

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin
Volume 2, Nomor 8, Agustus 2024, Halaman 155-162
 Licenced by CC BY-SA 4.0
 E-ISSN: 2986-6340
 DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13224779>

Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa di SMK X

Rahmat Fauzi¹*, Yomima Viena Yuliana¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia

*Email: rahmatfauzi1509@gmail.com

Abstrak

Pendidikan merupakan sebuah kunci yang dapat mengubah suatu peradaban bangsa, di masa sekarang pendidikan amatlah penting untuk mencapai keberhasilan dan kesuksesan masa depan seseorang. pendidikan yang bermutu akan menciptakan bibit-bibit unggul yang berkualitas. Siswa merupakan bagian dalam dunia pendidikan yang tidak akan pernah lepas dari aktivitas belajar dan keharusan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik. Pada dasarnya tugas merupakan kewajiban yang harus dikerjakan dan menjadi sebuah tanggung jawab siswa untuk bisa menyelesaikannya dengan tepat waktu, sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan oleh pengajar. Dalam proses belajar, banyak siswa yang mengalami kesulitan akademik di sekolah, seperti kesulitan dalam menuntaskan tugas sekolah, kesulitan menjawab soal saat ujian, dan kesulitan dalam mengatur waktu untuk belajar atau dalam psikologi disebut prokrastinasi. Prokrastinasi Akademik adalah hal yang mengacu pada kecenderungan seseorang untuk menunda kegiatan atau perilaku yang berhubungan dengan sekolah. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Di SMK X”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini menggunakan jenis korelasi, yang bertujuan untuk melihat hubungan antar variabel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Simple Random Sampling* dengan total 90 subjek. Nilai koefisien korelasi sebesar -0.653** dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($\text{sig} < 0.05$). Dapat diartikan bahwa adanya hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, dengan kekuatan korelasi -0.653** yang berarti tingkat kekuatan hubungannya cukup kuat.

Kata kunci: Prokrastinasi Akademik, Efikasi Diri, Siswa

Abstract

*Education is a key that can change a nation's civilization, nowadays education is very important to achieve success and success in one's future, quality education will create quality seeds. Students are part of the world of education that will never be separated from learning activities and the need to do academic assignments. Basically, assignments are obligations that must be done and it is the responsibility of students to be able to complete them on time, according to the schedule determined by the teacher. In the learning process, many students experience academic difficulties at school, such as difficulty in completing school assignments, difficulty answering questions during exams, and difficulty in managing time to study or in psychology is called procrastination. Academic procrastination is something that refers to a person's tendency to delay school-related activities or behaviors. The purpose of this study was to determine the “Relationship Between Self-Efficacy and Academic Procrastination in Students at SMK X”. This research uses quantitative methods. The type of research used in this study uses a type of correlation, which aims to see the relationship between variables. The sampling technique used in this study was Simple Random Sampling with a total of 90 subjects. The correlation coefficient value is -0.653** with a significance value of 0.000 ($\text{sig} < 0.05$). It can be interpreted that there is a negative relationship between self-efficacy and academic procrastination, with a correlation strength of -0.653** which means that the level of strength of the relationship is quite strong.*

Keywords: Academic procrastination, Self-Efficacy, Student

Article Info

Received date: 25 Juli 2024

Revised date: 30 Juli 2024

Accepted date: 5 Agustus 2024

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sebuah kunci yang dapat mengubah suatu peradaban bangsa, di masa sekarang pendidikan amatlah penting untuk mencapai keberhasilan dan kesuksesan masa depan seseorang, pendidikan yang bermutu akan menciptakan bibit-bibit unggul yang berkualitas. Menurut UU No. 20 tahun 2003, Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki pemahaman spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Christina, 2003). Dewey (1998) mendefinisikan pendidikan, yakni pendidikan adalah suatu proses pembentukan kemampuan dasar yang fundamental, baik menyangkut tentang pikir (intelektual) maupun daya perasaan (emosional), menuju ke arah tabiat manusia dan manusia biasa.

