

Peran Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMA X Bukittinggi Pada Masa Pandemi Covid-19

Firdaus

Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang, 25132

E-mail : firdausfox80@gmail.com 089630646261

Abstrak

Penelitian ini membahas tentang Peran Efikasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMA X Bukittinggi pada Masa Pandemi Covid-19. Efikasi diri siswa juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa pada masa pandemi covid-19. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional yang bertujuan mengetahui seberapa besar peranan efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X Bukittinggi pada masa pandemi covid-19. Alat ukur data menggunakan skala *Likert* yang terdiri dari skala efikasi diri dan skala prokrastinasi akademik. Teknik analisa data menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS 16.0 *for windows*. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh r sebesar 21,160 dengan p sebesar $0,000 < 0,05$. Terdapat pengaruh yang signifikan dari efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 12,2% dan 87,8% ditentukan oleh faktor lain seperti motivasi, tipe kepribadian dan regulasi diri. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan signifikan bersifat negative antara efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X Bukittinggi pada masa Pandemi Covid-19.

Kata Kunci : Efikasi diri, prokrastinasi akademik

This study discusses the Role of Self-Efficacy on Academic Procrastination of High School X Bukittinggi Students during the Covid-19 Pandemic. Student self-efficacy is also one of the factors that affect student academic procrastination during the COVID-19 pandemic. This research is a quantitative research with a correlational descriptive approach which aims to find out how big the role of self-efficacy in the academic procrastination of SMA X Bukittinggi students during the covid-19 pandemic. The data measuring instrument uses ascale *Likert* consisting of a self-efficacy scale and an academic procrastination scale. The data analysis technique uses simple linear regression analysis with the help of SPSS 16.0 *for windows*. Based on the research results obtained r of 21.160 with p of $0.000 < 0.05$. There is a significant effect of self-efficacy on academic procrastination of 12.2% and 87.8% is determined by other factors such as motivation, personality type and self-regulation. The conclusion in this study is that there is a significant negative relationship between self-efficacy and academic procrastination of SMA X Bukittinggi students during the Covid-19 pandemic.

Keywords: *self-efficacy, academic procrastination*

PENDAHULUAN

The World Health Organization (WHO) telah mengumumkan bahwa wabah Virus Covid-19 merupakan pandemi secara global (Cucinotta & Vanelli, 2020). Pandemi Covid-19 sendiri telah banyak memberikan dampak yang signifikan diseluruh sektor kehidupan manusia. Masyarakat juga diminta untuk menerapkan protokol kesehatan

dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Kebijakan *new normal* yang telah dikeluarkan oleh pemerintah yaitu mengajak kepada semua masyarakat agar dapat beradaptasi hidup berdampingan dengan pandemi Covid-19 serta tetap mematuhi protokol kesehatan dengan selalu menggunakan masker, menjaga jarak, mencuci tangan serta menghindari kerumunan agar dapat mengurangi penyebaran virus Covid-19 (Rafsanjani, 2020).

Berbagai sektor kehidupan masyarakat terkena dampak dari wabah pandemi covid-19 salah satunya bidang pendidikan. Pendidikan yang seiring waktu akan terus mengalami perkembangan (Mulyadi, Basuki & Rahardjo, 2016). Pendidikan yang bertujuan untuk mengarahkan sebuah perkembangan kepriadian manusia kearah yang lebih baik, dengan adanya perkembangan tersebut tujuan hidup manusia bisa tercapai (Faqih, 2001). Tujuan pendidikan tidak akan tercapai jika pendidikan tidak pernah berlangsung proses interaksi belajar mengajar (Djamarah, 2012).

Dalam proses belajar, siswa pasti mengalami berbagai masalah salah satunya adalah sikap atau perilaku menunda-nunda. Berdasarkan penelitian *American Psychological Association* menjelaskan bahwa lebih dari 70% siswa SMA menunjukkan perilaku menunda-nunda (Gloud, 2014). Perilaku menunda-nunda disebut juga dengan prokrastinasi. Prokrastinasi yang dimanifestasikan dalam dunia pendidikan disebut dengan prokrastinasi akademik (Zusya, 2016).

Fauziah (2015) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda dengan sengaja suatu pekerjaan yang diinginkan walaupun mengetahui bahwa menunda tersebut dapat menghasilkan dampak yang buruk seperti waktu terbuang sia-sia, tugas akademik menjadi terbengkalai serta hasilnya menjadi tidak maksimal.

