



**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA BK UPGRIS ANGKATAN 2019**

**SKRIPSI**

**OLEH**

**IIS HIDAYAH**

**NPM 19110190**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS PGRI SEMARANG**

**2023**



**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA BK UPGRIS ANGKATAN 2019**

**SKRIPSI**

Di Ajukan Kepada Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas PGRI SEMARANG

Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

**OLEH**

**IIS HIDAYAH**

**NPM 19110190**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS PGRI SEMARANG**

**2023**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA BK UPGRIS ANGKATAN 2019**

**Yang disusun dan diajukan oleh**

**IIS HIDAYAH**

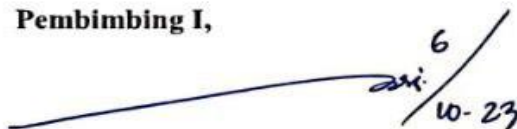
**NPM 19110190**

**Telah disetujui oleh pembimbing untuk dilanjutkan dihadapan Dewan**

**Penguji**

**Semarang, Oktober 2023**

**Pembimbing I,**

Handwritten signature of Dr. Heri Saptadi Ismanto in blue ink, with the date '6/10-23' written next to it.

**Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd.,M.Pd.,Kons**

**NPP. 106701254**

**Pembimbing II,**

Handwritten signature of Agus Setiawan in blue ink.

**Agus Setiawan, S.Pd.,M.Pd.**

**NPP. 148401455**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA BK UPGRIS ANGKATAN 2019

Yang disusun dan diajukan oleh

IIS HIDAYAH

NPM 19110190

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal 3 November 2023  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji



Dr. Amri Handayani, S.Psi., M.Si.  
NPP. 997401149

Sekretaris

Dr. Dini Rakhmawati, S.Pd., M.Pd.  
NPP. 088501216

Penguji I

Dr. Venty, S.Ag., M.Pd.  
NPP. 118301363

Penguji II

Agus Setiawan, S.Pd., M.Pd.  
NPP. 148401455

Penguji III

Dr. G. Rohastono Ajie, M.Pd.  
NPP. 005311011

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### **Motto:**

Tuhan akan selalu setia kepadamu. Ia akan memeliharaku dari segala kondisi yang jahat dan membawaku menuju terang. Karena itu, tetaplah berusaha dan percaya akan Tuhan. (Iis Hidayah)

### **Persembahan:**

Kupersembahkan skripsi ini untuk :

1. Suami tercinta, Rieder Anggiat Natanael Sihombing, S.H.,M.H., yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat.
2. Anak terkasih, Jason Adriel Zio Polin Sihombing yang selalu menjadi sumber kekuatan.
3. Ayah, Ibu, Papa Mertua dan Mama Mertua yang senantiasa mendoakan setiap langkahku.
4. Keluarga besar yang selalu ikhlas memberikan kekuatan dan ketegaran dalam menghadapi segala cobaan.
5. Sahabat-sahabat tercinta yang selalu bersama dalam suka dan duka.
6. Teman-teman jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2019.
7. Almamater Universitas PGRI Semarang

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Iis Hidayah

NPM : 19110190

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya buat ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila pada kemudian hari terbukti atau dibuktikan skripsi ini hasil plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Semarang, Oktober 2023

Yang membuat pernyataan

Iis Hidayah

## ABSTRAK

**Iis Hidayah. NPM 19110190: “Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019”** Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Semarang 2023.

Mahasiswa memiliki beban tugas akademik yang beragam sehingga beberapa mahasiswa melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas akademiknya. Berbagai hal yang menjadi penyebab perilaku prokrastinasi pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019 dalam menjalankan kuliah dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman dari materi yang didapatkan, kemalasan untuk belajar, bermain dengan teman dan waktu belajar yang terpakai untuk kegiatan lainnya yang lebih menyenangkan atau menghibur. sehingga ini menjadi factor penunda selesainya proses perkuliahan, maka mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019 diharapkan memiliki efikasi diri yang tinggi supaya dapat memotivasi dan mendorong dirinya untuk lebih giat dalam menyelesaikan studinya.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019. Subjek penelitian pada penelitian ini berjumlah 112 mahasiswa, pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik proportional insidental sampling. Variabel efikasi diri diukur menggunakan skala berdasarkan aspek-aspek efikasi diri dari Bandura yang terdiri dari 32 item, sedangkan variabel prokrastinasi akademik diukur menggunakan skala yaitu skala berdasarkan aspek-aspek dari Ferrari yang terdiri dari 27 item.

Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis korelasi Pearson Product Moment dan diperoleh hasil Pearson Correlation = -0,661 dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), menunjukkan ada hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, yang berarti semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya jika efikasi diri rendah maka prokrastinasi akademik mahasiswa akan cenderung tinggi.

**Kata Kunci : Efikasi Diri, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa**

## **PRAKATA**

Segala syukur dan puji hanya bagi Tuhan Yesus Kristus, oleh karena anugerah-Nya yang melimpah, kemurahan dan kasih setia yang besar akhirnya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan lancar.

Skripsi yang berjudul “Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019” ini disusun untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari hambatan dan rintangan serta kesulitan-kesulitan. Namun berkat bimbingan, bantuan, nasihat, dan dorongan serta saran-saran dari berbagai pihak, khususnya pembimbing, segala hambatan dan rintangan serta kesulitan tersebut dapat teratasi dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis sampaikan terimakasih kepada:

1. Dr. Sri Suciati, M.Hum., Rektor Universitas PGRI Semarang yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas PGRI Semarang.
2. Dr. Arri Handayani, S.Psi.,M.Si., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian.
3. Dr. Dini Rakhmawati, S.Pd.,M.Pd., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah menyetujui usulan topik skripsi penulis.
4. Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd.,M.Pd.,Kons, Pembimbing I yang telah mengarahkan penulis dengan penuh kesabaran dan kecermatan.



5. Agus Setiawan, S.Pd.,M.Pd., Pembimbing II yang telah mengarahkan penulis dengan penuh kesabaran dan kecermatan.
6. Berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca dan bagi para pendidik. Kritik dan saran selalu penulis harapkan demi semakin berkualitasnya skripsi ini.

Semarang, Oktober 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR.....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	v
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
PRAKATA.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN TEORI.....	10
A. Efikasi Diri .....	10
1. Pengertian Efikasi Diri .....	10
2. Faktor-Faktor Pembentuk Efikasi Diri .....	11
3. Aspek-Aspek Efikasi Diri .....	14
4. Fungsi Efikasi Diri .....	17
5. Dampak Efikasi Diri.....	18
B. Prokrastinasi Akademik .....	19
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik .....	20

2. Jenis-jenis Tugas dalam Prokrastinasi Akademik.....	22
3. Faktor-faktor yang Menyebabkan Munculnya Prokrastinasi .....	24
4. Aspek-aspek Prokrastinasi .....	25
5. Dampak Prokrastinasi Akademik.....	27
6. Pengukuran Variabel Prokrastinasi Akademik .....	27
C. Penelitian Terdahulu .....	30
D. Mahasiswa.....	31
E. Kerangka Berfikir.....	32
F. Hipotesis.....	33
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>34</b>
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	34
1. Tempat Penelitian.....	34
2. Waktu Penelitian .....	34
B. Variabel dan Definisi Operasional Penelitian .....	34
1. Identifikasi Variabel.....	34
2. Hubungan Antar Variabel .....	35
3. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	35
C. Jenis dan Desain Penelitian .....	36
1. Jenis Penelitian.....	36
2. Desain Penelitian.....	37
D. Populasi dan Sampel .....	37
1. Populasi .....	37
2. Sampel.....	38
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data .....	39
1. Penyusunan Instrumen Penelitian .....	39
2. Teknik Pengumpulan Data.....	41
F. Uji Coba Instrumen .....	46
G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	46
1. Uji Validitas Instrumen .....	46
2. Uji Reliabilitas Instrumen .....	50
H. Teknik Analisa Data .....	51

1. Analisis Statistik Deskriptif .....	51
2. Uji Prasyarat .....	51
3. Uji Hipotesis.....	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	54
A. Gambaran Responden/Subjek Penelitian .....	54
1. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	54
2. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Kelas .....	55
B. Deskripsi Hasil Penelitian .....	56
1. Analisis Statistik Deskriptif Variabel Efikasi Diri.....	56
2. Analisis Statistik Deskriptif Variabel Prokrastinasi Akademik ....	58
C. Uji Prasyarat .....	60
1. Uji Normalitas .....	60
2. Uji Linearitas.....	60
D. Uji Hipotesis.....	61
E. Pembahasan .....	63
BAB V SIMPULAN, SARAN DAN KETERBATASAN PENELITIAN .....	66
A. Simpulan.....	66
B. Saran.....	67
C. Keterbatasan Penelitian .....	68
DAFTAR PUSTAKA .....	69
LAMPIRAN .....	71

## DAFTAR TABEL

3.1 Skala Likert tentang Efikasi Diri dan Prokrastinasi Akademik .....	42
3.2 Kisi-kisi instrument skala efikasi diri .....	42
3.3 Kisi-kisi instrument prokrastinasi akademik mahasiswa .....	45
3.4 Blue Print Instrumen Skala Efikasi Diri .....	47
3.5 Blue Print Instrumen Skala Prokrastinasi Akademik .....	49
3.6 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen .....	50
4.1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	54
4.2 Data Responden Berdasarkan Kelas .....	55
4.3 Distribusi Deskriptif Efikasi Diri .....	57
4.5 Distribusi Deskriptif Prokrastinasi Akademik .....	58
4.6 Tingkat Prokrastinasi Akademik .....	59
4.7 Uji Normalitas .....	60
4.8 Uji Linearitas .....	61
4.9 Uji Korelasi Product Momet Pearson .....	62

## **DAFTAR GAMBAR**

3.1 Skema hubungan antar variable .....	35
3.2 Prosedur Penyusunan Instrumen .....	40
4.1 Data Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	55
4.2 Data Distribusi Responden Berdasarkan Kelas .....	56
4.3 Histogram Variabel Efikasi Diri .....	57
4.4 Histogram Variabel Prokrastinasi Akademik .....	59

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi – Kisi Instrumen Pengukur Efikasi Diri Mahasiswa .....	71
2. Kisi- Kisi Instrumen Pengukur Prokrastinasi Akademik Mahasiswa .	73
3. Kategori Skoring Jawaban Model Skala Likert .....	75
4. LEMBAR KUESIONER TRYOUT .....	76
5. Hasil Uji Validitas Instrumen Efikasi Diri .....	84
6. Hasil Uji Validitas Instrumen Efikasi Diri dengan SPSS 25 .....	86
7. Hasil Uji Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik .....	90
8. Hasil Uji Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik dengan SPSS 25	92
9. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen .....	95
10. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Efikasi Diri .....	96
11. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik .....	97
12. LEMBAR KUESIONER .....	98
13. Lampiran Daftar Nama Mahasiswa Aktif BK Angkatan 2019 .....	103
14. Tabulasi Data Penelitian Efikasi Diri .....	107
15. Tabulasi Data Penelitian Prokrastinasi Akademik .....	112
16. Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	117
17. Data Responden Berdasarkan Kelas .....	118
18. Analisis Deskriptif Data Efikasi Diri .....	119
19. Kategorisasi Data Efikasi Diri .....	120
20. Kategorisasi Data Efikasi Diri dengan SPSS .....	121
21. Analisis Deskriptif Data Prokrastinasi Akademik .....	122
22. Kategorisasi Data Prokrastinasi Akademik .....	123
23. Kategorisasi Data Prokrastinasi Akademik dengan SPSS .....	125
24. Uji Normalitas .....	126
25. Uji Linearitas.....	127
26. Uji Hipotesis atau Uji Korelasi .....	128
27. Surat Ijin Penelitian .....	129

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa merupakan peserta didik pada jenjang perguruan tinggi atau universitas. Menurut Fadjar & Effendi (dalam Muslimin, 2018:2) universitas adalah perguruan tinggi yang menyelenggarakan program Pendidikan keilmuan dan profesional di berbagai bidang ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni. Pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar pada perguruan tinggi (Depdiknas, 2012). Mahasiswa dalam definisi etimologi berasal dari kata Maha dan siswa. Maha yang artinya besar sedangkan siswa adalah pelajar. Maka dari itu mahasiswa adalah pelajar yang menempuh pendidikan dalam tingkatan tertinggi yaitu universitas dan dipandang memiliki pemahaman yang besar dan luas. Fadjar & Effendi (dalam Muslimin, 2018:2) menjelaskan bahwa mahasiswa adalah orang muda usia, miskin pengalaman, getol membangun mimpi-mimpi besar, tapi tak juga bisa terhindar dari dorongan selera sementara (temporal).

Mahasiswa merupakan masa memasuki masa dewasa yang pada umum berada pada rentang usia 18-25 tahun, pada masa tersebut mahasiswa memiliki tanggung jawab terhadap masa perkembangannya, termasuk memiliki tanggung jawab terhadap kehidupannya untuk memasuki masa dewasa. Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan



dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pemantapan pendirian hidup (Yusuf, 2012: 27).

Mahasiswa mempunyai peranan penting dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional, sementara itu perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan yang secara formal disertai tugas dan tanggung jawab mempersiapkan mahasiswa sesuai dengan tujuan pendidikan tinggi. Tujuan Pendidikan tinggi dapat tercapai apabila Tridharma Perguruan Tinggi dapat terlaksana, yaitu mampu menyelenggarakan pendidikan, melakukan penelitian dan melakukan pengabdian pada masyarakat, (UU RI Nomor 12 tahun 2012).

Mahasiswa di harapkan menjadi tulang punggung atau penerus keluarga, masyarakat, negara dan bangsa. Lubis (2018:91) menjelaskan bahwa mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi sebagai civitas akademika. Mahasiswa juga harus memiliki kemampuan berpikir kritis, kemampuan memiliki kerencanan dalam bertindak, memiliki kewajiban dan mandiri dalam menyelesaikan tugas akademik, serta mulai mempertimbangkan kualitas dan standar norma yang berkembang di masyarakat. Mahasiswa memiliki banyak tuntutan sehingga membuat mahasiswa perlu memiliki pengaturan waktu yang baik.

Mahasiswa harus memiliki kemampuan untuk berpikir kritis, kemampuan memiliki kerencanan dalam bertindak, memiliki kewajiban dan mandiri dalam menyelesaikan tugas akademik yang didapatkan dalam proses perkuliahan, serta mulai mempertimbangkan kualitas dan standar norma yang berkembang di masyarakat. Mahasiswa memiliki banyak tuntutan sehingga mahasiswa juga perlu

untuk memiliki pengaturan waktu yang baik. Mahasiswa dapat memilih untuk mengerjakan tugas perkuliahan atau tidak, yang mana dapat mempengaruhi nilai ataupun lama masa studi di perguruan tinggi.

Ketika mahasiswa tidak menggunakan waktu sebaik-baiknya, mahasiswa akan cenderung mengulur-ulur waktu dan akhirnya melakukan aktivitas yang tidak bermanfaat sehingga mahasiswa tidak menggunakan waktu secara efektif dan efisien. Akibatnya, tugas akademik terlalaikan atau hasil tugas kurang maksimal sehingga berpotensi menurunkan kualitas mahasiswa terutama kualitas tugas akademik yang dikerjakannya. Faktor intelegensi bukan satu-satunya faktor dalam kelalaian mengerjakan tugas ataupun kurang maksimalnya tugas yang dikerjakan namun dapat disebabkan oleh budaya menunda pekerjaan atau tugas terutama dalam penyelesaian tugas akademik. Kebiasaan menunda suatu tugas disebut dengan istilah prokrastinasi akademik.

Knaus dalam Solomon dan Rothblum (dalam Fitriah, 2015:1) menuliskan bahwa 90% mahasiswa melakukan prokrastinasi, dan 25% dari mereka merupakan prokrastinator parah atau kronis dan beberapa diantara mereka biasanya putus kuliah atau drop-out dari perguruan tinggi. Prokrastinasi juga terjadi dikalangan umum, dan terjadi secara kronis pada 15-20% orang dewasa menurut Harriot & Ferrari; Schowenburg (dalam Fitriah,2015:1)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum (dalam Fitriah, 2015:1) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik yang paling banyak dilakukan oleh mahasiswa adalah mengerjakan tugas paper laporan, belajar untuk ujian, dan membaca tugas mingguan. Ketiga area tersebut mengindikasikan bahwa

tugas ini harus dilihat sebagai sesuatu yang penting. Frekuensi penundaan yang dilakukan mahasiswa mempengaruhi performanya dalam bidang akademik.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Janssen dan Carton (dalam Ursia, 2013:3) menyatakan bahwa ada hubungan antara tugas yang sulit dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa ( $p < 0,1$ ). Tugas yang dirasa sulit oleh mahasiswa cenderung akan makin ditunda, sedangkan tugas yang dianggap mudah cenderung akan dikerjakan terlebih dahulu. Selain itu mahasiswa juga cenderung menunda tugas yang menuntut kemandirian tinggi serta memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi.

Berdasarkan hasil pengisian kuisioner yang peneliti berikan kepada sepuluh mahasiswa di prodi BK UPGRIS angkatan tahun 2019, enam diantaranya mengatakan bahwa mereka menunda mengerjakan tugas kuliahnya. Beberapa diantara enam mahasiswa tersebut menyatakan suka menunda mengerjakan tugas sampai sehari sebelum batas pengumpulan tugas atau biasanya dikenal dengan istilah sistem kebut semalam. Dari hasil pengisian kuisioner tersebut dapat dilihat jika banyak mahasiswa yang lebih memilih untuk melakukan kegiatan yang bisa menghibur diri mahasiswa daripada mengerjakan tugas.

Selain hasil pengisian kuisioner, peneliti juga melakukan wawancara terhadap mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2019. Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada 4 mahasiswa di Prodi Bimbingan dan Konseling angkatan 2019 melalui telepon, 3 diantaranya mengatakan bahwa mereka menunda mengerjakan tugas kuliahnya. Mahasiswa tersebut menyatakan bahwa mereka menunda tugas kuliah yang batas pengumpulannya masih lama. Peneliti

juga menanyakan alasan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi, sebagian besar mengatakan karena malas dan mengikuti teman-temannya yang juga belum mengerjakan tugas.

Penelitian yang dilakukan oleh Steel (Wahyuningsih,dkk, 2021:40) menghasilkan simpulan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik yaitu gagalnya individu dalam regulasi diri, efikasi diri yang rendah, kurangnya kontrol diri dan ketakutan yang berlebihan atau kegagalan dan terlalu perfeksionis sehingga memiliki keyakinan irasional. Beberapa kajian yang telah diteliti sebelumnya menunjukkan bahwa fenomena prokrastinasi akademik atau menunda-nunda tugas memiliki kecenderungan yang tinggi di kalangan mahasiswa. Dari kajian tersebut dapat ditarik simpulan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi efikasi diri di antaranya regulasi diri, kontrol diri, keyakinan irasional serta salah satunya yaitu efikasi diri.

Konsep efikasi diri pertama kali dikemukakan oleh Bandura. Bandura menginterpretasikan efikasi sebagai keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan memproduksi hal positif (Santrock, 2014:523). Penelitian Mamesah & Kusumiati (2019:326-327) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri sedang yaitu sejumlah 60,78%. Saat mahasiswa memiliki efikasi diri akademik yang baik, mahasiswa akan memiliki penyesuaian diri yang baik. Hal tersebut dilihat dari kemampuan mengerjakan tugas akademik dan cara adaptasi dengan orang di sekitar, lingkungan maupun kesulitan yang dihadapi. Permana, Harahap & Astuti (2016:67) menjelaskan bahwa individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki beberapa karakteristik di antaranya memahami

kemampuan yang ia miliki, giat dalam berusaha, memiliki kecenderungan untuk terlibat langsung dalam menyelesaikan tugas dan sebagainya. Karakteristik tersebut dapat menunjukkan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri tinggi dapat memahami kompetensi yang dimilikinya dan dapat menyelesaikan kewajibannya sebagai mahasiswa.

Berdasarkan beberapa penjelasan beberapa ahli dan penelitian mengenai efikasi diri dapat ditarik simpulan bahwa efikasi diri ialah penilaian diri individu terhadap keyakinan dirinya yang merasa mampu melaksanakan suatu tugas tertentu yang telah diberikan kepadanya. Keyakinan individu tersebut yang menjadi faktor mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik seperti yang telah diungkapkan dalam beberapa penelitian sebelumnya.

Hasil penelitian yang dilakukan Irawati (2015:14) memperlihatkan adanya hubungan negatif antara efikasi diri dan kesadaran dengan prokrastinasi akademik. Penelitian tersebut menunjukkan jika efikasi dan kesadaran diri semakin tinggi maka prokrastinasi akademik semakin rendah dan sebaliknya.

Dengan melakukan prokrastinasi akademik banyak dampak negatif yang akan dialami baik oleh mahasiswa yang bersangkutan maupun oleh keluarga dan instansi tempatnya mengikuti perkuliahan. Selain terlambatnya pengentasan tugas-tugas perkembangan yang disebutkan diatas,

Prokrastinasi juga menyebabkan buruknya kinerja pada individu dan menyebabkan hasil yang tidak memuaskan. Prokrastinasi penyusunan skripsi juga berarti bertambahnya masa studi yang ditempuh oleh mahasiswa yang bersangkutan. Dengan bertambahnya masa studi, tanggungan ekonomi yang harus

dipikul oleh orang tua juga menjadi bertambah, karena masih harus membayar biaya pendidikan. Melihat data dan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang masalah yang ada, maka masalah-masalah yang dapat diidentifikasi adalah:

1. Bagaimana gambaran efikasi diri mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019?
2. Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019?
3. Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan pada rumusan permasalahan yang telah diidentifikasi, maka peneliti membatasi masalah penelitian pada hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang ada, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan sebagai berikut: Untuk Mengetahui Hubungan Efikasi

Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019.

## **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1. Manfaat teoretis**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah untuk menambah pengetahuan bagi pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi khususnya yang berkaitan dengan efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
- b. Penelitian ini diharapkan menjadi bahan dalam menerapkan metode penelitian, khususnya yang berkaitan dengan efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

### **2. Manfaat praktis**

- a. Bagi penulis  
Memberikan pemahaman serta pengalaman dalam penelitian terkait sejauh mana efikasi diri dalam hubungannya dengan prokrastinasi akademik.
- b. Bagi mahasiswa  
Hasil penelitian ini diharapkan mampu bermanfaat sebagai sumber informasi bagi mahasiswa khususnya mengenai informasi permasalahan yang terjadi selama proses perkuliahan.
- c. Bagi peneliti berikutnya  
Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan gambaran data dan masukan sebagai bahan penelitian selanjutnya.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Efikasi Diri**

Berikut akan diulas mengenai definisi dari efikasi diri, beserta aspek-aspeknya.

##### **1. Pengertian Efikasi Diri**

Efikasi diri menurut Bandura dalam Ghufon (2021:73) adalah keyakinan seseorang akan kapabilitasnya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan tertentu. Keyakinan tersebut merupakan rasa percaya terhadap kemampuan diri sehingga mampu mendorong seseorang untuk meraih segala sesuatu yang diinginkannya. Efikasi diri ini mempengaruhi perilaku dalam beberapa cara. Mereka mempengaruhi pilihan yang diambil individu dan tindakan yang mereka kejar. Orang-orang terlibat tugas (dimana mereka merasa kompeten dan percaya diri) dan akan menghindari tugas-tugas (dimana mereka tidak). Selanjutnya, Alwisol yang dikutip oleh Ni'mah, dkk (2014) mendefinisikan bahwa efikasi diri adalah penilaian, apakah dapat melakukan tindakan yang baik dan buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak mengerjakan sesuai apa yang dipersyaratkan. Efikasi diri mengacu pada pertimbangan ukuran keyakinan seseorang tentang kemampuannya melakukan sejumlah aktivitas belajar dan kemampuannya-menyelesaikan tugas-tugas belajar. Dari beberapa penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa secara umum efikasi diri merupakan keyakinan individu dalam menguasai suatu keadaan serta hambatan untuk mencapai suatu tujuan.



## 2. Faktor-Faktor Pembentuk Efikasi Diri

Menurut Bandura (1997) yang dikutip oleh Ghufron (2021:78) efikasi diri dibentuk oleh empat sumber informasi, yaitu:

### a. Pengalaman berhasil

Dalam kehidupan manusia, efikasi diri akan meningkat apabila manusia berhasil menyelesaikan suatu masalah, sebaliknya kegagalan akan menurunkan efikasi diri (terutama pada waktu efikasi diri belum terbentuk secara mantap dalam diri seseorang). Untuk membentuk efikasi diri, seseorang harus pernah mengalami tantangan yang berat, sehingga ia bisa menyelesaikannya dengan kegigihan dan kerja keras.

Perkembangan efikasi diri ditentukan oleh keberhasilan dan kegagalan yang telah dilakukan, namun selain itu juga ditentukan oleh kesalahan dalam menilai diri. Apabila dalam kehidupan sehari-hari yang selalu diingat adalah penampilan- penampilan yang kurang baik, maka efikasi diri yang terbentuk akan rendah. Sebaliknya, meskipun kegagalan sering dialami tapi secara terus- menerus selalu berusaha meningkatkan prestasi, maka efikasi diri yang terbentuk adalah efikasi diri yang tinggi. Kumpulan dari pengalaman-pengalaman masa lalu akan menjadi penentu efikasi diri melalui representasi kognitif, yang meliputi; ingatan terhadap frekuensi keberhasilan dan kegagalan, pola temporeranya, serta dalam situasi bagaimana terjadinya keberhasilan dan kegagalan.

### b. Kejadian yang dihayati seolah-olah dialami sendiri

Apabila orang melihat suatu kejadian, kemudian ia merasakannya sebagai kejadian yang dialami sendiri maka hal ini akan dapat memengaruhi perkembangan efikasi dirinya. Figur yang berperan sebagai perantara dalam proses penghayatan ini adalah “model”, dalam hal ini model dapat diamati dalam kehidupan sehari-hari maupun di televisi dan media visual lainnya. Secara lebih rinci dapat disebutkan bahwa ada dua faktor yang menentukan perilaku model dapat merubah perilaku pengamatnya, yaitu; model sering terlibat dalam peristiwa yang menegangkan (mengancam) dan ia memberi contoh bagaimana bertindak, dan model menunjukkan strategi yang efektif untuk mengatasi ancaman. Pengamat lebih memilih model yang mampu menunjukkan strategi untuk mengelola situasi sulit dan mampu mengutarakan instruksi dalam bentuk strategi koping dari pada model yang emosional. Petunjuk-petunjuk yang diberikan oleh model yang kompeten akan lebih diperhatikan daripada petunjuk-petunjuk yang diberikan oleh model yang tidak kompeten.

c. Persuasi verbal (*verbal persuasion*)

Pada persuasi verbal, individu diarahkan dengan saran nasihat, dan bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan-kemampuan yang dimiliki yang dapat membantu mencapai tujuan yang diinginkan. Individu yang diyakinkan secara verbal cenderung akan berusaha lebih keras untuk mencapai suatu keberhasilan. Menurut Bandura (1997), pengaruh persuasi verbal tidaklah terlalu besar karena tidak memberikan suatu pengalaman yang dapat langsung dialami atau diamati individu. Dalam

kondisi yang menekan dan kegagalan terus-menerus, pengaruh sugesti akan cepat lenyap jika mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan.

d. Kondisi fisiologis (*physiological state*)

Individu akan mendasarkan informasi mengenai kondisi fisiologis mereka untuk menilai kemampuannya. Ketegangan fisik dalam situasi yang menekan dipandang individu sebagai suatu tanda ketidakmampuan karena hal itu dapat melemahkan performans kerja individu.

Sementara Omrod (2009) (dalam Sinaga & Kustanti, 2017) mengungkapkan bahwa efikasi diri dipengaruhi beberapa faktor seperti:

a. Keberhasilan dan kegagalan individu sebelumnya

Individu lebih mungkin percaya bahwa dapat berhasil pada suatu tugas ketika individu tersebut pernah menyelesaikan tugas yang hampir mirip dimasa lalu.

b. Pesan dari orang lain

Terkadang kesuksesan individu-yang akan memulai berbisnis belum jelas, maka diperlukan pesan-pesan atau nasihat-nasihat untuk menguatkan keyakinan diri individu dalam meraih kesuksesannya.

c. Kesuksesan dan kegagalan Individu lain

Individu akan mengamati kinerja individu lain yang mempunyai karakteristik permasalahan yang sama dengan dengan dirinya, situasi tersebut dapat memberikan contoh atau model mengenai apa yang harus dilakukan untuk mengembangkan dirinya agar lebih baik.

d. Kesuksesan dan kegagalan dalam kelompok yang lebih besar

Individu memiliki efikasi diri yang lebih besar ketika bekerja dalam kelompok daripada sendiri, efikasi diri kolektif tidak hanya berdasarkan pada persepsi individu akan kapabilitasnya dan individu lain, melainkan juga pada persepsi individu tersebut mengenai bagaimana dirinya dapat bekerja bersama-sama secara efektif dan mengkoordinasikan peran dan tanggung jawab bersama.

Melihat beberapa hal di atas, faktor-faktor efikasi diri menyebabkan seseorang dapat memiliki efikasi diri yang rendah ataupun tinggi. Efikasi diri berguna bagi seseorang dalam menentukan sesuatu hal yang berhubungan dengan kehidupannya kelak.

### **3. Aspek-Aspek Efikasi Diri**

Menurut Corsini yang dikutip oleh Lestari (2014) aspek-aspek efikasi diri adalah. a) kognitif, b) motivasi, c) afeksi, dan d) seleksi. Berikut adalah penjelasan tentang aspek-aspek efikasi diri tersebut.

- a. Kognitif, merupakan keyakinan seseorang untuk memikirkan cara-cara yang dapat digunakan dan merancang tindakan yang akan diambil untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Asumsi yang timbul pada aspek ini kognitif adalah semakin efektif keyakinan seseorang dalam analisis berpikir dan dalam berlatih mengungkapkan ide-ide atau gagasan-gagasan pribadi, maka akan mendukung seseorang bertindak dengan tepat untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Aspek kognitif seseorang dapat dilihat dari (a) cara memikirkan tindakan dan menetapkan target, (b) persepsi positif tentang situasi yang

dihadapi, dan (c) kemampuan dalam mengontrol kepercayaan tentang kemampuan diri sendiri.

- b. Motivasi, merupakan keyakinan seseorang untuk dapat memotivasi diri melalui pikirannya untuk melakukan tindakan dan keputusan dalam mencapai tujuan yang diharapkannya. Tiap orang berusaha memotivasi diri dengan menetapkan keyakinan pada tindakan yang akan dilakukan, merencanakan tindakan yang akan direalisasikan. Motivasi dalam efikasi diri digunakan untuk memprediksikan kesuksesan dan kegagalan seseorang. Aspek motivasi seseorang dapat dilihat daricara mengontrol kecemasan dan perasaan depresif, pemahaman akan situasi dan permasalahan, serta tanggapan positif terhadap situasi dan permasalahan.
- c. Seleksi, merupakan keyakinan seseorang untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Seleksi tingkah laku mempengaruhi perkembangan personal. Asumsi yang timbul pada aspek ini adalah ketidakmampuan orang dalam melakukan seleksi tingkah laku membuat orang tidak percaya diri, bingung, dan mudah menyerah ketika menghadapi situasi konflik. Seleksi terhadap lingkungan dan aturan yang ada di dalamnya juga sangat berpengaruh terhadap efikasi diri yang dimiliki oleh seseorang.
- d. Afeksi, merupakan kemampuan dalam mengatasi emosi yang timbul dalam diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Afeksi digunakan untuk mengontrol kecemasan dan perasaan depresif yang menghalangi pola-pola pikir yang benar untuk mencapai tujuan.

Sedangkan menurut Bandura, yang dikutip oleh Ghufron (2021:80-81), terdapat tiga aspek/komponen efikasi diri yaitu:

- a. Tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*), yaitu masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu. Komponen ini berimplikasi pada pemilihan perilaku yang akan dicoba individu berdasarkan ekspektasi efikasi pada tingkat kesulitan tugas akademik. Semakin tinggi semester mahasiswa, tingkat kesulitan akademik yang akan didapatkan menjadi semakin sulit. Hal ini menimbulkan masalah tersendiri bagi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas yang ada.
- b. Tingkat kemantapan, keyakinan, kekuatan (*Strength*), yaitu aspek yang berhubungan dengan kekuatan keyakinan individu atas kemampuannya. Pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan walaupun-mungkin belum memiliki pengalaman-pengalaman yang menunjang. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya memiliki kecenderungan dapat menyelesaikan tugas dalam bentuk apapun dan bahkan menyukai tantangan dari adanya tugas akademik. Sedangkan mahasiswa yang tidak yakin akan kemampuannya akan menolak tugas dan lebih memilih menyelesaikan tugas yang tidak menantang.
- c. Luas bidang tugas (*Generality*), yaitu hal yang berhubungan dengan luas cakupan tingkah laku yang diyakini oleh individu mampu dilaksanakan. Mahasiswa yang mampu menyelesaikan satu tugas dengan baik cenderung akan memiliki keyakinan lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang merasa

gagal dalam tugas sebelumnya. Pengalaman kesuksesan atau kegagalan dalam menyelesaikan tugas sebelumnya cenderung digeneralisasikan menjadi tolak ukur bagaimana keyakinan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas selanjutnya.

Dari uraian diatas, indikator yang digunakan pada penelitian ini berdasarkan dari aspek efikasi diri yang telah dikemukakan oleh Bandura (dalam Ghufron 2021:80-81) bahwa efikasi diri setiap individu berbeda-beda dan diukur berdasarkan kemampuannya dalam menghadapi kesulitan tugas (*magnitude*), keyakinan individu atas kemampuannya dalam luas bidang tugas (*generality*), dan kekuatan keyakinan (*strength*) individu dalam mendorong dirinya untuk tetap bertahan melewati hambatan dalam menyelesaikan tugas.

#### **4. Fungsi Efikasi Diri**

Retno Wulansari dalam Lestari (2014) menyatakan bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap: a) pilihan perilaku, b) pilihan karir, c) kuantitas usaha dan keinginan bertahan pada suatu tugas, dan d) kualitas usaha. Berikut penjelasan dari keempat fungsi tersebut.

##### **a. Pilihan perilaku**

Dengan adanya efikasi diri yang dimiliki, individu akan menetapkan tindakan apa yang akan ia lakukan dalam menghadapi suatu tugas untuk mencapai tujuan yang diinginkannya.

##### **b. Pilihan karir**

Efikasi diri merupakan mediator yang cukup berpengaruh terhadap pemilihann karier seseorang. Bila seseorang merasa mampu melaksanakan

tugas–tugas dalam karier tertentu maka biasanya ia akan memilih karier tersebut.

c. Kuantitas usaha dan keinginan untuk bertahan pada suatu tugas

Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi biasanya akan berusaha keras untuk menghadapi kesulitan dan bertahan dalam mengerjakan suatu tugas bila mereka telah mempunyai keterampilan prasyarat. Sedangkan individu yang mempunyai efikasi diri yang rendah akan terganggu oleh keraguan terhadap kemampuan diri dan mudah menyerah bila menghadapi kesulitan dalam mengerjakan tugas.

d. Kualitas usaha

Penggunaan strategi dalam memproses suatu tugas secara lebih mendalam dan keterlibatan kognitif dalam belajar memiliki hubungan yang erat dengan efikasi diri yang tinggi. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung akan memperlihatkan penggunaan kognitif dan strategi belajar yang lebih bervariasi.

## **5. Dampak Efikasi Diri**

Luthans dalam Permana dkk (2016) menyebutkan bahwa efikasi diri secara langsung dapat berdampak pada hal-hal sebagai berikut.

a. Pemilihan perilaku, misalnya keputusan akan dibuat berdasarkan bagaimana efikasi yang dirasakan seseorang terhadap pilihan, misalnya tugas kerja atau bidang karir.



- b. Usaha motivasi, misalnya orang akan mencoba lebih keras dan lebih banyak berusaha pada suatu tugas dimana efikasi diri mereka lebih tinggi dari pada mereka yang memiliki efikasi diri yang rendah.
- c. Daya tahan, misalnya orang dengan efikasi diri tinggi akan mampu bangkit dan bertahan saat menghadapi masalah atau kegagalan, sementara orang dengan efikasi diri rendah cenderung menyerah saat menghadapi rintangan.
- d. Pola pemikiran fasilitatif, misalnya penilaian efikasi mempengaruhi perkataan pada diri sendiri (*self-talk*) seperti orang dengan efikasi diri tinggi mungkin mengatakan pada diri sendiri, “Saya tahu saya dapat menemukan cara untuk memecahkan masalah ini”. Sementara orang dengan efikasi diri rendah mungkin berkata pada diri sendiri, “Saya tahu saya tidak bisa melakukan hal ini, saya tidak mempunyai kemampuan”.
- e. Daya tahan terhadap stres, misalnya orang dengan efikasi diri rendah cenderung mengalami stres dan malas karena mereka berfikir gagal, sementara orang dengan efikasi diri tinggi memasuki situasi penuh tekanan dengan percaya diri dan kepastian dan dengan demikian dapat menahan reaksi stres.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri memiliki dampak dalam kehidupan seseorang. Adapun dampak dari efikasi diri antara lain, yaitu individu dapat memilih perilaku yang tepat, memiliki motivasi yang tinggi dalam berusaha, mampu bertahan ketika menghadapi masalah, memiliki pola pemikiran fasilitatif, serta lebih tahan terhadap stres.

## **B. Prokrastinasi Akademik**

## 1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Istilah berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok. Jika kata-kata tersebut digabungkan akan berarti menjadi “menangguhkan” atau “menunda sampai hari berikutnya” (Ghufron & Rini, 2021:150). Pada zaman Bangsa Mesir Kuno, prokrastinasi diartikan menjadi dua arti. Arti pertama yaitu menunjukkan suatu kebiasaan yang berguna untuk menghindari kerja yang penting dan usaha yang impulsif. Arti kedua yaitu menunjukkan arti kebiasaan yang berbahaya akibat kemalasan dalam menyelesaikan suatu tugas yang penting untuk nafkah hidup. Jadi, pada zaman Mesir Kuno dahulu, prokrastinasi akan berarti positif apabila perilaku menunda tersebut dilakukan untuk menghindari keputusan impulsif dan tanpa pemikiran yang matang, sementara itu, prokrastinasi akan berarti negatif apabila perilaku menunda tersebut dilakukan karena malas atau tanpa tujuan yang pasti (Ghufron & Rini, 2021:150). Dalam ranah keilmuan, istilah prokrastinasi pertama kali digunakan oleh Brown dan Holzman (Ghufron & Rini, 2021:151). Istilah prokrastinasi ini dipakai untuk menunjukkan kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan.

Menurut Burka dan Yuen (dalam Ghufron & Rini, 2021:152) prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda suatu pekerjaan yang telah menjadi kebiasaan atau pola menetap yang selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi tugas. Penundaan tersebut disebabkan karena adanya keyakinan-keyakinan yang irrasional dalam memandang tugas. Seorang prokrastinator mempunyai

pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna sehingga dia lebih memilih untuk tidak segera mengerjakannya untuk mendapatkan rasa aman. Karena kepercayaannya adalah jika segera dikerjakan akan membuat hasil yang tidak maksimal. Lebih lanjut, Burka dan Yuen mengatakan perilaku penundaan dikatakan sebagai perilaku prokrastinasi ketika penundaan tersebut sudah menjadi kebiasaan atau pola yang menetap dan selalu dilakukan seseorang ketika menghindari suatu tugas dan penundaan tersebut disebabkan adanya keyakinan-keyakinan irasional dalam memandang tugas. Porat (dalam Wahyuni, 2019) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu tindakan yang disengaja untuk menunda melakukan sesuatu sampai beberapa waktu kemudian dan menjadikannya sebagai kebiasaan.

Menurut Millgram (dalam Ghufon & Rini, 2021:153), prokrastinasi dalam artian umum adalah perilaku spesifik yang meliputi: a) suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan tugas; b) menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas; c) melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh prokrastinator sebagai tugas penting yang dikerjakan, seperti tugas kantor, tugas sekolah atau kuliah, maupun tugas rumah; d) menghasilkan keadaan yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, bersalah, marah, panik, dan sebagainya. Ferrari, Johnson, dan McCown (Ghufon & Rini, 2021:153-154), mengatakan bahwa pengertian prokrastinasi dapat dilihat dari batasan tertentu, antara lain: a) prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu setiap perbuatan yang menunda dalam mengerjakan tugas

disebut sebagai prokrastinasi; b) 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 dengan keyakinan irasional; c) prokrastinasi sebagai trait kepribadian, dalam hal ini prokrastinasi merupakan trait yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait dan dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.

Menurut Ferrari dkk (Ghufroon & Rini, 2021:154) prokrastinasi akademik adalah prokrastinasi yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, seperti tugas sekolah, tugas kuliah, atau tugas kursus. Prokrastinasi akademik juga dapat dijelaskan sebagai suatu perilaku meninggalkan tugas penting untuk melakukan hal yang dianggap lebih penting atau hal yang lebih menyenangkan dan mengerjakan tugas penting tersebut disaat waktu-waktu akhir mendekati pengumpulan tugas (Mizani, Hosseini & Sohrabi dalam Safa'ati, Halim, & Iliyati, 2017).

Berdasarkan pemaparan beberapa pengertian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan disengaja yang menjadi kebiasaan individu, yang dilakukan pada tugas formal seperti tugas kuliah untuk melakukan hal lain yang dianggap lebih menyenangkan.

## **2. Jenis-jenis Tugas dalam Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi akademik dan non-akademik sering menjadi istilah yang digunakan oleh para ahli untuk membagi jenis-jenis tugas. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan

dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus Prokrastinasi non-akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non-formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor, dan lain sebagainya. Menurut Green (Ghufron & Rini, 2021:157), jenis tugas yang menjadi objek prokrastinasi akademik adalah tugas yang berhubungan dengan kinerja akademik. Perilaku-perilaku yang mencirikan penundaan dalam tugas akademik dipilah dari perilaku lainnya dan dikelompokkan menjadi unsur prokrastinasi akademik.

Adapun Solomon dan Rothblum (dalam Ghufron & Rini, 2021:157) menyebutkan enam area akademik untuk melihat jenis-jenis tugas yang sering diprokrastinasi oleh pelajar, yaitu tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, kerja administratif, menghadiri pertemuan, dan kinerja akademik secara keseluruhan. Tugas mengarang meliputi penundaan melaksanakan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, laporan, atau Tugas mengarang lainnya. Tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester, akhir semester atau ulangan mingguan. Tugas membaca meliputi adanya penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan. Kerja tugas administratif seperti menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran, daftar peserta praktikum dan sebagainya. Menghadiri pertemuan, yaitu penundaan maupun keterlambatan dalam menghadiri pelajaran, praktikum, dan pertemuan-pertemuan lainnya. Dan, keenam adalah penundaan dalam kinerja

akademik secara keseluruhan yaitu menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

### **3. Faktor-faktor yang Menyebabkan Munculnya Prokrastinasi**

Ferrari dkk (dalam Ghufron & Rini, 2021:164) mengatakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan munculnya prokrastinasi dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu:

#### **a. Faktor Internal**

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang dapat menyebabkan timbulnya perilaku prokrastinasi. Faktor-faktor internal ini meliputi faktor kondisi fisik dan kondisi psikologis individu.

##### **1) Kondisi Fisik Individu**

Faktor dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, seperti tubuh yang sakit, fatigue, ataupun kelelahan. Individu yang mengalami kelelahan akan memiliki kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak.

##### **2) Kondisi Psikologis Individu**

Kondisi psikologis individu adalah kondisi dari kejiwaan individu, baik emosi ataupun perasaan dan lain sebagainya yang berhubungan dengan psikologisnya. Contoh kondisi psikologis yang dapat menyebabkan prokrastinasi adalah motivasi, tipe kepribadian, dan regulasi diri.

#### **b. Faktor Eksternal**

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat di luar individu yang dapat menyebabkan terjadinya perilaku prokrastinasi seperti faktor pola asuh orang tua, lingkungan keluarga, lingkungan pertemanan, masyarakat dan sekolah. Millgram (dalam Ghufron & Rini, 2021:166) juga mengatakan bahwa kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan.

Berdasarkan uraian di atas, faktor-faktor yang dapat menimbulkan munculnya perilaku prokrastinasi terbagi menjadi dua. Faktor-faktor tersebut adalah faktor yang berasal dari dalam individu atau faktor internal, dan faktor yang berasal dari luar diri individu atau faktor eksternal. Contoh faktor internal yang dapat menimbulkan perilaku prokrastinasi adalah keadaan fisik dan psikis individu, sedangkan contoh faktor eksternal yang dapat menimbulkan perilaku prokrastinasi akademik adalah pengaruh teman kelompok, dukungan moral dari *significant other*, pola asuh orang tua, dan lain-lain.

#### **4. Aspek-aspek Prokrastinasi**

Ferrari, Johnson, dan McCown (dalam Ghufron & Rini, 2021:158-160) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati. Berikut adalah aspek- aspeknya:

##### **a. Penundaan untuk Memulai dan Menyelesaikan Tugas**

Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi

harus segera diselesaikan, akan tetapi dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikannya sampai tuntas jika dia sudah mengerjakan sebelumnya.

b. Keterlambatan dalam Mengerjakan Tugas

Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Selain itu, prokrastinator juga melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang, tindakan ini dapat mengakibatkan individu tidak berhasil menyelesaikan tugasnya.

c. Kesenjangan Waktu antara Rencana dan Kinerja Aktual

Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang sudah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ia buat sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, tetapi ketika saatnya tiba, dia tidak juga melakukannya sesuai dengan rencana yang telah ia buat, sehingga menyebabkan keterlambatan atau kegagalan dalam menyelesaikan tugas.

d. Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan

Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya. Ia menggunakan waktu yang dimilikinya untuk melakukan aktivitas yang dianggap lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan bagi dirinya, seperti membaca (koran, majalah, novel, buku cerita, dan lainnya), menonton,



mengobrol, jalan-jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugasnya yang seharusnya ia selesaikan.

## **5. Dampak Prokrastinasi Akademik**

Menurut Burka dan Yuen (dalam Harkinawati), prokrastinasi mengganggu dalam dua hal, yaitu:

- a. Prokrastinasi akan menciptakan masalah eksternal, seperti menunda mengerjakan tugas membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik, mendapat peringatan dari guru atau dosen, dan menghambat pekerjaan kelompok.
- b. Prokrastinasi akan menimbulkan masalah internal, seperti perasaan penyesalan, jengkel, kecewa, putus asa, dan menyalahkan diri sendiri.

## **6. Pengukuran Variabel Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi akademik dapat diukur menggunakan beberapa macam alat ukur sebagai berikut:

- a. *Procrastination Assessment Scale-Student (PASS)*

Alat ukur ini dikembangkan oleh Solomon dan Rothblum tahun 1984. Alat ukur ini dibagi menjadi dua bagian. Bagian satu mengukur frekuensi dan seberapa bermasalah individu tersebut ketika melakukan prokrastinasi dalam enam area akademik (menulis tugas, belajar untuk ujian, mengikuti tugas membaca mingguan, melakukan tugas administrasi, menghadiri rapat, dan kinerja akademik secara keseluruhan). Menggunakan skala likert 5 poin, yaitu dengan cara partisipan merespon seberapa sering melakukan prokrastinasi

pada setiap area dan seberapa sering prokrastinasi yang dilakukan menimbulkan masalah pada individu tersebut.

Bagian kedua digunakan untuk mengetahui alasan individu melakukan prokrastinasi. Pada bagian ini disebutkan macam-macam alasan melakukan prokrastinasi, yaitu: kecemasan, perfeksionisme, kesulitan membuat keputusan, ketergantungan dan meminta bantuan, kebencian pada tugas dan toleransi yang rendah terhadap frustrasi, kurang percaya diri, kemalasan, kurang penegasan, ketakutan akan sukses, kecenderungan kewalahan dan kurang bisa mengatur waktu, pemberontakan melawan kontrol, pengambilan resiko, dan pengaruh kelompok. Dalam bagian ini dua pernyataan akan diberikan pada setiap alasan. Partisipan diminta memberikan rating dengan skala likert 1-5 berdasarkan seberapa mencerminkan pernyataan tersebut terhadap kondisi dirinya.

b. *Tuckman's Procrastination Scale (TPS)*

Alat ukur ini dikembangkan oleh Tuckman pada tahun 1991. Alat ukur ini dikembangkan untuk melihat kecenderungan mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan tuntutan tugas akademik. Skala ini mengukur keyakinan seseorang dalam menyelesaikan tugas dengan baik, kemampuan dalam menunda kebahagiaan, dan frekuensi menyalahkan faktor eksternal saat gagal menyelesaikan tugas.

c. *Aitken's Procrastination Inventory (API)*

Alat ukur ini dikembangkan oleh Aitken pada tahun 1982. Tersusun atas 19 butir yang terkait dengan *academic performance* dan kehidupan sehari-hari.

Keseluruh butir terdiri atas butir yang *favourable* maupun *unfavourable*.

Respon sampel terhadap pernyataan bergerak dari angka 1-5.

d. Ferrari, Johnson, dan McCown (1995)

Ferrari, Johnson, dan McCown (dalam Ghufron & Rini, 2021:158-160) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati.

Berikut adalah aspek-aspeknya yang secara detail sudah dijelaskan di atas:

- 1) Penundaan untuk Memulai dan Menyelesaikan Tugas
- 2) Keterlambatan dalam Mengerjakan Tugas
- 3) Kesenjangan Waktu antara Rencana dan Kinerja Aktual
- 4) Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan

Dari beberapa cara mengukur prokrastinasi yang disebutkan di atas, instrumen variabel prokrastinasi akademik yang hendak digunakan dalam penelitian ini akan mengacu pada aspek-aspek prokrastinasi yang disebutkan oleh Ferrari dkk, yaitu: penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Peneliti memilih untuk menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Ferrari dikarenakan aspek-aspek tersebut dianggap sesuai dengan subjek yang akan diteliti dalam penelitian ini. Peneliti akan menggunakan instrumen yang akan dikonstruksi sendiri oleh peneliti sehingga menjadi item yang bias digunakan sebagai skala instrumen penelitian.

### **C. Penelitian Terdahulu**

Penelitian yang dilakukan oleh Dwi Irawati (2015) tentang hubungan antara kesadaran diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, didapat kesimpulan bahwa kesadaran diri dan efikasi diri merupakan prediktor negatif dari variabel prokrastinasi akademik dan secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 31,9%. Artinya semakin tinggi kesadaran diri dan efikasi diri maka prokrastinasi akademik semakin rendah dan begitu sebaliknya. Variabel efikasi diri merupakan variabel yang paling kuat memprediksi prokrastinasi akademik. Berbeda dengan variabel kesadaran diri yang berkontribusi sedikit terhadap tingkat prokrastinasi akademik. Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel yang diteliti sama, yaitu efikasi diri dan prokrastinasi mahasiswa. Namun dalam penelitian ini peneliti hanya meneliti mengenai hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik tanpa meneliti hubungan kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik.

Penelitian Mamesah dan Kusumiati (2019) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri sedang yaitu sejumlah 60,78%. Saat mahasiswa memiliki efikasi diri akademik yang baik, mahasiswa akan memiliki penyesuaian diri yang baik. Hal tersebut dilihat dari kemampuan mengerjakan tugas akademik dan cara adaptasi dengan orang di sekitar, lingkungan maupun kesulitan yang dihadapi.

Permana, Harahap dan Astuti (2016) dalam penelitiannya mengenai hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX di MTS Al Hikmah Brebes menjelaskan bahwa individu yang

memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki beberapa karakteristik di antaranya memahami kemampuan yang ia miliki, giat dalam berusaha, memiliki kecenderungan untuk terlibat langsung dalam menyelesaikan tugas dan sebagainya. Karakteristik tersebut dalam pandangan peneliti dapat menunjukan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri tinggi dapat memahami kompetensi yang dimilikinya dimilikinya dan dapat menyelesaikan kewajibannya sebagai mahasiswa.

#### **D. Mahasiswa**

Mahasiswa adalah individu yang sedang belajar di perguruan tinggi atau individu yang sedang menempuh pendidikan di universitas untuk mendapatkan sebuah gelar sarjana. Mahasiswa dilihat berdasarkan Peraturan Pemerintah RI No. 30 tahun 1990, didefinisikan sebagai peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Menurut Siswoyo (dalam Chintia & Kustanti, 2017) mahasiswa sebagai subjek dalam menuntut ilmu di perguruan tinggi atau universitas tentunya memiliki tanggung jawab yang harus diselesaikan dalam kuliahnya. Salah satu tanggung jawab yang harus diselesaikan adalah dalam hal pengerjaan tugas perkuliahan. Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, dalam Anwar, 2017). Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah individu yang masih terdaftar dan sedang menempuh pendidikan di suatu lembaga perguruan tinggi.

### **E. Kerangka Berfikir**

Mahasiswa adalah individu yang sedang belajar di perguruan tinggi. Sebagai mahasiswa pasti tidak akan luput dengan tugas perkuliahan sebagai tanggung jawabnya. Mahasiswa seringkali mendapati tugas yang banyak dan bersamaan dalam satu waktu dari beberapa mata kuliah yang ia tempuh. Karena banyaknya tugas tersebut tidak menutup kemungkinan mahasiswa akan melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas kuliahnya. Pada usia mahasiswa inilah, mahasiswa juga sedang menjalin relasi dengan teman-teman di sekitarnya. Hal ini juga dapat menjadi salah satu pemicu mahasiswa menunda mengerjakan tugasnya dikarenakan adanya pengaruh dari teman-teman di lingkungan sekitarnya. Prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan disengaja yang menjadi kebiasaan individu, yang dilakukan pada tugas formal seperti tugas kuliah untuk melakukan hal lain yang dianggap lebih menyenangkan, dan dapat menimbulkan rasa cemas juga kerugian pada individu yang melakukan penundaan tersebut seperti tidak lulus kuliah. Terdapat beberapa hal yang dapat memicu terjadinya prokrastinasi akademik, salah satunya adalah faktor dari luar individu atau faktor internal yaitu efikasi diri. Efikasi diri adalah keyakinan seseorang akan kapabilitasnya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan tertentu.

Jika individu memiliki efikasi diri yang tinggi maka kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik menjadi rendah. Sebaliknya, jika individu memiliki tingkat efikasi diri yang lebih rendah maka diduga individu tersebut memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang lebih tinggi. Dengan adanya

prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa, hal ini dapat menyebabkan dampak buruk bagi dirinya yang salah satu contohnya adalah terlambat lulus kuliah atau gagal dalam perkuliahan.

#### **F. Hipotesis**

Hipotesis merupakan jawaban sementara atas rumusan masalah penelitian yang telah dibuat peneliti dimana rumusan masalah penelitian dibuat dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono, 2016:64). Berdasarkan kerangka berfikir dan rumusan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

Metode penelitian merupakan hal yang sangat penting dalam penelitian. Di dalam metode penelitian dijelaskan mengenai langkah penelitian yang harus dilalui oleh peneliti. Dalam metode penelitian ini digunakan langkah-langkah pengumpulan data yang diperlukan untuk menganalisis dan menyimpulkan data, yakni menentukan jenis dan desain penelitian, menetapkan variabel penelitian dan definisi operasional, memilih populasi dan sampel penelitian, menetapkan instrumen penelitian disertai dengan validitas dan reliabilitas data, menentukan teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data.

#### **A. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019. Tempat dalam penelitian ini yaitu di Universitas PGRI Semarang.

##### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus sampai dengan September tahun 2023.

#### **B. Variabel dan Definisi Operasional Penelitian**

Sugiyono (2017:60) menjelaskan bahwa variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

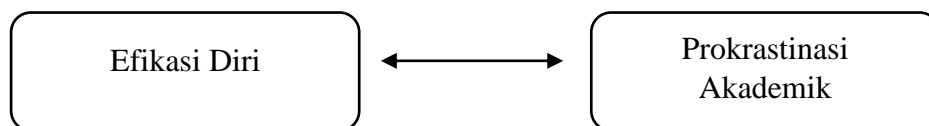
##### **1. Identifikasi Variabel**



Penelitian ini memiliki 2 variabel, yaitu variabel efikasi diri dan variabel prokrastinasi akademik. Menurut Sugiyono (2017:61) macammacam variabel dalam penelitian dibedakan menjadi variabel bebas (*independen*), dan variabel terikat (*dependen*). Variabel bebas (*independen*) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Sedangkan variabel terikat (*dependen*). Merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas (X) adalah efikasi diri, sedangkan yang menjadi variabel terikat (Y) yaitu prokrastinasi akademik.

## 2. Hubungan Antar Variabel

Hubungan antar variabel dalam penelitian ini diilustrasikan sebagai berikut.



Gambar 3.1 Skema hubungan antar variable

## 3. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi dari variabel-variabel penelitian ini sangat penting untuk menghindari kesalahpahaman mengenai data yang akan dikumpulkan, menghindari ketidaksesuaian dalam menentukan alat pengumpul data serta untuk mengukur konsep-konsep dalam penelitian dengan cara menetapkan rincian indikator variabel dalam penelitian. Adapun definisi operasional dari setiap variabel adalah sebagai berikut.

- a. Efikasi Diri mahasiswa merupakan kepercayaan mahasiswa mengenai kemampuan-kemampuannya untuk mengatur atau menjalankan kegiatan yang dibutuhkan untuk mencapai keberhasilan. Indikator efikasi diri penelitian ini berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Bandura (dalam Ghufron 2021:80-81) yaitu tingkat kesulitan tugas, luas bidang tugas, dan kekuatan keyakinan.
- b. Prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan disengaja yang dilakukan pada tugas formal dengan melakukan hal lain yang lebih menyenangkan dan dapat diukur melalui empat aspek yaitu: penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

### **C. Jenis dan Desain Penelitian**

#### **1. Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan metode positivistik karena berlandaskan pada filsafat *positivisme*. Digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2017:14).

Menurut Latipah (2014:20–21) Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan

menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti. Pada umumnya, penelitian kuantitatif merupakan penelitian sampel besar.

Dari jenis masalah yang ingin dikaji, penelitian ini merupakan penelitian korelasi. Dimana penelitian korelasi menurut Faenkel dan Wallen dikutip dalam Latipah penelitian korelasional adalah suatu penelitian untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tersebut sehingga tidak terdapat manipulasi variabel (Latipah, 2014:29).

## **2. Desain Penelitian**

Dalam penelitian ini desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian *Ex post facto*, sedangkan metode pengumpulan data yang digunakan yakni skala psikologi. Selanjutnya menurut Sugiyono (2016:7) *ex post facto* merupakan suatu penelitian yang dilakukan untuk meneliti peristiwa yang telah terjadi kemudian merunut ke belakang untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019.

## **D. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk

dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017:117). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa S1 jurusan bimbingan dan konseling angkatan tahun 2019 Universitas PGRI Semarang. Berdasarkan data yang didapat dari bagian Tata Usaha jurusan BK Upgris, jumlah mahasiswa S1 jurusan bimbingan dan konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2019 berjumlah 157 mahasiswa.

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Dalam penelitian ini, anggota populasinya berjumlah 157 mahasiswa. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *proportional insidental sampling* dimana teknik penentuan sampling berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2017:124).

Dalam pengambilan sampelnya, peneliti menggunakan rumus Slovin sebagai berikut.

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

Keterangan:

n = ukuran sampel

N = ukuran populasi

E = error tingkat kesalahan

Rumus Slovin memiliki nilai kritis sebesar 5%, dan taraf kepercayaan 95%. Dari jumlah populasi di atas dapat dihitung jumlah sampel sebagai berikut.

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

$$n = \frac{157}{1 + 157 \cdot 0,05^2}$$

$$n = \frac{157}{1 + 0,3925}$$

$$n = \frac{157}{1,3925}$$

$$n = 112,746$$

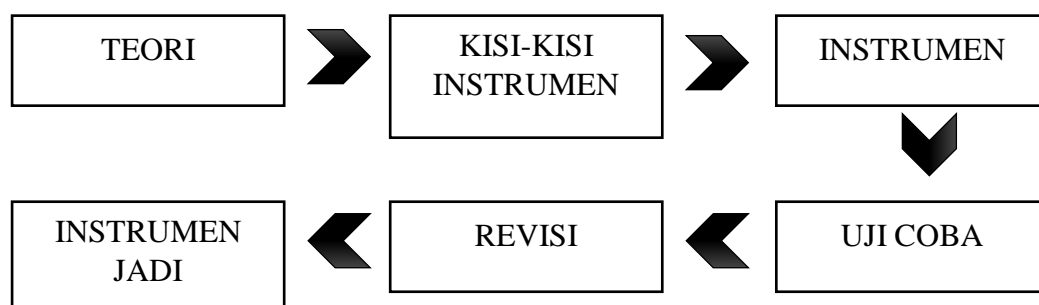
Berdasarkan hasil perhitungan rumus tersebut, ditentukan jumlah sampelnya sebanyak 112 subjek. Sampel yang digunakan dalam penelitian berbeda dengan 30 responden yang digunakan untuk uji coba instrument.

## **E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Penyusunan Instrumen Penelitian**

Menurut Sugiyono (2017:148), instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian. Penelitian ini menggunakan dua skala psikologi yaitu skala prokrastinasi akademik dan efikasi diri sebagai sumber data utama. Adapun prosedur penyusunan instrumen pada penelitian ini yaitu pertama perancangan kisi-kisi disusun berdasarkan teori yang akan digunakan, kemudian dikonsultasikan, lalu hasil konsultasi direvisi bila diperlukan. Selanjutnya yaitu melakukan uji coba instrumen untuk memisahkan item yang

valid dan item yang tidak valid, setelah itu dari hasil uji coba tersebut item yang tidak valid akan dihilangkan sehingga didalam instrumen hanya tersisa item yang valid selanjutnya direvisi apabila diperlukan, dan instrumen yang telah sesuai siap disebarluaskan. Berikut merupakan tahapan penyusunan instrumen.



Gambar 3.2 Prosedur Penyusunan Instrumen

a. Instrumen Pengukur Prokrastinasi Akademik

Pengukuran variabel prokrastinasi akademik dalam penelitian ini menggunakan instrumen prokrastinasi akademik yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori dari Ferarri, Johnson, dan McCown pada tahun 1995. Dalam Ghufron (2021), Ferrari dkk mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati. Aspek-aspek prokrastinasi sendiri secara detail sudah dijelaskan di bab 2, yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

b. Instrumen Pengukur Efikasi Diri

Efikasi diri dalam penelitian ini akan diukur menggunakan skala efikasi diri berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Bandura (dalam Ghufron 2021) yaitu *magnitude* atau tingkat kesulitan tugas, *generality* atau sejauh mana mahasiswa yakin akan kemampuannya dalam berbagai situasi tugas akademik, dan *strength* atau kuatnya keyakinan mahasiswa mengenai kemampuan yang dimiliki.

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh dengan melakukan pengukuran terhadap subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan assesmen non tes berupa skala psikologis dengan menggunakan model skala *likert*, dimana masing-masing skala memiliki ciri-ciri empat alternatif jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan kesetujuan (*favorable*) atau ketidaksetujuan (*unfavorable*). Jawaban dari setiap alternatif ini memiliki gradasi dari tertinggi sampai terendah dengan menggunakan empat kategori jawaban, yaitu “Sangat Sesuai” (SS), “Sesuai” (S), “Tidak Sesuai” (TS), “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Skala 4 (empat) dipilih untuk menghindari terjadinya pemusatan (*central tendency*) atau menghindari respon ditengah-tengah (*netral*), yang dikhawatirkan tidak akan menggambarkan keadaan responden yang sebenarnya. Masing-masing alternatif jawaban menunjukkan kesesuaian yang diberikan dengan keadaan yang dirasakan responden.

Format respon dengan skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi individu atau kelompok mengenai fenomena sosial. Aspek yang diukur skala *likert* yakni sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan

tidak setuju terhadap suatu objek sosial. Skala *likert* dalam penelitian ini untuk mengungkap variabel yaitu efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Pernyataan yang digunakan adalah pernyataan tertutup.

Tabel 3.1 Skala Likert tentang Efikasi Diri dan Prokrastinasi Akademik

No	Kriteria Jawaban Positif ( <i>favorable</i> )	Skor	No	Kriteria Jawaban Negatif ( <i>unfavorable</i> )	Skor
1.	Sangat Sesuai (SS)	4	1.	Sangat Sesuai (SS)	1
2.	Sesuai (S)	3	2.	Sesuai (S)	2
3.	Tidak Sesuai (TS)	2	3.	Tidak Sesuai (TS)	3
4.	Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4.	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

a. Instrumen Pengukur Efikasi Diri Mahasiswa

Efikasi diri dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala efikasi diri berdasarkan aspek-aspek efikasi diri yang telah dikemukakan oleh Bandura, dikutip oleh Ghufron (2021:80-81) yaitu *magnitude* atau tingkat kesulitan tugas, *generality* atau sejauh mana keyakinan mahasiswa atas kemampuannya dalam berbagai situasi tugas atau kegiatan akademik, dan *strength* atau seberapa kuat keyakinan mahasiswa mengenai kemampuan yang ia miliki. Adapun kisi-kisi skala efikasi diri sebagai berikut.

Tabel 3.2 Kisi-kisi instrument skala efikasi diri

Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			Item Favorable	Item Unfavorable	



Efikasi Diri	Tingkat Kesulitan Tugas	Mengerjakan tugas yang sulit	1, 2, 39	11, 31, 44	<b>6</b>
		Mengerjakan tugas sesuai kemampuan	12, 13, 49	5, 21, 22	<b>6</b>
		Pantang menyerah dalam menghadapi kesulitan	18, 32, 43	3, 29, 40	<b>6</b>
		Kerja keras atau usaha maksimal	9, 23, 34	10, 33, 50	<b>6</b>
	Kekuatan Keyakinan	Tetap bertahan pada situasi yang sulit	6, 47, 48	17, 30, 41	<b>6</b>
		Optimisme	20, 51, 52	4, 24, 25	<b>6</b>
		Menambah waktu belajar	19, 42, 54	15, 35, 36	<b>6</b>
	Luas	Mampu	7, 27, 37	8, 14, 28	<b>6</b>

	Bidang Tugas	mengerjakan semua pekerjaan dalam waktu yang bersamaan			
		Mengerjakan tugas pada bidang yang Berbeda	26, 45, 46	16, 38, 53	<b>6</b>
Sub Total			<b>27</b>	<b>27</b>	
Total	<b>54</b>				

b. Instrumen Pengukur Prokrastinasi Akademik Mahasiswa

Pengukuran variabel prokrastinasi akademik mahasiswa dalam penelitian ini menggunakan instrumen prokrastinasi akademik yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori dari Ferrari, Johnson, dan McCown (dalam Ghufron & Rini, 2021:158-160). Ghufron & Rini mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati. Aspek-aspek prokrastinasi secara detail sudah dijelaskan di bab 2, yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam

mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Tabel 3.3 Kisi-kisi instrument prokrastinasi akademik mahasiswa

Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
		Item Favorable	Item Unfavorable	
Prokrastinasi Akademik	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	55, 67, 68, 83, 91	59, 65, 75, 76, 87	<b>10</b>
	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	62, 71, 72, 92, 93	56, 69, 77, 80, 88	<b>10</b>
	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	57, 58, 70, 85, 86	63, 64, 74, 84, 94	<b>10</b>
	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	60, 61, 78, 79, 90	66, 73, 81, 82, 89	<b>10</b>

Sub Total	20	20	
Total	40		

## **F. Uji Coba Instrumen**

Uji coba instrumen efikasi diri dan prokrastinasi akademik dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas dari kedua instrumen tersebut. Uji coba kedua instrumen ini dilakukan setelah peneliti melakukan *expert judgment* kepada dua dosen pembimbing. Uji coba instrumen dilakukan pada 30 mahasiswa BK Upgris angkatan 2019 *google form*. Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan cara melakukan *expert judgment* untuk validitas isi dan melakukan perhitungan menggunakan *SPSS 25 for windows* untuk validitas butir.

## **G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

### **1. Uji Validitas Instrumen**

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Menurut Sugiyono (2017:363) data yang valid adalah data yang tidak berbeda antara data yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek penelitian. Dalam proses uji validitas ini apabila ditemukan item instrumen yang memiliki kualitas kurang baik, maka item instrumen tersebut harus diperbaiki terlebih dahulu agar instrumen tersebut memiliki kualitas yang baik.

Dalam hal ini peneliti mengukur validitas instrumen dengan menguji validitas konstruk (*construct validity*). Berarti instrumen yang sudah dirancang dikonsultasikan dengan validator ahli, kemudian diuji-cobakan di lapangan serta

diukur validitasnya. Dalam pengujian validitas butir instrumen, penelitian ini menggunakan teknik *korelasi product moment* yang dibantu dengan program SPSS 25 for Windows. Instrumen dapat dikatakan valid jika nilai signifikansi dari skor instrumen (Sig 2 tailed)  $< 0,05$ .

a. Hasil uji validitas instrument efikasi diri

Pada instrumen efikasi diri, jumlah butir pernyataan yang diujicobakan sebanyak 54 butir. Setelah uji coba, hasil menunjukkan bahwa terdapat 22 butir pernyataan yang tidak valid. Dan terdapat 32 pernyataan yang valid, selanjutnya 32 butir pernyataan tersebut dipertahankan sebagai skala efikasi diri. Berikut adalah blue print skala efikasi diri setelah uji coba yang dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 3.4 Blue Print Instrumen Skala Efikasi Diri

Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			Item Favorable	Item Unfavorable	
Efikasi Diri	Kesulitan Tingkat	Mengerjakan tugas yang sulit	22	18, 26	3
		Mengerjakan tugas sesuai kemampuan	29	11, 12	3
		Pantang menyerah	9, 19, 25	1, 16, 23	6

---

	dalam			
	menghadapi			
	kesulitan			
	Kerja keras			
	atau usaha	-	5, 20, 30	<b>3</b>
	maksimal			
	Tetap			
	bertahan pada			
	situasi yang	3, 27, 28	8, 17, 24	<b>6</b>
Kekuatan	sulit			
Keyakinan				
	Optimisme	10	2, 13, 14	<b>4</b>
	Menambah			
	waktu belajar	32	6, 21	<b>3</b>
	Mampu			
	mengerjakan			
	semua			
Luas	pekerjaan	-	4	<b>1</b>
Bidang				
	dalam waktu			
Tugas	yang			
	bersamaan			
	Mengerjakan			
	tugas pada	15	7, 31	<b>3</b>

---

---

	bidang yang		
	Berbeda		
<b>Sub Total</b>		<b>11</b>	<b>21</b>
<b>Total</b>		<b>32</b>	

---

b. Hasil Uji Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik

Pada instrumen prokrastinasi akademik, jumlah butir pernyataan yang diujicobakan sebanyak 40 butir. Setelah uji coba, hasil menunjukkan bahwa terdapat 13 butir pernyataan yang tidak valid. Dan terdapat 27 pernyataan yang valid, selanjutnya 27 butir pernyataan tersebut dipertahankan sebagai skala prokrastinasi akademik. Berikut adalah blue print skala prokrastinasi akademik setelah uji coba yang dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 3.5 Blue Print Instrumen Skala Prokrastinasi Akademik

Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
		Item	Item	
		Favorable	Unfavorable	
<b>Prokrastinasi Akademik</b>	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	33, 43, 59	35, 41, 47, 48, 56	<b>8</b>
	Keterlambatan dalam	38, 44, 45	34, 49, 51, 57	<b>7</b>

---

---

mengerjakan			
tugas			
Kesenjangan	55	39, 40, 46, 54	<b>5</b>
waktu antara			
rencana dan			
kinerja aktual			
Melakukan	36, 37, 50	42, 52, 53, 58	<b>7</b>
aktivitas yang			
lebih			
menyenangkan			
<b>Sub Total</b>	<b>10</b>	<b>17</b>	
<b>Total</b>		<b>27</b>	

---

## 2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel (reliable). Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS Statistic 25 dengan analisis uji statistik *Cronbach's Alpha*. *Cronbach's Alpha* merupakan sebuah ukuran keandalan yang memiliki nilai berkisar dari nol sampai satu (Hair et al, 2010:92). Menurut Eisingrich dan Rubera (2010:27) nilai tingkat keandalan *Cronbach's Alpha* minimum adalah 0,70 atau suatu instrumen dapat dikatakan reliabel jika nilai *cronbach's alpha* > 0,70 sehingga dapat disimpulkan bahwa skala



psikologiyang digunakan dalam penelitian memiliki tingkat konsistensi yang tinggi untuk mengambil data.

Hasil uji reliabilitas Cronbach's Alpha pada masing-masing instrument dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Skala	Nilai Alpha Cronbach	Keterangan
Efikasi Diri	0,926	Reliabel
Prokrastinasi Akademik	0,932	Reliabel

## H. Teknik Analisis Data

### 1. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis deskriptif memberikan gambaran atau deskripsi suatu data yang dilihat dari mean, median, modus, standart deviasi, maksimum, minimum, range (Ghozali, 2011). Analisis deskriptif yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif presentase. Analisis ini digunakan untuk mendeskripsikan variabel motivasi dalam menyelesaikan skripsi, pola asuh orang tua dan efikasi diri.

### 2. Uji Prasyarat

#### a. Uji Normalitas

Uji Normalitas bertujuan mengetahui apakah suatu distribusi data mengikuti atau mendekati distribusi normal. Uji normalitas dilakukan menggunakan pendekatan *Kolmogorov smirnov* dengan taraf signifikansi 0,05. Jika nilai signifikansi lebih besar dari  $\alpha$  (5%) maka data berdistribusi normal dan sebaliknya jika lebih kecil dari  $\alpha$  (5%) data tidak berdistribusi normal. Dari uji

normalitas besarnya *Kolmogorov-Smirnov Test* 0,071 dan signifikansi sebesar 0,200, maka dapat disimpulkan bahwa distribusi data dalam penelitian ini berdistribusi normal karena nilai *Asymp. Sig* > 0,05.

#### b. Uji Linieritas

Uji ini digunakan untuk melihat apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan Uji linieritas ini merupakan syarat sebelum melakukan analisis korelasi *Product Moment Pearson*. Analisis data yang digunakan untuk menguji linieritas dalam penelitian menggunakan Uji *Lagrange Multiplier*. Pengambilan keputusannya yaitu jika  $c^2$  hitung <  $c^2$  tabel maka model dinyatakan mempunyai hubungan linier. Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui nilai *Sig. deviation from linearity* sebesar 0,954 > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik.

### 3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *product moment*. Rumus korelasi Pearson yang dikenal dengan rumus korelasi Product Moment yaitu sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{n\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\}\{n\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

$r_{xy}$  = koefisien korelasi antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik

$\Sigma XY$  = jumlah perkalian antara skor efikasi diri dengan prokrastinasi akademik

$\Sigma X$  = jumlah skor variabel bebas efikasi diri

$\Sigma Y$  = jumlah skor variabel terikat prokrastinasi akademik

N = jumlah subjek yang diteliti

Apabila hasil perhitungan pada SPSS 25 for windows menunjukkan taraf signifikansi  $> 0,05$  maka ( $H_0$ ) diterima, sehingga hipotesis yang berbunyi “tidak terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019” diterima. Jika hasil perhitungan pada SPSS 25 for windows menunjukkan taraf signifikansi  $< 0,05$  maka ( $H_0$ ) ditolak, sehingga hipotesis yang berbunyi “tidak terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019” ditolak. Dan nilai negatif menunjukkan arah hubungan.

Paparan di atas dapat dirumuskan dalam bentuk sebagai berikut :

- a. Jika nilai sig.  $> 0,05$ , maka tidak terdapat hubungan variabel X terhadap variabel Y, dalam hal ini  $H_0$  diterima.
- b. Jika nilai sig  $< 0,05$ , maka terdapat hubungan variabel X terhadap variabel Y, dalam hal ini  $H_0$  ditolak.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Responden/Subjek Penelitian**

Responden dalam penelitian ini merupakan seluruh mahasiswa aktif jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2019. Jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah 112 orang. Berikut adalah gambaran karakteristik responden dalam penelitian ini.

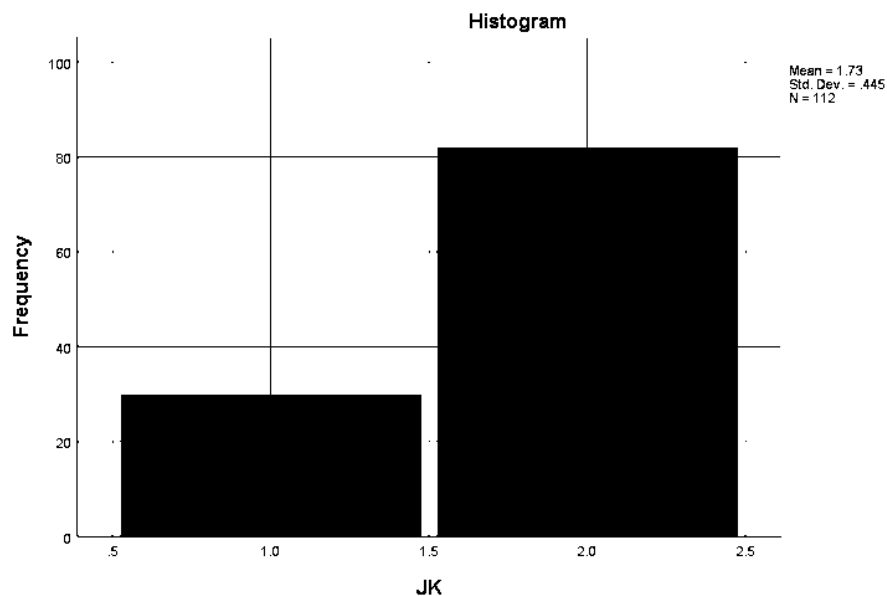
##### **1. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin**

Berikut ini adalah jumlah responden penelitian berdasarkan jenis kelaminnya yang dapat dilihat pada tabel 4.1 di bawah ini:

Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
<b>Laki-laki</b>	30	26,8 %
<b>Perempuan</b>	82	73,2 %
<b>Total</b>	112	

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat dilihat bahwa responden dalam penelitian ini berjumlah 112 orang. Jumlah responden perempuan lebih banyak daripada jumlah responden laki-laki yaitu berjumlah 82 orang (73,2%) sedangkan responden laki-laki berjumlah 30 orang (26,8%). Sebaran data responden penelitian berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat dalam diagram batang pada gambar 4.1 di bawah ini:



Gambar 4.1 Data Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

## 2. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Kelas

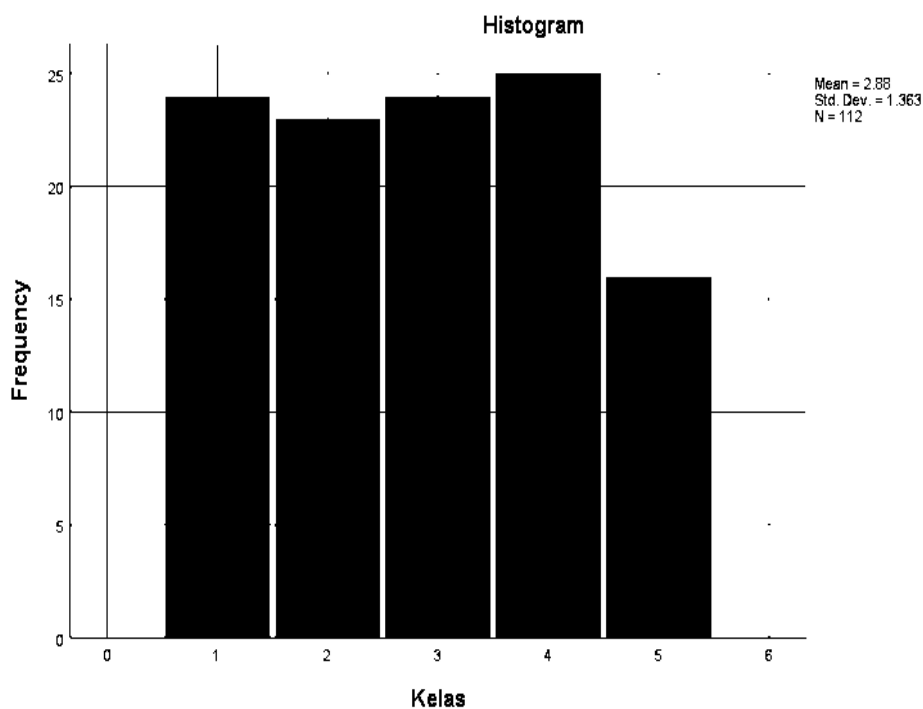
Berikut ini adalah jumlah responden penelitian berdasarkan kelasnya yang dapat dilihat pada tabel 4.2 di bawah ini:

Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Jumlah	Persentase
A	24	21,4%
B	23	20,5%
C	24	21,4%
D	25	22,3%
E	16	14,3%
<b>Total</b>	112	

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, dapat dilihat bahwa jumlah responden paling banyak berasal dari kelas D yaitu sebanyak 25 responden (22,3%) dan paling sedikit berasal dari kelas E yaitu sebanyak 16 responden (14,3%). Sebaran data

responden penelitian berdasarkan kelas dapat dilihat dalam diagram batang pada gambar 4.2 di bawah ini:



Gambar 4.2 Data Distribusi Responden Berdasarkan Kelas

## B. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Data penelitian yang diperoleh berasal dari pengisian skala psikologi responden yang kemudian dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif. Variabel yang dijelaskan dalam penelitian ini meliputi efikasi diri dan prokrastinasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2019.

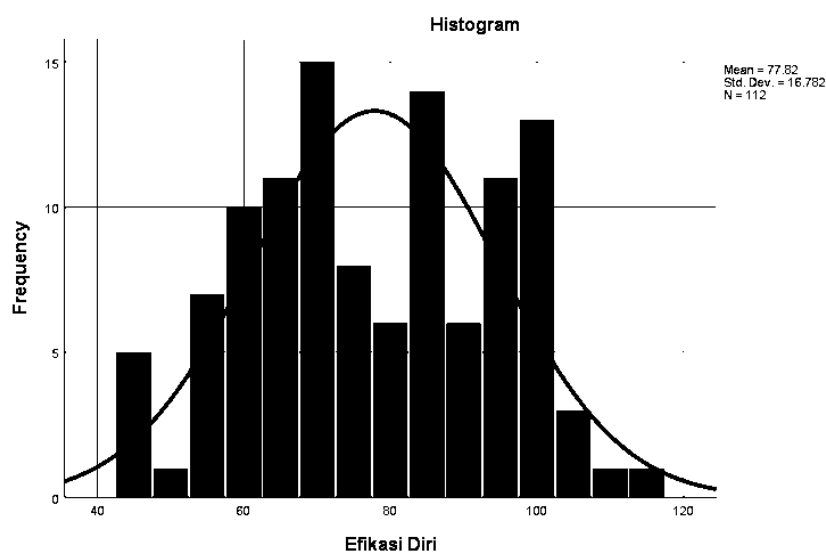
### 1. Analisis Statistik Deskriptif Variabel Efikasi Diri

Berdasarkan pengolahan data dengan menggunakan aplikasi SPSS 25 for windows, diperoleh data deskriptif untuk variabel efikasi diri pada tabel 4.3 sebagai berikut:

Tabel 4.3 Distribusi Deskriptif Efikasi Diri

Statistics	
Mean	77.82
Std. Deviation	16.782
Variance	281.625
Range	69
Minimum	45
Maximum	114

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel efikasi diri memiliki nilai mean sebesar 77,82, standar deviasi sebesar 16,782, varians sebesar 281,625, range sebesar 69, nilai minimum sebesar 45, dan nilai maksimum sebesar 114. Grafik histogram variabel efikasi diri ditunjukkan pada gambar 4.3 di bawah ini:



Gambar 4.3 Histogram Variabel Efikasi Diri

Tabel 4.4 Tingkat Efikasi Diri

Kategori	Jumlah	Persentase
Rendah	23	20.5%
Sedang	67	59.8%
Tinggi	22	19.6%
Total	112	

Berdasarkan tabel 4.4, subjek dengan kategori efikasi diri tinggi terdapat 19,6%, sebanyak 59,8% mahasiswa mempunyai tingkat efikasi diri dengan kategori sedang, dan sebanyak 20,5% mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang rendah. Dilihat dari rata-rata atau mayoritas, dapat dinyatakan bahwa tingkat efikasi diri mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2019 termasuk dalam kategori sedang.

## 2. Analisis Statistik Deskriptif Variabel Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan pengolahan data dengan menggunakan aplikasi SPSS 25 for windows, diperoleh data deskriptif untuk variabel prokrastinasi akademik pada tabel 4.5 sebagai berikut:

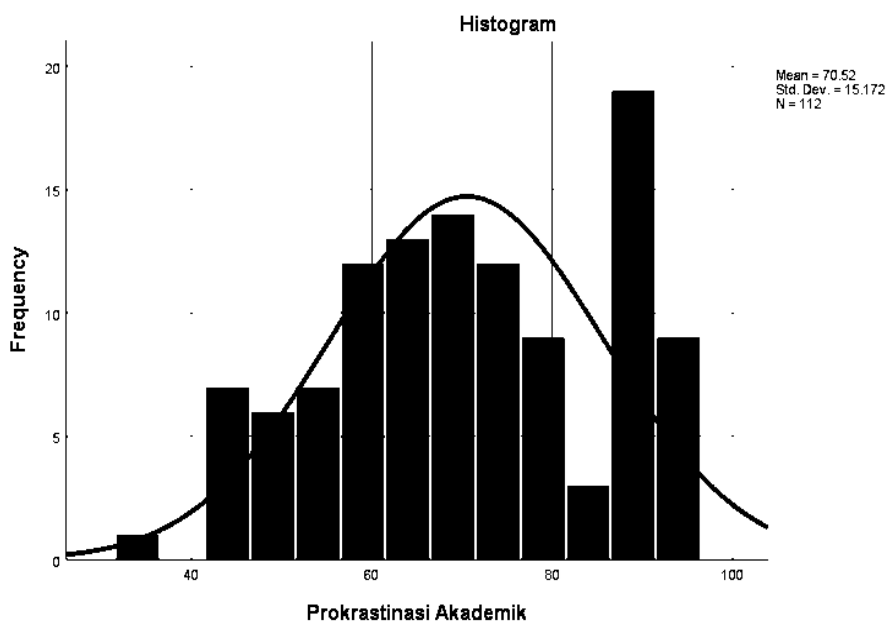
Tabel 4.5 Distribusi Deskriptif Prokrastinasi Akademik

Statistics	
Mean	70.52
Std. Deviation	15.172
Variance	230.198
Range	62
Minimum	34
Maximum	96

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel prokrastinasi akademik memiliki nilai mean sebesar 70,52, standar deviasi sebesar 15,172,



varians sebesar 230,198, range sebesar 62, nilai minimum sebesar 34, dan nilai maksimum sebesar 96. Grafik histogram variabel prokrastinasi akademik ditunjukkan pada gambar 4.4 di bawah ini:



Gambar 4.4 Histogram Variabel Prokrastinasi Akademik

Tabel 4.6 Tingkat Prokrastinasi Akademik

Kategori	Jumlah	Persentase
Rendah	16	14.3%
Sedang	64	57.1%
Tinggi	32	28.6%
Total	112	

Berdasarkan tabel 4.6, subjek dengan kategori prokrastinasi akademik tinggi terdapat 28.6%, sebanyak 57.1% mahasiswa mempunyai tingkat prokrastinasi akademik dengan dengan kategori sedang, dan sebanyak 14.3% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Dilihat dari rata-rata atau mayoritas, dapat dinyatakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik

mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2019 termasuk dalam kategori sedang.

### C. Uji Persyaratan Analisis Data

#### 1. Uji Normalitas

Uji *Kolmogorov Smirnov Test* dilakukan untuk mengetahui normalitas sebaran data variabel penelitian dilihat dari nilai *Kolmogorov Smirnov Test* dan pengujiannya menggunakan program SPSS versi 25. Hasil uji normalitas data efikasi diri dan prokrastinasi akademik disajikan berikut ini:

Tabel 4.7 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		112
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	11.39017779
Most Extreme Differences	Absolute	.071
	Positive	.071
	Negative	-.055
Test Statistic		.071
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Dari uji normalitas pada tabel 4.7, besarnya *Kolmogorov-Smirnov Test* 0,071 dan signifikansi sebesar 0,200, maka dapat disimpulkan bahwa distribusi data dalam penelitian ini berdistribusi normal karena nilai *Asymp. Sig* > 0,05.

#### 2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk melihat apakah hubungan antar dua variabel linier atau tidak. Syaratnya adalah nilai signifikan  $> 0,05$  maka dapat dikatakan untuk kedua variabel memiliki sifat linier. Uji ini akan dilakukan dengan bantuan program SPSS 25 for windows. Berikut adalah hasil uji linearitas variabel efikasi diri dan prokrastinasi akademik yang dapat dilihat pada tabel 4.8 di bawah ini:

Tabel 4.8 Uji Linearitas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik *	Between Groups	(Combined) Linearity	14050.869	34	413.261	2.767	.000
Efikasi Diri		Deviation from Linearity	11151.252	1	11151.252	74.658	.000
			2899.617	33	87.867	.588	.954
	Within Groups		11501.095	77	149.365		
	Total		25551.964	111			

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui nilai *Sig.deviation from linearity* sebesar  $0,954 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik.

#### D. Uji Hipotesis

Setelah uji normalitas dan linearitas kedua variable penelitian terpenuhi, selanjutnya data hasil penelitian dapat diuji hipotesisnya. Pengujian hipotesis dilakukan dengan cara menganalisis korelasi antara variabel efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan rumus analisis korelasi *product moment pearson* dengan bantuan program SPSS 25 For Windows. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ho : Tidak terdapat hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019

Ha : Terdapat hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019

Setelah hipotesis dirumuskan, kemudian dilanjutkan dengan pengujian hipotesis menggunakan analisis korelasi *product moment pearson* untuk mengetahui bagaimana hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Setelah dilakukan analisis korelasi menggunakan program SPSS 25 For Windows didapatkan tabel berikut:

Tabel 4.9 Uji Korelasi *Product Momet Pearson*

		<b>Correlations</b>	
		Efikasi Diri	Prokrastinasi Akademik
Efikasi Diri	Pearson	1	-.661**
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	112	112
Prokrastinasi Akademik	Pearson	-.661**	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	112	112

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji hipotesis korelasi *Product Moment Pearson* diketahui nilai Signifikansi  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Dan berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai koefisien korelasi *pearson* variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik bernilai -0,661. Hal ini

menunjukkan bahwa variabel efikasi diri berkorelasi negatif terhadap prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik.

#### **E. Pembahasan**

Berdasarkan langkah-langkah analisis data yang telah dilakukan peneliti terhadap hasil penelitian, maka dapat diperoleh gambaran secara jelas mengenai permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini. Melalui teori-teori yang telah dibahas sebelumnya efikasi diri merupakan penilaian diri individu terhadap keyakinan dirinya yang merasa mampu melaksanakan suatu tugas tertentu yang telah diberikan kepadanya. Efikasi diri merupakan prediktor negatif dari variabel prokrastinasi akademik, tentu saja hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri berhubungan dengan prokrastinasi akademik siswa.

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa. Temuan ini sejalan dengan penelitian Dwi Irawati (2015) tentang hubungan antara kesadaran diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, didapat kesimpulan bahwa kesadaran diri dan efikasi diri merupakan prediktor negatif dari variabel prokrastinasi akademik dan secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 31,9%.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat 23 mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi yaitu sebesar 19.6%, sebanyak 67 orang atau 59.8% mahasiswa mempunyai tingkat efikasi diri dengan kategori sedang,

dan sebanyak 20.5% mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang rendah yaitu sejumlah 22 mahasiswa.

Berdasarkan penelitian pula, terdapat subjek dengan kategori prokrastinasi akademik tinggi terdapat 28.6% atau 16 mahasiswa, sebanyak 57.1% atau 64 mahasiswa mempunyai tingkat prokrastinasi akademik dengan dengan kategori sedang, dan sebanyak 14.3% atau 32 mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Dilihat dari rata-rata atau mayoritas, dapat dinyatakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2019 termasuk dalam kategori sedang.

Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dan diketahui melalui langkah-langkah uji persyaratan yang telah dilakukan peneliti yaitu meliputi uji normalitas, uji linieritas, dan uji hipotesis.

Pada uji normalitas yang telah dilakukan oleh peneliti telah diperoleh perhitungan besarnya *Kolmogorov-Smirnov Test* 0,071 dan signifikansi sebesar  $0,200 > 0,05$ ., maka dapat disimpulkan bahwa distribusi data dalam penelitian ini berdistribusi normal.

Pengujian selanjutnya yaitu uji linearitas, pada uji linearitas suatu data dikatakan linier jika nilai signifikansi  $> 0,05$ , dari perhitungan yang telah diperoleh oleh peneliti bahwa besarnya nilai signifikansi yaitu 0,954, maka dapat diartikan bahwa data penelitian tersebut bersifat linier.

Pengujian yang terakhir yaitu peneliti telah melakukan perhitungan uji korelasi atau uji hipotesis, pada uji hipotesis suatu data dapat dikatakan berkorelasi jika nilai signifikansi  $< 0,05$ . Dari hasil perhitungan yang telah

dilakukan oleh peneliti telah diperoleh perhitungan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan nilai *Pearson Correlation* sebesar -0,661, yang artinya bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang bersifat negatif.

Berdasarkan pengujian data dan uraian di atas, peneliti telah melakukan terdapat hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019. Variabel efikasi diri dengan prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang negatif, dimana semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa, dan sebaliknya jika semakin rendah tingkat efikasi diri maka, akan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa. Hal tersebut dapat dibuktikan sesuai dengan hipotesis yang peneliti ajukan bahwa terdapat hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019.

## **BAB V**

### **SIMPULAN, SARAN DAN KETERBATASAN PENELITIAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019, maka kesimpulan yang didapat sebagai berikut:

1. Tingkat efikasi diri pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019 berada pada kategori sedang dengan persentase mencapai 59.8%. Efikasi diri pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019 dipengaruhi oleh 3 faktor yaitu, pengalaman berprestasi atau menyelesaikan tugas, kondisi emosional mahasiswa serta pengalaman orang lain.
2. Tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019 berada pada kategori sedang dengan persentase mencapai 57,1%. Prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UPGRIS angkatan tahun 2019 dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman dari materi yang didapatkan, kemalasan untuk belajar, bermain dengan teman dan waktu belajar yang terpakai untuk kegiatan lainnya yang lebih menyenangkan atau menghibur.
3. Terdapat hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki seorang mahasiswa maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya sebaliknya semakin rendah efikasi diri mahasiswa maka akan semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya.



## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka saran yang dapat diberikan adalah:

### **1. Bagi Mahasiswa**

Hasil penelitian diperoleh bahwa perilaku prokrastinasi mahasiswa berada pada kategori sedang. Hal ini dapat dikatakan bahwa sebagian mahasiswa tidak berperilaku prokrastinasi, namun terdapat sebagian besar mahasiswa melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Diharapkan mahasiswa mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, efikasi diri yang tinggi perlu dimiliki oleh setiap mahasiswa agar dapat mereduksi atau mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dengan baik.

### **2. Bagi peneliti selanjutnya**

Efikasi diri dan prokrastinasi akademik merupakan aspek yang diteliti, akan tetapi tentunya masih terdapat kekurangan yang masih perlu banyak hal untuk diperbaiki dalam penelitian ini. Sehingga peneliti berikutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan mempertimbangkan variabel lain yang diduga dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik khususnya pada mahasiswa.

### **3. Bagi Prodi Bimbingan dan Konseling**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsuh keilmuan bagi Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa, maka diharapkan pihak Prodi Bimbingan dan Konseling dapat memberikan suatu

pembinaan atau layanan pribadi dan sosial kepada mahasiswa guna meningkatkan efikasi diri dan mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dengan memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kedua variabel tersebut.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Pada penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan yaitu:

1. Penelitian ini hanya menggunakan variabel efikasi diri dan prokrastinasi akademik, sehingga tidak diketahui prokrastinasi akademik rendah apakah juga karena tingginya hal lain.
2. Terdapat kendala dalam proses penyebaran kuisisioner, dimana tidak semua responden dapat mengisi kuisisioner secara langsung dikarenakan saat pengambilan data ke lapangan, mahasiswa BK Upgris angkatan 2019 banyak yang sudah memasuki semester atas sehingga jarang berada di kampus, sehingga responden melakukan pengisian mengisi kuisisioner dengan formulir online dan tidak dapat menanyakan secara langsung jika ada pernyataan yang tidak dimengerti oleh responden. yang ada di kuisisioner.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, S. 2017. *Perilaku mahasiswa jurusan ilmu perpustakaan dalam menyelesaikan tugas-tugas mata kuliah (Skripsi)*. Makassar: UIN Alauddin Makasar.
- Azwar, S. 2017. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Cinthia, R. R., & Kustanti, E. R. 2017. *Hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa*. *Jurnal Empati*, 6(2), 31-37.
- Eisingerich, A. B., & Rubera, G. 2010. *Drivers of Brand Commitment: A CrossNational Investigation*. *Journal of International Marketing*, 18(2), 64–79.
- Fitriah, Zahratul. 2015. *Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Unnes Angkatan Tahun 2009. (Skripsi)*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Ghufron, M. N., & Rini, R. S. 2021. *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hair J.F., et al. 2010. *Multivariate Data Analysis. Seventh Edition*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Harkinawati, Meirisyah Anggraeni. 2019. *Pengaruh Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. Skripsi*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Irawati, D. 2015. *Hubungan Antara Kesadaran Diri dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lestari, I. P. K. 2014. *Upaya Meningkatkan Self Efficacy Rendah Terhadap Pemilihan Karir Dengan Konseling Behaviour Teknik Modeling Simbolik Pada Siswa Kelas VIII E Di SMPN N 6 Batang*. Negeri Semarang.
- Lubis, Indah Sari Liza. 2018. *Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. *Jurnal Diversita UMA*, Vol 4 (2): 90-98
- Mamesah, T. S., & Kusumiati, R. Y. E. 2019. *Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Provinsi NTT yang Merantau di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga*. *Jurnal Psikologi Konseling*, 14(1), 317-329.
- Muslimin. 2018. *Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Skripsi Di Universitas Muhammadiyah Malang Ditinjau Dari Keaktifan Berorganisasi. (Skripsi)*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ni'mah, A., Tadjri, I., & Kurniawan, K. 2014. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi*. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 3(1), 43-48.

- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. 2016. *Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX di MTS Al Hikmah Brebes*. Jurnal Hisbah, 13(1), 51-68.
- Safa'ati, E., Halim, M. I., & Iliyati, Z. 2017. *Peran regulasi diri dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Muria Kudus*. Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia, 2(1), 75-84.
- Santrock, John W. 2014. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sinaga, D. H., & Kustanti, E. R. 2017. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Efikasi Diri Wirausaha Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro*. Empati, 6(1), 74-79.
- Sugiyono. 2016. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Ursia, N.R., Siaputra, I.B., Sutanto, N. 2013. *Prokrastinasi akademik dan self-control pada mahasiswa skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya*. Makara Seri Sosial Humaniora, 17(1), 1-18.
- Wahyuni, S. 2019. *Pengaruh motivasi berprestasi dan flow akademik terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa (Skripsi)*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Wahyuningsih, P., Rahmawati, dan Handoyo, Alfiandy Warih. 2021. *Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa*. Sistema: Jurnal Pendidikan 02 (01).
- Yusuf, S. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1

#### Kisi – Kisi Instrumen Pengukur Efikasi Diri Mahasiswa

Efikasi diri dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala efikasi diri berdasarkan aspek-aspek efikasi diri yang telah dikemukakan oleh Bandura, dikutip oleh Ghufron (2021:80-81) yaitu *magnitude* atau tingkat kesulitan tugas, *generality* atau sejauh mana keyakinan mahasiswa atas kemampuannya dalam berbagai situasi tugas atau kegiatan akademik, dan *strength* atau seberapa kuat keyakinan mahasiswa mengenai kemampuan yang ia miliki. Adapun kisi-kisi skala efikasi diri sebagai berikut.

#### Kisi-kisi instrument skala efikasi diri

Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			Item Favorable	Item Unfavorable	
Efikasi Diri	Tingkat Kesulitan Tugas	Mengerjakan tugas yang sulit	1, 2, 39	11, 31, 44	6
		Mengerjakan tugas sesuai kemampuan	12, 13, 49	5, 21, 22	6
		Pantang menyerah dalam menghadapi kesulitan	18, 32, 43	3, 29, 40	6

---

	Kerja keras			
	atau usaha	9, 23, 34	10, 33, 50	<b>6</b>
	maksimal			
	Tetap			
	bertahan pada			
	situasi yang	6, 47, 48	17, 30, 41	<b>6</b>
Kekuatan	sulit			
Keyakinan				
	Optimisme	20, 51, 52	4, 24, 25	<b>6</b>
	Menambah			
	waktu belajar	19, 42, 54	15, 35, 36	<b>6</b>
	Mampu			
	mengerjakan			
	semua			
	pekerjaan	7, 27,37	8, 14, 28	<b>6</b>
Luas	dalam waktu			
Bidang	yang			
Tugas	bersamaan			
	Mengerjakan			
	tugas pada			
	bidang yang	26, 45, 46	16, 38, 53	<b>6</b>
	Berbeda			
<b>Sub Total</b>		<b>27</b>	<b>27</b>	
<b>Total</b>		<b>54</b>		

---

## Lampiran 2

### Kisi- Kisi Instrumen Pengukur Prokrastinasi Akademik Mahasiswa

Pengukuran variabel prokrastinasi akademik mahasiswa dalam penelitian ini menggunakan instrumen prokrastinasi akademik yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori dari Ferrari, Johnson, dan McCown (dalam Ghufron & Rini, 2021:158-160). Ghufron & Rini mengatakan bahwa sebagai suatu perilakupenundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati. Aspek-aspek prokrastinasi secara detail sudah dijelaskan di bab 2, yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

#### Kisi-kisi instrument prokrastinasi akademik mahasiswa

Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
		Favorable Item	Unfavorable Item	
<b>Prokrastinasi Akademik</b>	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	55, 67, 68, 83, 91	59, 65, 75, 76, 87	<b>10</b>
	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	62, 71, 72, 92, 93	56, 69, 77, 80, 88	<b>10</b>
	Kesenjangan	57,58, 70, 85,	63, 64, 74, 84,	<b>10</b>

---

waktu antara	86	94	
rencana dan			
kinerja aktual			
Melakukan	60, 61, 78, 79,	66, 73, 81, 82,	<b>10</b>
aktivitas yang	90	89	
lebih			
menyenangkan			
Sub Total	<b>20</b>	<b>20</b>	
Total		<b>40</b>	

---



**Lampiran 3****Kategori Skoring Jawaban Model Skala Likert**

<b>Pilihan</b>	<b>Pernyataan</b>	
	<b>Favorable (+)</b>	<b>Unfavorable (-)</b>
<b>Sangat sesuai (SS)</b>	4	1
<b>Sesuai (S)</b>	3	2
<b>Tidak sesuai (TS)</b>	2	3
<b>Sangat tidak sesuai (STS)</b>	1	4

## Lampiran 4

### LEMBAR KUESIONER TRYOUT

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan. Saudara diminta untuk membaca dengan seksama dan mengisi sesuai keadaan Saudara sebenarnya dengan memberikan tanda checklist (√) pada kolom yang disediakan dengan keterangan sebagai berikut :

SS = Sangat Sesuai

TS = Tidak Sesuai

S = Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya bisa mengerjakan tugas sesulit apapun itu				
2.	Saya dapat menyelesaikan masalah yang saya hadapi				
3.	Jika kesulitan mengerjakan tugas, saya membiarkannya berlarut-larut				
4.	Saya tidak bisa memotivasi diri untuk belajar dengan giat				
5.	Tugas yang diberikan dosen cenderung sulit bagi saya				
6.	Saya masih bisa berfikir dengan baik meskipun mendapatkan masalah				
7.	Saya bisa menyelesaikan beberapa tugas dalam waktu bersamaan				
8.	Saya terlambat mengerjakan tugas karena terlalu banyak tugas				
9.	Saya memilih tetap belajar apapun				

	hasilnya				
10.	Saya cenderung membiarkan masalah saya				
11.	Saya tidak mampu mengerjakan tugas-tugas yang sulit				
12.	Saya merasa tugas yang diberikan oleh dosen mudah untuk saya selesaikan				
13.	Saya tidak menemukan kesulitan untuk mengerjakan tugas				
14.	Saya kesulitan berkonsentrasi jika banyak tugas				
15.	Saya tidak suka membaca materi kuliah				
16.	Saya tidak bisa menyelesaikan masalah yang belum pernah saya alami				
17.	Saya tidak dapat berfikir dengan baik ketika mendapatkan masalah				
18.	Meskipun nilai saya jelek saya tetap berusaha untuk belajar				
19.	Saya suka belajar di perpustakaan				
20.	Saya mampu mengalahkan rasa malas ketika belajar				
21.	Saya merasa tugas yang diberikan dosen sangat sulit				
22.	Saya tidak mampu menyelesaikan tugas perkuliahan				
23.	Saya belajar dengan giat sebelum perkuliahan dimulai				
24.	Saya sulit memotivasi diri untuk dapat belajar dengan giat				

25.	Kegagalan membuat saya berhenti mencoba				
26.	Saya tetap bisa menyelesaikan masalah meskipun permasalahan tersebut belum pernah dialami sebelumnya				
27.	Saya bisa melakukan multitasking				
28.	Saya mudah terganggu ketika sedang belajar				
29.	Meskipun nilai saya jelek saya tidak berusaha untuk belajar				
30.	Saya kurang yakin dengan kemampuan yang saya miliki				
31.	Saya tidak dapat menyelesaikan masalah saya				
32.	Saya tetap berusaha menyelesaikan tugas walaupun banyak kesulitan				
33.	Saya menyerah jika kesulitan dalam memahami pelajaran				
34.	Saya suka membaca kembali materi perkuliahan setelah pulang				
35.	Saya lebih suka bermain daripada belajar				
36.	Saya menyerahkan tugas kelompok pada teman satu kelompok				
37.	Saya tidak terganggu dengan banyaknya tugas yang ada				
38.	Saya tidak bisa menyelesaikan tugas meskipun materinya belum diajarkan				
39.	Saya tetap berusaha, walaupun menemui banyak kesulitan				

40.	Saya memilih menerima ajakan bermain daripada mengerjakan tugas yang sulit				
41.	Saya tidak bisa menyelesaikan tugas karena saya pikir saya tidak mampu				
42.	Saya suka belajar kelompok di rumah setelah perkuliahan				
43.	Saya tidak pernah menyerah dalam belajar meskipun mengalami kesulitan berulang kali				
44.	Saya berhenti belajar ketika menemukan materi yang sulit				
45.	Saya bisa menyelesaikan tugas meskipun materinya belum diajarkan				
46.	Saya bisa menyelesaikan masalah baru yang tiba-tiba muncul				
47.	Walaupun banyak gangguan di sekitar, saya tetap dapat melakukan pekerjaan dengan baik				
48.	Saya yakin pada kemampuan saya sendiri				
49.	Saya merasa puas dengan hasil pengerjaan tugas saya selama ini				
50.	Ketika mendapat hasil yang kurang memuaskan, saya merasa malas untuk belajar lagi				
51.	Ketika semangat turun, saya tahu apa yang harus saya lakukan agar semangat bangkit kembali				
52.	Saya bisa memotivasi diri untuk belajar dengan giat				

53.	Saya tidak bisa menyelesaikan masalah baru yang tiba-tiba muncul				
54.	Saya yakin akan bisa menguasai materi kuliah jika saya menambah waktu belajar				
55.	Saya meninggalkan tugas ditengah-tengah proses pengerjaannya				
56.	Saya tepat waktu saat datang ke perkuliahan				
57.	Saya selalu tidur terlambat karena belum selesai mengerjakan tugas				
58.	Saya kekurangan waktu untuk menyelesaikan tugas				
59.	Saya segera mengerjakan tugas kuliah				
60.	Saya akan bermain dengan teman sebelum mengerjakan tugas				
61.	Saya lebih tertarik menggunakan waktu untuk kegiatan yang tidak berguna daripada menyelesaikan tugas				
62.	Saya menyelesaikan tugas mendekati batas waktu pengumpulan.				
63.	Saya segera mungkin menyelesaikan tugas sekolah yang telah saya rencanakan				
64.	Jika ada kesulitan saya akan bertanya untuk menyelesaikan tugas perkuliahan				
65.	Saya memulai belajar jauh-jauh hari sebelum ujian				
66.	Saya lebih memilih mengerjakan tugas dibandingkan mengerjakan hal-hal yang				

	menghibur diri saya				
67.	Ketika diberikan tugas kelompok, saya tidak langsung mengerjakan tugas tersebut bersama teman sekelompok				
68.	Saya terlambat masuk ke kelas ketika jadwal perkuliahan dimulai				
69.	Saya cenderung lebih awal ketika mengumpulkan tugas perkuliahan				
70.	Saya tidak bisa menyelesaikan membaca seluruh bahan perkuliahan sesuai dengan target yang saya buat				
71.	Saya menyelesaikan tugas perkuliahan dengan lambat				
72.	Jika ada tugas saya selalu terlambat dalam mengumpulkannya				
73.	Saya akan mengerjakan tugas sampai selesai sebelum bermain dengan teman				
74.	Apapun tugas yang telah saya rencanakan selalu bisa selesai sesuai rencana				
75.	Saya mengerjakan tugas sejak awal waktu				
76.	Saya langsung mengerjakan tugas sesaat setelah diberikan oleh dosen				
77.	Saya sering dipuji oleh dosen karena mengerjakan tugas lebih awal				
78.	Saya akan tetap bermain walaupun ada kesempatan untuk menyelesaikan tugas kuliah				
79.	Saya lebih memilih menonton TV				

	daripada mengerjakan tugas terlebih dahulu				
80.	Saya suda mengumpulkan tugas sebelum batas waktu pengumpulan				
81.	Saya mendahulukan mengerjakan tugas kuliah daripada bermain				
82.	Saya lebih memilih mengerjakan tugas kuliah daripada menonton TV				
83.	Bagi saya lebih suka menunda mengerjakan tugas				
84.	Saya memiliki kelebihan waktu waktu untuk menyelesaikan tugas				
85.	Saya tidak bisa menyelesaikan tugas sesuai rencana				
86.	Jika ada kesulitan saya akan berhenti untuk menyelesaikan tugas				
87.	Saya segera mengerjakan tugas hari itu juga				
88.	Saya bisa bersantai karena tugas saya sudah diselesaikan				
89.	Saya cenderung menyegerakan mengerjakan tugas daripada memilih bermain				
90.	Saya akan menunda mengerjakan tugas dari dosen meskipun saya memiliki banyak waktu				
91.	Sepulang dari kampus, saya membiarkan tugas yang diberikan oleh dosen				
92.	Saya mengumpulkan tugas perkuliahan				



	setelah batas waktu pengumpulan				
93.	Saya kehabisan waktu karena tugas saya belum selesai saat waktu pengumpulan				
94.	Saya tidur lebih awal karena tugas sudah kuliah selesai				

## Lampiran 5

### Hasil Uji Validitas Instrumen Efikasi Diri

Pada instrumen efikasi diri, jumlah butir pernyataan yang diujicobakan sebanyak 54 butir. Setelah uji coba, hasil menunjukkan bahwa terdapat 22 butir pernyataan yang tidak valid. Dan terdapat 32 pernyataan yang valid, selanjutnya 32 butir pernyataan tersebut dipertahankan sebagai skala efikasi diri. Berikut adalah blue print skala efikasi diri setelah uji coba yang dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Variabel	Indikator	Sub-Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			Item Favorable	Item Unfavorable	
Efikasi Diri	Tingkat Kesulitan Tugas	Mengerjakan tugas yang sulit	22	18, 26	3
		Mengerjakan tugas sesuai kemampuan	29	11, 12	3
		Pantang menyerah dalam menghadapi kesulitan	9, 19, 25	1, 16, 23	6
		Kerja keras atau usaha maksimal	-	5, 20, 30	3
		Tetap bertahan pada situasi yang sulit	3, 27, 28	8, 17, 24	6
		Kekuatan Keyakinan			

---

	Optimisme	10	2, 13, 14	<b>4</b>
	Menambah waktu belajar	32	6, 21	<b>3</b>
	Mampu mengerjakan semua pekerjaan dalam waktu yang bersamaan	-	4	<b>1</b>
Luas Bidang Tugas	Mengerjakan tugas pada bidang yang Berbeda	15	7, 31	<b>3</b>
<b>Sub Total</b>		<b>11</b>	<b>21</b>	
<b>Total</b>		<b>32</b>		

---

## Lampiran 6

## Hasil Uji Validitas Instrumen Efikasi Diri dengan SPSS 25

Correlations			
		Total	Keterangan
VAR00001	Pearson Correlation	-0,013	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,947	
	N	30	
VAR00002	Pearson Correlation	0,301	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,105	
	N	30	
VAR00003	Pearson Correlation	.616 <sup>***</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00004	Pearson Correlation	.364 <sup>*</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,048	
	N	30	
VAR00005	Pearson Correlation	0,327	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,078	
	N	30	
VAR00006	Pearson Correlation	.687 <sup>***</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00007	Pearson Correlation	0,101	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,596	
	N	30	
VAR00008	Pearson Correlation	.421 <sup>*</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,020	
	N	30	
VAR00009	Pearson Correlation	0,279	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,136	
	N	30	
VAR00010	Pearson Correlation	.596 <sup>***</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,001	
	N	30	
VAR00011	Pearson Correlation	0,342	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,064	
	N	30	
VAR00012	Pearson Correlation	-0,215	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,254	
	N	30	
VAR00013	Pearson Correlation	-0,281	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,133	
	N	30	

VAR00014	Pearson Correlation	0,057	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,765	
	N	30	
VAR00015	Pearson Correlation	.530 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,003	
	N	30	
VAR00016	Pearson Correlation	.537 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,002	
	N	30	
VAR00017	Pearson Correlation	.601 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00018	Pearson Correlation	.541 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,002	
	N	30	
VAR00019	Pearson Correlation	0,274	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,143	
	N	30	
VAR00020	Pearson Correlation	.422 <sup>*</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,020	
	N	30	
VAR00021	Pearson Correlation	.448 <sup>*</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,013	
	N	30	
VAR00022	Pearson Correlation	.514 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,004	
	N	30	
VAR00023	Pearson Correlation	0,349	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,059	
	N	30	
VAR00024	Pearson Correlation	.424 <sup>*</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,019	
	N	30	
VAR00025	Pearson Correlation	.639 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00026	Pearson Correlation	.484 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,007	
	N	30	
VAR00027	Pearson Correlation	0,266	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,155	
	N	30	
VAR00028	Pearson Correlation	0,256	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,173	

	N	30	
VAR00029	Pearson Correlation	.560 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,001	
	N	30	
VAR00030	Pearson Correlation	.690 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00031	Pearson Correlation	.695 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00032	Pearson Correlation	.394 <sup>*</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,031	
	N	30	
VAR00033	Pearson Correlation	.580 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,001	
	N	30	
VAR00034	Pearson Correlation	0,222	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,238	
	N	30	
VAR00035	Pearson Correlation	0,355	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,055	
	N	30	
VAR00036	Pearson Correlation	.388 <sup>*</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,034	
	N	30	
VAR00037	Pearson Correlation	0,191	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,313	
	N	30	
VAR00038	Pearson Correlation	0,273	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,145	
	N	30	
VAR00039	Pearson Correlation	.577 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,001	
	N	30	
VAR00040	Pearson Correlation	.611 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00041	Pearson Correlation	.560 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,001	
	N	30	
VAR00042	Pearson Correlation	-0,208	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,269	
	N	30	
VAR00043	Pearson Correlation	.551 <sup>**</sup>	Valid

	Sig. (2-tailed)	0,002	
	N	30	
VAR00044	Pearson Correlation	.544 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,002	
	N	30	
VAR00045	Pearson Correlation	0,075	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,694	
	N	30	
VAR00046	Pearson Correlation	0,099	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,603	
	N	30	
VAR00047	Pearson Correlation	.371 <sup>*</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,043	
	N	30	
VAR00048	Pearson Correlation	.731 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00049	Pearson Correlation	.377 <sup>*</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,040	
	N	30	
VAR00050	Pearson Correlation	.670 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00051	Pearson Correlation	0,159	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,400	
	N	30	
VAR00052	Pearson Correlation	-0,140	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,462	
	N	30	
VAR00053	Pearson Correlation	.632 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00054	Pearson Correlation	.468 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,009	
	N	30	
VAR00055	Pearson Correlation	1	
	Sig. (2-tailed)		
	N	30	

## Lampiran 7

### Hasil Uji Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik

Pada instrumen prokrastinasi akademik, jumlah butir pernyataan yang diujicobakan sebanyak 40 butir. Setelah uji coba, hasil menunjukkan bahwa terdapat 13 butir pernyataan yang tidak valid. Dan terdapat 27 pernyataan yang valid, selanjutnya 27 butir pernyataan tersebut dipertahankan sebagai skala prokrastinasi akademik. Berikut adalah blue print skala prokrastinasi akademik setelah uji coba yang dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
		Item Favorable	Item Unfavorable	
<b>Prokrastinasi Akademik</b>	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	33, 43, 59	35, 41, 47, 48, 56	<b>8</b>
	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	38, 44, 45	34, 49, 51, 57	<b>7</b>
	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	55	39, 40, 46, 54	<b>5</b>
	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	36, 37, 50	42, 52, 53, 58	<b>7</b>



---

Sub Total	<b>10</b>	<b>17</b>
Total		<b>27</b>

---

## Lampiran 8

## Hasil Uji Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik dengan SPSS 25

Correlations			
		Total	
VAR00001	Pearson Correlation	.648 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00002	Pearson Correlation	.559 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,001	
	N	30	
VAR00003	Pearson Correlation	0,214	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,257	
	N	30	
VAR00004	Pearson Correlation	0,119	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,533	
	N	30	
VAR00005	Pearson Correlation	.618 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00006	Pearson Correlation	.472 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,008	
	N	30	
VAR00007	Pearson Correlation	.597 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00008	Pearson Correlation	.683 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00009	Pearson Correlation	.796 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00010	Pearson Correlation	.515 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,004	
	N	30	
VAR00011	Pearson Correlation	.487 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,006	
	N	30	
VAR00012	Pearson Correlation	.872 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00013	Pearson Correlation	0,348	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,059	
	N	30	

VAR00014	Pearson Correlation	.397 <sup>*</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,030	
	N	30	
VAR00015	Pearson Correlation	0,260	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,166	
	N	30	
VAR00016	Pearson Correlation	0,239	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,203	
	N	30	
VAR00017	Pearson Correlation	.495 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,005	
	N	30	
VAR00018	Pearson Correlation	.482 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,007	
	N	30	
VAR00019	Pearson Correlation	0,024	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,898	
	N	30	
VAR00020	Pearson Correlation	.490 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,006	
	N	30	
VAR00021	Pearson Correlation	.645 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00022	Pearson Correlation	.549 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,002	
	N	30	
VAR00023	Pearson Correlation	.518 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,003	
	N	30	
VAR00024	Pearson Correlation	0,198	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,295	
	N	30	
VAR00025	Pearson Correlation	.537 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,002	
	N	30	
VAR00026	Pearson Correlation	.651 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00027	Pearson Correlation	.805 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00028	Pearson Correlation	.766 <sup>**</sup>	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	

	N	30	
VAR00029	Pearson Correlation	0,136	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,474	
	N	30	
VAR00030	Pearson Correlation	.627**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00031	Pearson Correlation	0,229	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,224	
	N	30	
VAR00032	Pearson Correlation	.520**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,003	
	N	30	
VAR00033	Pearson Correlation	.765**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00034	Pearson Correlation	0,015	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,936	
	N	30	
VAR00035	Pearson Correlation	.844**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	30	
VAR00036	Pearson Correlation	0,118	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,535	
	N	30	
VAR00037	Pearson Correlation	.511**	Valid
	Sig. (2-tailed)	0,004	
	N	30	
VAR00038	Pearson Correlation	0,309	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,096	
	N	30	
VAR00039	Pearson Correlation	0,061	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,748	
	N	30	
VAR00040	Pearson Correlation	0,229	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	0,224	
	N	30	
VAR00041	Pearson Correlation	1	
	Sig. (2-tailed)		
	N	30	

**Lampiran 9****Hasil Uji Reliabilitas Instrumen**

Hasil uji reliabilitas Cronbach's Alpha pada masing-masing instrument dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

<b>Skala</b>	<b>Nilai Alpha Cronbach</b>	<b>Keterangan</b>
Efikasi Diri	0,926	Reliabel
Prokrastinasi Akademik	0,932	Reliabel

**Lampiran 10****Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Efikasi Diri**

<b>Reliability Statistics</b>	
<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of Items</b>
0,926	32

**Lampiran 11****Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik**

<b>Reliability Statistics</b>	
<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of Items</b>
0,932	27

## Lampiran 12

### LEMBAR KUESIONER

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan. Saudara diminta untuk membaca dengan seksama dan mengisi sesuai keadaan Saudara sebenarnya dengan memberikan tanda checklist (√) pada kolom yang disediakan dengan keterangan sebagai berikut :

SS = Sangat Sesuai

TS = Tidak Sesuai

S = Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Jika kesulitan mengerjakan tugas, saya membiarkannya berlarut-larut				
2.	Saya tidak bisa memotivasi diri untuk belajar dengan giat				
3.	Saya masih bisa berfikir dengan baik meskipun mendapatkan masalah				
4.	Saya terlambat mengerjakan tugas karena terlalu banyak tugas				
5.	Saya cenderung membiarkan masalah saya				
6.	Saya tidak suka membaca materi kuliah				
7.	Saya tidak bisa menyelesaikan masalah yang belum pernah saya alami				
8.	Saya tidak dapat berfikir dengan baik ketika mendapatkan masalah				
9.	Meskipun nilai saya jelek saya tetap berusaha untuk belajar				
10.	Saya mampu mengalahkan rasa malas ketika belajar				



11.	Saya merasa tugas yang diberikan dosen sangat sulit				
12.	Saya tidak mampu menyelesaikan tugas perkuliahan				
13.	Saya sulit memotivasi diri untuk dapat belajar dengan giat				
14.	Kegagalan membuat saya berhenti mencoba				
15.	Saya tetap bisa menyelesaikan masalah meskipun permasalahan tersebut belum pernah dialami sebelumnya				
16.	Meskipun nilai saya jelek saya tidak berusaha untuk belajar				
17.	Saya kurang yakin dengan kemampuan yang saya miliki				
18.	Saya tidak dapat menyelesaikan masalah saya				
19.	Saya tetap berusaha menyelesaikan tugas walaupun banyak kesulitan				
20.	Saya menyerah jika kesulitan dalam memahami pelajaran				
21.	Saya menyerahkan tugas kelompok pada teman satu kelompok				
22.	Saya tetap berusaha, walaupun menemui banyak kesulitan				
23.	Saya memilih menerima ajakan bermain daripada mengerjakan tugas yang sulit				
24.	Saya tidak bisa menyelesaikan tugas karena saya pikir saya tidak mampu				

25.	Saya tidak pernah menyerah dalam belajar meskipun mengalami kesulitan berulang kali				
26.	Saya berhenti belajar ketika menemukan materi yang sulit				
27.	Walaupun banyak gangguan di sekitar, saya tetap dapat melakukan pekerjaan dengan baik				
28.	Saya yakin pada kemampuan saya sendiri				
29.	Saya merasa puas dengan hasil pengerjaan tugas saya selama ini				
30.	Ketika mendapat hasil yang kurang memuaskan, saya merasa malas untuk belajar lagi				
31.	Saya tidak bisa menyelesaikan masalah baru yang tiba-tiba muncul				
32.	Saya yakin akan bisa menguasai materi kuliah jika saya menambah waktu belajar				
33.	Saya meninggalkan tugas ditengah-tengah proses pengerjaannya				
34.	Saya tepat waktu saat datang ke perkuliahan				
35.	Saya segera mengerjakan tugas kuliah				
36.	Saya akan bermain dengan teman sebelum mengerjakan tugas				
37.	Saya lebih tertarik menggunakan waktu untuk kegiatan yang tidak berguna daripada menyelesaikan tugas				
38.	Saya menyelesaikan tugas mendekati batas waktu pengumpulan				

39.	Saya segera mungkin menyelesaikan tugas sekolah yang telah saya rencanakan				
40.	Jika ada kesulitan saya akan bertanya untuk menyelesaikan tugas perkuliahan				
41.	Saya memulai belajar jauh-jauh hari sebelum ujian				
42.	Saya lebih memilih mengerjakan tugas dibandingkan mengerjakan hal-hal yang menghibur diri saya				
43.	Saya terlambat masuk ke kelas ketika jadwal perkuliahan dimulai				
44.	Saya menyelesaikan tugas perkuliahan dengan lambat				
45.	Jika ada tugas saya selalu terlambat dalam mengumpulkannya				
46.	Apapun tugas yang telah saya rencanakan selalu bisa selesai sesuai rencana				
47.	Saya mengerjakan tugas sejak awal waktu				
48.	Saya langsung mengerjakan tugas sesaat setelah diberikan oleh dosen				
49.	Saya sering dipuji oleh dosen karena mengerjakan tugas lebih awal				
50.	Saya lebih memilih menonton TV daripada mengerjakan tugas terlebih dahulu				
51.	Saya suda mengumpulkan tugas sebelum batas waktu pengumpulan				
52.	Saya mendahulukan mengerjakan tugas kuliah daripada bermain				
53.	Saya lebih memilih mengerjakan tugas				

	kuliah daripada menonton TV				
54.	Saya memiliki kelebihan waktu waktu untuk menyelesaikan tugas				
55.	Jika ada kesulitan saya akan berhenti untuk menyelesaikan tugas				
56.	Saya segera mengerjakan tugas hari itu juga				
57.	Saya bisa bersantai karena tugas saya sudah diselesaikan				
58.	Saya cenderung menyetujui mengerjakan tugas daripada memilih bermain				
59.	Sepulang dari kampus, saya membiarkan tugas yang diberikan oleh dosen				

### Lampiran 13

#### Lampiran Daftar Nama Mahasiswa Aktif BK Angkatan 2019

	NIM	NAMA
1	19110002	TIARA SYAFITRI
2	19110003	NATASYA AYU RISA
3	19110004	DINI FITRIA SARI
4	19110005	LAILY NABIYUNNA HASNI
5	19110006	AZMI KHANUNIN NI'MAH
6	19110007	DEVA ARTA RIFAJANI
7	19110008	DIVA DIANITA
8	19110009	KAISA TANAZZALUL HIKMAH
9	19110010	RIAS ELSA PUSPITA
10	19110011	NUR ASFIANI MIA MILADIAH
11	19110012	ZALFA ALYA QURROTU'AINI
12	19110013	RAVI AJI PRATAMA
13	19110015	ELVIRA USFATUN KHASANAH
14	19110017	MAY DWI ANGGRAENI
15	19110018	AL FRIDA RIANITAMI
16	19110019	FARKHATUL ATHIYAH
17	19110020	PUTRI NUR FITRIYANI
18	19110023	MUHAMMAD SYAFIUDIN
19	19110025	FARDA MUFTI NUGRAHA
20	19110026	AMALIA PERMATASARI
21	19110027	WIENDA ISWARA FEBRIANTI
22	19110028	MUHAMMAD BAIHAQI
23	19110031	RICHO ALFIANSYAH
24	19110032	DEBY PRAYOGO
25	19110033	ELLYN BABY FEBRIANA
26	19110034	INAYAH WAHYU KURNIA PUTRI
27	19110035	LUTHFIANTO
28	19110036	AYU TRIANA RAHMAWATI
29	19110038	MIRTA LAELYA SHOFA
30	19110039	SYIFA IBNU ANUGRAH
31	19110040	ARYA INDRA SYAHPUTRA
32	19110041	SELVI SEKAR DEWI
33	19110043	AQILA SALMA RIZQISHANTY
34	19110045	ALVRIALDI LUKMAN
35	19110046	VINA APRILIANI
36	19110047	APRILIA BEKTI ARMIANTI
37	19110048	AQILLA RACHMAH HAYA REZQIYANTI

38	19110049	MUHAMMAD RIFQI IRSYADI
39	19110050	KRISNA TRIWIJAYA
40	19110051	SITI KURNIASIH
41	19110052	SAFITRI DIAN ANDINI
42	19110054	SEKAR BUDIATI
43	19110055	VENY EKA YULIASARI
44	19110056	DEVIA TRILOLAWATI
45	19110057	DITA CIPTA PRADANI
46	19110058	KHUSNUL KHAFIDHIYAH
47	19110060	LIA NUR SANJAYA
48	19110061	NANDINI LINDAR PRAMESI
49	19110062	YESICA AURELIA FARMADHANI
50	19110064	LIANA APRILLIA
51	19110065	TATA FINI ADITIA PRATIWI
52	19110066	NIMADE ARUMSARI NUGRAHAWANTI
53	19110067	DINDA NUR IRBAH PUTRI ABDURACHMAN
54	19110068	TRI INDAH SUSANTI
55	19110069	SINTA AYU WULANDARI
56	19110070	YOGY PRASETIYA KURNIARAHMAN
57	19110071	SYADZWINATUL HANINAH
58	19110073	AJI ANDHAP PAMBUDI
59	19110074	DHIAH SUKMAWATI
60	19110077	NOVITA NINGSIH
61	19110078	IMAGHFIROH
62	19110079	KRISNA BAYU IRAWAN
63	19110080	ANISA BERLIANDA VISTA
64	19110081	DEWI PURNAMASARI
65	19110083	SOLEH MUJIYONO
66	19110084	ARTHAMEVIA ERLINDA
67	19110085	LEANTY JIANIGGA
68	19110086	MUHAMMAD IRHAM FAZLURRAHMAN
69	19110087	ERINA HIDAYATI BINTARI
70	19110088	LATIFAH
71	19110089	YUNI AGUSTIN
72	19110090	JENI SAFIRA
73	19110091	LINTANG CAHYA AYUNING GUSTI
74	19110092	SHAFHA HASNA PRASTYANINGRUM
75	19110093	ALFINA HANIFAH
76	19110094	WULAN PUTRIANI
77	19110095	RENI LESTARI
78	19110096	TAMARA AMALIA FEBRIANI

