

Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Muhammadiyah 4 Margahayu Kabupaten Bandung

The Relationship Between Self Efficacy with Academic Procrastination in class XI Students of SMA Muhammadiyah 4 Margahayu Kabupaten Bandung

¹Ismi Dine Muslimah, ²Dewi Rosiana

^{1,2}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116
email: ¹ismidine@gmail.com, ²dewirosiana@yahoo.com

Abstract. Muhammadiyah 4 Senior High School is one of high-quality private schools that obtained A accreditation. For this reason, there is assumption that the students of Muhammadiyah 4 Senior High School can follow the learning process well. However, class XI students get difficulties in doing the task according to the deadline. They are afraid of making mistake in doing the task and think that the task is difficult. This shows that they have low self-efficacy. As a result, when they get the task, they prefer to postpone completing tasks, avoid difficult tasks, get the delays in doing the task and do more fun activities. Therefore, the purpose of this research is to find out how closely the relationship between self-efficacy and academic procrastination in class XI students of Muhammadiyah 4 Margahayu Senior High School in Kabupaten Bandung. This research is used quantitative research with correlational methods. The methods of collecting data in this study are using questionnaires developed by researchers based on aspects of procrastination from Ferrari (1995) and questionnaires self-efficacy developed by researchers based on aspects self-efficacy of Bandura (1997). This study is a population study with a total subject of 73 students. The results of the correlation analysis is $R = -0.600$. This shows that there is a strong negative relationship with high significance between self-efficacy and academic procrastination in students of class XI Muhammadiyah 4 Senior High School in Kabupaten Bandung. It means that the lower the self-efficacy, the higher the academic procrastination in class XI students of Muhammadiyah 4 Margahayu High School Bandung Regency.

Keywords: *Self Efficacy*, Academic Procrastination, Senior High School Students

Abstrak. SMA Muhammadiyah 4 merupakan salah satu sekolah swasta yang bermutu tinggi, hal ini dapat dilihat SMA Muhammadiyah 4 merupakan salah satu sekolah swasta bermutu tinggi karena berakreditasi A. Sehingga, terjadi asumsi bahwa siswa SMA Muhammadiyah 4 dapat mengikuti proses belajar dengan baik. Akan tetapi siswa kelas XI merasa kesulitan dalam mengerjakan tugas sesuai batas waktu yang ditentukan. Mereka merasa takut salah dalam mengerjakan tugas dan merasa tugas tersebut sulit, hal ini menunjukkan mereka memiliki self efficacy yang rendah. Kondisi tersebut kemudian menjadikan mereka menunda menyelesaikan tugas, menghindari tugas yang sulit, mengalami keterlambatan dalam mengerjakan tugas serta memilih melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan ketika mendapatkan tugas. Oleh karena itu, tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui seberapa erat hubungan antara self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 4 Margahayu Kabupaten Bandung. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuisioner yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi dari Ferrari (1995) dan kuisioner self efficacy yang dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek self efficacy dari Bandura (1997). Penelitian ini merupakan penelitian populasi dengan jumlah subjek sebanyak 73 siswa. Hasil analisis korelasi diperoleh adalah $R = -0,600$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang cukup kuat dengan signifikansi yang tinggi antara self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 4 Kabupaten Bandung. Artinya, semakin rendah self efficacy maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 4 Margahayu Kabupaten Bandung.

Kata Kunci: *Self Efficacy*, Prokrastinasi Akademik, Siswa SMA

A. Pendahuluan

SMA Muhammadiyah 4 Margahayu Kabupaten Bandung merupakan salah satu sekolah yang bernaung dibawah yayasan Muhammadiyah yang penyebarannya ada di seluruh Indonesia. SMA ini berdiri sejak tahun 1989. Kualitas pendidikan yang diberikan oleh SMA ini tergolong sebagai pendidikan yang bermutu tinggi. Hal ini dapat

dilihat dari akreditasi A yang diperoleh oleh sekolah tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap kepala sekolah serta guru SMA Muhammadiyah 4 Margahayu bahwa siswa-siswinya masih sering melakukan penundaan tugas bahkan kepala sekolah sering mendapati siswa yang mengerjakan pekerjaan rumah di sekolah. Sehubungan dengan hal tersebut, kepala sekolah sempat menanyakan hal tersebut pada siswanya dan siswa tersebut mengatakan bahwa para siswa merasa kesulitan dalam mengerjakan tugas dan jika tidak mengerjakan bersama teman takut dianggap tidak ada solidaritas. Keterangan lain diberikan oleh salah satu guru di SMA tersebut yang menyatakan bahwa siswanya terlihat mudah menyerah dan sering tidak melanjutkan tugas saat mengalami kesulitan tugas yang disebabkan oleh adanya ketakutan akan salah dalam pengerjaan tugas atau pekerjaan rumah, siswa juga merasa tidak yakin dapat mengerjakan tugasnya sehingga banyak siswa yang mengerjakan tugas secara bersamaan bahkan hanya menyalin dan menyebabkan beberapa anak memiliki nilai yang sama untuk suatu tugas.

Selain itu, beberapa siswa menyebutkan bahwa jika guru memberikan tugas atau PR, dalam pengerjaannya sering mengalami permasalahan diantaranya kebanyakan dari mereka takut apa yang di kerjakannya salah sehingga sebagian besar membawa pekerjaan rumahnya ke sekolah untuk dapat dikerjakan secara bersamaan. Hasilnya, ketika hari pengumpulan tugas banyak siswa yang baru mengerjakan di kelas sehingga ketika mengumpulkan tugas ke gurunya, mereka sering tidak pernah tepat sesuai waktu yang ditentukan.

Berdasarkan hasil pra-survey yang dilakukan pada siswa XI mengenai perilaku prokrastinasi melalui pertanyaan yang mengacu pada aspek prokrastinasi ditemukan bahwa tanggapan tertinggi yaitu setuju dengan presentasi sebesar 31%, dimana angka tersebut memperjelas bahwa siswa kelas dua SMA Muhammadiyah 04 Margahayu Kabupaten Bandung melakukan prokrastinasi. Prokrastinasi yang dilakukan oleh siswa kelas dua SMA Muhammadiyah 4 tersebut menunjukkan bahwa siswa tersebut cenderung untuk menunda atau tidak segera memulai pekerjaan bahkan melaksanakan kegiatan-kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan tugas yang seharusnya dikerjakan. Hal tersebut didukung dengan pernyataan siswa yang menyatakan bahwa jika mereka diberikan tugas oleh guru sering tidak langsung mengerjakan karena beberapa alasan diantaranya para siswa kurang mengerti dengan materi tugas atau menganggap tugas tersebut sulit, mengharapkan bantuan teman untuk menyelesaikan tugasnya, dan lebih memilih melakukan kegiatan yang menyenangkan seperti menonton televisi, main *games*, tidur, dan bermain dengan teman-temannya. mereka tidak yakin akan kemampuannya, sehingga menghindar dalam mengerjakan tugas, yang pada akhirnya mengerjakan tugas di saat-saat terakhir pengumpulan, dan cara paling cepat menyelesaikan tugas adalah dengan mencontek tugas teman. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut "Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Muhammadiyah 04 Margahayu Kabupaten Bandung".

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Memperoleh data empiris mengenai keeratan hubungan antara *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi pada siswa SMA

Muhammadiyah 04 Margahayu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya korelasi antara dua atau lebih aspek dari suatu situasi. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel *Self Efficacy* dan variabel prokrastinasi akademik. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 4 kabupaten tahun ajaran 2017/2018 yang terdiri dari tiga kelas berjumlah 73 siswa.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner yang mengacu pada skala model Likert. Menurut sugiyono (2017), Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu fenomena. Adapun penyebaran angket dilakukan dengan cara *collective administration* sehingga memungkinkan untuk menjelaskan tujuan, keterkaitan dan pentingnya alat ukur ini kepada siswa. Pengukuran mengenai *self efficacy* dilakukan dengan menggunakan skala yang dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek *Self Efficacy* dari Albert Bandura. Alat ukur ini mengukur 3 aspek, yaitu *generality*, *level* dan *strength*. Pengukuran untuk prokrastinasi dilakukan menggunakan skala yang dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek teori Prokrastinasi dari Ferrari. Alat ukur ini mengukur 4 aspek, yaitu *Postponing the moment one is intending to begin working*, *Postponing the moment that actual working is to begin*, *Work intention-behavior discrepancy*, dan *Doing things other than working*. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *Rank Spearman* untuk mengukur korelasi atau kaitan antara dua variabel ordinal.

B. Landasan Teori

Albert Bandura (1997) mendefinisikan *self-efficacy* atau efikasi diri sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mengorganisasikan dan melaksanakan serangkaian tindakan yang harus dilakukan untuk menghasilkan tujuan yang telah ditetapkan yang meliputi 3 aspek, yaitu (1) *Generality* atau generalisasi, berkaitan dengan luas cakupan bidang tugas yang akan membuat individu merasa yakin pada kemampuannya., (2) *Level* atau tingkat kesulitan, tingkat kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu dan (3) *Strength* atau Tingkat Kekuatan, berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu terhadap kemampuannya.

Ferrari (1995) menyebutkan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang di inginkan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk. Adapun aspek-aspek yang ada pada prokrastinasi akademik diantaranya (1) Adanya penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, (2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas, (3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual dan (4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik

Berikut adalah penelitian mengenai hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik, yang diuji menggunakan teknik analisis korelasi Rank

Spearman. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel berikut.

Tabel 1. Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik

			VAR00002	VAR00008
Spearman's rho	VAR00002	Correlation Coefficient	1,000	-,600(**)
		Sig. (1-tailed)	.	,000
		N	73	73
	VAR00008	Correlation Coefficient	-,600(**)	1,000
		Sig. (1-tailed)	,000	.
		N	73	73

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2018

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai koefisien antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada penelitian ini adalah sebesar -0.600. Menurut Guildford didalam Noor (2012), Bahwa Koefisien Korelasi 0.41 – 0.60 termasuk dalam derajat Korelasi Cukup. Jika dilihat dari taraf signifikansi dari tabel diatas untuk signifikansi sebesar 0.000 nilai signifikansi lebih kecil dari taraf signifikansi sebesar 0.05 yang artinya terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Tanda negatif (-) pada koefisien korelasi yang didapat menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kela XI SMA Muhammadiyah 4 Margahayu, artinya semakin rendah *self efficacy* maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademiknya, begitupun sebaliknya, semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya

Tabel 2. Rekapitulasi Aspek *Self Efficacy*

Kategori	Aspek <i>Self Efficacy</i>					
	<i>Generality</i>	%	<i>Level</i>	%	<i>Strength</i>	%
Tinggi	19	26%	32	44%	19	26%
Rendah	54	74%	41	56%	54	74%
Total	73	100%	73	100%	73	100%

Berdasarkan tabel dan diagram diatas, didapatkan data mengenai aspek-aspek *self efficacy* yang terdiri dari *generality*, *level* dan *strength*. Dari diagram di atas dapat dilihat bahwa pada ketiga aspek siswa yang berada di kategori rendah. Aspek yang memiliki kategori rendah yang paling besar adalah aspek *generality* dengan *strength* dengan presentase 74%. Sedangkan aspek yang memiliki kategori tinggi yang paling besar adalah aspek *level* dengan presentase 44%.

