanjutnya data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan metode kuantitatif.

Berdasarkan uraian sebelumnya, penelitian ini merupakan jenis penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel yang akan diteliti, yakni efikasi diri dan Prokrastinasi Akademik pada siswa.

3.2 ¹ Variabel Penelitian

Setiap penelitian tentu memiliki variabel. Jika tanpa variabel maka tidak ada penelitian. Jabaran variabel menurut peneliti ialah :

- a. Variabel bebas (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah efikasi diri.
- b. Variabel terikat (Y) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah perilaku prokrastinasi akademik.

3.3 ³ Populasi dan Sampel

a. Populasi

Menurut Arikunto Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Sehingga dapat diartikan bahwa populasi adalah keseluruhan individu yang menjadi subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah jumlah seluruh kelas VIII di UPTD SMP Negeri 2 Gunungsitoli Utara yang berjumlah 67 siswa yang terdiri dari

Tabel 3.1

Populasi dalam penelitian

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		L	P	
1	VIII-A	17	7	24
2	VIII-B	13	9	22
3	VIII-C	11	10	21
Jumlah				67

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang diteliti. Teknik menentukan sample yang akan digunakan pada penelitian ini ialah purposive sampling. Menurut Asrof purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti jika peneliti memiliki kriteria tertentu didalam pengambilan sampelnya. Alasan menggunakan teknik purposive sampling adalah karena tidak semua sample memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Oleh karena itu, peneliti memilih teknik purposive sampling yang menetapkan kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel-sampel yang digunakan dalam penelitian ini. Pengambilan sample penelitian dilakukan dengan stratified random sampling dengan 3 kelas yang berjumlah 67 siswa dengan penarikan sampel dilakukan dengan alasan karena peneliti memerlukan 31 siswa yaitu; siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi atau rendah.

$$\text{Rumus : } \frac{\text{Populasi kelas}}{\text{Populasi keseluruhan}} \times \text{Sampel}$$

Tabel 3.2
Sampel Penelitian

No	Populasi kelas		Proporsional	Jumlah Sampel
1	VIII-A	24	11	31 Siswa
2	VIII-B	22	10	
3	VIII-C	21	10	
Populasi keseluruhan		67	Total 31 siswa	

3.4 Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kuantitatif ini, kualitas instrumen penelitian yang berkenaan dengan validitas dan reliabilitasnya, instrument dan kualitas pengumpulan data yang berkenaan dengan ketetapan cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data. Dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner dengan teknik skala liker.

Penelitian ini menggunakan dua instrumen untuk mengumpulkan data yaitu skala efikasi diri dan skala prokrastinasi akademik. Blueprint dari masing-masing instrumen penelitian ini dijabarkan sebagai berikut:

1. Skalas Efikasi Diri

Skala efikasi diri disusun berdasarkan aspek-aspek yang mewakili dimensi efikasi diri, yaitu level/magnitude, Generality dan Strengh. blueprint skala efikasi diri dijabarkan dalam tabel berikut:

Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Efikasi Diri	Keyakinan dapat menyelesaikan tugas tertentu	1, 3	2, 4	4
	Keyakinan dapat memotivasi diri untuk melakukan tindakan yang diperlukan dalam menyelesaikan tugas	5, 7	6, 8	4
	Mampu berusaha dengan keras, gigih dan tekun	9, 11	10, 12	4
	Tidak mudah putus asa	13, 15	14, 16	4

	Keyakinan bahwa mampu bertahan menghadapi hambatan	17, 19	18, 20	4
	Pengalaman yang dimiliki individu	21, 23	22, 24	4
Total		12	12	24

3

2. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala prokrastinasi akademik dibentuk berdasarkan aspek-aspek yang mencerminkan ciri-ciri prokrastinasi akademik, seperti menunda memulai atau menyelesaikan tugas akademik, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akademik, kesenjangan antara rencana dan kinerja, serta melakukan aktivitas hiburan daripada mengerjakan tugas. Rancangan skala prokrastinasi akademik dijelaskan dalam tabel berikut:

Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Prokrastinasi Akademik	Melakukan Penundaan dalam memulai mengerjakan tugas	25, 27, 29	26, 28, 30	6
	Melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas	31, 33	32, 34	4
	Memerlukan waktu lama dalam mempersiapkan diri untuk mengerjakan tugas akademik	35, 37	36, 38	4
	Tidak dapat memanfaatkan waktu yang dimiliki dengan baik	39	40	2
	Kesulitan dalam memenuhi tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan	41, 43	42, 44	4
	Ketidaksesuaian antara rencana dan kinerja dalam menyelesaikan tugas	45	46	2
	Mengesampingkan	47	48	2

	prioritas utama dengan melakukan aktivitas lain yang bersifat hiburan			
Total		12	12	24

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan instrumen yang penting dalam pelaksanaan penelitian. Data yang dikumpulkan dapat berupa angka, keterangan tertulis, dan fakta-fakta yang relevan dengan fokus penelitian. Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data menggunakan skala Likert yang terdiri dari empat alternatif jawaban, yaitu sangat sesuai (ss), sesuai (s), tidak sesuai (ts), dan sangat tidak sesuai (sts). Alasan penggunaan empat pilihan jawaban ini adalah karena mayoritas masyarakat Indonesia cenderung memilih netral dan menghindari pilihan ekstrem. Skala Likert dalam penelitian ini mengalami modifikasi pada pilihan jawaban agar lebih sesuai dengan konteks penelitian.

3.6 Uji Instrumen Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, maka teknik analisis data sebagai berikut:

1. Uji Validitas dan Reabilitas

Uji validitas dan reabilitas dilakukan untuk menguji kuesioner layak untuk digunakan sebagai instrumen penelitian.

a. Uji Validitas

Analisis Validitas yaitu analisis untuk mengukur valid atau tidaknya suatu data. Suatu pengukuran dikatakan valid, jika alat itu mengukur apa yang harus diukur alat itu. Untuk menguji kevalidan suatu data maka dilakukan uji validitas terhadap butir-butir kuesioner dengan kegiatan sebagai berikut:

- Validasi ahli adalah proses penilaian terhadap suatu produk atau hasil penelitian oleh para ahli di bidangnya. Tujuan validasi ahli adalah untuk menentukan apakah produk atau hasil penelitian tersebut sudah memenuhi kriteria yang ditetapkan, baik dari segi isi, konstruksi, maupun bahasa. Proses validasi ahli biasanya dilakukan dengan cara memberikan

angket atau kuesioner kepada para ahli. Angket atau kuesioner tersebut berisi pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan spek-aspek yang akan dinilai.

- Validasi empiris adalah proses penilaian terhadap suatu produk atau hasil penelitian dengan menggunakan data empiris. Data empiris adalah data yang diperoleh dari pengamatan atau eksperimen. Validasi empiris dapat dilakukan dengan berbagai metode, antara lain:
 - Uji coba produk: produk atau hasil penelitian di uji cobakan kepada pengguna atau responden untuk mengetahui apakah hasil penelitian tersebut dapat memenuhi kebutuhan mereka.
 - Analisis statistik: data empiris yang diperoleh dianalisis menggunakan metode statistik untuk mengetahui apakah produk atau hasil penelitian tersebut memiliki validitas yang tinggi.

6 Kuesioner dinyatakan valid jika pernyataan atau pertanyaan pada kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang diukur oleh kuesioner tersebut. 8 Tinggi rendah validitas suatu angket atau kuesioner dihitung dengan menggunakan metode Person's Product Moment Correlation, yaitu dengan menghitung korelasi antara skor item pernyataan dengan skor total. Dalam penelitian ini perhitungan validitas item dianalisis menggunakan komputer program SPSS V. 29 for windows. Hasil perhitungan ini akan dibandingkan dengan critical value nilai r dengan taraf signifikan 5% atau (0,05) dan jumlah sampel yang ada. Apabila hasil perhitungan korelasi produk moment lebih besar dari critical value, maka instrumen ini dinyatakan valid. Sebaliknya apabila skor 6 item kurang dari critical value, maka instrumen ini dinyatakan tidak valid.

