

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi Akademik menurut Burka & Yuen (2008) merupakan gabungan dua kata bahasa latin yaitu *procrastinus* dengan awalan *pro* yang berarti *forward* atau meneruskan atau mendorong ke depan dan akhiran *crastinus* yang berarti *belonging to tomorrow* atau milik hari esok. Berdasarkan makna kata Prokrastinasi secara etimologis tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah kecenderungan perilaku untuk bekerja pada hari esok. Maksud dari pernyataan tersebut adalah kecenderungan individu untuk mengerjakan sesuatu pada hari esok ketimbang sekarang atau dengan kata lain pekerjaan untuk hari esok.

Solomon dan Rothblum (1984) menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan suatu perilaku menunda mengerjakan tugas-tugas karena mengalami kecemasan yang subjektif. Pendapat lain dari Brown dan Holtzman (Hayyinah, 2004) yang menggambarkan prokrastinasi adalah kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Dewitte dan Schouwenberg (Deyling, 2008) berpendapat prokrastinasi adalah kecenderungan perilaku untuk memulai sesuatu dengan lambat dan membawa konsekuensi yang buruk bagi seseorang yang melakukannya.

Menurut Solomon & Rothblum (1984) prokrastinasi terjadi bukan semata-mata disebabkan oleh kebiasaan belajar dan organisasi waktu yang buruk saja, tetapi juga merupakan suatu kesatuan dari komponen-komponen perilaku, kognitif dan perasaan.

Boice (dalam Fibrianti, 2009) berpendapat bahwa prokrastinasi mempunyai dua karakteristik. Pertama, prokrastinasi dapat berarti menunda sebuah tugas yang penting dan sulit daripada tugas yang lebih mudah, lebih cepat diselesaikan, dan menimbulkan lebih sedikit kecemasan. Kedua, prokrastinasi dapat berarti juga menunggu waktu yang tepat untuk bertindak agar hasil lebih maksimal dan resiko minimal dibandingkan apabila dilakukan atau diselesaikan seperti biasa, pada waktu yang telah ditetapkan. Prokrastinasi memiliki dua karakteristik yaitu menunda tugas yang penting dan sulit serta menunggu waktu yang tepat untuk bertindak sehingga hasil dapat maksimal.

Silver (dalam Ferrari, dkk., 1995) menyatakan bahwa seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi, akan tetapi individu hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Menurut pendapat Silver tersebut menjelaskan bahwa sebenarnya prokrastinator tidak menghindari tugas yang dihadapi namun hanya menunda pengerjaan saja yang biasanya mengakibatkan waktu yang ada terbuang sia-sia.

Ferrari, dkk. (dalam Chandra, dkk, 2014) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk selalu atau hampir selalu menunda pengerjaan tugas-tugas akademik dan selalu atau hampir selalu mengalami kecemasan yang mengganggu terkait prokrastinasi. Pendapat lain, Lay (Ferrari, Johnson dan McCown, 1995) mendefinisikan bahwa prokrastinasi akademik secara sederhana menjadi tendensi keseluruhan atau kebiasaan untuk melakukan penundaan terhadap sesuatu untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Ferrari (1995) berpendapat bahwa Prokrastinasi Akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Sependapat dengan Ferrari, Aitken (Ferrari, dkk., 1995) berpendapat bahwa Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik atau kinerja akademik. Rothblum dkk (1986) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk selalu menunda-nunda tugas akademik dan selalu mengalami masalah yang berkaitan dengan tindakan menunda atau meninggalkan tugas tersebut. Jeremy Hsieh (Hayyinah, 2004) menganggap prokrastinasi akademik sebagai suatu kecenderungan sifat yang dimiliki oleh pelajar yang sering menghadapi tugas-tugas yang mempunyai batas waktu. Jadi prokrastinasi akademik adalah kecenderungan perilaku pelajar untuk menunda-nunda pengerjaan tugas akademik yang berakibat buruk bagi penilaian performa akademik pelajar tersebut.