Menurut (Karnati, 2022) pendidikan sebagai upaya manusia untuk manusia adalah aspek dan hasil budaya terbaik yang mampu disediakan setiap generasi komunitas manusia untuk kepentingan generasi manusia muda agar dapat melanjutkan kehidupan dan cara hidup mereka dalam konteks sosio-budaya mereka pula. Siswa atau peserta didik menurut UU No. 20 Tahun 2003 adalah bagian dari masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu (Christina, 2003). Kemudian dalam kamus besar bahasa Indonesia (KBBI), siswa adalah murid atau pelajar yang berada di tingkatan pendidikan sekolah dasar dan menengah.

Menurut (Kamaliah, 2021) siswa dijelaskan sebagai individu yang sedang tumbuh dan berkembang, baik secara fisik, psikologis, sosial, dan religius dalam mengarungi kehidupan di dunia dan akhirat. Tugas seorang siswa seharusnya adalah fokus pada pembelajaran, termasuk menyelesaikan tugas-tugas dengan tepat waktu dan bersungguh-sungguh menghadapi tantangan saat menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas. Namun, fenomena yang sering terjadi saat ini adalah banyak siswa cenderung menunda-nunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas, yang dikenal sebagai prokrastinasi (Nitami et al., 2015).

Dalam proses belajar, banyak siswa yang mengalami kesulitan akademik di sekolah, seperti kesulitan dalam menuntaskan tugas sekolah, kesulitan menjawab soal saat ujian, dan kesulitan dalam mengatur waktu untuk belajar. Dalam laman berita Kompas (2022) menerangkan bahwa setelah dilakukannya analisis meta untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat prokrastinasi akademik di kalangan siswa, terdapat 80% sampai 95% siswa melakukan prokrastinasi akademik. Hal serupa juga disampaikan oleh Detik.com melalui portal resminya bahwa penelitian mengungkapkan setidaknya ada 50% mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik (Tim DetikEdu, 2023). Berdasarkan paparan di atas terlihat jelas fenomena-fenomena penundaan, baik itu dilakukan dalam bentuk akademik, pekerjaan, dan sebagainya di mana perilaku penundaan pekerjaan pada keilmuan psikologi disebut prokrastinasi.

Menurut Ferrari (1995) istilah prokrastinasi berasal dari bahasa latin prokrastinare, dengan awalan “pro” yang berarti maju atau bergerak dan akhiran “crastinus” yang berarti memilih hari esok. Jika digabungkan menunda sampai hari-hari lain atau berikutnya. Menurut Steel (2007) prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk.

Menurut McCloskey (2011) Prokrastinasi Akademik adalah hal yang mengacu pada kecenderungan seseorang untuk menunda kegiatan atau perilaku yang berhubungan dengan sekolah. Individu mungkin menunda-nunda masalah pribadi seperti masalah stres dengan pasangan, masalah dengan sosial atau kerabat, masalah kesehatan, masalah perawatan di rumah atau masalah akademik maupun pekerjaan.

Menurut Solomon & Rothblum (1984) jenis-jenis tugas yang biasanya menjadi sebuah objek prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa biasanya yaitu, tugas mengarang, belajar untuk menghadapi ujian, membaca, kinerja administratif, mengikuti pembelajaran di kelas, dan kinerja akademik secara keseluruhan. Dampak negatif dari tindakan prokrastinasi akademik antara lain memicu stres karena adanya tuntutan dan tekanan yang diterima oleh individu dari deadline tugas (Purwanti, 2016). Menurut McCloskey (2011) prokrastinasi dapat menimbulkan tekanan atau kecemasan yang tidak semestinya pada individu ketika mereka tergesa-gesa saat mengejar *deadline* dalam menyelesaikan tugas. Prokrastinasi juga dapat mempengaruhi produktivitas seseorang, di mana ia dituntut harus mengerjakannya dengan tepat waktu sesuai yang telah ditentukan sebelumnya.