Rumus Uji Validitas yaitu : $r_{tabel} = \frac{t_{tabel}}{\sqrt{df + t_{tabel}^2}}$

keterangan :

df = Degree of freedom (v = n-2)

n = Banyaknya sampel

t_{tabel} = Nilai quartile

Dasar pengambilan keputusan dalam uji validitas adalah:

1. Jika nilai r hitung > r tabel, maka item pernyataan di dalam kuesioner dinyatakan valid.
2. Jika nilai r hitung < r tabel, maka item pernyataan di dalam kuesioner dinyatakan tidak valid. Langkah yang dilakukanya adalah:
 - Mengganti pernyataan tersebut dengan pernyataan baru, lalu sebarkan kepada responden kembali, kemudian uji validitas ulang.
 - Membuang item pernyataan yang tidak valid.

b. Uji realibilitas

Reabilitas ialah mengukur instrumen terhadap ketepatan (konsisten). Uji realibilitas adalah suatu alat pengukur dalam mengukur suatu gejala pada waktu yang beralainan senantiasa menunjukkan hasil yang sama. Realibilitas instrumen diperlukan untuk mendapatkan data sesuai dengan tujuan pengukuran.

3.7 Teknik Analisis Data

Analisis regresi digunakan untuk memeriksa keterkaitan satu arah antara variabel tertentu, di mana variabel x berperan sebagai variabel independen yang memengaruhi dan variabel y sebagai variabel dependen yang terpengaruh. Keterkaitan ini dinyatakan dalam bentuk hubungan linier berupa garis lurus.

Regresi linier sederhana dapat dihitung menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\hat{Y} = a + bX$$

Keterangan

\hat{Y} = Variabel dependen (Perilaku Prokrastinasi Akademik)

X = Variabel Independen (Efikasi Diri)

a = Konstanta (nilai Y apabila X = 0)

b = koefisien regresi

3.8 Lokasi dan Jadwal penelitian

Penelitian ini dilakukan di UPTD SMP Negeri 2 Gunungsitoli Utara, Desa Tetehosi Afia, Kota Gunungsitoli. Jadwal Penelitian ini di laksanakan pada bulan 4 sampai bulan 5

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara, yang berlokasi Jl. Karet No.34, Iilir, Kec. Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli, Sumatera Utara.. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan April sampai Mei sesuai dengan jadwal yang disepakati. Dalam penelitian, data diperoleh melalui pengumpulan data-data menggunakan kuesioner mengenai Hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara. Hasil penyebaran instrumen akan dijadikan sebagai analisis data untuk mengetahui Hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara. Adapun sampel dalam penelitian ini sebanyak 31 peserta didik yang diambil dengan cara pengambilan sampel menggunakan teknik stratified random sampling.

4.1 Analisis Data

a. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan dengan membagi kuesioner kepada 31 orang, untuk kuesioner efikasi diri terdapat 24 pernyataan dan kuesioner perilaku prokrastinasi terdapat 24 pernyataan. Pengujian validitas dilakukan dengan menghitung korelasi antara skor item instrumen dengan skor total. Nilai koefisien korelasi antara skor setiap item dengan skor total dihitung dengan analisis corrected item total correlation. Suatu instrumen dinyatakan valid apabila koefisien korelasi r hitung lebih besar dibandingkan koefisien korelasi r tabel pada taraf signifikansi 5%. Adapun hasil uji validitas sebagai berikut:

Tabel 4.1
Uji Validitas Variabel X

No item	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0.830	0.355	VALID
2	0.861	0.355	VALID
3	0.871	0.355	VALID
4	0.866	0.355	VALID

5	0.865	0.355	VALID
6	0.827	0.355	VALID
7	0.838	0.355	VALID
8	0.859	0.355	VALID
9	0.874	0.355	VALID
10	0.772	0.355	VALID
11	0.809	0.355	VALID
12	0.745	0.355	VALID
13	0.775	0.355	VALID
14	0.787	0.355	VALID
15	0.783	0.355	VALID
16	0.830	0.355	VALID
17	0.861	0.355	VALID
18	0.871	0.355	VALID
19	0.866	0.355	VALID
20	0.865	0.355	VALID
21	0.827	0.355	VALID
22	0.838	0.355	VALID
23	0.859	0.355	VALID
24	0.874	0.355	VALID

Sumber: hasil pengolahan data SPSS V.25 for windows

Untuk menentukan valid atau tidaknya masing-masing item berdasarkan nilai R hitung dan R tabel, bila R hitung > R tabel maka item tersebut dinyatakan valid, namun apabila R hitung < R tabel maka item tersebut dinyatakan tidak valid. Berdasarkan tabel uji validitas terdapat 24 item pernyataan variabel X yang memiliki nilai R hitung > R tabel sehingga item pernyataan tersebut dinyatakan valid untuk digunakan sebagai alat ukur variabel.

Tabel 4.2.

Uji Validitas Variabel Y

No item	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0.953	0.355	VALID

2	0.927	0.355	VALID
3	0.865	0.355	VALID
4	0.886	0.355	VALID
5	0.906	0.355	VALID
6	0.953	0.355	VALID
7	0.927	0.355	VALID
8	0.865	0.355	VALID
9	0.886	0.355	VALID
10	0.906	0.355	VALID
11	0.860	0.355	VALID
12	0.836	0.355	VALID
13	0.854	0.355	VALID
14	0.911	0.355	VALID
15	0.837	0.355	VALID
16	0.866	0.355	VALID
17	0.906	0.355	VALID
18	0.953	0.355	VALID
19	0.927	0.355	VALID
20	0.865	0.355	VALID
21	0.886	0.355	VALID
22	0.906	0.355	VALID
23	0.836	0.355	VALID
24	0.846	0.355	VALID

1 Sumber: hasil pengolahan data SPSS V.25 for windows

Untuk menentukan valid atau tidaknya masing-masing item berdasarkan nilai R hitung dan R tabel, bila R hitung > R tabel maka item tersebut dinyatakan valid, namun apabila R hitung < R tabel maka item tersebut dinyatakan tidak valid. Berdasarkan tabel uji validitas terdapat 24 item pernyataan variabel Y yang memiliki nilai R hitung > R tabel sehingga item pernyataan tersebut dinyatakan valid untuk digunakan sebagai alat ukur variabel.

b. Uji Reabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari variabel. Untuk mengukur reliabilitas dengan menggunakan statistic Cronbach Alpha(α). Suatu variabel dikatakan reliabel jika memiliki Cronbach Alpha $> 0,6$. Hasil pengujian reliabilitas instrumen menggunakan alat bantu oleh program SPSS v.25. Adapun hasil output dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.3

Uji Reabilitas

Variabel	N of Items	Cronbach's Alpha	Standar reabilitas	Keterangan
Efikasi Diri	24	0,981	0,60	Reliable
Perilaku Prokrastinasi	24	0,988	0,60	Reliabel

Sumber: hasil pengolahan data SPSS V.25 for windows

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa nilai cronbach's alpha semua variabel lebih dari 0,60 sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel atau kuesioner yang digunakan yaitu variabel efikasi diri dan perilaku prokrastinasi dapat dipercaya sebagai alat ukur variabel.

4.1.2 Uji Kolerasi

Tabel 4.4

Uji Kolerasi

Correlations			
		Efikasi Diri	Prokrastinasi
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	.975**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	31	31
Prokratinasi	Pearson Correlation	.975**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	31	31

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

Sumber: hasil pengolahan data SPSS V.25 for windows

Dari analisa diketahui bahwa responden sebanyak 31 dihasilkan nilai kolerasi sebesar 0,975. Untuk melakukan interpretasi kekuatan hubungan antara dua variabel dilakukan dengan melihat angka koefisien kolerasi hasil perhitungan dengan menggunakan interpretasi nilai r adalah sebagai berikut :

0 : tidak ada korelasi

>0-0,25 : korelasi sangat lemah

>0,25 – 0,5 : korelasi cukup

>0,5-0,75 : korelasi kuat

>0,75-0,99 : korelasi sangat kuat

1 : korelasi sempurna

⁴ Berdasarkan hasil ouput dan dasar penginterpretasi nilai tersebut maka nilai korelasi sebesar 0,975 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa antara variabel efikasi diri (X) dengan variabel prokrastinasi (Y) mempunyai nilai hubungan atau kolerasi sangat kuat.

4.1.3 Uji Determinasi

Tabel 4.5
Uji Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
¹	.975 ^a	.951	.950	5.83416

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri

Sumber: hasil pengolahan data SPSS V.25 for windows

Setelah diketahui R Square hitung sebesar 0,951 (atau 95,1%) ¹ sehingga langkah berikutnya untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel X terhadap variabel Y dengan menggunakan koefisien determinan R Square yang dinyatakan dalam persentase.

Dari hasil perhitungan di atas maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh variabel X terhadap Y sebesar 95,1% dan selebihnya yang 4,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

4.1.4 Uji T atau Uji Hipotesis

Tabel 4.6
Uji T

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
		1	(Constant)	-8.506		
	4 Efikasi Diri	1.111	.047	.975	23.848	.000

a. Dependent Variable: Prokratinasi

Sumber: hasil pengolahan data SPSS V.25 for windows

Hasil penghitungan koefisien regresi sederhana diatas memperlihatkan nilai koefisien konstanta adalah sebesar -8.506 koefisien variabel bebas adalah sebesar 1.111. Dalam arti nilai positif (1.111) yang terdapat pada koefisien regresi variabel X (efikasi diri) menggambarkan bahwa arah hubungan antara variabel X (efikasi diri) dengan variabel Y (prokrastinasi) adalah searah, dimana setiap kenaikan satuan variabel X (efikasi diri) akan menyebabkan kenaikan pada variabel Y (prokrastinasi).

a) Perumusan Hipotesis

H₀ : Tidak ada hubungan antara Ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara

H_a : Ada hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara.

b) Penetapan Kriteria

Dalam penetapan kriteria ada dua yang harus diketahui yaitu perbandingan antara t hitung dengan t tabel dan nilai signifikansi. Jika nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel maka H₀ ditolak dan H_a diterima dan begitu juga sebaliknya jika

nilai tabel lebih besar dari t hitung maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Dalam penentuan nilai signifikan, jika nilai signifikansi $<0,05$ maka terdapat pengaruh signifikan variabel X terhadap variabel Y, jika nilai $>0,05$ maka tidak terdapat pengaruh signifikan variabel X terhadap variabel Y.

c) Pengambilan Keputusan

Berdasarkan penetapan kriteria diatas maka didapati nilai t hitung yaitu 23.848 sedangkan nilai t tabel ialah 1.696 maka dinyatakan secara t hitung dan t tabel H_a diterima dan H_0 ditolak. Berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh ialah $0,00 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak untuk pengujian kedua variabel. Sehingga dapat diambil kesimpulan diatas bahwa ada hubungan yang positif dan signifikansi antara variabel variabel X (efikasi diri) dengan variabel Y (prokrastinasi) kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara.

4.2 Pembahasan

Untuk menindak lanjuti dari hasil penelitian yang telah dikemukakan diatas maka dalam bagian ini dilakukan pembahasan tentang temuan penelitian sebagai berikut:

4.2.1 Jawaban umum atas permasalahan pokok penelitian

yang menjadi permasalahan pokok dalam penelitian ini adalah hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara. Serta melakukan pengumpulan data dengan mengedarkan angket kepada siswa. Berdasarkan hasil angket penelitian maka diberikan jawaban umum atas permasalahan pokok yaitu semakin baik efikasi diri maka semakin baik juga perilaku prokrastinasi siswa $t_{hitung} = 23.848 > t_{tabel} 1.696$ maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis H_a diterima dan H_0 ditolak pada taraf signifikansi 0,05%.

4.3.1 Analisis dan interpretasi temuan penelitian.

Berdasarkan analisa data, diketahui hasil analisis data penelitian yang ditegaskan bahwa terdapat pengaruh efikasi diri terhadap Hubungan perilaku prokrastinasi dan kontribusi variabel X terhadap Y yaitu sebesar 95,1% artinya pengaruh efikasi diri terhadap perilaku prokrastinasi siswa kelas VIII UPTD SMP

2 Gunungsitoli Utara dan selebihnya 4.9% merupakan pokok yang berpengaruh terhadap keterbukaan yang tidak termasuk dalam penelitian yang diteliti.

4.3.2 Kontras temuan antara kedua variabel dengan teori yang ada.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara dinyatakan terdapat dan positif serta jika dikontraskan dengan teori yang dikemukakan. Bandura menjelaskan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mencapai kinerja yang sukses dalam aktivitas atau perilaku. Orang yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung mencapai kinerja yang lebih baik karena mereka memiliki motivasi yang kuat, tujuan yang jelas, emosi yang stabil, dan kemampuan untuk berhasil dalam aktivitas atau perilaku tersebut.

Berdasarkan teori tersebut diatas, maka ditemukan hasil dari penelitian ini bahwa pengaruh efikasi diri terhadap hubungan perilaku prokrastinasi akademik siswa VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara dinyatakan terdapat dan positif.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti menyatakan bahwa ada pengaruh yang baik antara hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara. Dari pernyataan diatas dapat kita amati pada nilai kolerasi yaitu 0,975 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa antara variabel efikasi diri (X) dengan variabel prokrastinasi (Y) mempunyai nilai hubungan atau kolerasi sangat kuat.

Berdasarkan penetapan kriteria diatas maka didapati nilai t hitung yaitu 23.848 sedangkan nilai t tabel ialah 1.696 maka dinyatakan secara t hitung dan t tabel H_0 diterima dan H_0 ditolak. Berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh ialah $0,00 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_0 ditolak untuk pengujian kedua variabel. Sehingga dapat diambil kesimpulan diatas bahwa ada pengaruh yang positif dan signifikansi antara variabel efikasi diri (X) dengan variabel perilaku prokrastinasi (Y) kelas VIII UPTD SMP 2 Gunungsitoli Utara.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi peserta didik

Kepada peserta didik yang masih belum memahami dampak perilaku prokrastinasi dan efikasi diri, diperuntukkan untuk lebih belajar memahami dan mengenal dampak perilaku prokrastinasi sehingga dapat membangun atau meningkatkan efikasi diri dengan baik.

5.2.2 Bagi guru

Kepada guru supaya lebih mampu membimbing dan meningkatkan efikasi peserta didik yang masih rendah serta peserta didik mampu mengatasi perilaku prokrastinasi dapat menghambat akademik peserta didik.

5.2.3 Bagi peneliti

Teruntuk peneliti selanjutnya, supaya bisa memberi mengembangkan pemahaman tentang efikasi diri dan perilaku prokrastinasi dengan memberikan treatment seperti training motivasi dan pengarahan untuk meningkatkan pemahaman peserta didik tentang efikasi diri dan perilaku prokrastinasi.

DAFTAR PUSTAKA

Buku:

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
- Maddux, J. E. (1995). *Self-efficacy theory: An introduction*. Plenum Press.
- Pervin, L. A. (1994). *Personality: Theory and research (6th ed.)*. John Wiley & Sons.
- Santrock, J. W. (2007). *Child development (11th ed.)*. McGraw-Hill.
- Depdiknas. (2013). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Burka, J. B., & Yuen, L. D. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it*. Da Capo Press.
- Ferrari, J. R. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Plenum Press.
- Sirois, F. M. (2004). *Procrastination*. Guilford Press.
- Young, J. S. (2004). *The procrastination workbook: Your guide to overcoming procrastination and getting things done*. New Harbinger Publications.
- Widanarti, Y. (2002). *Psikologi Kepribadian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Asrof, M. (2012). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Pustaka Setia.
- Sugiyono, E. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Jurnal:

- Anjeliza, R. (2013). Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara. *Jurnal Psikologi Universitas Sumatera Utara*, 3(1), 10-18.
- Arnan, M. F., Khairani, L., & Muharlina, E. (2022). Pengaruh Motivasi Belajar dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. *Jurnal Psikologi Islami*, 10(1), 1-14.

- Bañez-Coronel, C., Piqueras-Rodríguez, J. A., & Martínez-Monteagudo, J. C. (2018). Academic procrastination and its relationship with self-regulated learning strategies in university students. *Frontiers in Psychology*, 9, 1122.
- Dinata, D. (2018). Pengaruh Motivasi Belajar dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya. *Jurnal Psikologi Universitas Brawijaya*, 3(1), 1-10.
- Ghufron, M. (2019). Pengaruh Efikasi Diri dan Motivasi Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Psikologi Al-Azhar*, 7(2), 137-152.
- Ips, I. N. W., Suartini, & Widhiastuti, D. (2019). Pengaruh Efikasi Diri, Motivasi Belajar, dan Self-Efficacy terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Ganesha. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha*, 13(2), 151-162.
- Ilham, A. (2010). Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Belajar Siswa MA Al-Hidayah Wajak Malang. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 3(2), 101-112.
- Styawan, H. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Sebelas Maret*, 1(1), 1-12.
- Ayu Candra. (2010). Prokrastinasi Akademik: Faktor-Faktor Penyebab dan Upaya Penanggulangannya. *Jurnal Psikologi Universitas Sebelas Maret*, 1(1), 24-34.
- Dwi Irmawati. (2009). Prokrastinasi Akademik: Faktor Penyebab dan Upaya Mengatasinya. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1(1), 29-38.
- Kuswidyawati¹, Setyandari. (2023). Pengaruh Motivasi Belajar dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Negeri Semarang. (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.

- Schunk, D. H. (1989). Self-efficacy and cognitive skill learning. In C. Ames & R. Ames (Eds.), *Research on motivation in education: Vol. 3. Goals and cognitions* (pp. 111-148). Academic Press.
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-efficacy for academic achievement and the self-regulated learning process. In J. F. Stipek & D. H. Schunk (Eds.), *Motivation and learning: Goals, beliefs, and self-regulation* (pp. 147-175). Lawrence Erlbaum Associates.
- Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (3rd ed.). Sage Publications.
- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2006). *How to design and evaluate research in education* (6th ed.). McGraw-Hill.
- McMillan, J. H., & Schumacher, S. (2010). *Research in education: Evidence-based inquiry* (7th ed.). Pearson.
- Likert, R. (1932). A technique for the measurement of attitudes. *Archives of Psychology*, 140(1), 1-55.
- DeVellis, R. F. (2016). *Scale development: Theory and applications* (4th ed.). Sage Publications.
- Rahmawati, L., & Fitriani, S. (2019). Relevansi Pemikiran Ki Hadjar Dewantara tentang Pendidikan Karakter dalam Era Globalisasi. *Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 226-240.
- Kemendikbudristek RI. (2021). *Panduan Pengembangan Kurikulum Merdeka*. Jakarta: Kemendikbudristek RI.
- Psikologi Pembelajaran (Slavin, 2019)
- Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA (*Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 16, No. 1, 2019)
- Pengaruh Prokrastinasi Akademik Terhadap Minat Belajar dan Prestasi Belajar Siswa SMA (*Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, Vol. 17, No. 1, 2020)
- Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA (Fauziah & Pujiastuti, 2020)
- Prokrastinasi: Mengatasi Kebiasaan Menunda-nunda (2019) oleh Poppy Amalya

Putri, A. S., & Susanti, D. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 1 Padang. *Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2), 223-234.

Sumber Lainnya:

Wikipedia: Self-efficacy: <https://en.wikipedia.org/wiki/Self-efficacy>

Theories of Self-Efficacy: <https://www.simplypsychology.org/self-efficacy.html>

Self-Efficacy and Procrastination:

<https://www.psychologytoday.com/us/basics/procrastination>

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII DI UPTD SMP NEGERI 2 GUNUNGSITOLI UTARA

ORIGINALITY REPORT

39%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	repository.radenintan.ac.id Internet	718 words — 8%
2	core.ac.uk Internet	547 words — 6%
3	digilib.iain-jember.ac.id Internet	423 words — 5%
4	ejournal.indo-intellectual.id Internet	407 words — 5%
5	eprints.uny.ac.id Internet	336 words — 4%
6	repo.uinsatu.ac.id Internet	210 words — 2%
7	digilib.unila.ac.id Internet	113 words — 1%
8	jurnal.muliadarmapratama.ac.id Internet	75 words — 1%
9	docplayer.info Internet	66 words — 1%

10	text-id.123dok.com Internet	63 words — 1%
11	www.neliti.com Internet	63 words — 1%
12	simki.unpkediri.ac.id Internet	62 words — 1%
13	repository.usd.ac.id Internet	60 words — 1%
14	repository.uhn.ac.id Internet	50 words — 1%
15	123dok.com Internet	46 words — 1%
16	repository.uma.ac.id Internet	46 words — 1%
17	repository.uia.ac.id Internet	45 words — 1%

EXCLUDE QUOTES ON

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY ON

EXCLUDE SOURCES

EXCLUDE MATCHES

< 1%

OFF