Prokrastinasi akademik juga membuat siswa mengalami performa menjadi kurang baik, mutu kehidupan individu menjadi berkurang, pengaruh negatif menambah beban pikiran, mudah tertekan, tidak peraya diri dan mudah cemas serta menurunnya prestasi akademik (Indah, 2019).

Solomon & Rothblum (1984) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik sebagai suatu penundaan yang dilakukan individu terhadap tugas akademik yang dianggapnya penting dilakukan berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan yang tidak nyaman secara subyektif oleh individu yang melakukannya. Prokrastinasi akademik akan terus meningkat dengan lamanya studi seseorang yang mana jika seseorang telah melakukan prokrastinasi akademik sebelumnya maka ketika melanjutkan ke tingkat selanjutnya kemungkinan besar prokrastinasi akademiknya menjadi meningkat.

Sebagai peserta didik, siswa memiliki kewajiban untuk bisa mengembangkan tugas akademik dan non akademik serta sudah seharusnya dapat menyelesaikan tugas secara tepat waktu, mengerjakan ujian dengan maksimal yang bisa menunjang prestasi akademiknya. Siswa yang sering melakukan perilaku menunda-nunda memulai dan menyelesaikan tugasnya, waktu yang ada dihabiskan ke hal lainnya seperti menonton televisi berjam-jam, bermasim sosial media, bermain game online serta nongkrong bersama teman sebayanya (Indah, 2019).

Ghufron & Risnawita (2012) menjelaskan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik yaitu faktor internal dan faktor

eksternal. Faktor internal meliputi motivasi dan kemampuan dalam mengerjakan tugas dan sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan dan dukungan sosial.

Tingginya perilaku prokrastinasi akademik siswa seringkali berkaitan dengan rendahnya faktor-faktor internal individu salah satunya efikasi diri (Lowinger *et al*, 2016). Efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melakukan tindakan untuk mencapai hasil tertentu (Bandura, 1997). Efikasi diri yang tinggi pada individu akan mampu mencaai tujuan belajar karena dapat berkonsentrasi pada tugas yang diberikan (Omrod, 2009). Efikasi diri yang tinggi juga memiliki keyakinan bahwa seseorang individu dapat mempelajari hal-hal yang sulit dan bisa mengendalikan perilaku agar tetap berorientasi terhadap kesuksesan (Boswell, 2014).

Efikasi diri memiliki kaitannya dengan kemampuan individu untuk bisa stabil agar bisa mengatasi berbagai situasi dan rintangan yang dapat menimbulkan berbagai tekanan atau stress secara efektif serta menjadi dorongan yang dapat mempengaruhi perasaan, perilaku dan pikiran seseorang (Yusliza, 2012). Efikasi diri juga mencerminkan akan keyakinan diri atau rasa optimis dari individu jika memiliki efikasi diri yang tinggi maka cenderung dapat memfasilitasi dirinya dalam menetapkan tujuan, tekun dalam mengatasi permasalahan, mudah bangkit dalam menghadapi kesulitan dan mampu beradaptasi secara emosional.

Bandura (1997) menjelaskan bahwa efikasi diri terdiri atas tiga aspek yaitu *magnitude* atau level, *strength* atau kekuatan dan *generality* atau generalisasi. Efikasi diri pada intinya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan tentang sejauhmana seseorang individu dapat memperkirakan akan kemampuannya dalam melakukan berbagai tugas tertentu untuk mencapai hasil yang diharapkan.

Seorang siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan dapat memiliki perasaan positif terhadap tugasnya, menerima tugasnya sebagai tantangan dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi rintangan tersebut. Namun, jika siswa yang memiliki efikasi diri yang rendah akan memiliki prasangka negatif pada tugas-tugasnya, menganggap tugas sebagai ancaman dan merasa ragu ketika akan menyelesaikan tugasnya (Indah, 2019).

Seorang siswa dapat dikatakan memiliki kepercayaan akan kemampuan yang dimilikinya apabila dapat melakukan suatu hal tertentu dengan giat dan optimis walaupun hasil tidak selalu tinggi dan sebaliknya apabila siswa tersebut meragukan akan kemampuan dirinya sendiri, maka cenderung malas dan lebih mudah untuk menyerah bila menemukan sesuatu kesulitan dalam mengerjakan tugas-tugasnya (Crain, 2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Octaviani & Qodariah (2018) bahwa efikasi diri dan prokrastinasi akademik memiliki hubungan negatif dan masuk kedalam kategori tinggi. Putrisari & Handarini (2017) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Dengan kata lain, tingkat prokrastinasi akademik bertambah jika efikasi diri menurun (Martyana, 2013). Hal ini menjelaskan bahwa semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki siswa maka semakin rendah kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik siswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri yang dimiliki siswa maka perilaku prokrastinasi akademik akan cenderung tinggi. Emmanuel, Okezie, Nhiruka &

Chimezie (2017) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik serta kebiasaan buruk dalam belajar dapat membuat risiko negatif pada akademik siswa.

