

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Kajian Teori

##### 1. Teori Prokrastinasi Akademik

###### a. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastinus*”. yang berarti keputusan hari esok, atau jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya kata prokrastinasi yang ditulis dalam American College Dictionary, memiliki arti menangguhkan tindakan untuk melaksanakan tugas dan dilaksanakan pada lain waktu.<sup>4</sup>

Menurut Ferrari mengatakan bahwa prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis yaitu *fungsiional procrastination*, yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan lebih akurat dan *disfungsiional procrastination*, yang merupakan penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek, dan menimbulkan masalah.<sup>5</sup>

Prokrastinasi dibagi pula ke dalam dua ruang lingkup yaitu prokrastinasi akademik dan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi yang

<sup>4</sup> Burka, JB & Yuen LM. 2008. *Procrastination: Why You Do It, What To Do It NOW*, Reading, MA. Addison Wesley. hlm 6

<sup>5</sup>Nur Ghufroon & Rini Risnawati S. *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media. Yogyakarta. 2012. hlm 151



terjadi dilingkungan akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Noran mendefenisikan prokrastinasi akademik sebagai bentuk penghindaran dalam mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan oleh individu. Individu yang melakukan prokrastinasi lebih memilih mengahabiskan waktu dengan teman atau pekerjaan lain yang sebenarnya tidak begitu penting dari pada mengerjakan tugas yang harus diselesaikan dengan cepat.

Menurut Ferrari (dalam N. Ghufron & Risma), pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, yaitu:<sup>6</sup> (1) prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu bahwa setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan suatu tugas disebut sebagai prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan yang dilakukan; (2) prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu, yang mengarah kepada trait, penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, biasanya disertai oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional; (3) prokrastinasi sebagai suatu trait kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan saja, akan tetapi prokrastinasi merupakan suatu trait yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung. Berdasarkan pengertian dari

<sup>6</sup> M. Nur Ghufron & Rini Risnawati S. 2012. *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media. Yogyakarta.. hlm 17

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pemaparan sebelumnya, peneliti menyimpulkan pengertian prokrastinasi sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas yang penting. Seseorang yang memiliki kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batasan waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu bisa dikatakan sebagai prokrastinasi.

#### b. Ciri – ciri Prokrastinasi Akademik

Ferrari, dkk mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat di ukur dan diamati ciri-ciri tertentu antara lain:<sup>7</sup>

##### 1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang hadapi harus segera diselesaikan akan tetapi, menunda-nunda untuk memulainya mengerjakan atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

##### 2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama dari pada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam

<sup>7</sup> M. Nur Ghufron & Rini Risnawati S. 2012. *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media. Yogyakarta.. hlm 160

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengerjakan suatu tugas. Prokrastinator menghabiskan waktu yang dimiliki untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Selain itu, juga melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugas secara memadai kelambanan dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dalam menjadi ciri utama dalam prokrastinasi akademik.

#### 3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Prokrastinasi mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik dari orang lain maupun rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan sendiri. Akan tetapi, ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau pun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

#### 4. Melakukan aktivitas yang menyenangkan

Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan. prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya. Akan tetapi, menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, *ngobrol*, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugasnya yang harus diselesaikan.

### c. Jenis – Jenis Tugas pada Prokrastinasi Akademik

Penelitian terhadap penundaan telah dilakukan terutama dikalangan mahasiswa. Kebanyakan perilaku prokrastinasi dalam situasi ini menyangkut penyelesaian tugas-tugas akademik, seperti mempersiapkan ujian melakukan pekerjaan rumah, dan menulis makalah. Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan. Prokrastinasi akademik merupakan prokrastinasi yang berkaitan dengan unsur-unsur tugas dalam area akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik.

Solomom dan Rothblum mengemukakan bahwa terdapat enam area akademik yakni sebagai berikut:<sup>8</sup>

#### 1. Menulis (tugas mengarang)

Berupa penundaan mengerjakan tugas mengarang, meliputi penundaan melaksanakan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, laporan, atau tugas mengarang lainnya.

<sup>8</sup> Nur Ghufroon & Rini Risnawati S. *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media. Yogyakarta. 2012. hlm 122



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Belajar

Penundaan belajar menghadapi ujian, mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester,akhir semester atau ulangan mingguan.

## 3. Tugas membaca

Penundaan tugas membaca, meliputi adanya penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.

## 4. Tugas atau kinerja administratif

Penundaan kinerja tugas administratif, misalnya menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran dan daftar peserta pratikum.

## 5. Menghadiri pertemuan akademik

Penundaan menghadiri pertemuan, penundaan maupun keterlambatan dalam menghadiri pelajaran dan pertemuan-pertemuan lainnya.

## 6. Kinerja akademik secara keseluruhan

Menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

**d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik**

Banyak faktor-faktor yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melaukukan prokrastinasi akademik. Menurut Friend, bahwa prokrastinasi dipengaruhi faktor-faktor sebagai berikut, seperti tidak

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yakin diri, toleransi frustrasi yang rendah, menuntun kesempurnaan, perbedaan jenis kelamin, dan pandangan fatalistik.<sup>9</sup> Berbeda halnya dengan Nur Ghufon dan Risnawita yang mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam yaitu faktor internal dan faktor eksternal.<sup>10</sup>

### 1. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari individu yang turut membentuk perilaku prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis dari individu.

#### a). Kondisi fisik individu

Faktor dari individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu misalnya *fatigue*. Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak. Tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi. Walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan irasional yang dimiliki seseorang.

#### b). Kondisi psikologi individu

Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan

<sup>9</sup>Yemima Husetiya."Hubungan Asertivitas dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang". Semarang, 2010. hlm 24

<sup>10</sup>Nur Ghufon & Rini Risnawati S. op.cit hlm 165

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik. Menurut Ellis dan Knaus memberikan penjelasan prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irasional yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan irasional tersebut dapat disebabkan suatu keadaan yang disebabkan suatu kesalahan dalam mempersepsikan suatu tugas yang diberikan seseorang memandang tugas sebagai suatu yang berat yang tidak menyenangkan.

## 2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yaitu faktor-faktor yang terdapat diluar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor eksternal yang ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam diri seseorang yaitu faktor pola asuh orang tua, lingkungan keluarga, masyarakat dan sekolah.

### a) Gaya pengasuhan orangtua

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak perempuan yang bukan procrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> *Ibid.*, hlm 127



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## b) Kondisi lingkungan

Millgram, dkk mengemukakan kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan.<sup>12</sup>

## 2. *Self Efficacy*

### 1. Pengertian *Self Efficacy*

*Self efficacy* adalah salah satu aspek pengetahuan tentang diri yang dapat mempengaruhi perilaku manusia dalam kehidupan sehari – hari. *Efficacy* mengacu pada keyakinan sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau melakukan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil tertentu. Istilah *self efficacy* pertama kali ditemukan oleh Bandura yaitu merupakan kemampuan yang dirasakan untuk mengatasi situasi khusus yang menghubungkan penilaian yang dibuat orang mengenai kemampuan mereka untuk melakukan tingkah laku yang ada hubungannya dengan tugas khusus atau situasi tertentu.

Bandura mendefinisikan *self efficacy* sebagai keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Manusia yang yakin bahwa mereka dapat melakukan sesuatu yang mempunyai potensi untuk dapat mengubah kejadian di lingkungannya, akan lebih

---

<sup>12</sup> Ibid., hlm 25-26



mungkin untuk bertindak dan lebih mungkin untuk menjadi sukses daripada manusia yang mempunyai *self efficacy* yang rendah.<sup>13</sup>

Menurut Kreitner dan Kinicki *self efficacy* adalah keyakinan seseorang tentang dimilikinya peluang untuk berhasil menyelesaikan tugas dengan lancar daripada orang-orang yang tidak yakin mampu menangani suatu tugas dengan baik. Setiap individu memiliki tingkat *self efficacy* yang berbeda-beda yang memiliki keberfungsian yang berbeda pula pada beberapa kondisi.<sup>14</sup>

Sedangkan menurut Alwisol *Efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang diprasyarkan.<sup>15</sup>

*Self efficacy* sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa kuat individu mampu bertahan dalam menghadapi rintangan dan pengalaman yang menyakitkan. Semakin kuat persepsi *self efficacy* semakin giat dan tekun usaha-usahanya. Ketika menghadapi kesulitan, individu mempunyai keraguan yang besar tentang kemampuannya akan mengurangi usaha-usahanya atau menyerah sama sekali. Sedangkan mereka yang mempunyai perasaan *self efficacy* yang kuat menggunakan usaha yang lebih besar untuk mengatasi tantangan.<sup>16</sup>

<sup>13</sup>Feist, Jess & Feist, Gregory. *Teori Kepribadian*. Terjemahan Smita Prathia Sjahputri. (Jakarta Salemba Humanika). 2010. hlm 241

<sup>14</sup>Robert Kreitner dan Kinicki A. 1998 *Organizational Behavior*. New York: McGraw Hill. hlm 5

<sup>15</sup> Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian*. UMM Press. Malang hlm 287

<sup>16</sup>Bandura Albert. *Self Efficacy The Exercise Of Control*. W.H. Freeman and Company. New York. 1997. hlm 42 hlm 15.



## 2. Dimensi – dimensi *Self Efficacy*

*Self efficacy* bukan hanya merupakan perkiraan terhadap suatu perilaku yang akan dilakukan individu, melainkan bagaimana dirinya memandang fungsi kemampuannya sebagai suatu kumpulan untuk berperilaku, berpola pikir, dan berkreasi secara emosional terhadap kondisi-kondisi tertentu. Misalnya, individu yang memiliki *self efficacy* rendah maka pola pikirnya cenderung tidak teratur dan sering mengalami suasana yang negatif.

Menurut Bandura *self efficacy* pada tiap individu akan berbeda antara satu individu dengan lainnya berdasarkan tiga dimensi. Dimensi – dimensi tersebut adalah:<sup>17</sup>

### a. Dimensi Tingkat (*level*)

Dimensi ini berkaitan dengan persepsi individu mengenai kemampuannya yang diukur melalui tingkat kesulitan dengan berbagai macam kesulitan tugas. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitan, maka individu yang memiliki tingkat kesulitan tugas yang tinggi memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu mengerjakan tugas-tugas yang sukar dan memiliki *self-efficacy* yang tinggi, sedangkan individu dengan tingkat kesulitan tugas yang rendah memiliki keyakinan bahwa dirinya hanya mampu mengerjakan tugas-tugas yang mudah serta memiliki *self efficacy* rendah. Dimensi ini memiliki implikasi terhadap pemilihan perilaku yang akan dicoba atau

<sup>17</sup>Bandura Albert. *Self Efficacy The Exercise Of Control*. W.H. Freeman and Company. New York. 1997. hlm 42

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dihindari. Dalam hal ini individu akan mencoba perilaku sekiranya merasa mampu, sebaliknya akan menghindari situasi dan perilaku yang dirasa diluar batas kemampuannya.

b. Dimensi kekuatan (*Strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Kemantapan keyakinan berhubungan dengan kuat-lemahnya keyakinan seorang individu. Pengharapan yang lemah akan mudah goyah oleh pengalaman-pengalaman yang kurang mendukung. Sebaliknya bila pengharapannya mantap, maka individu akan tetap bertahan dalam usahanya meskipun akan ditemukan pengalaman yang kurang mendukung.

c. Dimensi generalisasi (*Generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya, apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi. Penilaian ini berkaitan dengan perilaku dan konteks situasi yang mengungkapkan keyakinan individu terhadap keberhasilan mereka.

### 3. Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik

Mahasiswa selalu dihadapkan pada tugas-tugas yang bersifat akademik dan non-akademik. Mahasiswa dalam menghadapi tugas-tugas akademik sering kali merasa enggan atau malas dalam memulai maupun menyelesaikan tugasnya karena satu persatu tugas mengharuskan penyelesaian secara serius

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan tepat waktu. Mahasiswa ingin mengerjakan tugas tepat waktu, namun sering gagal dalam memotivasi diri untuk mengerjakan tugas tersebut.

Senecal mengemukakan bahwa prokrastinasi adalah saat seseorang seharusnya melakukan suatu kegiatann dan bahkan mungkin ingin melakukannya, namun gagal memotivasi diri untuk melakukan aktivitas tersebut dalam jangka waktu yang diinginkan atau diharapkan. *Self efficacy* memiliki dampak penting yang dapat menjadi motivator utama terhadap keberhasilan seseorang.<sup>18</sup>

Berdasarkan hasil penelitian Abdul Muhid dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi, ia akan selalu mencoba melakukan berbagai tindakan dan siap menghadapi kesulitan – kesulitan, seperti kesulitan dalam menyelesaikan tugas yang membutuhkan perhatian khusus, maka *efficacy* mahasiswa sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa ia bertahan dalam menghadapi rintangan dan pengalaman yang menyakitkan dalam tugas-tugas perkuliahan. Semakin kuat persepsi *self efficacy* mahasiswa maka semakin giat dan tekun usahanya. Ketika menghadapi kesulitan, mahasiswa mempunyai keraguan yang besar tentang kemampuannya akan mengurangi usaha-usahanya atau menyerah sama sekali. Sedangkan mereka yang mempunyai perasaan *self efficacy* yang kuat menggunakan usaha yang lebih besar untuk mengatasi tantangan dan menyelesaikan tugas-tugasnya.<sup>19</sup>

<sup>18</sup>Senecal, C., Koestner, R., dan Vallenrand, R. J. 1995. *Self-Regulation and Academic Procrastination*. The Journal of Social Psychology. hlm 135.

<sup>19</sup>Abdul Muhid. “Hubungan antara *Self Control* dan *Self Efficacy* dengan Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya”. Surabaya. 2009. hlm 3.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hal tersebut didukung pula pendapat yang dikemukakan oleh Bandura bahwa *self efficacy* tinggi akan mencapai suatu kinerja yang lebih baik karena individu tersebut memiliki motivasi yang kuat, tujuan yang jelas, emosi yang stabil dan kemampuannya untuk memberikan kinerja atas aktivitas atau perilaku dengan sukses.

Cervone dan Pervin menambahkan bahwa individu dengan kepercayaan terhadap *self efficacy* yang tinggi menunjukkan upaya dan ketekunan yang lebih besar, dan menampilkan sikap yang lebih baik dibandingkan individu dengan *efficacy* yang rendah<sup>20</sup>. Pendapat di atas sebanding dengan pendapat Bandura bahwa *self efficacy* dapat mempengaruhi pilihan tugas, usaha yang dikeluarkan, ketekunan dan pencapaian seorang mahasiswa.<sup>21</sup>

## B. Kajian Terdahulu

Untuk melihat posisi penelitian ini dan membandingkan dengan penelitian lain, maka perlu dilihat penelitian-penelitian lain yang pernah dilakukan sebelumnya. Adapun penelitian yang hampir sama namun memiliki perbedaan dengan penelitian ini yaitu penelitian dengan judul Hubungan antara Kedisiplinan Melaksanakan Shalat Wajib dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan oleh pada tahun Fevi Zanfiana Siswanto 2013. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kedisiplinan melaksanakan shalat wajib dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan dengan

<sup>20</sup> Cervone Daniel & Pervin Lawrence A. *Kepribadian Teori dan Penelitian*. (Jakarta Salemba Humanika). 2012. hlm 257

<sup>21</sup> Santrock, John W. *Psikologi Pendidikan*. Terjemahan Diana Angelica. (Jakarta Salemba Humanika). 2009. hlm 224

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pendekatan deskriptif korelatif. Hasil yang didapat bahwa ternyata ada hubungan yang signifikan antara hubungan kedisiplinan melaksanakan shalat wajib dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut adalah variabel penelitian, unit analisa data, populasi sampel, dan waktu dan tempat penelitian.<sup>22</sup>

Penelitian kedua yaitu jurnal dengan judul “Hubungan Stress dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi (Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau)” yang diteliti oleh Merry Anggraeini, Deceu B.P & Yulita Kurniawaty pada tahun 2008. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan dengan pendekatan korelasi. Hasil yang didapat bahwa ternyata ada hubungan yang signifikan antara hubungan Stress dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. Berbeda dengan penelitian ini yaitu, jumlah populasi sampel dan fokus membahas tentang hubungan Stress dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi.<sup>23</sup>

### C. Definisi Konsepsional dan Operasional Variabel

#### 1. Definisi konsepsional

*Self Efficacy* adalah keyakinan diri mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Riau Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Suska Riau angkatan 2014 terhadap kemampuannya untuk melaksanakan tindakan dengan

<sup>22</sup> Fevi Zanfiana Siswanto, “Hubungan antara Kesiapan Melaksanakan Shalat Wajib dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan”, dalam <http://skripsidate.com/jurnal-PDF>, (diakses pada tanggal 23 Februari 2016).

<sup>23</sup> Skripsi Merry Anggraini, “Hubungan Stress dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi (Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau)”.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menggunakan keterampilan yang dimiliki agar dapat mengerjakan tugas yang diberikan demi mencapai hasil yang optimal berdasarkan tingkat kesulitasan tugas, kemantapan keyakinan dan luas bidang perilaku.

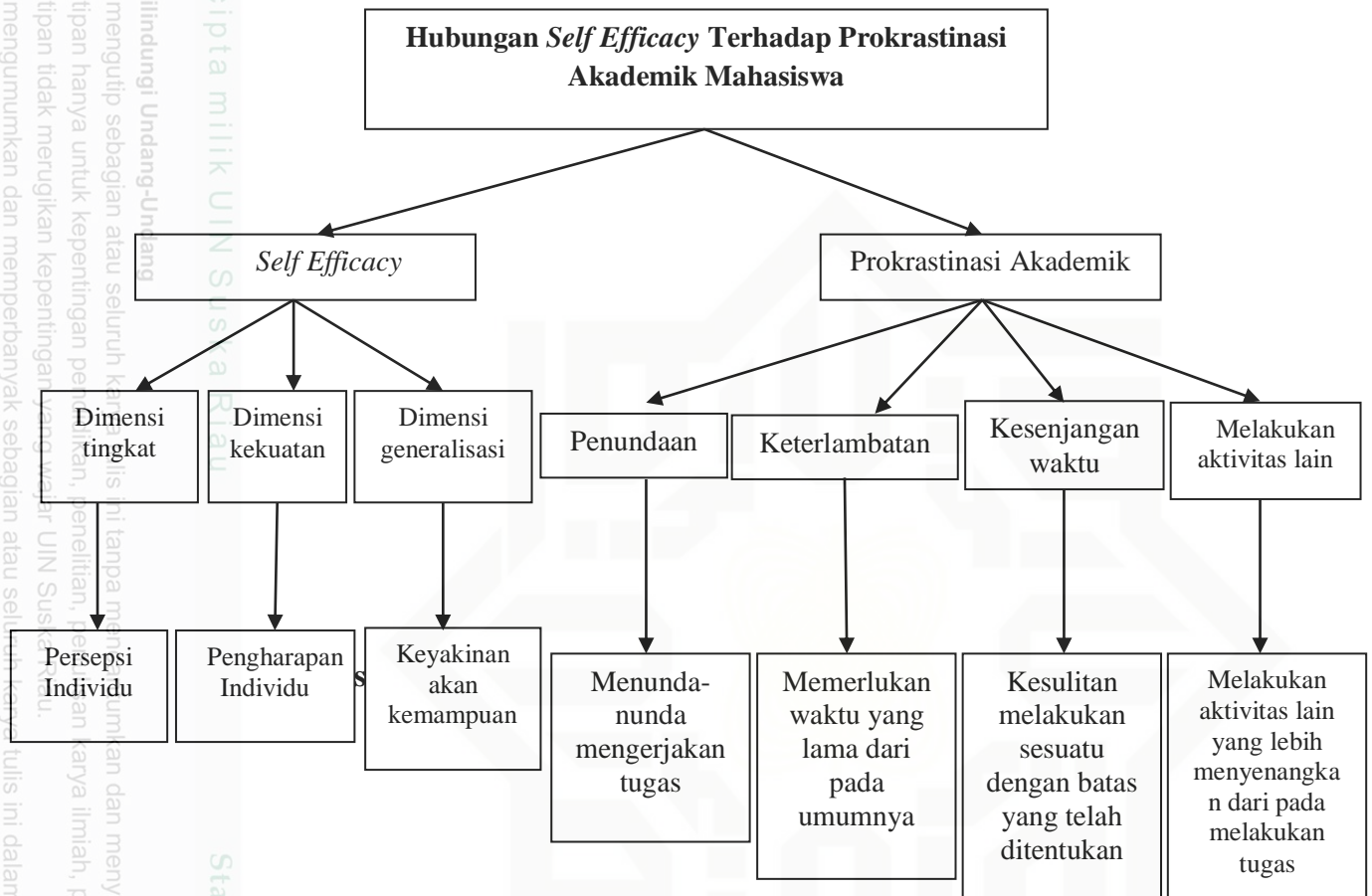
Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Riau Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Suska Riau angkatan 2014 secara sengaja dan berulang-ulang untuk memulai maupun menyelesaikan tugas akademik, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, dan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas yang diberikan.

## 2. Operasional Variabel

**Tabel 2.1**  
**Operasional Variabel X dan Y**

Variabel	Indikator
<i>Self Efficacy</i> (X)	a. Dimensi tingkat ( <i>level</i> ) b. Dimensi kekuatan ( <i>Strength</i> ) c. Dimensi generalisasi ( <i>Generality</i> )
Prokrastinasi Akademik (Y)	a. Penundaan b. Keterlambatan c. Kesenjangan waktu d. Melakukan aktivitas lain

**Gambar 2.1**



Berdasarkan pernyataan yang telah dikemukakan maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah:

**Ha:** Terdapat hubungan *Self Efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Suska Riau

**Ho:** Tidak terdapat hubungan *Self Efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengutip sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, persidangan, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau