

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab IV menguraikan (1) hasil pengolahan data (2) pembahasan yang dikaitkan dengan teori mengenai *self-efficacy* ( $X_1$ ), pengendalian diri ( $X_2$ ), dan prokrastinasi akademik ( $Y$ ) serta beberapa hasil penelitian terdahulu yang relevan.

### 4.1 Hasil Penelitian

#### 4.1.1 Analisis Skor *Self-Efficacy* Mahasiswa Fakultas Pendidikan Teknik dan Kejuruan Perguruan Tinggi Negeri Kota Bandung

*Self-efficacy* pada mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan dikategorikan menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah berdasarkan analisis skor yang didapat mahasiswa. Berikut gambaran umum tingkat *self-efficacy* mahasiswa:

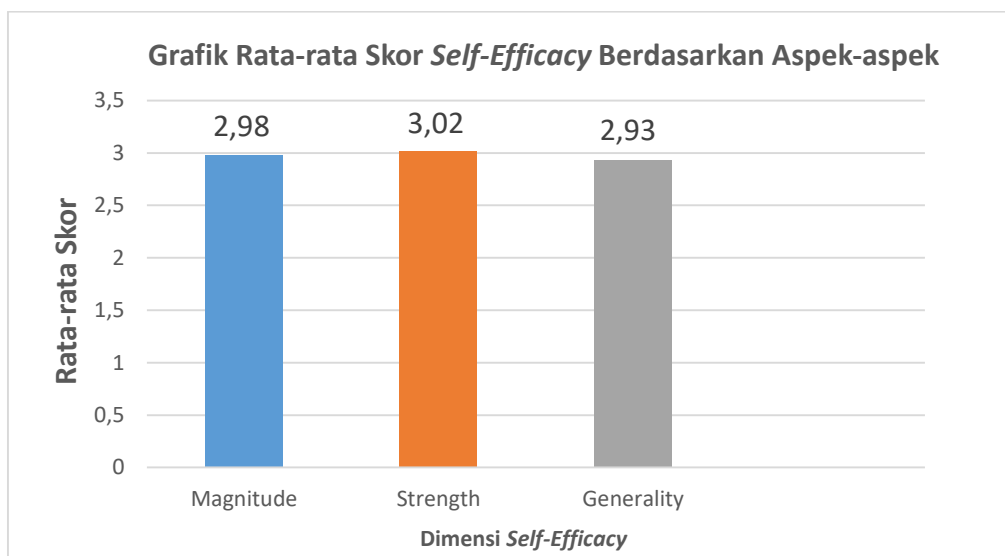
**Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi *Self-Efficacy* Mahasiswa Fakultas Pendidikan Teknik dan Kejuruan Perguruan Tinggi Negeri Kota Bandung**

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	Rendah	39	26.00%
2.	Sedang	71	47.34%
3.	Tinggi	40	26.66%
<b>TOTAL</b>		<b>150</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa 71 mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan (47,34%) memiliki tingkat *self-efficacy* sedang, sedangkan 40 mahasiswa (26,66%) memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi, dan 39 mahasiswa (26,00%) memiliki tingkat *self-efficacy* yang rendah. Hasil perhitungan tersebut dapat terlihat dalam analisis dan grafik rata-rata skor *self-efficacy* berdasarkan aspek-aspek pada mahasiswa fakultas teknik dan kejuruan, sebagai berikut:

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



**Gambar 4. 1 Grafik Rata-rata Skor *Self-Efficacy* Mahasiswa Fakultas Pendidikan Teknik dan Kejuruan Perguruan Tinggi Negeri Kota Bandung**

Pada gambar 4.1 grafik menunjukkan bahwa dimensi *strength* memiliki skor rata-rata tertinggi. Dimensi tersebut menjadi faktor terbesar dalam tingkat *self-efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa, dapat terlihat dari skor sebesar 3,02. Aitem pada dimensi *strength* berkaitan dengan ketahanan dan keuletan individu dalam pemenuhan tugasnya. Individu yang memiliki keyakinan dan kemantapan yang kuat terhadap kemampuannya untuk mengerjakan suatu tugas akan terus bertahan dalam usahannya meskipun banyak mengalami kesulitan dan tantangan.. Persepsi setiap individu akan berbeda dalam memandang tingkat kesulitan dalam mengerjakan tugas. Pengalaman memiliki pengaruh *terhadap self-efficacy* yang diyakini seseorang. Pengalaman yang lemah akan melemahkan keyakinan individu itu pula. Individu yang memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan mereka akan teguh dalam usaha untuk menyampaikan kesulitan yang dihadapi. Seseorang yang memiliki *self-efficacy* yang baik yakin akan kemampuannya menyelesaikan berbagai tugas meskipun merasa kesulitan (Riskia, 2017).

*Magnitude* merupakan dimensi dengan skor 2,98. Aitem pada dimensi *magnitude* berkaitan dengan derajat atau tingkat kesulitan tugas yang dihadapi. Penerimaan dan keyakinan seorang terhadap tugas yang beragam, yang terbatas pada tugas yang sederhana, menengah atau sulit berdasarkan penilaian subjektif pribadi. Persepsi setiap individu akan berbeda dalam memandang tingkat kesulitan dalam mengerjakan tugas.

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

Seseorang yang yakin mampu menyelesaikan tugasnya sampai akhir memiliki *self-efficacy* yang baik, semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin yakin seseorang akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas sesulit apapun (Astiko, 2013).

*Generality* merupakan dimensi terendah dengan skor 2,93. Aitem pada dimensi *generality* berkaitan dengan perasaan kemampuan yang ditunjukkan individu dalam mengerjakan tugas yang berbeda-beda, kemampuan tersebut dapat diperlihatkan melalui tingkah laku, kognitif, dan afektif seseorang. Seorang mahasiswa yang memiliki keyakinan akan kemampuannya menyelesaikan tugas sesulit apapun adalah mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang baik (Barus, et. al., 2022).

#### **4.2 Analisis Skor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Pendidikan Teknik dan Kejuruan Perguruan Tinggi Negeri Kota Bandung**

Prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung dikategorikan menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah berdasarkan analisis skor yang didapat mahasiswa. Berikut gambaran umum tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa:

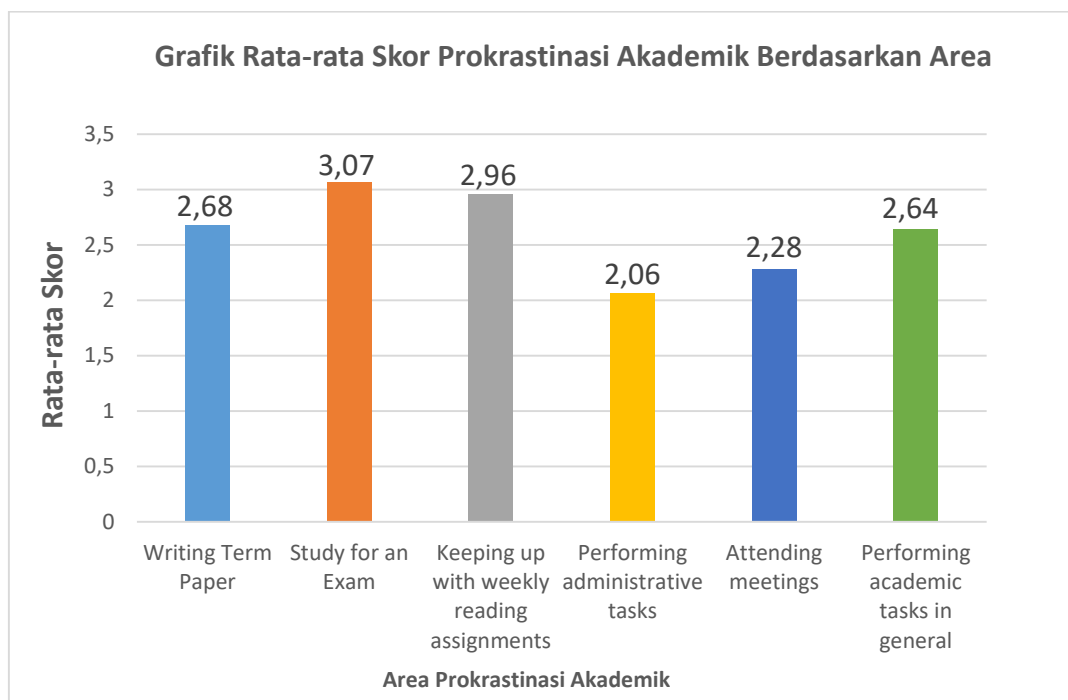
**Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Pendidikan Teknik dan Kejuruan Perguruan Tinggi Negeri Kota Bandung**

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	Rendah	23	15.22%
2.	Sedang	133	72.28%
3.	Tinggi	28	12.50%
<b>TOTAL</b>		<b>184</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung lebih dominan berada pada tingkat sedang dengan jumlah responden sebanyak 133 mahasiswa (72,28%), kemudian 28 mahasiswa (12,50%) memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi, dan 23 mahasiswa (15,22%) memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Hasil perhitungan tersebut dapat terlihat dalam analisis dan grafik rata-rata skor prokrastinasi akademik berdasarkan aspek-aspek pada mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung, sebagai berikut:

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



**Gambar 4. 2 Grafik Rata-rata Skor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Pendidikan Teknik dan Kejuruan Perguruan Tinggi Negeri Kota Bandung**

Pada gambar 4.2 grafik menunjukkan bahwa area *study for an exam* merupakan area dengan skor rata-rata tertinggi, area tersebut merupakan faktor tertinggi yang dimiliki oleh mahasiswa dengan skor 3,07. Aitem yang berkaitan pada area *study for an exam* adalah peserta didik atau mahasiswa banyak mengulur waktu belajar dalam mempersiapkan ujian, dalam konteks dalam penelitian ini ujian yang dimaksud adalah kuis, ujian tengah semester, dan ujian akhir semester. Mahasiswa menunda untuk belajar mempersiapkan ujian dan lebih memilih untuk melakukan sks atau sistem kebut semalam dalam belajar untuk mempersiapkan ujian (Purnama & Muis, 2014). Alasan mahasiswa melakukan belajar dengan sistem kebut semalam adalah malas, belum ada *mood*, kelelahan karena aktivitas diluar jam kelas seperti organisasi kampus atau himpunan, kurang termotivasi dalam belajar (Jadidah, et. al., 2023). Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan motivasi dalam mempersiapkan diri untuk ujian dapat dilakukan dengan mengembangkan bahan ajar dan meningkatkan kemampuan dosen dalam mengelola materi pembelajaran agar mahasiswa lebih berminat dalam mendalami dan termotivasi untuk belajar lebih banyak jauh-jauh hari sebelum ujian (Nuryasana & Desiningrum, 2020).

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

*Keeping up with weekly reading assignments* merupakan area dengan skor rata-rata 2,96. Aitem yang berkaitan dengan *keeping up with weekly reading assignments* adalah tuntutan yang diberikan mahasiswa agar mampu belajar sendiri, sehingga mahasiswa diharuskan aktif dalam mempersiapkan sumber referensi sendiri seperti buku, jurnal, artikel penelitian, dan sumber lainnya yang mampu menunjang materi perkuliahan. Mahasiswa sudah dituntut untuk aktif mencari bahan referensi perkuliahan karena mahasiswa sedang mengalami fase peralihan dari siswa menjadi mahasiswa, sayangnya banyak mahasiswa yang malas mencari dan membaca referensi materi perkuliahan (Rosalia & fuad, 2019) oleh karena itu untuk memunculkan minat mahasiswa dalam membaca dan mencari refrensi diperlukan strategi pembelajaran yang membantu mahasiswa kritis dalam memikirkan suatu persoalan dan aktif mencari dan membaca referensi berdasarkan materi perkuliahan salah satunya adalah “*students as researchers*” (Daryanes, 2020).

*Writing term paper* merupakan area dengan skor rata-rata 2,68. Aitem tersebut berkaitan dengan penundaan dalam tugas menulis, tugas menulis dalam penelitian ini merujuk pada tugas menulis laporan, makalah, dan tugas akhir (TA). Tugas menulis seperti menulis laporan, makalah, dan tugas akhir merupakan salah satu tugas yang paling sering dilakukan oleh mahasiswa (Linra, 2016). Mahasiswa melakukann penundaan melakukan tugas menulis laporan, makalah dan tugas akhir karena kelelahan, tidak adanya motivasi dalam membuat tugas menulis laporan, makalah, maupun tugas akhir, kebiasaan teman-teman yang suka menunda-nunda (Bella dan Ratna, 2018)

*Performing academic tasks in general* merupakan area dengan skor rata-rata 2,64. Aitem tersebut berkaitan dengan penundaan dalam kegiatan akademis seperti melakukan tugas administrative seperti membayar uang kuliah tunggal (UKT), mengontrak mata kuliah, absensi kelas, dan kegiatan yang bersifat administratif lainnya. Menunda-nunda mengurus administrasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa (Hartato, 2016). Mahasiswa yang menunda-nunda dalam mengurus keperluan administrasi merupakan mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi (Rahman, et. al., 2018).

*Attending meetings* merupakan area dengan skor rata-rata 2,28. Aitem tersebut berkaitan dengan penundaan dalam menghadiri pertemuan berupa kehadiran mahasiswa didalam kelas, kehadiran kuliah umum, dan acara-acara lain yang diwajibkan seperti

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

seminar, *workshop*, dan kegiatan lainnya. Mahasiswa yang menunda-nunda dalam menghadiri perkuliahan atau kegiatan perkuliahan merupakan mahasiswa yang memiliki kecenderungan dalam melakukan prokrastinasi akademik (Purnama & Muis, 2014). Mahasiswa yang melakukan penundaan pada menghadiri pertemuan dalam kelas, kuliah umum, dan acara-acara lain yang diwajibkan (seminar, *workshop*, dan kegiatan lainnya) karena mahasiswa memilih untuk melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan atau pada mahasiswa yang bekerja lebih memprioritaskan kegiatan yang urgensinya lebih penting seperti lebih memilih bekerja dan menyelesaikan tanggung jawabnya dalam pekerjaan dibanding menghadiri kegiatan perkuliahan (Arumsari dan Muzaqi, 2016).

*Performing administrative tasks* merupakan area teremdash dengan skor rata-rata 2,06. Aitem tersebut berkaitan dengan penundaan dalam tugas akademik secara umum yang dimaksud adalah menghadiri perkuliahan tatap muka (*luring*) atau daring. Pada kegiatan perkuliahan daring alasan mahasiswa melakukan prokrastinasi selama perkuliahan karena prokrastinasi atau menunda-nunda, rendahnya efikasi diri pada mahasiswa, kualitas jaringan yang buruk, buruknya pemahaman mahasiswa pada materi perkuliahan, banyak biaya yang harus dikeluarkan untuk kuliah daring, dan banyaknya tuntutan tugas akademik (Fitriani, et. al., 2022). Alasan mahasiswa yang menunda dalam menghadiri kegiatan perkuliahan tatap muka (*luring*) terutama saat adaptasi kebiasaan baru karena kelelahan, masalah kesehatan, rasa malas, suasana hati, motivasi diri, kurangnya penguasaan mahasiswa terhadap materi perkuliahan, kesibukan kegiatan diluar kampus, masalah keluarga, dan persepsi subjektif terhadap dosen mata kuliah tertentu (Fadhilah, 2023).

#### **4.3 Analisis Skor Pengendalian Diri Mahasiswa Fakultas Pendidikan Teknik dan Kejuruan Perguruan Tinggi Negeri Kota Bandung**

Pengendalian diri pada mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung dikategorikan menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah berdasarkan analisis skor yang didapat mahasiswa. Berikut gambaran umum tingkat pengendalian diri mahasiswa:

**Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Pengendalian Diri Mahasiswa Fakultas Pendidikan Teknik dan Kejuruan Perguruan Tinggi Negeri Kota Bandung**

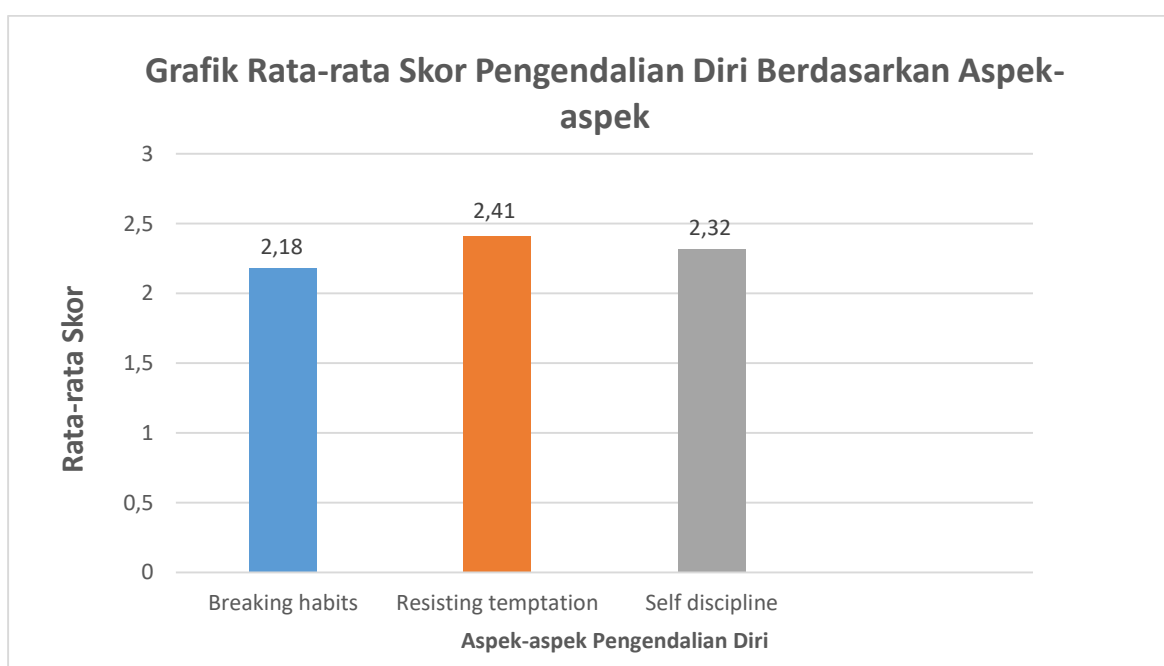
No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	Rendah	32	19.16%

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2.	Sedang	107	64.07%
3.	Tinggi	28	16.77%
<b>TOTAL</b>		<b>167</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa tingkat pengendalian diri mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung dominan pada tingkat sedang sebanyak 107 mahasiswa (64,07%), kemudian sebanyak 32 mahasiswa (19,16%) berada pada kategori rendah, dan 28 mahasiswa (16,77%) berada pada kategori tinggi. Hasil penelitian tersebut terlampir pada analisis dan grafik rata-rata skor pengendalian diri berdasarkan aspek-aspek pada mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung, sebagai berikut:



**Gambar 4. 3 Grafik Rata-rata Skor Pengendalian Diri mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung**

Pada gambar 4.3 grafik menunjukkan bahwa aspek *resisting temptation* memiliki skor rata-rata tertinggi. Aspek tersebut menjadi faktor terbesar dalam tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh mahasiswa, dapat terlihat dari nilai skor sebesar 2,41. Aitem pada aspek *resisting temptation* berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri dalam menahan godaan. Individu dengan *resisting temptation* yang baik mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan. Individu yang dapat mengendalikan dirinya lebih mudah dalam menahan godaan dan ,mampu fokus dan memberikan

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASINASI AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan, seperti mengerjakan tugas jika membahas pengendalian diri dalam lingkup akademik (Puteri & Dewi, 2021). Tidak semua orang mampu untuk mengendalikan dirinya terutama dalam menahan godaan, oleh karena itu pengendalian diri dapat dilatih oleh mahasiswa agar mahasiswa mampu menghindari perilaku prokrastinasi akademik dan memiliki *self-efficacy* yang baik (Lestari & Dewi, 2018).

Aspek *self-discipline* juga menunjukkan bahwa aspek *self-discipline* memiliki skor rata-rata yang tinggi dengan nilai 2,32. Aspek tersebut berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk fokus pada saat melakukan tugas atau suatu kegiatan yang harus dilakukan. Mahasiswa yang mampu mengendalikan diri dan tetap fokus dalam mengerjakan tugas-tuganya menjadi salah satu indikator keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan perkuliahannya dengan baik (Siswanto & Sampurno, 2015). Disiplin diri harus dimiliki oleh mahasiswa agar mahasiswa dapat menjalankan perkuliahan dan menyelesaikan tugas-tugasnya dengan tepat waktu (Dewi & Purwanto, 2014).

*Breaking habits* adalah aspek terendah dengan skor rata-rata 2,18 yang menjadi faktor terendah dalam tingkat pengendalian diri oleh mahasiswa yang berkaitan dengan melakukan perilaku diluar dari kebiasaan yang sering dilakukan. Seperti mampu mengendalikan diri untuk mematuhi peraturan dan norma disekitar untuk tidak melanggar kebiasaan yang ada dalam peraturan dan norma lingkungan sekitar. Mahasiswa yang mampu mengendalikan diri untuk menaati peraturan dan norma disekitar kampus atau didalam kelas memiliki pengendalian diri yang lebih baik jika dibandingkan dengan mahasiswa yang sering melanggar peraturan dan norma disekitar kampus atau didalam kelas (Sunarsi, 2016).

#### **4.4. Perbandingan *Self-Efficacy* Berdasarkan Sosiodemografi**

Berdasarkan pada tabel 4.4 hasil uji beda dapat dilihat dari hasil uji t-test pada kategori jenis kelamin, semester, dan latar belakang pendidikan dan uji ANOVA pada kategori jurusan dan nilai IPK terakhir yang bertujuan untuk melihat perbedaan *self-efficacy* berdasarkan sosiodemografi.



**Tabel 4. 4 Hasil Uji Beda *Self-Efficacy* Berdasarkan Sosiodemografi**

No.	Data Demografis	Kategori	N	Mean	Sig.
1.	Usia	18 tahun	18	26,33	0,209
		19 tahun	96	27,07	
		20 tahun	88	27,70	
		21 tahun	28	28,18	
		22 tahun	4	32,25	
2.	Jenis Kelamin	Laki-laki	114	26,96	0,255
		Perempuan	120	27,97	
3.	Semester	Semester 3	135	27,01	0,060
		Semester 5	99	28,11	
4.	Jurusan	Pendidikan Teknik Mesin	23	28,70	0,965
		Pendidikan Teknik Arsitektur	45	27,69	
		Pendidikan Teknik Bangunan	41	26,73	
		Pendidikan Teknik Elektro	25	27,88	
		Pendidikan Teknik Otomotif	22	26,27	
		Pendidikan Teknik Otomasi Industri dan Robotika	24	27,58	
		Pendidikan Teknologi Agroindustri	54	27,59	
5.	Latar Belakang Pendidikan	SMA	171	27,42	0,574
		SMK	63	27,62	
6.	Nilai Terakhir	IPK Kurang dari 3.00 ( $\leq$ 3.00)	66	27,05	0,475
		3.00	95	27,62	
		Lebih dari 3.00 ( $\geq$ 3.00)	73	27,67	

Berdasarkan hasil uji *self-efficacy*, dapat diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa berusia 18 tahun sampai dengan 22 tahun. Hal tersebut berdasarkan hasil uji beda pada kategori usia memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,209 ( $\geq$  0,05) yang berarti memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

Hasil uji pada penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zusya dan Akmal (2016) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat *self-efficacy* pada Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

mahasiswa berusia 21 tahun yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa berusia 23 tahun dan 24 tahun. Semakin matang umur seseorang maka semakin matang pula kepercayaan dirinya karena individu memiliki banyak pengalaman dan lebih bertanggung jawab penuh pada dirinya sendiri, hal tersebut sesuai dengan pernyataan Bandura (1997) yaitu faktor usia pada *self-efficacy* seseorang dapat terbentuk melalui proses belajar sosial yang berlangsung sepanjang hidup, individu yang berusia lebih tua cenderung memiliki rentang waktu juga pengalaman yang lebih banyak dalam mengatasi suatu hal yang terjadi dibandingkan dengan individu yang lebih muda serta individu yang lebih tua sudah lebih matang dalam mengendalikan tingkah lakunya.

Hasil uji pada kategori jenis kelamin juga tidak terdapat perbedaan tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi 0,255 ( $\geq 0,05$ ) yang memiliki arti nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Hasil uji pada kategori jenis kelamin juga tidak terdapat tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Hal tersebut serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Permatasari, et. al., 2021) menunjukkan bahwa tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan. Tingkatan *self-efficacy* tergantung pada bagaimana kemampuan seseorang untuk memiliki keyakinan dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mengelola situasi yang ada (Warsiki & Mardiana, 2019), selaras dengan pernyataan dari Bandura (1995) keyakinan tersebut dapat mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasa, memotivasi diri, juga bertindak.

Pada mahasiswa semester 3 dan 5 memiliki hasil 0,060 ( $\geq 0,05$ ) yang berarti tidak memiliki perbedaan tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa semester 3 dan 5. Mahasiswa semester 3 dan 5 tidak memiliki perbedaan tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa semester 3 dan 5. Hal tersebut bertolak belakang dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arlinkasari dan Akmal (2017) dengan hasil tingkat *self-efficacy* mahasiswa semester 3-4 dengan semester 5-6.

Hasil uji pada kategori jurusan memiliki nilai signifikansi sebesar 0,965 ( $\geq 0,05$ ) tidak terdapat perbedaan tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung dari jurusan Pendidikan Teknik Mesin, Pendidikan Teknik Arsitektur, Pendidikan Teknik Bangunan, Pendidikan Teknik Elektro, Pendidikan Teknik Otomotif, Pendidikan Teknik Otomasi Industri dan Robotika, dan

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pendidikan Teknologi Agroindustri. Teknik Otomasi Industri dan Robotika, dan Pendidikan Teknologi Agroindustri. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Izzah (2012) bahwa mahasiswa fakultas psikologi dan sains dan teknologi- jurusan teknik informatika angkatan 2009/2010 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tidak terdapat perbedaan dalam tingkat *self-efficacy*.

Hasil uji pada kategori latar belakang pendidikan memiliki nilai signifikansi 0,574 ( $\geq 0,05$ ) tidak terdapat perbedaan tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung yang memiliki latar belakang pendidikan SMA dan SMK. Hasil uji pada kategori latar belakang pendidikan tidak terdapat perbedaan tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung yang memiliki latar belakang pendidikan SMA dan SMK. Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Alfy dan A'ini (2022) bahwa terdapat perbedaan tingkat *self-efficacy* yang signifikan pada mahasiswa jurusan teknik informatika Universitas XYZ dengan asal sekolah IPA dan non IPA.

Hasil uji pada kategori nilai IPK terakhir sebesar 0,475 ( $\geq 0,05$ ) tidak terdapat perbedaan tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung yang memiliki nilai IPK terakhir kurang dari 3.00 ( $\leq 3.00$ ), mahasiswa yang memiliki nilai IPK terakhir 3.00, dan mahasiswa yang memiliki nilai IPK terakhir lebih dari 3.00 ( $\geq 3.00$ ). Hasil uji pada kategori nilai IPK terakhir tidak terdapat perbedaan tingkat *self-efficacy* antara mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung yang memiliki nilai IPK terakhir kurang dari 3.00 ( $\leq 3.00$ ), mahasiswa yang memiliki nilai IPK terakhir 3.00, dan mahasiswa yang memiliki nilai IPK terakhir lebih dari 3.00 ( $\geq 3.00$ ). Apabila mahasiswa memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi maka Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) akan tinggi pula (Rulian, 2022). Hasil kategorisasi *self-efficacy* berdasarkan nilai IPK terakhir mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung dapat diketahui bahwa tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung baik yang memiliki nilai IPK dibawah 3.00 ( $\leq 3.00$ ), nilai IPK 3.00 ( $\geq 3.00$ ), dan nilai IPK diatas 3.00 berada pada kategori tinggi.

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Perbedaan mahasiswa yang memiliki IPK tinggi dan rendah adalah mahasiswa dengan IPK tinggi masih menyukai aktivitas yang bersifat intelektual, mau berpikir, ingin menjadi pemimpin, senang bersaing, ingin lebih baik dari orang lain meskipun cenderung memaknai tugas akademik sebagai beban tetapi memiliki usaha untuk menyenangkan persiapan akademik seperti membaca buku teks, berlatih soal, bertanggung jawab terhadap tugas meskipun sulit, dan mau bertanggung jawab terhadap orang lain jika dibandingkan dengan mahasiswa dengan IPK rendah, mahasiswa dengan IPK tinggi cenderung memiliki kepuasan terhadap hasil kerjanya dibandingkan dengan mahasiswa dengan IPK rendah yang kurang puas dengan hasil kerjanya (Aslamawati, et. al., 2014).

#### 4.5 Perbandingan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Sosiodemografi

Berdasarkan pada tabel 4.5 hasil uji beda dapat dilihat dari hasil *uji t-test* pada kategori jenis kelamin, semester, dan latar belakang pendidikan dan uji ANOVA pada kategori usia, jurusan, dan nilai IPK terakhir yang bertujuan untuk melihat perbedaan prokrastinasi akademik berdasarkan sosiodemografi.

**Tabel 4. 5 Hasil Uji Beda Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Sosiodemografi**

No.	Data Demografis	Kategori	N	Mean	Sig.
1.	Usia	18 tahun	18	113,06	0,029*
		19 tahun	96	108,07	
		20 tahun	88	104,18	
		21 tahun	28	101,39	
		22 tahun	4	97,75	
2.	Jenis Kelamin	Laki-laki	114	105,37	0,526
		Perempuan	120	106,63	
3.	Semester	Semester 3	135	106,49	0,580
		Semester 5	99	105,37	
4.	Jurusan	Pendidikan Teknik Mesin	23	99,83	0,501
		Pendidikan Teknik Arsitektur	45	108,02	
		Pendidikan Teknik Bangunan	41	106,49	
		Pendidikan Teknik Elektro	25	107,76	
		Pendidikan Teknik Otomotif	22	104,41	

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

		Pendidikan Teknik Otomasi Industri dan Robotika	24	107,25	
		Pendidikan Teknologi Agroindustri	54	105,93	
5.	Latar Belakang Pendidikan	SMA	171	106,51	0,411
		SMK	63	104,67	
6.	Nilai Terakhir	IPK Kurang dari 3.00 ( $\leq$ 3.00)	66	104,39	0,219
		3.00	95	108,11	
		Lebih dari 3.00 ( $\geq$ 3.00)	73	104,77	

Berdasarkan hasil uji prokrastinasi akademik, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan tingkat prokrastinasi akademik antara mahasiswa berusia 18 tahun sampai dengan 22 tahun. Hal tersebut berdasarkan hasil uji beda pada kategori usia memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,029 ( $\geq$  0,05) yang berarti memiliki nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05. Semakin tua usia seseorang semakin seseorang memiliki prokrastinasi akademik yang rendah atau berkurang perilaku prokrastinasi akademiknya, sebaliknya semakin muda usia seseorang semakin seseorang memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi (Basri, 2017). Faktor usia mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik, siswa berusia kurang dari 20 tahun cenderung mengalami prokrastinasi akademik lebih tinggi daripada di atas 20 tahun (Khan, 2014).

Hasil uji pada kategori jenis kelamin juga tidak terdapat perbedaan antara tingkat prokrastinasi akademik antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi 0,526 ( $\geq$  0,05) yang memiliki arti nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Hal tersebut serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Astuti, et. al. (2021) menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik antara mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan.

Pada mahasiswa semester 3 dan 5 memiliki hasil 0,580 ( $\geq$  0,05) yang berarti tidak memiliki perbedaan tingkat prokrastinasi akademik antara mahasiswa semester 3 dan 5. Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan pada semester genap oleh (Pratiwi & Sawitri, 2015) mahasiswa semester dua memiliki perbedaan tingkat prokrastinasi akademik yang signifikan dengan mahasiswa semester 4 yang berarti, semakin tinggi lama studi maka

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

semakin tinggi prokrastinasi akademik. Tingkat pendidikan yang tinggi memaksa siswa untuk bekerja keras mengembangkan karir yang lebih baik dan ditempuh sedemikian rupa melalui program semester pembelajaran (Khan, 2014).

Hasil uji pada kategori jurusan memiliki nilai signifikansi sebesar 0,501 ( $\geq 0,05$ ) tidak terdapat perbedaan tingkat prokrastinasi akademik antara mahasiswa dari jurusan Pendidikan Teknik Mesin, Pendidikan Teknik Arsitektur, Pendidikan Teknik Bangunan, Pendidikan Teknik Elektro, Pendidikan Teknik Otomotif, Pendidikan Teknik Otomasi Industri dan Robotika, dan Pendidikan Teknologi Agroindustri. Jurusan teknik terkenal sebagai jurusan yang sulit oleh karena itu mahasiswa semakin sering melakukan prokrastinasi akademik, ketika menghadapi kesulitan dalam tugas untuk mendikstraksi dirinya sehingga terbentuk kebiasaan buruk karena malas menyelesaikan tugas untuk memenuhi kebutuhan mencari kesenangan dengan cara prokrastinasi akademik (Winarso, 2023).

Hasil uji pada kategori latar belakang pendidikan memiliki nilai signifikansi 0,411 ( $\geq 0,05$ ) tidak terdapat perbedaan tingkat prokrastinasi akademik antara mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung yang memiliki latar belakang pendidikan SMA dan SMK. Kategori generasi muda atau pemuda berdasarkan WHO (2018) dan PBB berada pada rentang usia 15-24 tahun (Hidayat, et. al., 2022). Pemuda merupakan seseorang dengan karakter dinamis, bahkan sering kali bergejolak dan optimis sehingga belum memiliki pengendalian emosi yang baik (Gahung et. al., 2017). Usia 16-18 tahun berada pada jenjang pendidikan menengah atas (Sekolah Menengah Atas/SMA/SMK/MA) (Kemenkes, 2019a). Siswa Sekolah menengah Atas sederajat berada pada kategori generasi muda atau pemuda, generasi muda lebih rentan mengalami prokrastinasi akademik karena dua faktor, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri atas *self regulated learning*, *self-efficacy*, manajemen waktu, dan kontrol diri. Sedangkan faktor eksternal mencakup dukungan sosial dari orang tua maupun teman sebaya (Mu'alima, 2021).

Hasil uji pada kategori nilai IPK terakhir sebesar 0,219 ( $\geq 0,05$ ) tidak terdapat perbedaan tingkat prokrastinasi akademik antara mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung yang memiliki nilai IPK terakhir kurang

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dari 3.00 ( $\leq 3.00$ ), mahasiswa dengan nilai IPK 3.00, dan mahasiswa dengan nilai IPK lebih dari 3.00 ( $\geq 3.00$ ) dengan yang tidak mengalami kenaikan IPK.

Mahasiswa dengan IPK  $\geq 3.00$  biasanya melakukan prokrastinasi akademik karena merasa harus sempurna dalam mengerjakan tugas sehingga mahasiswa menunda waktu lebih lama untuk menyelesaikan tugasnya, memperoleh data-data yang lebih akurat terkait mata kuliah tertentu juga mereka rela menunggu hingga minggu-minggu terakhir mendekati ujian sehingga bahan dan referensi yang dipelajari menjadi lebih lengkap dan menurut mereka lebih mudah, dan mengerjakan tugas lain yang lebih mendesak, sedangkan pada mahasiswa dengan IPK  $\leq 3.00$  melakukan prokrastinasi akademik karena takut untuk memulai karena mereka berpikir walaupun mereka mengerjakan tugas tersebut, hasil yang didapatkan tidak akan maksimal seperti pengerjaan tugas sebelumnya, sehingga menunda dan menunggu tugas dari mahasiswa lain yang mereka anggap lebih pintar dan mampu kemudian menjadikan tugas tersebut sebagai referensi, mereka menghindari kegagalan dalam mengerjakan tugas, tidak memiliki kepercayaan diri untuk menyelesaikan tugas yang diberikan karena merasa khawatir dan takut mengambil langkah untuk mengerjakan tugas yang seharusnya menjadi kewajibannya, mahasiswa dengan IPK  $\leq 3.00$  lebih sering melakukan prokrastinasi akademik karena gangguan-gangguan atau distraksi yang lebih menyenangkan dan menarik dibanding tugas yang seharusnya dikerjakan seperti pengaruh teman sebaya, social media, menonton film, maupun tidur (Sudjianto & Alimbudiono, 2021). Semakin individu tidak menyukai suatu tugas, mereka cenderung melakukan prokrastinasi akademik dan menggantinya dengan kegiatan lain yang lebih menarik atau menyenangkan (Steel, 2007).

#### **4.6 Perbandingan Pengendalian Diri Berdasarkan Sosiodemografi**

Berdasarkan pada tabel 4.6 hasil uji beda dapat dilihat dari hasil uji t-test pada kategori jenis kelamin dan uji ANOVA pada kategori usia, semester, jurusan, latar belakang pendidikan, dan nilai IPK terakhir yang bertujuan untuk melihat perbedaan pengendalian diri berdasarkan sosiodemografi.

**Tabel 4. 6 Hasil Uji Beda Pengendalian Diri Berdasarkan Sosiodemografi**

No.	Data Demografis	Kategori	N	Mean	Sig.
1.	Usia	18 tahun	18	86,33	0,310
		19 tahun	96	83,45	
		20 tahun	88	82,33	
		21 tahun	28	81,14	
		22 tahun	4	84,00	
2.	Jenis Kelamin	Laki-laki	114	83,62	0,271
		Perempuan	120	82,37	
3.	Semester	Semester 3	135	82,73	0,607
		Semester 5	99	83,32	
4.	Jurusan	Pendidikan Teknik Mesin	23	86,17	0,342
		Pendidikan Teknik Arsitektur	45	81,13	
		Pendidikan Teknik Bangunan	41	82,73	
		Pendidikan Teknik Elektro	25	84,36	
		Pendidikan Teknik Otomotif	22	83,14	
		Pendidikan Teknik Otomasi Industri dan Robotika	24	81,37	
		Pendidikan Teknologi Agroindustri	54	83,37	
5.	Latar Belakang Pendidikan	SMA	171	82,65	0,332
		SMK	63	83,89	
6.	Nilai IPK Terakhir	Kurang dari 3.00 ( $\leq$ 3.00)	66	83,15	0,333
		3.00	95	83,78	
		Lebih dari 3.00 ( $\geq$ 3.00)	73	81,79	

Berdasarkan hasil uji pengendalian diri, dapat diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat pengendalian diri antara mahasiswa berusia 18 tahun sampai dengan 22 tahun. Hal tersebut berdasarkan hasil uji beda pada kategori usia memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,310 ( $\geq$  0,05) yang berarti memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Semakin tua atau matang usia seseorang, maka semakin tinggi juga tingkat

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASINASI AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



pengendalian diri yang dimiliki karena seseorang yang sudah berusia lebih tua memiliki tanggung jawab dan sikap juga tindakan dan perilakunya (Azzaludin, 2023).

Hasil uji pada kategori jenis kelamin juga tidak terdapat tingkat pengendalian diri antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi 0,271 ( $\geq 0,05$ ) yang memiliki arti nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hamama & Hamama, (2019); Safaria, et. al., (2022) perempuan memiliki keterampilan pengendalian diri yang lebih baik daripada laki-laki, kecenderungan perempuan untuk terlibat terpengaruh hal yang negatif lebih rendah dikarenakan perbedaan budaya dan norma laki-laki dan perempuan, perempuan cenderung berkelompok dan menjaga keharmonisan sehingga memiliki kemampuan pengendalian diri yang lebih baik.

Pada mahasiswa semester 3 dan 5 memiliki hasil 0,607 ( $\geq 0,05$ ) yang berarti tidak memiliki perbedaan tingkat pengendalian diri antara mahasiswa semester 3 dan 5. Semakin tinggi semester kuliah yang diampu diharapkan mahasiswa memiliki tingkat pengendalian yang baik karena semakin matang usia semakin mudah dalam mempertimbangkan segala sesuatu terutama bertanggung jawab untuk menyelesaikan tugas yang lebih penting (Ginting, 2021).

Hasil uji pada kategori jurusan memiliki nilai signifikansi sebesar 0,342 ( $\geq 0,05$ ) tidak terdapat perbedaan tingkat pengendalian diri antara mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung dari jurusan Pendidikan Teknik Mesin, Pendidikan Teknik Arsitektur, Pendidikan Teknik Bangunan, Pendidikan Teknik Elektro, Pendidikan Teknik Otomotif, Pendidikan Teknik Otomasi Industri dan Robotika, dan Pendidikan Pendidikan Teknologi Agroindustri. Kesulitan pada jurusan kuliah yang diampu dapat memicu atau melatih daya juang dan pengendalian diri yang baik, karena apabila seseorang memiliki pengendalian diri yang baik mampu untuk mengendalikan segala keinginan dan mampu memutuskan sendiri nasib yang ada pada diri masing-masing sehingga apabila menghadapi kesulitan dan tetap mampu mengutamakan prioritas seperti menyelesaikan tugas maka ia memiliki pengendalian diri yang baik (Nugroho, 2018).

Hasil uji pada kategori latar belakang pendidikan memiliki nilai signifikansi 0,332 ( $\geq 0,05$ ) tidak terdapat perbedaan tingkat pengendalian diri antara mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung yang memiliki latar belakang pendidikan SMA dan SMK. Baik mahasiswa dari latar belakang SMA dan SMK

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

agar mampu mengendalikan setiap perilaku dan dapat memilih sesuatu yang boleh dan tidak boleh, terbentuknya pengendalian diri tidak luput dari kesadaran diri yang tinggi atas kemampuan yang dimiliki seseorang, kemampuan pengendalian diri berkembang seiring dengan kematangan emosi seseorang (Alif, 2017).

Hasil uji pada kategori mengalami kenaikan IPK sebesar 0,333 ( $\geq 0,05$ ) tidak terdapat perbedaan tingkat pengendalian diri antara mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung yang mengalami kenaikan IPK dengan yang tidak mengalami kenaikan IPK. Seseorang dengan pengendalian diri yang tinggi memiliki IPK yang lebih baik daripada seseorang yang memiliki pengendalian diri rendah. Hal tersebut dapat terjadi karena pengendalian diri membuat seseorang memiliki kedisiplinan diri dan menghindari prokrastinasi, sehingga berdampak pada peningkatan performansi akademis maupun performansi kerja (Tangney, et. al., 2004).

#### **4.7 Hasil Uji Hipotesis Penelitian**

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik regresi linier berganda dengan tujuan untuk menganalisis variabel *self-efficacy* ( $X_1$ ) dan pengendalian diri ( $X_2$ ) sebagai variabel prediktor pada prokrastinasi akademik ( $Y$ ) pada mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung. Selanjutnya melakukan uji korelasi, koefisien determinasi, dan pengujian hipotesis simultan dan parsial.

##### **4.7.1 Hasil Pengujian Hipotesis I: *Self-Efficacy* sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik**

Berikut adalah hasil uji hipotesis pertama regresi sederhana yang telah dilakukan yaitu *self-efficacy* sebagai prediktor pada prokrastinasi akademik. Perhitungan uji regresi dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS 22 for Windows. Hasil uji regresi dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 4. 7 Hasil Uji Regresi Pengaruh *Self-Efficacy* sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
	B	Std. Error	Coefficients		
1	(Constant)	127,987		17,237	0,000
	<i>Self-Efficacy</i>	-1,062	0,311	-3,977	0,000

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, maka di peroleh hasil persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 127,987 + (-1,062)X_1$$

Hasil perhitungan uji regresi pengaruh *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada tabel 4.7 menunjukkan nilai konstanta sebesar 127,987 dan nilai pada variabel *self-efficacy* sebesar -1,062 serta nilai signifikansinya sebesar 0,000. Nilai signifikansi dibawah 0,005 ( $\leq 0,005$ ), menunjukkan bahwa variabel *self-efficacy* berpengaruh terhadap variabel prokrastinasi akademik.

Pada perhitungan rumus di atas, nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $\leq 0,05$ ) *self-efficacy* tberpengaruh pada prokrastinasi akademik. 127,987 merupakan nilai konstanta dari variabel prokrastinasi akademik yang berarti jika *self-efficacy* tidak berpengaruh maka prokrastinasi akademik pada mahasiswa bernilai 127,987. Nilai koefisien dari *self-efficacy* sebesar -1,062 memiliki makna bahwa setiap peningkatan *self-efficacy* akan menyebabkan penurunan skor prokrastinasi akademik sebesar -1,062. Terdapat tanda negatif dalam koefisien variabel *independent* ( $X_1$ ) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel *independent* ( $X_1$ ) dengan variabel *dependent* (Y). Semakin tinggi *self-efficacy* yang dialami mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Berikut besar kontribusi variabel *self-efficacy* dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 4. 8 Hasil R square *Self-Efficacy* sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik**

Model Summary <sup>b</sup>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,311 <sup>a</sup>	0,097	0,090	14,237

a. Predictors: (Constant), *Self-Efficacy*

b. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 4.8 dapat dijelaskan bahwa koefisien determinasi diperoleh dengan hasil *rsquare* sebesar 0,097 variabel *self-efficacy* memiliki kontribusi sebesar 9,7% dalam menjelaskan prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung. Terdapat 90,3% prediktor (variabel independen lain) yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Simbol e merupakan *error* penelitian yang dapat bersumber dari faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung.

#### 4.7.2 Pengujian Hipotesis II : Pengendalian Diri sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik

Hasil uji hipotesis kedua regresi sederhana dilakukan dengan menguji pengaruh variabel pengendalian diri sebagai prediktor prokrastinasi akademik. Perhitungan uji regresi dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS 22 for Windows. Hasil uji regresi dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 4. 9 Hasil Uji Regresi Pengendalian Diri sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik**

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	161,315	3,784		42,635	0,000
	Pengendalian Diri	-0,760	0,045	-0,80	-16,822	0,000

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, maka di peroleh hasil persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 161,315 + (-0,760)X_2$$

Hasil perhitungan uji regresi pengaruh pengendalian diri terhadap prokrastinasi akademik pada tabel 4.9 menunjukkan nilai konstanta sebesar 161,315 dan nilai pada variabel pengendalian diri sebesar -0,760 serta nilai signifikansinya sebesar 0,000. Nilai signifikansi di bawah 0,005 ( $\leq 0,005$ ), menunjukkan bahwa variabel pengendalian diri berpengaruh signifikan terhadap variabel prokrastinasi akademik.

Pada perhitungan rumus di atas, nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $\leq 0,05$ ) pengendalian diri berpengaruh pada prokrastinasi akademik. 161,315 merupakan nilai konstanta dari variabel prokrastinasi akademik yang berarti jika *self-efficacy* tidak berpengaruh maka prokrastinasi akademik pada mahasiswa bernilai 161,315. Nilai koefisien dari pengendalian diri sebesar -0,760 memiliki makna bahwa setiap peningkatan pengendalian diri akan menyebabkan penurunan skor prokrastinasi akademik sebesar -0,760. Terdapat tanda negatif dalam koefisien variabel *independent* ( $X_2$ ) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel *independent* ( $X_2$ ) dengan variabel *dependent* (Y). Semakin pengendalian diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik.

**Tabel 4.10 Hasil R square Pengaruh Pengendalian Diri sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik**

Model Summary					
Model	R	R Square	Adjusted Square	R	Std. Error of the Estimate
1	0,810 <sup>a</sup>	0,657		0,654	8,778

a. Predictors: (Constant), Pengendalian Diri

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 4.10 dapat dijelaskan bahwa koefisien determinasi diperoleh dengan hasil *rsquare* sebesar 0,657 variabel pengendalian diri memiliki kontribusi sebesar 65,7% dalam menjelaskan prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung. Terdapat 34,4% prediktor (variabel independen lain) yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Simbol e merupakan *error* penelitian yang dapat bersumber dari Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pengendalian diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung.

#### 4.7.3 Pengujian Hipotesis III : *Self-Efficacy* dan Pengendalian Diri sebagai Prediktor prokrastinasi Akademik

Berikut adalah hasil uji hipotesis ketiga regresi linier berganda yang telah dilakukan yaitu *self-efficacy* dan pengendalian diri sebagai prediktor pada prokrastinasi akademik. Perhitungan uji regresi dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS 22 for Windows. Hasil uji regresi dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 4.11 Hasil Uji Regresi Pengaruh *Self-Efficacy* dan Pengendalian Diri terhadap Prokrastinasi Akademik**

		Coefficients <sup>a</sup>				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	193,264	4,934		39,170	.000
	<i>Self-Efficacy</i>	-1,138	0,136	-0,333	-8,367	.000
	Pengendalian Diri	-0,769	0,037	-0,819	-20,588	.000

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, maka di peroleh hasil persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 193,264 + (-1,138)X_1 + (-0,769)X_2$$

Berdasarkan tabel 4.11 diatas pada variabel *self-efficacy* dan pengendalian diri memiliki nilai konstanta sebesar 193,264 dan nilai  $\beta_1$  sebesar -1,138 dan  $\beta_2$  -0,769 dengan nilai signifikansi pada variabel *self-efficacy* dan pengendalian diri sebesar 0,000. Nilai signifikansi dibawah 0,05 ( $\leq 0,05$ ), menunjukkan bahwa variabel *self-efficacy* dan pengendalian diri berpengaruh terhadap variabel prokrastinasi akademik. Nilai Pengendalian Diri (-0,769) lebih besar dibandingkan dengan *self-efficacy* (-1,138) pada penelitian ini. Variabel *self-efficacy* dan pengendalian diri secara simultan dapat mempengaruhi variabel prokrastinasi akademik.

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

**Tabel 4.12 Hasil Rsquare Pengaruh *Self-Efficacy* dan Pengendalian Diri sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik**

Model Summary <sup>b</sup>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,876 <sup>a</sup>	0,767	.0,764	7,249

a. Predictors: (Constant), Pengendalian Diri, *Self-Efficacy*

b. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 4.12 dapat dijelaskan bahwa koefisien determinasi diperoleh dengan hasil *rsquare* sebesar 0,767 variabel *self-efficacy* dan pengendalian diri memiliki kontribusi sebesar 76,7% dalam menjelaskan prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung. Terdapat 23,3% prediktor (variabel independen lain) yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Simbol e merupakan *error* penelitian yang dapat bersumber dari faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* dan pengendalian diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung.

**Tabel 4.13 Hasil Nilai Pengaruh *Self-Efficacy* dan Pengendalian Diri terhadap Prokrastinasi Akademik**

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	25479,856	2	12739,928	242,452	0,000 <sup>b</sup>
	Residual	7724,284	147	52,546		
	Total	33204,140	149			

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

b. Predictors: (Constant), Pengendalian Diri, *Self-Efficacy*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel *self-efficacy* dan pengendalian diri berpengaruh dengan variabel prokrastinasi akademik dengan nilai signifikansi 0,000 (< 0,05). Pada tabel 4.10 mendeskripsikan tingkat signifikansi. Berdasarkan hasil uji ANOVA atau F-test didapat F-hitung sebesar 242,452, sedangkan nilai kuadrat regresi sebesar 25479,856 dan nilai kuadrat residu sebesar 7724,284 dengan tingkat signifikansi sebesar

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

0,000. Karena tingkat signifikansi atau probabilitas lebih rendah dari 0,05 ( $\leq 0,05$ ) maka regresi ini bisa dipakai untuk memprediksikan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas pendidikan teknik dan kejuruan perguruan tinggi negeri kota Bandung. Berarti, tingkat *self-efficacy* dan tingkat pengendalian diri secara bersama-sama berpengaruh terhadap tingkat prokrastinasi akademik.

#### 4.8 Pembahasan

Penelitian yang dilakukan oleh Prabowo et. al. (2023) yang mengemukakan, dampak positif yang dirasakan mahasiswa apabila *self-efficacy* mahasiswa baik adalah memiliki komitmen yang kuat terhadap minat dan kegiatan yang dilakukan, tidak butuh waktu lama untuk bangkit dan kembali bersemangat dari rasa sedih atau kecewa, mampu mengembangkan minat agar dapat berpartisipasi dalam berbagai kegiatan yang diikuti, dan menganggap tantangan sebagai sesuatu yang harus dikuasai. *Self-efficacy* merupakan kualitas kepribadian seseorang yang dapat mendukung ataupun memperburuk prokrastinasi akademik mahasiswa (Tuaputimain, 2021). Hasil penelitian Putra, et. al. (2023) pada mengungkapkan bahwa mahasiswa dengan *self-efficacy* yang baik menandakan tingkat prokrastinasi akademik yang semakin berkurang.

*Self-efficacy* merupakan salah satu faktor penting yang berperan terhadap tingkat prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa. *Self-efficacy* yang kurang baik dapat meningkatkan prokrastinasi akademik, perasaan kurang percaya diri, merasa tidak mampu, hingga memunculkan masalah dalam akademik dan sehari-hari mahasiswa. Dengan kata lain, *self-efficacy* yang kurang baik dapat meningkatkan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Hal tersebut dapat menghambat penyelesaian studi mahasiswa selama perkuliahan.

Keyakinan mahasiswa dalam kemampuannya menyelesaikan tugasnya merupakan faktor penting yang perlu dikembangkan selama berkuliah (Asmita, 2021), mahasiswa dengan *self-efficacy* yang baik memiliki kemampuan dalam memandang tingkat tugas yang beragam (Oktariani, 2018), *self-efficacy* yang baik juga ditandai dengan ketahanan dan keuletan individu dalam menyelesaikan tugas (Fadjriasti, 2023), mahasiswa dengan *self-efficacy* yang baik memiliki kemampuan dalam seberapa luas keyakinan yang dimiliki oleh dalam mengerjakan tugas (Sari, 2021).

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



*Self-efficacy* juga mampu membuat mahasiswa menurunkan tingkat prokrastinasi akademik dalam mengerjakan tugas (Putri, et. al, 2012). Sebaliknya, *self-efficacy* yang kurang baik menyebabkan kecenderungan tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi (Nurfadhilah, et. al., 2023). Jurusan teknik terkenal dengan tingkat kesulitan tugas yang cukup tinggi, oleh karena itu mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang baik mampu untuk tetap termotivasi dan mampu menghadapi kesulitan tugas yang dialami (Halawa, 2020). *Self-efficacy* penting dimiliki oleh mahasiswa karena *self-efficacy* membantu mahasiswa untuk tetap yakin untuk menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik dan tidak mudah berputus asa juga mengatasi stress akibat kesulitan selama perkuliahan (Damri, et. al., 2017).

Prokrastinasi akademik selalu menjadi problematika bagi mahasiswa, mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik karena kecemasan yang dialami oleh mahasiswa baik melakukan prokrastinasi akademik karena ingin tugas tersebut sempurna juga ingin mengesampingkan tugas tersebut karena dianggap terlalu sulit sehingga tugas-tugasnya sebagai mahasiswa seringkali terbengkalai dan memilih untuk menunda menyelesaikan tugas-tugasnya (Dharma, 2020). Prokrastinasi akademik tidak hanya membahas mengenai penundaan dalam mengerjakan tugas, tetapi juga dalam mempersiapkan belajar untuk ujian (Wicaksono, 2017). Prokrastinasi akademik juga memiliki pengaruh dengan pengendalian diri mahasiswa dalam menahan keinginan untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan selain mengerjakan tugas (Chisan & Jannah, 2021).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengendalian diri mahasiswa yaitu faktor internal dan eksternal, faktor internal meliputi usia, cara orang tua menegakkan disiplin, cara orang tua merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi orang tua, cara orang tua mengekspresikan kemarahan, sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan dan keluarga tempat mahasiswa tumbuh (Sawal & Rudin, 2022). Pengendalian diri mahasiswa yang baik ditandai dengan mampu mengendalikan dirinya, menekan stimulus yang memicu emosi (Fachrozie, et. al., 2021). Kontradiktif dengan hasil penelitian sebelumnya, pengendalian diri yang buruk dapat menyebabkan prokrastinasi akademik terjadi pada diri mahasiswa (Devayanti, et. al., 2022). Pengendalian diri mahasiswa dapat dikembangkan apabila mahasiswa memiliki keinginan

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

untuk mengendalikan dirinya dan berlatih untuk menekan stimulus yang memicu emosi meskipun faktor internal dan eksternal berperan didalamnya.

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda dalam kegiatan yang berkaitan dengan aktifitas akademik, perilaku tersebut menjadi kebiasaan yang buruk bagi mahasiswa sehingga dapat menghambat performa akademik mahasiswa selama perkuliahan dan *self-efficacy* juga pengendalian diri sebagai prediktor bagi dirinya sendiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan prokrastinasi akademik tinggi adalah individu yang memiliki permasalahan memiliki keyakinan diri yang rendah dan kesulitan untuk mengendalikan diri yang menyebabkan individu memilih untuk melakukan prokrastinasi akademik (Paramithasari, et. al., 2022). Dengan kata lain, prokrastinasi akademik mempengaruhi disfungsi psikologis individu dan stress karena mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik akan menghadapi *deadline* tugas (Triyono & Khairi, 2018).

*Self-efficacy* yang baik, cenderung ditampilkan oleh mahasiswa yang tekun berusaha menguasai pembelajaran, lebih mengejar tujuan penguasaan yang melibatkan tantangan dan mendapatkan pengetahuan baru serta tujuan kinerja yang melibatkan nilai bagus dan mampu mengungguli mahasiswa lain (Rahayu, 2019). *Self-efficacy* yang tinggi dirasakan oleh mahasiswa ketika mahasiswa memiliki keyakinan bahwa ia mampu melakukan sesuatu dan mampu menangani situasi (Wulandari, et. al., 2022). Ketika mahasiswa memiliki *self-efficacy* yang rendah maka menunjukkan performansi yang sebaliknya yaitu merasa tidak yakin dengan dirinya, mudah menyerah saat dihadapkan dengan tantangan, dan kesulitan untuk mengungguli mahasiswa lain sehingga muncul perilaku prokrastinasi akademik (Nurfadhilah, et. al., 2023). Hal tersebut mengakibatkan terhambatnya penyelesaian dan performa mahasiswa selama perkuliahan karena apabila mahasiswa memiliki *self-efficacy* yang buruk (Venanda, 2022).

*Self-efficacy* yang buruk juga dapat mempengaruhi pengendalian diri yang buruk juga sehingga mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik (Nuryadi & Ginting, 2017). Pengendalian diri yang baik harus dimiliki mahasiswa agar mahasiswa dapat mengerjakan dan menyelesaikan tugasnya tepat waktu dan fokus pada perkuliahan (Lestari & Dewi, 2018). Mahasiswa dengan pengendalian diri yang baik diiringi dengan *self-efficacy* yang baik mampu melawan keinginan untuk melakukan prokrastinasi akademik karena

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

mahasiswa mampu memahami pentingnya *self-efficacy* dan pengendalian diri selama berkuliah (Wulandari & Mariskha, 2020). Dengan kata lain, tingkat prokrastinasi akademik, pengendalian diri, dan *self-efficacy* berkaitan dengan performansi mahasiswa selama berkuliah.

#### **4.9 Keterbatasan Penelitian**

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah sampel penelitian terbagi pada 7 jurusan, 2 angkatan di FPTK sehingga tidak dapat digeneralisasikan pada seluruh mahasiswa FPTK. Pada penelitian ini, terdapat perbedaan jumlah responden lebih baik penelitian dilakukan dengan satu angkatan yang sama untuk melihat perbedaan pada tiap latar belakang sosiodemografi responden. Penelitian ini hanya terbatas pada *self-efficacy* dan pengendalian diri sebagai prediktor pada prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh sehingga belum termasuk pada tindakan yang berbentuk pengembangan karena penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif maka terjadi faktor-faktor lain di luar variabel penelitian. Instrumen GSE yang digunakan dalam penelitian ini hanya mengukur *self-efficacy* secara umum dan instrumen SCS yang digunakan dalam penelitian ini hanya mengukur pengendalian diri secara umum. Pada instrumen GSE hanya terdapat 10 item pernyataan, baik pada instrumen GSE dan SCS kurang mengungkap dalam bidang pendidikan.

Sarah Shafiya Fadinastasha, 2024

SELF-EFFICACY DAN PENGENDALIAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA  
PENDIDIKAN TEKNIK DAN KEJURUAN PERGURUAN TINGGI NEGERI KOTA BANDUNG  
Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)