Berdasarkan uraian diatas serta fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai peran efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X Bukittinggi pada masa pandemi Covid-19. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adakan terdapat peran efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X Bukittinggi pada masa pandemi Covid-19.

Tinjauan pustaka (*Literatur Review*)

1. Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari kata “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan “*crastinus*” yang berarti yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi menanggguhkan atau menunda sampai hari berikutnya (Ghufroon & Risnawita, 2012). Prokrastinasi adalah penundaan yang tidak perlu dari aktivitas yang tepat waktunya dan juga kebiasaan untuk menunda-nunda aktivitas yang penting yang membutuhkan waktu di waktu yang lainnya. Proses perilaku prokrastinasi tersebut memiliki konsekuensi bagi pelakunya (Knaus, 2010).

Basco (2010) mendefinisikan prokrastinasi sebagai hal yang menggiurkan karena memungkinkan untuk memilih sedikit kesenangan, suka cita dan bebas dari stress. Kemudian menunda semua pekerjaan yang berat dengan menggantikan dengan yang lebih baik. Prokrastinasi juga merupakan suatu hambatan pada jalan hidup seseorang yang dapat memperlambat progress pekerjaan bahkan sampai keluar pada tujuan awalnya.

Seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda-nunda dalam mengerjakan tugas atau tidak segera menyelesaikannya maka pelakunya disebut dengan prokrastinator (Iven & Tjundjing, 2008). Gejala perilaku menunda lebih sering terjadi di dalam dunia pendidikan yang sering disebut dengan prokrastinasi akademik (Zusya, 2016). Ferarri *et al* (1995) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik adalah prokrastinasi yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik seperti tugas kuliah atau tugas sekolah, dan tugas kursus.

Prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang baik memulai atau menyelesaikan tugas yang berhubungan dengan bidang akademik (Husetiya, 2010). Prokrastinasi akademik juga dapat dijelaskan sebagai suatu perilaku meninggalkan tugas penting untuk melakukan hal yang dianggap lebih penting atau hal yang lebih menyenangkan dan mengerjakan tugas yang penting tersebut disaat waktu-waktu akhir (Safa'ati, Halim & Iliyati, 2017).

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah kebiasaan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas sehingga menjadi terbengkalai serta tidak tepat waktu dalam mengumpulkannya dan dapat menimbulkan konsekuensi bagi pelakunya.

2. Efikasi Diri

Menurut Bandura (1997) menjelaskan efikasi diri adalah suatu keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan berbagai tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan suatu tugas tertentu. Efikasi diri ini berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan untuk melakukan tindakan yang diharapkan. Efikasi diri cenderung konsisten namun bukan berarti tidak bisa berubah (Baron & Bryne, 2004). Efikasi diri seseorang juga dapat mengatasi masalah dan hambatan apabila seseorang tersebut memiliki efikasi diri yang tinggi dalam mencapai tujuannya.

Baron & Bryne (2004) mengatakan bahwa efikasi diri merupakan penilai individu terhadap kemampuan dan kompetensinya dalam melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan dan menghasilkan sesuatu. Dengan kata lain, siswa yang memiliki efikasi diri positif merasa dapat mengontrol pembelajaran dan memiliki kemampuan untuk berhasil.

Menurut Nuzulia (2010) efikasi diri pada dasarnya merupakan hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan atau pengharapan tentang sejauhmana individu bisa memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Berdasarkan beberapa uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kemampuannya untuk bisa menyelesaikan dan mencapai sesuatu yang diinginkan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Populasi penelitian ini sebanyak 154, terdiri dari siswa-siswi 10,11 dan 12 SMA X Bukittinggi.

Pengambilan data dilakukan dengan cara memberikan kuesioner yang telah di uji validitas dan realibilitas sebelum diberikan kepada responden. penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan skala model *Likert* yang terdiri dari 2 angket yaitu dari skala efikasi diri dan skala prokrastinasi akademik.

Skala prokrastinasi akademik menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ferrari (1995) yang terdiri dari aspek penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Skala prokrastinasi akademik terdiri dari aitem *favorable* sebanyak 12 aitem dan aitem *unfavorable* sebanyak 12 aitem.

Skala efikasi diri menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Bandura (1995) terdiri dari aspek tingkat, aspek kekuatan dan aspek generalisasi. Skala efikasi diri terdiri aitem *favorable* sebanyak 16 aitem dan aitem *unfavorable* sebanyak 16 aitem.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1.1 Uji Validitas

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan itu valid atau dengan kata lain instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2015).

Tabel 1 Uji Validitas

Variabel	Item	Tidak Valid	Item Valid
Efikasi Diri	32	1	31
Prokrastinasi Akademik	24	6	18

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa 1 aitem tidak valid dan tidak dipakai dalam penelitian selanjutnya.

1.2 Uji Reliabilitas

Instrumen yang reliabel merupakan instrumen yang apabila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang akan menghasilkan data yang sama pula (Sugiyono, 2015).

Tabel 2 Uji Reliabilitas

Variabel	Jumlah Item	Cronbach's Alpha
Efikasi Diri	32	0,780
Prokrastinasi Akademik	24	0,696

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan variabel efikasi diri sebesar 0,780 dan variabel prokrastinasi akademik 0,696 yang mana keduanya $>0,6$, sehingga semua instrumen bersifat reliabel

2. Teknik Analisa Data

Penelitian ini menggunakan metode uji analisis regresi dalam menganalisis data. Namun sebelumnya data harus bersifat normal dan linier.

2.1. Uji Normalitas

Uji Normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam sebuah model regresi variabel dependen, variabel independen atau keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak (Ghozali, 2013). Uji normalitas menggunakan teknik *one Sample Kolmogrov-Smirnov*. Kaidah yang digunakan yaitu $>0,05$ maka sebaran data tersebut tidak normal.

Tabel 3 One-Sample Kolmogorov-Smirnov

	Unstandardized Residual
N	154
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,385

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas, diketahui nilai signifikansi Asymp Sig sebesar 0,385 dan lebih besar dari 0,05. Dapat disimpulkan bahwa data variabel efikasi diri dan prokrastinasi akademik berdistribusi normal.

2.2 Uji Lineritas

Uji Linearitas digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen mempunyai hubungan yang linear secara signifikan atau tidak (Ghozali, 2013). Jika nilai signifikansi dari variabel >0,05 maka dikatakan tidak linier sebaliknya jika nilai signifikansi dari variabel <0,05 dikatakan linier (Gunawan, 2004).

Tabel 4 Uji Lineritas

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig
Regression	1540,910	1	1540,910	21,160	0,000
Residual	11068,804	152	72,821		
Total	12609,714	153			

Berdasarkan hasil uji linieritas diatas, nilai signifikansi sebesar 0,000. Maka antar kedua variabel bersifat linier.

3. Uji Hipotesis

Uji Hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi yang mana penelitian ini akan melihat pengaruh dari suatu variabel terhadap variabel lainnya. Analisis regresi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode regresi linier sederhana.

Metode linear sederhana ini digunakan untuk mengetahui seberapa besar tingkat pengaruh antara variabel bebas atau independen dengan variabel terikat atau dependen (Ghozali, 2006). Analisis regresi ini dilakukan dengan bantuan program SPSS 16.0 *for windows*.

Tabel 5 Uji Korelasi

Variabel		Efikasi Diri	Prokrastinasi Akademik
Efikasi diri	Pearson Correlation	1	-,350
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	154	154
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	-,350	1
	Sig (2-tailed)	0,000	
	N	154	154

Berdasarkan hasil korelasi diatas, pada efikasi diri diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,000 dengan $p = -0,350 < 0,05$. Artinya, terdapat yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa SMA X Bukittinggi pada masa pandemi covid-19.

Tabel 6 Uji Hipotesis (Uji F)

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
Regression	1540,910	1	1540,910	21,160	0,000
Residual	11068,804	152	72,921		
Total	12609,714	153			

Berdasarkan tabel diatas tersebut dapat dilihat bahwa nilai F Hitung sebesar 21,160 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Maka model regresi berdasarkan penelitian ini adalah signifikan. Dapat diberi kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara variabel efikasi diri dan variabel prokrastinasi akademik.

Tabel 7 Determinansi Koefisien

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,105 ^a	0,122	0,116	8,534

Berdasarkan tabel 8 diatas dapat diketahui bahwa besaran pengaruh (R Square) variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik adalah sebesar 0,122 (12,2%). Hal ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri berperan prokrastinasi

akademik pada siswa sebesar 12,2% dan siswanya 87,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

4. Kategorisasi Efikasi Diri dan Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan nilai responden pada masing-masing variabel maka dapat digolongkan pada beberapa kategori untuk memperoleh gambaran subjek penelitian yang telah diteliti. Kategorisasi skor digunakan untuk mendapatkan gambaran mengenai distribusi skala pada responden dan sebagai sumber informasi mengenai keadaannya terhadap variabel yang diteliti (Azwar, 2015) pada penelitian ini, kategorisasi terdiri atas 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah.

Tabel 8 Tabel Kategorisasi Efikasi Diri dan Prokrastinasi Akademik

Kategorisasi	Variabel			
	Prokrastinasi Akademik		Efikasi Diri	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Sangat Tinggi	0	0%	25	16%
Tinggi	6	4%	67	44%
Sedang	0	0%	59	38%
Rendah	148	96%	3	2%
Sangat Rendah	0	0%	0	0%
	154	100%	154	100%

Berdasarkan pada tabel diatas, dapat dilihat bahwa terdapat responden dari variabel prokrastinasi akademik terdapat skor sangat tinggi 0 atau 0%, skor tinggi 6 atau 4% skor sedang 0 atau 0%, skor rendah 148 atau 96% dan skor sangat rendah 0 atau 0%. Sedangkan skor efikasi diri dari skor sangat tinggi 25 atau 16%, skor tinggi 67 atau 44%, skor sedang 59 atau 38%, skor rendah 3 atau 2% dan skor sangat rendah 0 atau 0%.

Pembahasan hasil penelitian

Hasil Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Cindy Clara, Agoes Dariyo & Debora Basaria (2017) dengan subjek sebanyak 395 terdapat hasil bahwa terdapat peran yang simultan antara *Self-Efficacy* dan *Self-Control* terhadap prokrastinasi akademik. Hal ini juga menjelaskan bahwa semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik siswa maka semakin rendah efikasi diri siswa dan sebaliknya semakin rendah prokrastinasi akademik siswa maka semakin tinggi efikasi diri pada siswa tersebut.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian dari Putrisari & Handarini (2017) yang menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki peran yang bersifat hubungan negatif terhadap prokrastinasi akademik dan sesuai dengan penelitian yang dilakukan Martyana (2013) yang menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik akan bertambah jika

efikasi diri menurun dan sebaliknya. Hal ini juga menjelaskan bahwa semakin tinggi efikasi diri siswa maka semakin rendah kecenderungan prokrastinasi akademik pada siswa dan sebaliknya semakin rendah efikasi diri pada siswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada siswa tersebut.

Dalam hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa besaran pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa. Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X Bukittinggi pada masa Pandemi Covid-19 sebesar 12,2% dan sisanya sebesar 87,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dalam penelitian, faktor efikasi diri dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa namun bukan merupakan faktor paling berpengaruh dalam munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada siswa.

Menurut Ferarri *et al* (1995) prokrastinasi akademik disebabkan oleh beberapa faktor yang terbagi menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang berkaitan dengan kondisi fisik seperti kelelahan dan faktor psikologis seperti motivasi, tipe kepribadian dan regulasi diri. Faktor eksternal berkaitan dengan pihak luar seperti teman sebaya, kurangnya atau tidak adanya dukungan moral dan spritifual dari *Significant Others*, status ekonomi dan sosial, pola asuh orang tua, kesibukan berkerja sarana dan prasarana yang kurang memadai dan kurangnya informasi yang diperoleh. Berdasarkan pada teori ini menunjukkan bahwa terdapat faktor lain selain efikasi diri yang dapat mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik pada siswa yang berkaitan dengan teori ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan tentang “Peran Efikasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMA X Bukittinggi pada masa Pandemi Covid-19”, maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh atau peranan efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA X Bukittinggi pada masa Pandemi Covid-19. Hal ini dibuktikan dari hasil perhitungan korelasi antar variabel penelitian yaitu 21,160 dengan $p = 0,000$ yang mana lebih kecil dari 0,05. Menunjukkan bahwa antara kedua variabel terdapat hubungan yang signifikan dan bersifat negatif. Peran efikasi diri sebesar 12,2% terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA X Bukittinggi pada masa Pandemi Covid-19.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat saran yaitu dengan hasil penelitian ini bisa menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya. Namun, penelitian selanjutnya diharapkan dapat memasukkan faktor-faktor lainnya agar dapat lebih banyak dan lebih luas jangkauan penelitiannya seperti faktor-faktor yang bisa berperan terhadap prokrastinasi akademik.

RUJUKAN

- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Baron, R.A., & Bryne, D. (2004). *Psikologi Sosial Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.

- Boswell, S.S. (2012). *"I deserve success": Academic entitlement attitudes and their relationships with course self-efficacy, social networking, and demographic variables*. SocPsycholEduc, 15,353–365, DOI:10.1007/s11218-012-9184-4, <https://link.springer.com/article/10.1007/s11218-012-9184-4>.
- Cucinotta, D., & Vanelli, M. (2020). *WHO declares COVID-19 a pandemic*. Acta Biomedica, 91(1), 157–160. <https://doi.org/10.23750/abm.v91i1.9397>.
- Clara, C., Dariyo, A. & Basaria, D. (2017). Peran Self-Efficacy dan Self-Control terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA (Studi pada Siswa SMA X Tangerang). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, 1 (2), 159-169. DOI : <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.802>.
- Crain, W. (2014). *Teori Perkembangan (Konsep dan Aplikasi)*. (Santoso, Yudi, Penerj.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Emmanuel, O.O., Okezie, Nhiruka, E., & Chimezie, N. M. (2017). *Impact of academic procrastination and study habit on expressed mathematics anxiety of junior secondary school students in Esan South-East Edo State Nigeria*. Br J Psychol Res, 5(1), 32-40.
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2 (2), 123-132. DOI: <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>.
- Ferrari, J. R., et al. (1995). *Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment*. New York & London: Plenum Press.
- Ghozali, I (2006). *Analisis Multivariate Dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M.N., & Risnawita, R. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Gould, C. (2014). *Procrastination station: High school students stress out*. www.eistone.org/.
- Husetiya, Y. (2010). *Hubungan Asertivitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*.
- Indah, Y. (2019). *Pengaruh Self-Efficacy dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa di SMK Ma'arif NU 01 Limpung Batang Tahun Ajaran 2018/2019*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang.
- Iven, K & Tjundjing, S. (2008), Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu. *Jurnal Psikologi Universitas Surabaya, Anima*, Volume 23, Nomor 2, hal. 110.
- Knaus. W. (2010). *End Procrastination Now! Get It Done with a Proven Psychological Approach*. New York: The McGraw Hill Companies.

- Lowinger, R. J., Kuo, B. C. H., Song, H., Mahadevan, L., Kim, E., Liao, K. Y. H., ... Han, S. (2016). Predictors of academic procrastination in Asian international college students. *Journal of Student Affairs Research and Practice*, 53(1), 90-104.
- Mulyadi, S., Basuki, H., & Rahardjo, W. (2016). *Psikologi Pendidikan: Dengan Pendekatan Teori- Teori Baru dalam Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Nuzulia, S. (2010). *Dinamika Stress Kerja Self-Efficacy dan Strategi Coping*. Semarang: UNDIP Press.
- Octaviani, P. N. & Qodariah, S. (2018). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA IT X Bandung. *Prosiding Psikologi Seminar Penelitian Sivitas Akademika Unisba*, 4 (1), 89-94.
<http://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/9286>
- Putrisari, F., Hambali, IM. & Handarini, D. M. (2017). *Hubungan Self-Efficacy, Self-Esteem dan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Madrasah Aliyah Negeri di Malang Raya*. *Terapatik*, 1 (1), 60-68. DOI: <https://doi.org/10.26539/1112>
- Rafsanjani, A. I. (2019). *Kebijakan Pendidikan di Era New Normal*. *Permenkes Nomor 7 Tahun 2019 Tentang Kesehatan Lingkungan Rumah Sakit*, 8(5), 55.
- Safa'ati, E., Halim, M. I., & Iliyati, Z. (2017). Peran regulasi diri dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 2(1), 75-84.
- Solomon & Rothblum. (1984). Academic Procrastination. Frequency and Cognitive Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Yusliza, M.Y (2012). International Student's Adjustment In Higher Education: Relation Between Social Support Self Efficacy and Socio-Cultural Adjustment. *Australian Journal of Business and Management Research (AJBMR)*, 1(5), 1-10.