Hal ini sesuai dengan fenomena yang peneliti amati di SMK (Sekolah Menengah Kejuruan) Swasta X di kabupaten Bekasi. Peneliti mengamati banyak siswa menunda-nunda mengumpulkan tugas dan memilih bermain dengan teman padahal siswa masih memiliki tanggung jawab dalam mengerjakan atau mengumpulkan tugas. Dengan demikian peneliti berasumsi bahwa tingkat prokrastinasi siswa di SMK X tergolong tinggi. Hasil dari wawancara yang dilakukan peneliti kepada guru BK (Bimbingan dan Konseling) di SMK X yang menyatakan tujuh dari sepuluh siswa melakukan prokrastinasi. Beliau pun menyampaikan bahwa hanya dua dari sepuluh siswa yang menjadi prokrastinator berat dan lima di antaranya masuk ke dalam kategori prokrastinasi akademik ringan. Namun para prokrastinator berat ini sangat mempengaruhi teman-temannya sehingga banyak temannya yang melakukan prokrastinasi. Siswa menunda mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan secepat mungkin karena merasa tidak yakin akan kemampuan dirinya sehingga kesulitan menuntaskan tugasnya dengan baik, karena alasan itu ia menunggu tugas yang sudah dikerjakan oleh temannya.

Kecenderungan lain adalah melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan untuk dilakukan dan mendatangkan kesenangan dan hiburan lalu menyalahkan guru dan pihak sekolah yang memberi terlalu banyak tugas. Peneliti ingin mengetahui tingkat prokrastinasi di SMK X yang terkenal di kalangan masyarakat Tambun Selatan sebagai sekolah yang memiliki tingkat disiplin tinggi dan peraturan yang ketat. Peneliti ingin mengetahui apakah hal ini memiliki pengaruh terhadap tingkat prokrastinasi akademik siswa.

Fenomena bahwa prokrastinasi masih terjadi di kalangan para siswa di SMK X menunjukkan bahwa sekolah yang memiliki disiplin yang tinggi sebagaimana sekolah swasta dikenal pada umumnya, peraturan ketat, fasilitas lengkap, sistem, kurikulum, sarana dan prasarana serta faktor pendukung lain yang memadai, tidak secara otomatis menghilangkan tindakan prokrastinasi pada siswa. McCloskey (2011) mengatakan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang menjadi hambatan, seperti kecemasan, perasaan malas untuk menyelesaikan tugas, kurang mampu untuk mengatasi kesulitan yang ada, dan rendahnya efikasi diri. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa, seperti kurangnya dukungan, pengaruh lingkungan sosial, kesulitan memperoleh bahan-bahan, kurangnya sarana dan prasarana, serta masalah manajemen waktu.

Muhid (2009) menuturkan aspek-aspek pada seseorang yang mempengaruhinya untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi, antara lain rendahnya *self-control* (kontrol diri), *self conscious*, rendahnya *self-esteem*, *self-efficacy*, dan kecemasan sosial. Hal serupa disampaikan pula oleh Steel (2007) yang mengatakan bahwa sadar akan tugas, penundaan tugas, manajemen waktu, *self-efficacy* umum dan akademik, emosi yang tidak stabil, dan *self-control* adalah penentu yang sangat kuat dari tindakan prokrastinasi.

Salah satu faktor yang berperan dalam prokrastinasi yaitu keadaan psikologis yang ada pada diri individu. Salah satu keadaan psikologis yang ada pada diri individu itu sendiri adalah *self efficacy* (keyakinan diri) yang dimiliki diri individu. Efikasi diri atau *Self efficacy* adalah keyakinan individu atas kemampuan atau kapasitas dirinya untuk menghasilkan kinerja tertentu (Malkoç & Mutlu, 2018).

Menurut Solomon & Rothblum (1984) tingkat prokrastinasi seorang akan semakin meningkat seiring dengan makin lamanya studi seseorang. Untuk mengatasi dampak negatif dari perilaku prokrastinasi, maka perlu diketahui faktor-faktor yang mempengaruhi siswa menjadi prokrastinator, seperti yang telah dipaparkan di atas: apakah karena kelelahan, kekurangan motivasi, takut akan kegagalan, perasaan malas, *self-regulation*, *self-efficacy*, *self-control*, tingkat kecemasan dalam disiplin dan pusat kendali, hubungan dengan sosial, pola asuh, support dari keluarga, kondisi lingkungan yang pengawasannya rendah dan tugas atau pekerjaan yang menumpuk (Ferrari et al., 1995).

Berdasarkan fenomena yang peneliti temukan di lapangan, peneliti melihat bahwa salah satu faktor penyebab siswa melakukan prokrastinasi adalah rendahnya efikasi diri. Siswa mengesampingkan tugas akademik dan proyek karena merasa bahwa dirinya tidak mampu untuk mengerjakan tugas akademik yang diberikan oleh guru. Siswa masih ragu atau memiliki keyakinan yang rendah atas kemampuan dirinya sendiri.

Keinginan peneliti untuk mengetahui korelasi antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, didukung juga oleh teori dari McCloskey (2011) yang menyebutkan bahwa keyakinan akan kemampuan diri (efikasi diri) menjadi aspek dari perilaku prokrastinasi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Widyaningrum & Susilarini (2021) dengan judul Hubungan Antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMAIT Raflesia

Depok memiliki hasil yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan memiliki arah negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA X.

Efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya sendiri dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu serta evaluasi kemampuan atau kompetensi diri individu untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan (Bandura, 1997). Efikasi Diri menurut Santrock (2019) adalah kepercayaan seseorang atas kemampuannya dalam menguasai situasi dan menghasilkan sesuatu yang menguntungkan. Efikasi diri mengacu pada keyakinan dirinya untuk melakukan suatu tugas, menggerakkan motivasi hingga meningkatkan kemampuan kognitif untuk memenuhi tuntutan situasi yang ada Ghufroon & Risnawita (2010). Sedangkan menurut Ormrod dalam Fadillah (2019) Efikasi diri adalah rasa percaya seorang individu bahwa mereka dapat sukses di masa depan, bahwa dirinya dapat berhasil dalam masa depan ketika dirinya telah berhasil pada apa yang telah diusahakan dan rasa percaya akan mirip di masa lalu.

Bandura (1997) mengungkapkan ada tiga aspek yang menjadi aspek perbedaan efikasi diri pada setiap individu yaitu tingkat kesulitan tugas (*level*), kekuatan keyakinan (*strength*), dan generalitas (*generality*). Komponen tersebut masing-masing memiliki implikasi yang penting. Adapun rinciannya antara lain: (1) Tingkat kesukaran tugas (*level*), yakni permasalahan yang berhubungan dengan derajat kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu. Aspek ini mempengaruhi individu dalam memilih perilaku dan tindakan yang kemungkinan dicoba individu yang didasarkan pada harapan efikasi pada tingkat kesulitan tugas. (2) Kekuatan keyakinan (*strength*), yakni berhubungan dengan kekuatan kepercayaan individu terhadap *capability* atau kemampuannya. Harapan dan keyakinan yang mantap dan kuat akan mendorong individu untuk berusaha dengan gigih dalam upaya meraih tujuan. (3) Generalitas (*generality*), yaitu berhubungan dengan luasnya bidang dan cakupan perilaku atau tindakan yang dipercaya oleh individu untuk dapat dilakukannya. Individu dapat merasa yakin dan percaya terhadap kemampuannya pada situasi dan aktivitas tertentu ataupun situasi yang bervariasi.

Dari uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa efikasi diri ialah keyakinan individu terhadap *capability* (kemampuan) yang dimilikinya, terutama untuk melaksanakan kegiatan guna mencapai tujuan atau hasil tertentu. Efikasi diri menjadi komponen penting, yakni sebagai inisiator yang mempengaruhi motivasi seseorang untuk melakukan proses dan tindakan yang mengarah pada keberhasilan dalam mendapatkan hasil belajar yang baik.

Berdasarkan paparan di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Di SMK X”.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini menggunakan jenis korelasi, yang bertujuan untuk melihat hubungan antar variabel. Selain untuk mengetahui suatu hubungan antar variabel, metode korelasi juga digunakan untuk dapat mengetahui kuat atau tidaknya hubungan antara kedua variabel yang akan dilakukan penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa di SMK X sebanyak 110. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Menurut Sugiyono (2011) *simple random sampling* adalah pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan skala psikologi. Instrumen penelitian menurut Hardani (2014) adalah alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan informasi kuantitatif tentang variasi karakteristik variabel secara objektif. Penelitian ini menggunakan dua variabel yang akan diungkap, yakni variabel efikasi diri dan variabel prokrastinasi akademik yang diukur menggunakan skala likert. Instrumen yang digunakan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian korelasional untuk melihat hubungan antar variabel. Uji korelasi yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi Pearson. Adapun perhitungan yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan *software* dari IBM SPSS *Statistic versi 25 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN**Hasil****Kategorisasi Prokrastinasi Akademik****Tabel 1. Kategorisasi Subjek Penelitian Variabel Prokrastinasi Akademik**

Kategori	Skor	N	Persentase
Rendah	≤ 54	10	11,1 %
Sedang	54 - 84	58	64,4 %
Tinggi	≥ 84	22	24,4 %
Total		90	100 %

Berdasarkan pada tabel kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa siswa yang melakukan prokrastinasi akademik rendah sebanyak 10 siswa atau sebesar 11,1%, sedangkan siswa yang melakukan prokrastinasi akademik sedang sebanyak 58 siswa atau sebesar 64,4% dan siswa yang melakukan prokrastinasi akademik tinggi sebanyak 22 siswa atau sebesar 24,4%. Dapat disimpulkan bahwa banyak siswa yang menjadi prokrastinator akademik sedang cenderung ke tinggi.

Kategorisasi Efikasi Diri**Tabel 2. Kategorisasi Subjek Penelitian Variabel Efikasi Diri**

Kategori	Skor	N	Persentase
Rendah	≤ 77	2	2,2 %
Sedang	77-121	61	67,8 %
Tinggi	≥ 121	27	30,0 %
Total		90	100 %

Berdasarkan Pada tabel kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa siswa memiliki efikasi diri yang rendah sebanyak 2 siswa atau sebesar 2,2%, sedangkan siswa yang memiliki efikasi diri yang sedang sebanyak 61 siswa atau sebesar 67,8% dan siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi sebanyak 27 siswa atau sebesar 30,0%. Dapat disimpulkan bahwa banyak siswa berada memiliki efikasi diri yang sedang dan cenderung tinggi.

Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik**Tabel 3. Uji Korelasi Pearson**

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikansi	Jumlah Subjek
prokrastinasi akademik	-0.653**	0.000	90
efikasi diri			

Uji korelasi yang dilakukan menggunakan Pearson diatas menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0.653** dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($\text{sig} < 0.05$). Dapat diartikan bahwa adanya hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, dengan kekuatan korelasi -0.653** yang berarti tingkat kekuatan hubungannya cukup kuat.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_o) ditolak. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik” pada salah satu SMK X yang ada di Kabupaten Bekasi. Adapun bentuk hubungannya adalah negatif yang menandakan semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki siswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa tersebut dan sebaliknya semakin rendah efikasi diri yang dimiliki siswa maka semakin tingginya prokrastinasi akademik dari siswa tersebut.

Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMK X. Penelitian ini melakukan uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan linieritas yang menunjukkan adanya hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, adapun hubungannya adalah negatif. Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa, apabila semakin rendah efikasi diri pada siswa maka prokrastinasi akademiknya pun semakin tinggi, begitupun sebaliknya apabila semakin tinggi efikasi diri pada siswa maka prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa semakin rendah. Hal ini juga dikuatkan oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Septian (2023) dengan Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas IX SMAN 1 Telukjambe Barat bahwa terdapat hubungan negatif. Hal ini terjadi karena prokrastinasi akademik memiliki faktor yang di pengaruhi oleh efikasi diri dalam mengatasi permasalahan prokrastinasi akademik siswa.

Hasil kategorisasi yang telah dilakukan, apabila melihat pada hasilnya untuk prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang menuju tinggi begitu pula efikasi diri berada pada kategori sedang menuju tinggi. Hal ini berarti efikasi diri memiliki pengaruh yang cukup tinggi terhadap prokrastinasi akademik pada siswa di SMK X.

Berdasar paparan kategori prokrastinasi akademik di atas terdapat 58 dari 90 atau lebih dari setengah responden berada dalam taraf sedang, yang artinya mayoritas siswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas yang diberikan. Hal ini berarti mayoritas siswa masih belum dapat menyelesaikan tugas tanpa menunda dalam pengerjaan atau pun penyelesaiannya. Kategorisasi pada variabel efikasi diri, mayoritas responden mendapatkan tingkat efikasi diri yang sedang. Hal ini menandakan bahwa mayoritas responden masih belum memiliki keyakinan akan kemampuan diri yang tinggi untuk mengatasi masalah dan targetnya terealisasi. Hal ini dikuatkan oleh hasil penelitian Saman (2017) yang memiliki 84 responden dengan kategori prokrastinasi dan efikasi diri sedang.

