

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil perhitungan analisis data menunjukkan bahwa koefisien Korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar = - 0,031 pada taraf signifikansi ( $p$ ) = 0,757. Oleh karena taraf signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05 maka berarti antara Variabel bebas Efikasi Diri (X) dengan Variabel terikat Prokrastinasi Akademik (Y) **tidak signifikan**.

#### B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik, hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ditolak. Ditolaknya hipotesis dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui pembahasan berikut ini.

Menurut Ray (dalam Nela, Bagus dan Nadia, 2013), secara umum *self-control* yang rendah mengacu pada ketidakmampuan individu menahan diri dalam melakukan sesuatu serta tidak memperdulikan konsekuensi jangka panjang. Sebaliknya, individu dengan *self-control* yang tinggi dapat menahan diri dari hal-hal yang berbahaya dengan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang. Melengkapi pendapat Ray di atas, Tangney, Baumeister, dan Boone (dalam Nela,

Bagus dan Nadia, 2013) menyarankan bahwa *self-control* memiliki kapasitas besar dalam memberikan perubahan positif pada kehidupan seseorang.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa, individu yang memiliki *self-control* yang rendah akan cenderung melakukan prokrastinasi. Sedangkan individu yang memiliki *self-control* yang tinggi tidak melakukan prokrastinasi. Karena jika individu memiliki *self-control* yang tinggi dapat menahan diri untuk melakukan tindakan yang berakibat dengan perilaku prokrastinasi.

Sedangkan menurut Lestariningsih (dalam Fibriana, 2009) dukungan sosial juga mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dengan adanya dukungan sosial sangat efektif membantu individu khususnya mahasiswa untuk menyelesaikan studi. Menurut Gibson (dalam Fibriana, 2009) dukungan sosial adalah kesenangan, bantuan, yang diterima seseorang melalui hubungan formal dan informal dengan yang lain atau kelompok. Menurut Sarason (dalam Fibriana, 2009) dukungan sosial adalah adanya orang lain yang dapat kita percayai, orang yang kita ketahui bahwa mereka peduli, menghargai, dan mencintai kita.

Bozo (dalam Fibriana, 2009) menyatakan dukungan sosial dapat melindungi individu dari gangguan kesehatan mental, seperti depresi, sedangkan individu yang kurang memiliki dukungan sosial cenderung lebih rentan terkena gangguan fisik dan psikologis. Masih menurut Bozo, dukungan sosial dapat diperoleh dari anggota keluarga, teman sebaya, anggota kelompok, intitusi setempat, dan lingkungan sekitar.

Manakala individu memperoleh dukungan sosial berupa perhatian emosional, ia akan lebih mempunyai kemandirian diri yang baik serta memiliki sikap yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan (Fibriana, 2009).

Dalam penelitiannya, Yemima (2010) mengatakan bahwa asertivitas merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Individu yang melakukan prokrastinasi memiliki kecemasan yang berlebihan terhadap evaluasi yang diberikan, tuntutan kesempurnaan dan kurangnya rasa percaya diri. Kecemasan yang berlebihan juga dapat menyebabkan individu memiliki penilaian yang kurang baik terhadap dirinya dan kepercayaan diri yang rendah. Penilaian negatif terhadap diri sendiri dan rendahnya rasa percaya diri mengindikasikan tingkat asertivitas yang rendah.

Mahasiswa yang memiliki asertivitas cenderung dapat bekerja sama dan dapat berkembang untuk mencapai tujuan yang lebih baik, tingkat sensitivitas yang dimiliki cukup tinggi sehingga ia dapat membaca situasi yang terjadi di sekelilingnya dan memudahkannya untuk menempatkan diri dan melakukan aktivitasnya secara strategis, terarah, dan terkendali mantap sedangkan mahasiswa yang kurang asertif akan mengalami kesulitan dalam menempatkan dirinya dalam kehidupannya, cenderung pasif, tidak mau meminta pertolongan, tidak bisa mengekspresikan keinginan yang ada dalam perasaannya sehingga tugas-tugas yang diberikan tidak dapat dikerjakan dan melakukan prokrastinasi (Yemima, 2010).

Individu dengan asertivitas tinggi mempunyai rasa bertanggung jawab dan konsekuen untuk melaksanakan keputusannya sendiri, bebas untuk mengemukakan berbagai keinginan, pendapat, gagasan, dan perasaan secara terbuka sambil tetap memperhatikan juga pendapat orang lain. Individu dengan asertivitas tinggi juga mempunyai harapan-harapan yang positif dan realistis atas usahanya maupun hasil usahanya, cenderung melakukan aktivitas-aktivitas yang bertujuan memperbaiki atau menyempurnakan dirinya, optimis serta memiliki perasaan-perasaan yang positif, sehingga individu dengan asertivitas tinggi akan melaksanakan tugas yang menjadi tanggung jawabnya dengan tepat waktu dan memiliki keyakinan yang tinggi bahwa usahanya tersebut akan berhasil (Yemima, 2010).

### **C. Kelemahan Penelitian**

Kelemahan atau keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada hal – hal sebagai berikut :

1. Subyek penelitian tidak seluruhnya merupakan subyek yang terlambat atau melakukan prokrastinasi.
2. Subyek penelitian kurang representatif.
3. Peneliti tidak mengontrol faktor lain yang dapat menyebabkan prokrastinasi, misal *potential ability* (kemampuan potensial) subyek.