Tabel 3. Rekapitulasi Aspek Prokrastinasi Akademik

Kategori	Aspek Prokrastinasi Akademik							
	Y1	%	Y2	%	Y3	%	Y4	%
Tinggi	18	25%	41	56%	47	64%	44	60%
Rendah	55	75%	32	44%	26	36%	29	40%
Total	73	100%	73	100%	73	100%	73	100%

Berdasarkan tabel dan diagram diatas, didapatkan data mengenai aspek-aspek prokrastinasi akademik yang terdiri dari penundaan untuk memulai maupun

menyelesaikan pekerjaan, keterlambatan dalam mengerjakan pekerjaan, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas. Aspek yang paling tinggi yang dimiliki oleh siswa kelas 11 tersebut adalah aspek kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja actual dengan persentase 64%. Sedangkan, apabila dibandingkan dengan aspek-aspek lainnya, maka skor yang lebih rendah lebih banyak dimiliki siswa kelas 11 pada aspek penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan pekerjaan dengan presentase 25%. Sedangkan skor kategori rendah yang dimiliki siswa pada masing-masing aspek penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan pekerjaan, keterlambatan dalam mengerjakan pekerjaan, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas adalah skor tertinggi ada pada aspek penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan pekerjaan dengan persentase 75% dan skor terendah terdapat di aspek kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dengan persentase 36%.

Tabel 4. Tabulasi Silang *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik

			Prokrastinasi		Total
			Rendah	Tinggi	Rendah
Self_Efficacy	Rendah	Count	18	41	59
		% within Self_Efficacy	30,5%	69,5%	100,0%
		% within Prokrastinasi	60,0%	95,3%	80,8%
	Tinggi	% of Total	24,7%	56,2%	80,8%
		Count	12	2	14
		% within Self_Efficacy	85,7%	14,3%	100,0%
		% within Prokrastinasi	40,0%	4,7%	19,2%
Total	% of Total	16,4%	2,7%	19,2%	
	Count	30	43	73	
	% within Self_Efficacy	41,1%	58,9%	100,0%	
	% within Prokrastinasi	100,0%	100,0%	100,0%	
			41,1%	58,9%	100,0%

Berdasarkan tabel tabulasi silang di atas, dari jumlah 73 siswa kelas 11 di SMA Muhammadiyah 4 Kab.Bandung, terlihat bahwa dari 18 siswa atau 24,7% siswa yang memiliki *self efficacy* rendah memiliki prokrastinasi akademik yang rendah pula. Sedangkan sebanyak 41 siswa atau 41% siswa dengan *self efficacy* rendah memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi.

Kemudian, untuk kategori *self efficacy* tinggi dengan prokrastinasi yang rendah terdapat 12 siswa yang jika di persentase kan aitu sebesar 16,4%. Adapun untuk siswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi dengan prokrastinasi akademik yang tinggi pula berjumlah 2 siswa dengan persentase 2,7%.

Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki *self efficacy* rendah cenderung memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi. Sedangkan siswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi cenderung akan memiliki prokrastinasi akademik yang rendah.

D. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. *Self Efficacy* memiliki hubungan negatif yang cukup kuat dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas 11 di SMA Muhammadiyah 4 Margahayu Kab.Bandung. Sehingga semakin rendah *self efficacy* siswa maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dimiliki siswa tersebut.
2. Berdasarkan hasil korelasi tiap aspek pada variabel *self efficacy* yang dihubungkan dengan prokrastinasi akademik, didapatkan bahwa korelasi tertinggi berada pada aspek *strength* yang artinya semakin tinggi tingkat kekuatan dari keyakinan atau semakin tinggi upaya siswa dalam mencapai tujuannya meskipun mendapatkan pengalaman yang tidak menyenangkan, maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik siswa dan begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat kekuatan dari keyakinan atau semakin rendah upaya siswa dalam mencapai tujuannya meskipun mendapatkan pengalaman yang tidak menyenangkan, maka akan semakin tinggi pula prokrastinasi akademik siswa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dengan mempertimbangkan hasil penelitian bahwa berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan saran bagi beberapa pihak sebagai berikut :

1. Pihak Sekolah

Guru diharapkan dapat memberikan bimbingan dan DORONGAN pada siswa agar dapat menumbuhkan efikasi diri yang tinggi untuk dapat mencegah terjadinya perilaku prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa aspek *strength* pada *self efficacy* memiliki korelasi paling erat dengan prokrastinasi akademik, sehingga untuk menurunkan prokrastinasi akademik siswa, pihak sekolah disarankan dapat memelihara dan meningkatkan kualitas kekuatan siswa dalam mengerjakan tugas dengan diberikan arahan bahwa pengalaman-pengalaman buruk yang di alami siswa pada saat mengerjakan tugas seharusnya tidak dijadikan alasan untuk menunda pengerjaan tugas, melainkan menjadi dorongan siswa untuk dapat mengerjakan tugas dengan lebih baik lagi.

1. Siswa

Siswa diharapkan mampu mengembangkan efikasi diri dalam dirinya dan juga

mengindari melakukan perilaku prokrastinasi. Dan diharapkan seluruh siswa kelas 11 untuk dapat mempertahankan dan meningkatkan ketahanan diri pada saat mendapatkan pengalaman yang tidak baik pada saat mengerjakan tugas dan menjadikan pengalaman tidak baik tersebut sebagai acuan untuk dapat memperbaiki kesalahan.

2. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneiti dengan tema yang sama, disarankan untuk menggali *self efficacy* pada lebih dari satu tingkatan kelas. Selain itu, peneliti lain pun disarankan untuk mempertimbangkan faktor-faktor lainnya yang diperkirakan dapat mempengaruhi *self efficacy* dan prokrastinasi akademik misalnya motivasi, sehingga lebih bermanfaat bagi penelitian berikutnya.

Daftar Pustaka

- Aaker, A. David. 2002. *Ekuitas Merek (Edisi Indonesia)*. Jakarta: Mitra Utama.
- Arikunto, Suharsimi (2014). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Bandura, A. (2002) *Self Efficacy in Changing Society*. United Kingdom: Cambridge University Press.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy the Exercise Control*. New York: Freeman and Company.
- Bandura, A. (1977) *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ : Practice Hall.
- Baron, R.A & Byrne, D.E., 2002. *Social Psychology*. USA: Pearson
- Burka, J da Yuen, L. (2008). *Procastination Why Do You it, What to do About It Now*: cambridge: Da Po PressK
- D. Gunarsa, Singgih, Yulia Singgih D. Gunarsa.2004. Psikologi perkembangan anak dan remaja. Jakarta: Gunung Mulia
- Fasikhah, S.S. & Fatimah, S. (2013). Self Regulated Learning Dalam Meningkatkan Prestasi Akadmik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*
- Ferrari, J.R., Johnson, J.L., McCown, W.G. (1995). *PROCASTINATION AND Task Avoidance Theory Research and Threatment*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, J.R., dan Tice, D.M.2000. *Procastination as a self-Handicap for Men and Women: A task-Avoidance Strategy in a Laboratory Setting*. Journal of Reaserch in Personality
- Fiest, Jess dan Fiest, J. Gregory.2008. Theories Of Personality. Alih Bahasa(2006). Santoso. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ghufron, M. N., (2003). Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja terhadap penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik (Thesis). Jogjakarta: Program Pascasarjana UGM
- Ghufron, M.N. & Risnawati, R. (2014). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Kartadinata, I., & Tjunding, S. (2008). I Love tomorrow: Prokrastinasi akademik dan manajemen waktu. *Anima, Indonesian Psychological Journal*
- Maddux, J.E. (2000). "*Self Efficacy, adaptation and adjustment: theory, Reaserch and application.*". New York: Plenum Press
- Noor, Hasanuddin (2009). *Psikometri: Aplikasi Dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Fakultas Psikologi UNISBA. Bandung

- Omrod, J. E. (2008). *Psikologi Pendidikan (membantu siswa tumbuh dan berkemang)*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. 2007. *Life-span Development: perkembangan masa hidup*. Jakarta: Erlangga
- Solomon, L.J & Rothblum, E.D (1984). *ACADEMIC Procastination: frequency and cognitive behaviourcorrelates*.*Journal of Conseling Psychology*
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta