

SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW TENTANG HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling



oleh
Faadhilaah Nur Rizki
NIM 1806578

**PROGRAM STUDI SARJANA BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2022**

BAB I PENDAHULUAN

Bab I membahas mengenai *self-efficacy*, prokrastinasi akademik, gap penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.

1.1 Latar Belakang

Self-efficacy merupakan penilaian pribadi atas dasar kekuatan seseorang dalam menyusun dan melakukan tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Bandura, 1995; Hen & Goroshit, 2014). *Self-efficacy* sangat mempengaruhi pilihan yang dirancang oleh seseorang, perjuangan yang akan mereka keluarkan, dan seberapa lama mereka bertahan dalam menghadapi tantangan atau permasalahan (Hen & Goroshit, 2014). Bandura (1977) beranggapan bahwa *self-efficacy* mempengaruhi tingkat usaha, ketekunan, dan pilihan aktivitas (Bandura, 1995). Seseorang dengan rasa keberhasilan yang tinggi untuk menyelesaikan tugas pendidikan akan berpartisipasi lebih siap, bekerja lebih keras, dan bertahan lebih lama dalam menghadapi tantangan atau permasalahan (Bandura, 1995; Hen & Goroshit, 2014). Aspek pengetahuan *social cognitive* tentang diri atau *self-knowledge* salah satunya ialah *self-efficacy* (Arifin et al., 2014). Teori *social cognitive* dari Bandura sangat cocok untuk menjelaskan hubungan kompleks dari prokrastinasi akademik, *self-efficacy*, dan prestasi akademik dalam konteks pendidikan (Judge & Bono, 2001).

Prokrastinasi adalah disposisi yang memiliki korelasi kognitif, konatif, dan emotif (Akinsola et al., 2007). Prokrastinasi akademik mempengaruhi seseorang secara pasif dan kurang memiliki kontrol diri serta seseorang dengan *self-efficacy* rendah dan prokrastinasi akademik yang tinggi dapat menyebabkan prestasi akademik yang buruk (Judge & Bono, 2001). Penundaan dari perilaku prokrastinasi akademik artinya individu tersebut kehilangan kemungkinan bahwa suatu tugas akan diselesaikan dengan sukses dan optimal (Ferrari et al., 1995). Penundaan di sini maksudnya bukan hanya tindakan menghindari tugas yang mungkin pada keadaan tertentu menjadi keputusan yang sangat logis, tetapi bahwa individu yang menunda tidak bermaksud untuk mengabaikan atau menghindari

tugas yang ditunda namun individu yang menunda tugas hanya melewati ketika optimal yang harus dimulai untuk menjamin kemungkinan maksimal penyelesaian tugas yang berhasil (Ferrari et al., 1995).

Prokrastinasi akademik umumnya diamati pada kegiatan akademik seperti membuat makalah, belajar untuk ujian, dan mengurus tugas akademik (Solomon & Rothblum, 1984; Steel, 2011), dan merupakan fenomena umum di lingkungan anak sekolah menengah dan tingkat universitas (Rabin et al., 2011; Wolters, 2003). Faktor yang berpengaruh pada kesuksesan mahasiswa di perguruan tinggi adalah mahasiswa yang mampu mengorganisir dengan baik tugas yang diberikan oleh pengajar dengan tepat dan sesuai dengan tenggat waktu yang ditentukan (Damri et al., 2017).

Permasalahan yang dialami oleh mahasiswa meningkat pada saat pandemi yang terjadi pada saat ini sehingga membuat prokrastinasi akademik yang dialami mahasiswa semakin meningkat dari sebelumnya (Fadila & Khoirunnisa, 2021). Berbagai alasan yang membuat perilaku prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa meningkat yaitu mulai dari kesulitan mencari topik penelitian, *stress*, malas, semangat yang menurun, kurangnya motivasi, rendahnya kepercayaan diri, dan kurangnya keyakinan akan kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa atau biasa yang disebut *self-efficacy* (Fadila & Khoirunnisa, 2021).

Prokrastinasi akademik sebagian besar bergantung pada tugas, diantara mahasiswa dalam kursus pengantar psikologi, 46% siswa melaporkan penundaan ketika menulis makalah, 30% ketika membaca tugas mingguan, 28% ketika belajar untuk ujian, 23% untuk tugas kehadiran, dan 11% untuk tugas administrasi (Solomon & Rothblum, 1984) sehingga menghasilkan penelitian bahwa ketakutan akan kegagalan dan keengganan tugas adalah motif utama yang dilaporkan (Schouwenburg, 1992).

Beberapa studi yang dilakukan menunjukkan bahwa 20% orang dewasa dilaporkan menunda-nunda tugas sehari-hari dan tingkat penundaan bahkan lebih tinggi di lingkungan akademik (Hammer & Ferrari, 2002); sebanyak 52% siswa yang mereka selidiki menunda tugas akademik mereka (Özer et al., 2009); sekitar 50% siswa terlibat dalam penundaan terus-menerus (Rozental & Carlbring, 2014); dan kebiasaan menunda-nunda dalam lingkungan akademik biasanya dianggap

sebagai fenomena yang meresahkan (Wang et al., 2021). Studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa penundaan akademik terkait dengan kinerja akademik yang buruk, peningkatan risiko kesehatan, dan hubungan yang tegang, dan dikaitkan dengan depresi, kecemasan, dan stres (Goroshit, 2018; Moon & Illingworth, 2005; Sirois, 2013; Schraw et al., 2007; Tice & Baumeister, 1997).

Penelitian yang dilakukan oleh Zusya & Akmal (2016) menunjukkan hasil penelitian bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi (Zusya & Akmal, 2016). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nuruddin (2010) yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* akademik tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik (Zusya & Akmal, 2016). Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Julianda (2012) menunjukkan bahwa terdapat korelasi *negative* yang signifikan namun kurang mencukupi (Julianda, 2012). Kemudian, hasil penelitian Kandemir (2014c) mengungkapkan bahwa keyakinan *self-efficacy* akademik individu secara positif dan signifikan memprediksi dan kecenderungan terhadap prokrastinasi akademik. Literatur memiliki beberapa penelitian yang mendukung penelitian ini, Aydogan & Zbay (2011) menemukan hubungan positif dan tidak signifikan antara keyakinan *self-efficacy* akademik dan penundaan. Haycock, McCarthy, & Skay (1998) menentukan dalam penelitian mereka bahwa tingkat kepercayaan yang tinggi pada *self-efficacy* secara positif dan signifikan memprediksi penundaan akademik. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Damri et al., (2017) membuktikan bahwa terdapat hubungan *negative* signifikan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik (Damri et al., 2017). Sejalan dengan penelitian Damri et al., penelitian yang dilakukan oleh Nuruddin (2014) meyakinkan bahwa *self-efficacy* terdapat korelasional *negative* signifikan dengan perilaku prokrastinasi akademik (Nuruddin, 2014).

Kesenjangan penelitian yang muncul akibat ditemukannya variasi hasil penelitian yang satu dengan penelitian yang lain dengan variabel yang sama yaitu *self-efficacy* dan *academic procrastination*. Sehingga penulis ingin mengisi kesenjangan dalam membuktikan bahwa *self-efficacy* ini mempunyai hubungan negatif yang signifikan terhadap *academic* seseorang yaitu dengan tugas-tugas

perkuliahan.

Individu yang berusaha keras dan memiliki motivasi yang tinggi akan mempunyai *self-efficacy* tinggi, sebaliknya jika individu mempunyai *self-efficacy* yang rendah maka upaya yang dilakukan dan *motivation* yang dimilikinya rendah juga (Widyastuti, 2013). Berdasarkan pengamatan yang didapat jika individu tekun dalam belajar atau bekerja maka individu tersebut dapat menangani permasalahan atau situasi apabila individu tersebut memiliki hambatan dan selalu bersaha dengan gigih sampai tujuan yang telah ia tetapkan terwujud dengan baik dan perilaku tersebut ialah ditentukan oleh *self-efficacy* yang dimilikinya (Rahmadini, 2011).

Oleh sebab itu, penelitian ini esensial dilakukan karena *self-efficacy* menyanggah posisi yang penting dalam dinamika prokrastinasi. Seseorang dengan keyakinan yang ada dalam diri dan harapan keberhasilan yang tinggi membuat seseorang akan mempunyai harapan yang tinggi untuk mewujudkan tujuannya sehingga memiliki tingkat prokrastinasi rendah dan sebaliknya. Perlu ditegaskan bahwa posisi mahasiswa itu adalah sebagai seorang akademik di perguruan tinggi yang harus mempunyai keutuhan dan sikap terang-terangan seperti layaknya perilaku seorang akademik. Maka tidak seimbang perilaku yang tidak baik, seperti *academic procrastination* dimiliki oleh seorang mahasiswa. Penelitian mengungkapkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik itu akan mempengaruhi prestasi akademik seorang mahasiswa.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa penelitian satu dengan yang lainnya menunjukkan hasil yang berbeda. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis gabungan hasil penelitian dengan topik yang sama yaitu mengenai *self-efficacy* dan *academic procrastination* pada mahasiswa.

1.2 Rumusan Masalah

Mahasiswa mengalami permasalahan yang bermula dari diri individu itu sendiri yaitu ada kecenderungan mahasiswa yang tidak bisa berkonsentrasi pada saat menuntaskan tugas, enggan dalam mengerjakan tugas, lambat dalam menuntaskan tugas sehingga perlu beberapa waktu yang lebih untuk menuntaskan tugas tersebut dan lebih memilih untuk mengerjakan aktivitas lain yang lebih seru dan tidak

menantang daripada menuntaskan tugasnya sendiri sehingga mereka merasa tidak mampu untuk menyelesaikannya atau mahasiswa tersebut memiliki *self-efficacy* yang rendah. Pada saat pandemi, mahasiswa mengalami peningkatan dalam melakukan *academic procrastination* dibandingkan sebelumnya yang diungkap dalam beberapa alasan yang mewujudkan perilaku *academic procrastination* yang dialami mahasiswa itu meningkat yaitu terhambatnya dalam mencari topik penelitian, enggan dalam menuntaskan tugas, *stress*, semangat yang menurun, kurangnya motivasi, rendahnya *self-confidence*, dan kurangnya *self-efficacy*. Berdasarkan permasalahan di atas, rumusan masalah dari penelitian ini adalah:

- 1) Bagaimana temuan penelitian jurnal *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
- 2) Bagaimana gabungan dari hasil temuan penelitian jurnal *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

1.3 Tujuan Penelitian

Beberapa studi telah mempelajari *self-efficacy* dalam konteks akademik, seperti studi yang dilakukan oleh Zusya & Akmal (2016) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* akademik dengan *academic procrastination* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi (Zusya & Akmal, 2016). Nuruddin (2010) menunjukkan bahwa *self-efficacy* akademik tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan *academic procrastination* (Zusya & Akmal, 2016). Julianda (2012) menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan namun kurang memadai karena adanya cara pandang seseorang terhadap kemampuannya dalam menilai sesuatu sehingga menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi (Julianda, 2012). Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Damri et al., (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *academic procrastination* (Damri et al., 2017). Nuruddin (2014) menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan yang negatif signifikan dengan perilaku *academic procrastination* (Nuruddin, 2014).

Berdasarkan pola penelitian di atas, tujuan dari penelitian ini adalah menggabungkan temuan jurnal-jurnal *self-efficacy* dan *academic procrastination*

pada mahasiswa. Sementara itu, tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk:

- 1) Mendeskripsikan temuan penelitian jurnal *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
- 2) Menganalisis gabungan dari hasil temuan penelitian jurnal *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian adalah faedah dari hasil penelitian, baik bagi pengembangan program maupun ilmu pengetahuan. Secara spesifik, manfaat penelitian di bagi menjadi dua aspek, yaitu:

1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai *self-efficacy* dan *academic procrastination* pada mahasiswa serta diharapkan sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan yang dipelajari di bangku perkuliahan.

2) Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman konselor dalam menerapkan pengetahuan terhadap masalah yang dihadapi secara nyata serta diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi konselor dalam membentuk *self-efficacy* yang baik bagi mahasiswa. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan masukan kepada peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang lebih akurat dan mengembangkan metode meta-analisis serta luaran skripsi yaitu buku panduan yang dapat bermanfaat dalam melatih *self-efficacy* untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan skripsi ini dibuat dengan sistematika sesuai Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2019. Adapun struktur organisasi dalam penelitian ini dibagi dalam lima bab, yaitu Bab I yaitu pendahuluan yang di dalamnya membahas latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi. Bab II adalah kajian pustaka yang di dalamnya membahas

kajian teoritik tentang teori dari variabel penelitian, penelitian terdahulu, kerangka pikir, dan hipotesis. Bab III adalah metode penelitian yang mencakup desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen, prosedur penelitian, dan analisis data. Bab IV adalah temuan dan pembahasan yang mencakup hasil-hasil penelitian diikuti dengan pembahasan. Bab V adalah simpulan dan rekomendasi.