Menurut Ferrari, Johnson dan McCown (1995) terdapat dua macam faktor terjadinya prokrastinasi akademik, yaitu faktor dari dalam individu (internal) yaitu kondisi fisik dan kondisi psikologis orang dan faktor dari luar individu (eksternal) yaitu gaya pengasuhan orangtua, kondisi lingkungan yang rendah pengawasan (lenient) serta kondisi lingkungan yang mendasarkan pada akhir. Kondisi fisik dan psikologis yang kurang mendukung menjadi alasan individu melakukan perilaku prokrastinasi. Individu tersebut menganggap bahwa kondisinya masih kurang baik untuk

mengerjakan tugas sehingga individu tersebut cenderung menunda untuk mengerjakan tugas. Faktor lingkungan mempengaruhi individu dalam mengambil keputusan untuk menunda pekerjaan tugas khususnya tugas akademik. Lingkungan yang kurang kondusif untuk mengerjakan tugas dan lebih pilih untuk bersenang-senang cenderung mempengaruhi individu untuk melakukan prokrastinasi akademik.

2. Aspek Prokrastinasi Akademik

Ferrari (1995) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku penundaan tugas akademik yang termanifestasikan dalam aspek tertentu. Aspek-aspek tersebut antara lain :

a. *Perceived Time*

Pelajar merasa waktu yang diberikan kurang sehingga pelajar gagal dalam menepati batas waktu pengumpulan tugas yang diberikan. Waktu pengerjaan yang terbatas sedangkan tugas yang memerlukan waktu yang banyak menyebabkan pelajar gagal untuk mengumpulkan tugas tepat waktu. Waktu yang dirasa kurang tersebut menjadi sebuah alasan pelajar melakukan prokrastinasi akademik.

Kondisi sebaliknya juga dapat menjadi alasan pelajar melakukan prokrastinasi. Kondisi tersebut adalah waktu yang dirasakan masih panjang. Waktu yang panjang dirasa oleh pelajar menjadi sebuah kesempatan untuk bersenang-senang. Pelajar cenderung melakukan aktivitas lain yang tidak ada hubungannya dengan tugas akademik yang diberikan. Pada akhirnya, pelajar baru akan sadar apabila waktu sudah mendekati *deadline*

Perceived Time adalah waktu yang dirasakan oleh prokrastinator akademik. Waktu yang dirasakan memiliki maksud persepsi prokrastinator akademik dalam menggunakan waktu yang diberikan. Prokrastinator akademik mampu menggunakan waktu sebaik mungkin untuk mengerjakan tugas atau cenderung memilih untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berhubungan dengan tugas akademik yang diberikan.

b. *Intention - Action*

Intention-Action memiliki arti dalam bahasa Indonesia adalah niat dan tindakan. Menurut KBBI niat adalah maksud atau tujuan suatu perbuatan serta janji untuk melakukan sesuatu jika cita-cita atau harapan terkabul. Menurut KBBI tindakan adalah sesuatu yang dil-

akukan, perbuatan, tindakan yang dilaksanakan untuk mengatasi sesuatu.

Prokrastinator akademik memiliki niat awal dengan membuat perencanaan jadwal pembuatan tugas. Jadwal tersebut berisi kapan dan apa saja yang harus dikerjakan untuk mencapai tujuan yakni penyelesaian tugas akademik. Jadwal tersebut dibuat sendiri oleh prokrastinator akademik biasanya dibuat ketika awal-awal pemberian tugas. Permasalahan yang terjadi adalah adanya kesenjangan antara niat awal dengan tindakan aktual. Maksud dari pernyataan tersebut adalah niat awal prokrastinator akademik ternyata berbeda jauh dengan tindakan aktual. Seharusnya sesuai dengan niat awal yakni tugas dikerjakan sesegera mungkin ternyata kenyataan berbeda. Tugas yang diberikan baru dikerjakan sesaat sebelum pengumpulan tugas.

c. *Emotional Distress*

Emotional Distress apabila diartikan dalam bahasa Indonesia adalah tekanan emosional. Tekanan emosional adalah tekanan yang dirasakan oleh individu secara psikis. Tekanan tersebut berbentuk kecemasan atau ketakutan akan sesuatu hal yang buruk terjadi.

d. *Perceived Time*

Perceived ability apabila diartikan adalah kemampuan yang dirasakan. Pernyataan tersebut memiliki maksud persepsi prokrastinator akademik terhadap kemampuan yang dimiliki. Penilaian prokrastinator terhadap kemampuan diri mempengaruhi perilaku prokrasinasi.

Mahasiswa prokrastinator merasa kurang yakin dengan kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas. Faktor kurang yakin tersebut berdampak pada perilaku menunda pengerjaan. Mahasiswa yang kurang yakin terhadap kemampuan diri cenderung menunggu untuk menyalin pekerjaan teman atau mempersiapkan diri terlalu lama. Kedua hal tersebut menguras waktu yang disediakan untuk mahasiswa sehingga waktu habis hanya karena mahasiswa kurang yakin dengan kemampuan diri. Mahasiswa prokrastinator paham bahwa tugas yang ditunda adalah tugas akademik yang penting sehingga mahasiswa prokrastinator cenderung lebih rentan mengala-

mi kecemasan. Mahasiswa tersebut cenderung tidak segera menyelesaikan tugas tersebut bahkan menyepelekan tugas dengan cara melakukan aktivitas lain yang tidak ada hubungannya dengan tugas. Waktu yang semakin sedikit mengakibatkan kecemasan. Kecemasan ini timbul karena ketakutan mahasiswa akan kegagalan yang disebabkan oleh perilaku prokrastinasi.

3. Indikator Prokrastinasi Akademik

Schouwenburg (dalam Ferrari, Johnson dan McCown, 1995) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik sebagai suatu perilaku penundaan dapat termanifestasi dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati. Indikator-indikator tersebut merupakan bagian dari aspek-aspek yang dinyatakan oleh Ferrarri, diantaranya :

- a. Gagal menepati *deadline*
- b. Suka menunda-nunda pekerjaan
- c. Kesenjangan waktu antara rencana sendiri dan rencana aktual
- d. Sulit melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu
- e. Perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi akademik
- f. Merasa tenang karena waktu masih banyak
- g. Tidak yakin dengan kemampuan diri. Rasa Takut Gagal

4. Jenis-Jenis Prokrastinasi Akademik

Menurut pendapat Ferrari (Husetiya, 2010) prokrastinasi akademik terbagi menjadi dua jenis berdasarkan manfaat dan tujuan antara lain :

a. *Functional Procrastination*

Penundaan pengerjaan tugas akademik yang memiliki tujuan untuk memperoleh informasi tugas yang akurat dan lengkap. Mahasiswa prokrastinator cenderung menunda tugas karena menunggu pekerjaan mahasiswa lain yang dianggap lebih akurat dan lengkap. Hal tersebut memiliki bertujuan agar hasil tugas akademik sempurna.

b. *Dysfunctional Procrastination*

Penundaan pengerjaan tugas akademik yang tidak memiliki tujuan dan berakibat buruk bagi mahasiswa prokrastinator. *Dysfunctional Procrastination* berdasarkan tujuannya terbagi menjadi dua yaitu *Decisional Procrastination* dan *Behavioral Avoidance Procrastination*. Menurut Janis dan Mann (Ghufron, 2013) *Decisional Procrastiation* merupakan bentuk prokrastinasi yang merupakan suatu penghambat

kognitif dalam menunda untuk mulai melakukan suatu pekerjaan dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stress. Pendapat lain dikemukakan oleh Ferrari (Ghufron, 2003) prokrastinasi dilakukan sebagai suatu bentuk coping yang ditawarkan untuk menyesuaikan diri dalam pembuatan keputusan pada situasi yang dipersepsikan penuh stress.

Jenis prokrastinasi akademik ini terjadi karena individu gagal dalam mengidentifikasi tugas yang diberikan sehingga menimbulkan konflik dalam diri individu. Konflik dalam diri individu terakibat pada keputusan individu untuk melakukan prokrastinasi. Penyebab dari Decisional Procrastination adalah kelupaan atau kegagalan proses kognitif namun tidak memiliki kaitan dengan kurangnya inteligensi individu.

B. Self-Efficacy

1. Pengertian *Self-Efficacy*

Menurut pendapat dari Bandura (1995) mengemukakan pengertian *self-efficacy* secara umum, yakni keyakinan pribadi atau kepercayaan diri tentang seberapa baik seseorang dapat mengambil tindakan yang diperlukan untuk menghadapi situasi yang akan datang. Baron dan Byrne (Bandura, 1995) mendefinisikan *self efficacy* sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan dan mengatasi hambatan. Bandura (1995) mengemukakan secara lebih spesifik tentang *self-efficacy* yaitu keyakinan diri individu pada kemampuannya dalam melakukan tindakan sesuai dengan harapan. *Self-efficacy* adalah keyakinan diri individu terhadap kemampuan dalam bertindak atau mengerjakan sesuatu sesuai dengan yang harapan.

Self-efficacy merupakan hasil proses kognitif yang berupa keputusan, keyakinan, atau penghargaan terhadap kemampuan individu dalam melaksanakan tugas sesuai dengan yang diharapkan. *Self-efficacy* berkaitan dengan keyakinan individu atas kemampuan diri dan tugas yang diberikan. Keyakinan tersebut menjadi pendorong individu untuk mengerjakan tugas yang diberikan. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi cenderung yakin atas kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas lebih cepat dan tepat dan sebaliknya. Hal tersebut didasari oleh pendapat Bandura. Pendapat Bandura menyatakan bahwa individu dengan *self-efficacy* yang tinggi mampu mendekati tugas sulit sebagai tantangan yang harus dikuasai. Individu yang

memiliki tingkat *self-efficacy* rendah cenderung menganggap setiap tugas adalah ancaman dan tidak yakin akan kemampuan diri untuk menyelesaikan tugas. Sependapat dengan dengan Bandura, Robbins menjelaskan perbandingan individu yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi dan rendah. Menurut Robbins individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung bekerja keras untuk mengatasi tantangan. Sebaliknya, individu yang memiliki *self-efficacy* rendah cenderung mudah menyerah.

Self-efficacy adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dalam bertindak atau melaksanakan tugas. Tingkat *self-efficacy* setiap individu mempengaruhi cara pandang individu terhadap sebuah tugas.

2. Aspek *Self-Efficacy*

Bandura (1995) berpendapat bahwa *self-efficacy* individu dapat dibedakan atas dasar beberapa dimensi atau aspek yang memiliki manfaat penting terhadap prestasi. Aspek-aspek tersebut antara lain :

a. *Magnitude Level*

Magnitude Level (tingkat kesulitan tugas), yaitu masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu. Aspek *magnitude level* berdampak pada pemilihan keputusan perilaku individu yang berdasar ekspektasi efikasi pada tingkat kesulitan tugas. Individu akan berupaya melakukan tugas yang dianggap mampu dilaksanakan. Sebaliknya, Individu akan menghindari situasi dan tugas yang dipersepsikan di luar batas kemampuan.

b. *Generality*

Generality berkaitan dengan luas cakupan bidang tingkah laku individu yang dianggap sesuai dengan kemampuan. Luas cakupan bidang yang dimaksud adalah pekerjaan atau tugas yang diberikan. Keyakinan individu terhadap kemampuan diri berdasar pada pemahaman kemampuan dirinya. yang terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang lebih luas dan bervariasi.

c. *Strenght*

Strenght yaitu berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya. Pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan, walaupun mungkin belum memiliki pengalaman-pengalaman yang menunjang. Se-

baliknya individu yang memiliki pengharapan yang lemah cenderung mudah menyerah.

3. Indikator *Self-Efficacy*

Bandura (1995) menyatakan indikator *self-efficacy* dalam setiap aspek-aspek. Dalam setiap aspek dalam teori Bandura terdapat indikator yang mewakili. Aspek tersebut adalah *magnitude level*, *generality*, dan *strength*. Indikator tersebut antara lain :

a. Kecerdikan

Menurut Susanto (2004) kecerdikan atau kecerdasan adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk melihat suatu masalah kemudian menyelesaikannya atau membuat sesuatu yang berguna bagi orang lain.

Pendapat ahli lain yaitu Binet (Zakiah, 2013) menyatakan bahwa kecerdikan adalah kemampuan untuk menetapkan dan mempertahankan suatu tujuan untuk mengadakan penyesuaian dalam rangka mencapai tujuan untuk bersikap kritis terhadap diri sendiri. Gardner (Zakiah, 2013) mengatakan bahwa kecerdikan yaitu kemampuan untuk memecahkan persoalan dan menghasilkan produk dalam suatu aturan yang bermacam-macam dan situasinya yang nyata.

Berdasarkan pendapat tiga ahli di atas mengenai kecerdikan, peneliti mendapat sebuah kesimpulan. Kesimpulan dari penulis bahwa kecerdikan adalah sebuah kemampuan yang dimiliki individu dalam menganalisa sebuah permasalahan dengan akurat dan membuat pemecahan masalah yang sesuai dengan permasalahan yang sedang dihadapi.

b. Tenaga

Tenaga menurut KBBI adalah daya yang dapat menggerakkan sesuatu. Berdasarkan definisi tenaga dalam KBBI, penulis mampu menyimpulkan definisi tenaga. Tenaga adalah sebuah daya yang dimiliki oleh makhluk hidup atau benda untuk beraktivitas atau bekerja.

c. Akurasi

Akurasi menurut KBBI dijabarkan menjadi kecermatan, ketelitian, dan ketetapan. Penulis mencari teori dari ketiga jabaran akurasi tersebut. Kecermatan menurut KBBI adalah penuh minat atau penuh perhatian. Dalam ranah administrasi kecermatan diartikan berhati-hati dalam menggunakan sesuatu. Berdasarkan teori tersebut penulis dapat memberi

kesimpulan bahwa kecermatan adalah sebuah kemampuan yang dimiliki individu dalam bertindak atau mengerjakan tugas dengan hati-hati dan penuh perhatian.

Ketelitian menurut KBBI memiliki kata dasar teliti dimana teliti memiliki arti (KBBI) cermat, seksama, dan hati-hati. Berdasarkan definisi teliti yang dikemukakan oleh KBBI dapat dilihat bahwa teliti dan cermat masih memiliki kesamaan arti. Penulis dapat menyimpulkan Ketelitian adalah kemampuan yang dimiliki individu dalam mengerjakan tugas atau bertindak dengan hati-hati dan seksama.

Ketepatan menurut KBBI memiliki kata dasar tepat yang berarti betul, lurus, persis, cocok, jitu, dan mengena. Berdasarkan beberapa arti tepat menurut KBBI, penulis dapat menyimpulkan arti ketepatan. Penulis menyimpulkan bahwa ketepatan adalah kemampuan individu dalam bertindak atau bekerja mampu dengan benar dan cocok sesuai dengan permintaan.

Berdasarkan pendapat dan kesimpulan tersebut definisi akurasi adalah sebuah kemampuan yang dimiliki individu dimana individu tersebut mampu mengambil keputusan dalam bertindak dengan benar dan efektif sesuai dengan permasalahan yang sedang dihadapi.

d. Produktivitas

Menurut Sinungan (2003) produktivitas diartikan sebagai tingkatan efisiensi dalam memproduksi barang dan jasa. Pendapat lain dikemukakan oleh Walter Aigner (Manulang, 1990), produktivitas adalah keinginan untuk selalu meningkatkan kualitas kehidupan dan penghidupan yang lebih baik di segala bidang.

e. Regulasi Diri

Menurut Bandura (1986) Regulasi Diri adalah kemampuan mengatur tingkah laku dan menjalankan tingkah laku tersebut sebagai strategi. Pendapat ahli lain dikemukakan oleh Zimmerman yang menyatakan bahwa regulasi diri berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan, dan tindakan yang direncanakan serta adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal.

Berdasarkan pendapat Bandura dan Zimmerman tentang Regulasi diri, peneliti dapat sebuah definisi. Kesimpulan yang dapat diambil adalah Regulasi Diri merupakan kemampuan individu dalam mengatur

dan menjalankan tingkah laku sesuai tujuan yang berkaitan dengan pikiran, perasaan, dan tindakan yang telah direncanakan.

f. Keyakinan akan Kemampuan Diri

Salah satu indikator yang menunjukkan *self-efficacy* yang baik adalah keyakinan akan kemampuan diri. Individu yang yakin mampu mengerjakan atau menyelesaikan sebuah permasalahan dengan baik.

4. Sumber *Self-Efficacy*

Menurut Bandura (Ghufron dan Risnawita, 2011) terdapat empat sumber *self-efficacy* yaitu :

a. *Mastery Experience*

Pengalaman keberhasilan individu mempengaruhi tingkat *self-efficacy*. Pengalaman keberhasilan individu cenderung meningkatkan *self-efficacy*. Pengalaman kegagalan cenderung menurunkan *self-efficacy*. Semakin banyak pengalaman keberhasilan membentuk memperkuat tingkat *self-efficacy* individu. Bahkan keberhasilan-keberhasilan yang kecil mampu mengurangi dampak dari kegagalan.

b. *Vicarious Experience*

Pengalaman individu lain menjadi salah satu sumber peningkatan *self-efficacy*. Pengalaman individu lain diamati kemudian diterapkan sehingga *self-efficacy* meningkat. Pengalaman individu lain mengacu pada pengalaman keberhasilan individu lain yang diamati dan diterapkan. Pengamatan *Vicarious Experience* tersebut dilakukan agar individu yang mengamati mampu berhasil layaknya individu yang diamati tersebut.

c. *Verbal Persuasion*

Persuasi verbal menjadi sumber *self-efficacy* individu. Individu memberi saran dan motivasi pada diri sendiri untuk meningkatkan keyakinan atau *self-efficacy*. Persuasi verbal dapat dilakukan oleh individu lain khususnya individu yang dianggap penting. Persuasi verbal individu lain menjadi motivasi sehingga *self-efficacy* meningkat.

Persuasi verbal menurut Bandura tidak selalu efektif dalam meningkatkan *self-efficacy*. Kondisi yang buruk atau kegagalan terus-menerus berakibat buruk bagi individu yang disugesti.

d. *Physiological State*

Kondisi fisik cenderung menjadi acuan individu dalam menilai kemampuan diri. Kondisi fisik menjadi salah satu sumber *self-efficacy*.

C. Kerangka Berpikir

Menurut Hartaji (2012) mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Menurut Siswoyo (2007) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Berdasarkan pendapat Yusuf (2012) seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup. Mahasiswa memiliki tujuan untuk lulus Perguruan Tinggi atau yang sering disebut wisuda. Wisuda menjadi salah satu pembuktian untuk seorang mahasiswa pantas untuk pantas bergelar Sarjana. Kelulusan Perguruan Tinggi menjadi patokan kompetensi individu dalam bekerja.

Lulus dalam jenjang Perguruan Tinggi tidak mudah. Banyak hal khususnya tugas yang harus diselesaikan dengan tepat dan cepat. Hal tersebut mengacu pada tugas-tugas akademik yang diwajibkan untuk dikerjakan secara tepat dan cepat. Tugas akademik adalah tugas-tugas yang diberikan oleh dosen atau pengajar sebagai latihan dan tolak ukur kemampuan mahasiswa dalam bidang tertentu. Tugas-tugas akademik selalu diberikan oleh dosen dan hasilnya akan dinilai. Nilai hasil tugas tersebut menjadi penilaian kemampuan mahasiswa dalam perkuliahan.

Nilai yang diterima mahasiswa menjadi acuan kelulusan mahasiswa tersebut pada mata kuliah tertentu. Setiap mata kuliah memiliki standar minimal nilai kelulusan sendiri. Apabila mahasiswa tidak mampu memenuhi standar tersebut mahasiswa dianggap tidak lulus sehingga harus mengulang kembali sampai mahasiswa tersebut mampu memenuhi standar.

Permasalahan yang terjadi adalah tidak semua mahasiswa mampu mengerjakan tugas dengan baik dan tepat waktu. Terdapat beberapa mahasiswa yang kurang mampu menyelesaikan tugas tepat waktu. Mahasiswa-mahasiswa tersebut sering menunda pengerjaan tugas akademik. Hal tersebut terjadi

disebabkan karena banyak faktor. Salah satu faktor yang menjadi latar belakang mahasiswa menunda pengerjaan tugas akademik adalah keyakinan mahasiswa yang kurang akan kemampuan diri. Hal tersebut memiliki maksud bahwa mahasiswa tidak yakin mampu menyelesaikan tugas yang diberikan dengan baik.

Keyakinan individu dalam mengerjakan tugas menentukan keberhasilan. Individu yang memiliki keyakinan yang tinggi akan kemampuan diri cenderung lebih cepat dan tepat dalam mengerjakan tugas yang diberikan. Hal sebaliknya ditunjukkan oleh individu yang memiliki keyakinan yang rendah akan kemampuan diri. Individu yang kurang memiliki keyakinan cenderung takut untuk melangkah atau mengerjakan tugas. Individu tersebut cenderung lebih bergantung pada bantuan orang lain dan menunggu saat yang tepat untuk bertindak. Hal tersebut berimbas waktu yang diberikan semakin sedikit sedangkan tugas yang diberikan tidak dikerjakan.

Berdasarkan pemikiran peneliti tersebut keyakinan individu akan kemampuan diri menentukan keberhasilan. Apabila dihubungkan dalam ranah akademik dapat disimpulkan bahwa keyakinan mahasiswa dalam mengerjakan tugas menentukan keberhasilan mahasiswa tersebut dalam perkuliahan. Keyakinan diri individu dapat disebut *self-efficacy*.

Self-Efficacy adalah keyakinan pribadi atau kepercayaan diri tentang seberapa baik seseorang dapat mengambil tindakan yang diperlukan untuk menghadapi situasi yang akan datang. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang baik dapat terlihat dari tingkat kecerdasan yang baik, memiliki tenaga yang kuat, mampu mengambil keputusan yang tepat dalam kondisi yang berbeda-beda, produktif dalam kehidupan akademik atau non-akademik, memiliki regulasi diri yang baik, dan memiliki keyakinan akan diri sendiri yang kuat.

Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi cenderung mampu mengerjakan tugas akademik dengan baik. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi cenderung percaya diri dan mampu mengambil keputusan dengan tepat. Berbeda dengan mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang rendah. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang rendah cenderung kurang yakin dengan kemampuan diri sehingga kurang produktif dalam mengerjakan tugas akademik. Kurang produktif dalam pernyataan tersebut mengacu pada lambatnya pengerjaan tugas akademik yang disebabkan karena mahasiswa menunda untuk mengerjakan tugas. Mahasiswa yang menunda-nunda pekerjaan cenderung lebih memilih melakukan aktivitas lain yang tidak ada hubungannya dengan tugas akademik yang diberikan. Perilaku menunda tersebut menghambat mahasiswa dalam mengerjakan tugas sedangkan waktu terus berjalan. Mahasiswa cenderung baru memulai mengerjakan tugas menjelang hari

pengumpulan tugas. Mahasiswa cenderung mengerjakan tugas secara tidak maksimal. Hal tersebut mengakibatkan nilai mahasiswa turun bahkan kemungkinan terburuknya memperlambat kelulusan. Perilaku menunda tugas akademik disebut Prokrastinasi Akademik. Berdasarkan teori-teori yang telah peneliti baca, peneliti dapat menyimpulkan bahwa Prokrastinasi Akademik adalah kecenderungan individu dalam menunda tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik.

Perilaku prokrastinasi dapat terlihat dari beberapa indikator. Indikator-Indikator Prokrastinasi Akademik adalah gagal dalam menepati *deadline*, cenderung menunda-nunda pekerjaan, terjadi kesenjangan waktu antara rencana awal dengan kenyataan, cenderung kesulitan bekerja dalam batas waktu, cemas ketika melakukan prokrastinasi akademik, merasa tenang ketika waktu *deadline* tugas masih panjang, memiliki keyakinan diri yang kurang, dan rasa takut akan kegagalan yang besar. Hal tersebut menjadi acuan peneliti dalam mengukur tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Prokrastinasi akademik memiliki sebab dan akibat. Sebab perilaku prokrastinasi akademik salah satunya adalah keyakinan yang kurang. Keyakinan yang kurang dapat disebut *self-efficacy* yang kurang. *Self-Efficacy* yang kurang tersebut mendorong mahasiswa untuk menunda pengerjaan tugas akademik.

Prokrastinasi akademik memiliki akibat jangka panjang dan jangka pendek dalam akademik. Akibat jangka pendek dari perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa adalah nilai tugas yang kurang maksimal dan IPK mahasiswa yang menurun. Akibat jangka panjang dari perilaku prokrastinasi akademik adalah terlambatnya kelulusan mahasiswa atau bahkan *Drop Out* dengan kata lain dikeluarkan dari Universitas.

Kesimpulan yang didapat dari kerangka berpikir peneliti adalah tingkat *self-efficacy* mempengaruhi tingkat Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa. *Self-Efficacy* menjadi penyebab dan prokrastinasi akademik adalah akibat.

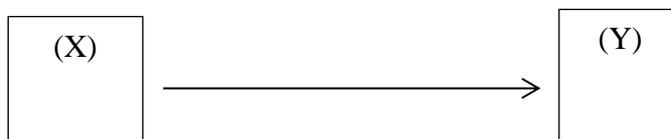
Pernyataan peneliti tentang keterkaitan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik dikuatkan oleh penelitian-penelitian terdahulu. Penelitian-penelitian tersebut diantaranya, Penelitian mengenai kaitan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi sudah pernah dilakukan. Penelitian yang dilakukan Rohmatun (2013) dan Julianda (2012) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hal ini berarti, semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa maka semakin rendah kecenderungan mereka dalam melakukan prokrastinasi akademik. Penelitian Julianda (2012) menunjukkan bahwa salah satu hal yang menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik adalah adanya ke-

cenderung seseorang memiliki pemikiran yang irasional dalam menilai kemampuan dirinya dengan maksud ketidakpercayaan akan kemampuan diri. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Julianda dan Rohmantun tersebut penulis mendapat sebuah pengukuhan alasan bahwa terdapat hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik yang bersifat negatif.

Berdasarkan kajian pustaka dan kerangka berpikir di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variabel *self-efficacy* dengan variabel prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Hubungan tersebut dapat digambarkan sebagai berikut :

Gambar 2. 1. Hubungan *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik



- X: Variabel bebas yaitu *self-efficacy*
- Y: Variabel terikat yaitu prokrastinasi akademik

Hubungan antara dua variabel tersebut bersifat sebab dan akibat. Pada penelitian ini diduga bahwa *self-Efficacy* mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

D. Hipotesis

Margono (2004) menyatakan bahwa hipotesis berasal dari perkataan hipo (hypo) dan tesis (thesis). Hipo berarti kurang dari, sedangkan tesis berarti pendapat. Menurut Arikunto (2010) hipotesis dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Jadi hipotesis adalah suatu pendapat atau kesimpulan yang sifatnya masih sementara. Hipotesis merupakan suatu kemungkinan jawaban dari masalah yang diajukan. Hipotesis timbul sebagai dugaan yang bijaksana dari peneliti atau diturunkan dari teori yang telah ada.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Artinya semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa kecenderungan perilaku prokrastinasi akademiknya menurun, sebaliknya

semakin rendah *self-efficacy* mahasiswa maka kecenderungan untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik meningkat.