Hal ini pun sejalan dengan yang dijelaskan oleh McCloskey (2011) yang mengungkapkan bahwa terdapat faktor yang melatarbelakangi perilaku prokrastinasi yakni keyakinan akan kemampuan diri yang biasa disebut efikasi diri. Adapun dalam hal ini Ghufroon & Risnawita (2010) juga menjelaskan bahwa faktor internal yang memengaruhi prokrastinasi akademik salah satunya adalah efikasi diri. Hal ini membuktikan bahwa efikasi diri sangat memengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa di SMK X dengan hubungan negatif, yang berarti semakin tinggi efikasi diri siswa SMK X maka semakin rendah juga prokrastinasi yang dilakukan.

Berdasarkan uji korelasi yang dilakukan menggunakan Spearman menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0.653^{**} dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($\text{sig} < 0.05$). Dapat diartikan bahwa adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, dengan kekuatan korelasi -0.653^{**} yang berarti tingkat kekuatan hubungannya cukup kuat. Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_o) ditolak. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Susilarini (2021) tentang Hubungan Antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMAIT Raflesia Depok yang menunjukkan adanya hubungan negatif kuat antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik.

Dalam temuan pada penelitian ini, diharapkan agar siswa mampu meningkatkan efikasi diri mereka agar dapat mengatasi prokrastinasi akademik. Menurut Celestine (2021) terdapat 4 cara meningkatkan efikasi diri akademik pada siswa, yaitu: (1) Keluar dari zona nyaman. Meninggalkan zona nyaman melibatkan percobaan dan kesalahan, pembelajaran, dan kesempatan untuk terlibat dalam kegiatan baru yang bermakna. Meskipun meninggalkan zona nyaman mungkin menakutkan

pada awalnya, manfaatnya adalah semakin banyak kita mengalami keberhasilan saat melangkah keluar dari zona nyaman, semakin besar pula efikasi diri kita. (2) Tetapkan tujuan. Penetapan tujuan yang efektif dikatakan dapat meningkatkan kemandirian diri dalam berbagai bidang, termasuk interpretasi bahasa, perubahan perilaku terkait kesehatan, dan kinerja kerja. (3) Lihatlah gambaran yang lebih luas. Salah satu kualitas terpenting orang dengan efikasi diri yang tinggi adalah kemampuan untuk melihat lebih jauh dari sekadar kerugian jangka pendek dan tidak membiarkan kerugian tersebut merusak kepercayaan diri mereka. Kita memiliki tujuan yang lebih tinggi untuk dicapai, dan berpegang teguh pada perspektif ini membantu dalam mempertahankan efikasi diri yang tinggi. Efikasi diri memungkinkan kita untuk memilah prioritas, membuat rencana yang lebih baik, dan berfokus pada prioritas tersebut dengan lebih efisien. (4) Ubah hambatan. Hambatan merupakan bagian alami dari upaya kita untuk melampaui zona nyaman dan mengatasi tantangan. Oleh karena itu, penting untuk memikirkan hambatan dengan cara yang konstruktif yang tidak berisiko merusak efikasi diri kita

KESIMPULAN

Adapun kesimpulan pada penelitian ini akan dijabarkan dalam poin-poin berikut ini:

- a. Hasil dari uji korelasi menunjukkan adanya hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMK X di kabupaten bekasi. Hubungan kedua variabel berkorelasi negatif dengan kekuatan korelasi cukup kuat.
- b. Adapun nilai korelasinya adalah negatif, Hubungan negatif pada penelitian ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi skor prokrastinasi akademik, maka skor efikasi diri akan semakin rendah dan berlaku sebaliknya. Dengan kata lain, siswa yang semakin sering menunda menyelesaikan suatu pekerjaan (prokrastinasi akademik tinggi), maka kemampuannya dalam mengatasi masalah untuk mencapai tujuan tertentu cenderung rendah (efikasi diri rendah). Sebaliknya, siswa yang menyelesaikan dengan segera tugas yang diberikan (prokrastinasi akademik rendah), maka akan memiliki keyakinan yang tinggi akan kemampuannya untuk mengatasi masalah dan targetnya terrealisasi (efikasi diri tinggi).
- c. Kategorisasi pada variabel prokrastinasi akademik, mayoritas responden memiliki prokrastinasi akademik yang sedang ke tinggi. Hal ini berarti mayoritas siswa masih belum dapat menyelesaikan tugas tanpa menunda dalam pengerjaan atau pun penyelesaiannya. Kategorisasi pada variabel efikasi diri, mayoritas responden mendapatkan tingkat efikasi diri yang sedang menuju tinggi. Hal ini menandakan bahwa mayoritas responden masih belum memiliki keyakinan akan kemampuan diri yang tinggi untuk mengatasi masalah dan targetnya terrealisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. In *The Routledge Handbook of the Psychology of Language Learning and Teaching* (pp. 1–610). <https://doi.org/10.1177/0032885512472964>
- Celestine, N. (2021). *Cara meningkatkan Efikasi Diri Siswa*. Positive Psychology. <https://positivepsychology.com/3-ways-build-self-efficacy/>
- Christina. (2003). Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. *Zitteliana*, 19(8), 159–170. bisnis ritel - ekonomi
- Dewey, J. (1998). *Experience and Education* (1st ed., pp. 1–116). <https://id.scribd.com/document/634667530/John-Dewey-Experience-and-Education>
- Septiyan, D & Simatupang, M.N. A. S. (2023). *Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas IX SMAN 1 Telukjambe Barat*. 6(2), 62–69. <https://doi.org/https://doi.org/10.34012/psychoprime.v6i2.4049>
- Fadillah, A. (2019). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Perilaku Menyontek Pada Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4), 657–664. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i4.4846>
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). Procrastination and Task Avoidance. *Procrastination and Task Avoidance, May*. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6>

- Firdana, W. D. (2022). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Dengan Resiliensi Akademik Sebagai Variabel Mediator Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Dampit Di Masa Pandemi Covid-19. *Etheses.Uin-Malang.Ac.Id*, 1–126.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-teori Psikologi.pdf* (R. Kusumaningratri (ed.); 1st ed.). AR-RUZZ MEDIA.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2014). Metode Penelitian. In H. Abadi (Ed.), *CV. Pustaka Ilmu* (1st ed.). CV. Pustaka Ilmu.
- Kamaliah. (2021). Hakikat Peserta Didik. *EDUCATIONAL JOURNAL: General and Specific Research*, 1(1), 49–55.
- Karnati, N. (2022). Landasan Ilmu Pendidikan. In *Universitas Nusantara PGRI Kediri* (Vol. 01). Kompas. (2022). *Prokrastinasi*. Kompas.Com. <https://www.kompas.com/sains/read/2022/03/26/093200523/4-penyebab-prokrastinasi-kebiasaan-menunda-nunda-pekerjaan?page=all>
- Malkoç, A., & Mutlu, A. K. (2018). Academic self-efficacy and academic procrastination: Exploring the mediating role of academic motivation in Turkish university students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(10), 2087–2093. <https://doi.org/10.13189/ujer.2018.061005>
- McCloskey. (2011). *Finally, My Thesis on Academic Procrastination*. 11(2), 10–14. https://rc.library.uta.edu/uta-ir/bitstream/handle/10106/9538/McCloskey_uta_2502M_11260.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Purwanti, M. S. L. (2016). *Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Sungai Ambawang*. 1–15.
- Muhid, A. (2009). Hubungan antara Self-Control dan Self Efficacy dengan Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 1–15.
- Nitami, M., Daharnis, D., & Yusri, Y. (2015). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Konselor*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.24036/02015416449-0-00>
- Saman, A. (2017). Analysis of Student Academic Procrastination (Study on Students of the Department of Educational Psychology and Guidance, Faculty of Education). *Journal of Psychology Education and Counselling*, 3(2), 55–62.
- Santrock, J. W. (2019). Adolescence. In *Adolescence* (7th ed.). McGraw-Hill. <https://www.mheducation.com/unitas/highered/sample-chapters/9781260058789.pdf>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984a). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037//0022-0167.31.4.503>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984b). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Tim DetikEdu. (2023). *Prokrastinasi Detik.com*. Detik.Com. <https://www.detik.com/sulsel/berita/d-6524561/awas-mahasiswa-suka-menunda-tugas-berisiko-alami-gangguan-kesehatan>
- Widyaningrum, R., & Susilarini, T. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMAIT Raflesia Depok. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(2), 34–39. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/953>