79	19110098	SELGI MEI ARIYANI
80	19110099	PRIMELA MUTIARA SANI NOVA
81	19110100	FADHILLA NOVA SETYARI
82	19110101	ALWAN WISMOYO
83	19110105	EGA GALUH ANDIYANI
84	19110106	VERA SABETA
85	19110107	EKA NOVIANA
86	19110108	RAHMI NUR SANTI
87	19110109	SALMA PRIHATINI RAHMA
88	19110110	AFFAN ANGER RAYCHAN
89	19110112	ZAKIA LATIFAH
90	19110113	AULIA HASANAH
91	19110114	RISKA SELLY NOVIRA
92	19110115	EKO PERMANA AZAH PRAMUDYA
93	19110116	MUHAMMAD ARDAN NENA PRATAMA
94	19110118	ALVINA WIDYA UTAMI
95	19110119	UMI MUNDRIKAH
96	19110121	RIZKY SEKAR SARI
97	19110122	ERA ROFIANA
98	19110123	RIMA NOVITA SARI
99	19110124	ANNISA FITRIANI
100	19110125	HELENA YORANITA PUTRI RONICA
101	19110126	NAUFAL AMMAR MAJID
102	19110127	FADYA CINTA BELLA YULYANTO
103	19110128	AYU PRIYANTRI RAHMATIKA
104	19110130	AANISATURAHMAH 'AZIZA
105	19110131	EVI MUKTI ARUMSARI
106	19110133	MAULANA ZUHDI FIRDAUS
107	19110134	ROMA SUKRO ANDONO
108	19110138	IMAROTUL ALIYAH
109	19110141	M. FAIQ ATHO'ILLAH
110	19110142	ADI DARMA NANGGALA PUTRA
111	19110143	ANANDA SULAIMAN SYAHPUTRA
112	19110144	RISMA DWI RAHAYU
113	19110145	RIZAL ADITIA
114	19110146	USWATUN HASANAH
115	19110147	SUCI PUTUT WIJAYANTI
116	19110148	FERA TRI LESTARI
117	19110149	RISMA CAHYANINGTYAS
118	19110152	RATNA RUSTIYAH
119	19110153	VIA APRILIANA

120	19110155	MUTIARA ANGELINA PUTRI DIANA
121	19110156	IDIAS SUGESTI
122	19110157	RISTANOVI WIDIYANTI
123	19110158	ESTI KARTINA NINGRUM
124	19110159	MUHAMMAD ADE ARDIANYAH
125	19110161	YONORA INGGARSARI
126	19110162	SALMA FARHATUL AFIAH
127	19110163	MUTIARA CHANTIKA DEWI
128	19110164	CAHYA WULANDARI
129	19110165	ADINDA SAFITRI AMALIA
130	19110167	INANDIN NABIHA
131	19110172	NUR SUCI YUDISTIARA
132	19110174	INDRIYANI SETYANINGRUM
133	19110175	NURUL LAILIYAH
134	19110178	DWI RANGGA PAMUNGKAS
135	19110179	SHAFIRA NURFAIZA
136	19110181	MUHAMAD FATKHUR ROHMAN
137	19119001	KINTAN MAULIDYANSA
138	19110183	DEVY HASIANANDA S
139	19110184	ARSYA FARLIN KINASE
140	19110186	SAMUEL ORLANDO SIDABUTAR
141	19110187	AYUSTA SRI NURHAYATI
142	19110188	TRI SUSILO HESTI NINGRUM
143	19110189	FIBRINA MAULIDA EKA SARI
144	19110190	IIS HIDAYAH
145	19110192	HANINTYA PUTRI PERMATASARI
146	19110193	RIZQI RIZA MAHENDRA
147	19110194	ADJIE VATSYAYANA
148	19110196	ISNA MAYSAROH
149	19110199	KAMAL JUNAIDI
150	19110200	WINDI INDRIYANI
151	19110201	RIRIK SETYAWATI
152	19116005	ADAM EVAN KRESNAWAN
153	19110205	OKTAVIA ARI PRATIWI
154	19110206	FANNY MAWARDANI PUTRI
155	19116008	KHOIRUNNISA PUTRI MELATI
156	19110208	AULIA ALFIANI
157	19110207	MEGA NUR SUKMAWATI



## Lampiran 14

## Tabulasi Data Penelitian Efikasi Diri

No	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	X30	X31	X32	Tot al
1	2	3	2	3	4	2	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	4	2	3	2	4	3	1	4	2	3	2	3	85
2	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	99
3	3	2	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	2	4	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2	3	3	2	3	3	96
4	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	46
5	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	96
6	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	1	1	1	2	2	66
7	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	83
8	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	3	1	2	3	3	2	2	1	2	2	3	2	1	3	2	3	2	1	2	2	3	2	69
9	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	1	3	3	3	2	78
10	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	82
11	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	82
12	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	74
13	3	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	99
14	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	3	2	2	56
15	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	83
16	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	3	2	2	1	2	2	50
17	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	104
18	2	1	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	58
19	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	1	1	2	2	69
20	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	101
21	3	2	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	1	1	2	2	70

22	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	4	2	2	3	4	3	2	4	99	
23	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	4	4	2	4	2	4	3	3	3	3	2	2	2	86
24	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	94
25	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	69
26	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	67
27	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	53
28	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	67
29	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	70
30	4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	90
31	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	75
32	2	1	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	59
33	3	2	2	3	1	3	2	3	2	1	3	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	75
34	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	3	2	2	66
35	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	54
36	2	2	3	1	2	1	3	2	1	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	1	59
37	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	1	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	75
38	4	3	3	4	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	2	3	3	4	2	3	4	4	107
39	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	3	2	1	3	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	3	1	2	1	3	2	2	56
40	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	1	2	3	2	1	1	1	1	3	1	2	54
41	3	2	2	1	2	2	3	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	1	3	2	2	2	69
42	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	45
43	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	46
44	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	1	3	2	1	2	2	3	2	1	2	3	2	3	1	3	2	3	2	2	72
45	3	4	3	2	3	2	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	2	4	3	2	91
46	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	45

47	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	94	
48	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	3	2	1	2	1	3	3	2	1	1	2	1	3	2	1	3	1	66	
49	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	69	
50	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	83	
51	4	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	93	
52	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	3	4	107	
53	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	83	
54	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	110	
55	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	2	2	3	2	4	4	3	93	
56	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	98
57	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	45	
58	1	2	2	3	3	2	1	2	2	3	1	2	3	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	59	
59	3	4	1	3	3	4	1	1	2	1	1	3	1	1	3	1	1	3	4	1	1	2	1	3	3	1	2	2	3	1	2	3	66	
60	3	3	1	3	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	3	4	3	3	3	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3	4	3	1	72	
61	2	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	3	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	56	
62	3	2	3	2	3	2	3	2	4	2	4	3	3	4	3	4	2	3	3	2	1	3	3	3	2	1	2	3	2	3	2	3	85	
63	3	2	1	1	2	1	4	3	2	2	2	1	1	3	1	2	3	3	2	1	3	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	2	59	
64	2	4	3	3	2	4	2	2	1	1	3	3	1	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	1	3	1	1	3	1	1	1	1	69	
65	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	1	1	2	1	3	2	1	3	1	1	2	3	1	1	2	1	2	1	3	61	
66	4	3	2	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	2	1	3	1	3	4	3	1	2	3	4	85	
67	3	2	1	2	3	2	1	1	3	4	2	2	3	3	4	2	3	2	3	1	3	1	3	3	2	3	1	4	1	3	3	3	77	
68	3	2	2	2	1	3	3	2	3	4	4	3	2	2	2	3	2	3	1	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	2	1	3	67	
69	4	3	4	2	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	3	1	3	3	2	1	2	3	2	3	94	
70	3	1	2	2	2	1	1	2	1	2	3	1	1	3	4	3	1	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	3	2	1	61	
71	4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	2	3	3	3	2	1	3	2	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	2	3	99	

72	4	3	2	2	2	4	2	3	2	2	1	3	3	4	2	3	2	3	3	1	2	3	1	2	3	2	2	4	4	3	2	4	83
73	4	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	1	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	85
74	4	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	4	4	4	2	3	2	3	2	3	4	3	2	2	3	4	2	2	2	3	96
75	3	2	3	2	2	4	1	3	3	2	3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	4	3	4	4	2	3	2	88
76	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	3	1	2	3	2	2	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	1	67
77	2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4	2	3	4	3	2	2	3	4	3	99
78	4	2	3	2	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	2	3	4	3	3	2	4	4	3	4	3	4	2	4	3	2	3	10 1
79	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	2	1	4	4	3	2	3	2	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	4	91
80	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	3	3	2	2	4	2	3	3	2	1	2	3	3	2	1	1	2	2	1	3	3	2	66
81	3	3	3	2	3	2	2	2	3	4	4	3	4	2	2	2	3	4	2	3	4	4	4	4	2	3	2	3	3	4	3	4	96
82	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	3	4	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	4	2	3	1	1	2	1	1	3	3	66
83	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	4	2	3	4	4	3	2	4	4	3	2	2	2	1	2	3	3	3	4	86
84	4	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	3	3	2	4	2	2	3	3	4	4	3	4	4	3	2	10 1
85	3	2	4	3	2	3	2	3	1	2	4	4	2	3	3	3	3	2	3	4	2	1	2	3	1	2	1	1	1	2	3	3	78
86	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	4	3	2	2	2	83
87	2	3	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	1	1	1	2	1	2	3	4	2	61
88	4	2	2	3	2	2	2	3	3	4	4	3	2	4	3	3	3	2	3	4	4	4	3	2	3	2	2	2	3	4	4	3	94
89	2	2	2	1	1	3	1	2	4	2	2	3	2	4	1	2	2	3	2	4	3	2	2	2	1	1	2	3	4	3	3	4	75
90	2	3	3	2	1	2	4	4	1	2	3	2	3	2	4	2	1	1	1	2	3	1	1	2	1	4	3	1	3	3	2	1	70
91	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3	4	2	4	3	2	3	3	2	2	4	1	3	2	3	1	2	3	2	85
92	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	11 4
93	3	2	2	2	3	3	2	3	2	4	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	2	3	83
94	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	3	2	4	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	1	2	66
95	3	3	3	3	4	4	4	3	2	1	2	2	2	3	4	3	3	4	4	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	10 1
96	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	1	4	4	3	2	3	3	3	2	4	4	3	82

97	2	1	1	1	2	1	1	1	2	3	2	1	1	2	3	2	3	3	1	2	1	1	1	3	3	2	2	1	2	3	1	1	56	
98	3	1	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	4	4	3	2	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	88		
99	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	3	2	1	3	2	1	2	2	3	1	1	3	2	2	1	2	3	2	1	1	1	58	
100	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	1	3	3	2	2	2	1	2	2	1	3	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	69	
101	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	4	2	2	3	2	3	4	3	2	2	1	3	2	2	2	2	77	
102	2	2	3	1	2	1	3	1	2	4	4	3	2	1	2	4	2	1	3	3	1	4	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	69	
103	3	2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	4	4	4	3	2	2	3	3	4	3	4	3	2	2	1	2	2	2	3	2	85	
104	2	1	1	2	1	1	1	2	2	3	4	4	4	2	3	2	2	3	2	1	3	4	2	2	2	3	4	2	2	2	2	1	72	
105	4	2	3	2	2	3	3	3	4	4	3	2	3	4	2	4	2	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	101	
106	3	2	2	4	4	2	3	2	3	2	2	4	3	3	3	2	4	4	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	94
107	4	3	3	3	3	3	2	4	2	3	4	4	4	4	3	2	3	2	4	3	4	4	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	101	
108	3	3	3	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	2	3	2	3	91	
109	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	2	4	4	2	2	4	2	3	3	4	4	3	99	
110	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	2	3	4	3	3	2	2	4	2	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	1	74	
111	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	3	1	3	3	1	2	1	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	58	
112	2	2	3	3	3	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	72	

## Lampiran 15

## Tabulasi Data Penelitian Prokrastinasi Akademik

No	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y26	Y27	Total
1	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	2	1	2	1	3	3	4	3	4	68
2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	3	2	1	1	2	3	3	2	1	1	2	1	1	45
3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	1	2	2	3	2	1	4	3	1	2	2	3	3	1	1	59
4	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	2	2	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	87
5	2	2	2	1	2	1	2	3	3	2	3	2	4	2	1	3	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	3	55
6	2	2	3	2	1	2	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	2	2	3	2	2	4	3	3	3	3	2	71
7	2	2	2	1	2	1	1	2	2	3	3	3	1	2	2	2	3	4	2	2	3	1	4	2	1	2	3	58
8	3	3	2	3	3	3	4	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	1	70
9	2	2	2	2	3	2	1	2	1	2	3	3	3	2	1	2	3	2	2	1	3	3	4	2	1	2	4	60
10	3	3	2	3	1	2	2	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	4	3	68
11	1	3	4	2	1	2	3	3	4	3	2	3	3	1	2	3	2	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	69
12	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	4	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	77
13	3	2	3	3	4	2	2	2	3	3	1	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	2	4	2	74
14	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	2	4	3	3	4	3	4	4	3	4	96
15	2	2	3	3	3	2	4	1	2	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	1	2	3	4	3	2	75
16	4	2	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	2	4	4	4	3	2	3	4	88
17	2	2	3	3	2	3	2	3	3	1	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	3	4	2	3	4	65
18	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	88
19	4	4	4	3	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	3	4	4	3	4	4	95

20	3	2	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	74	
21	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	2	4	3	4	2	3	4	4	3	93	
22	2	3	4	3	4	3	2	3	4	2	3	2	4	2	3	4	4	2	1	2	4	2	3	2	4	3	2	77	
23	2	2	2	4	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	4	3	4	4	4	2	3	4	2	3	79	
24	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	3	4	4	4	3	2	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	2	77	
25	2	1	2	1	3	2	2	3	3	2	3	1	2	1	4	4	3	2	4	3	4	4	3	4	3	4	2	72	
26	2	2	3	3	2	3	2	3	4	1	2	1	2	3	3	1	2	3	4	2	3	2	1	4	3	2	1	64	
27	3	3	2	3	4	1	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	4	4	4	4	2	1	2	3	3	4	1	3	74
28	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	1	2	4	3	1	2	2	3	2	4	2	1	2	4	3	2	3	60	
29	2	2	1	2	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	1	2	3	65	
30	3	3	3	1	2	1	2	3	4	4	4	3	2	3	4	2	1	2	3	3	1	2	3	2	3	3	4	71	
31	2	2	2	4	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	4	2	2	3	2	4	2	3	2	2	3	4	69	
32	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	1	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	78	
33	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	95	
34	2	3	2	2	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	4	2	3	4	2	2	87	
35	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	2	88	
36	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	92	
37	3	3	4	3	3	4	3	4	2	2	3	2	1	3	4	2	3	3	1	4	4	2	3	3	3	2	3	77	
38	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	3	4	3	4	2	2	3	68	
39	3	2	2	3	2	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	91	
40	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	3	2	2	2	3	4	4	4	2	3	4	3	2	3	4	2	3	77	
41	1	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	72	
42	3	3	2	3	4	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	4	3	90
43	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	1	3	3	3	4	4	4	3	2	2	3	4	3	4	3	88	
44	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	1	3	2	3	2	3	3	4	3	2	2	2	3	2	1	2	65	

45	2	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	4	3	2	2	2	3	4	2	3	2	71
46	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	1	2	3	2	1	4	1	4	3	4	3	2	3	75
47	2	3	1	1	1	2	1	1	2	3	1	1	2	3	2	2	1	2	3	2	1	2	1	1	2	3	2	48
48	2	2	3	2	3	2	1	1	1	2	3	1	2	3	3	3	1	2	3	1	1	3	3	2	3	2	3	58
49	3	3	4	2	3	4	2	2	2	3	1	1	2	3	1	3	3	2	2	1	2	3	1	3	3	3	4	66
50	3	3	3	2	3	2	1	3	1	2	3	2	1	2	4	3	1	2	4	2	4	2	2	1	2	3	4	65
51	3	3	3	2	1	2	1	1	1	2	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	4	2	2	1	4	3	2	60
52	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	4	3	2	1	1	1	2	3	1	2	3	1	1	1	1	49
53	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	1	4	2	3	2	2	3	2	1	1	2	3	1	1	2	3	55
54	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	3	2	3	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	42
55	3	1	2	3	4	2	1	3	1	2	1	3	3	2	4	3	1	2	1	1	2	3	3	3	4	3	2	63
56	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	3	2	3	1	2	4	3	1	1	2	2	1	2	1	1	3	48
57	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	2	3	4	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	95
58	3	3	4	4	1	3	4	2	3	3	4	3	4	2	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	87
59	3	3	3	2	3	4	4	4	3	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	87
60	3	2	3	3	2	2	3	4	2	3	4	3	4	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	3	2	4	2	83
61	3	2	1	4	4	4	4	3	2	4	2	4	4	3	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	91
62	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	4	2	1	3	4	2	4	3	2	3	4	3	2	72
63	3	3	3	2	3	4	2	3	4	3	4	3	3	4	2	2	4	3	4	2	4	4	3	4	2	4	4	86
64	4	4	4	2	3	3	4	1	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	2	92
65	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	4	4	3	3	4	4	3	87
66	3	4	4	2	2	4	4	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	93
67	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	96
68	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87
69	4	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	3	2	4	4	2	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	88

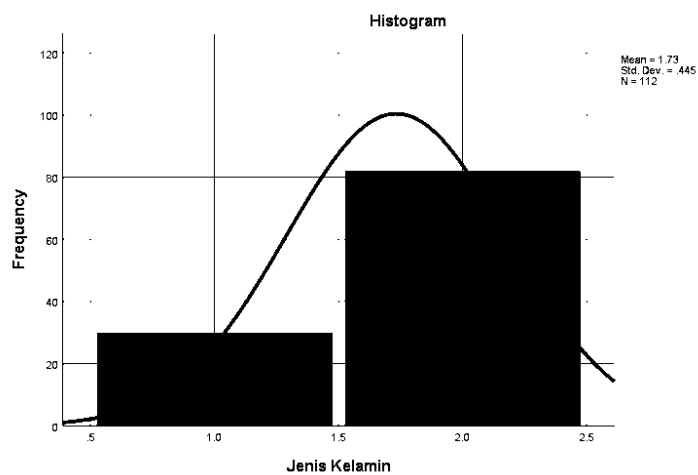


70	3	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	91
71	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	3	4	3	2	2	3	4	3	2	2	2	3	4	1	2	3	3	66	
72	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	4	4	4	2	3	2	3	3	63	
73	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	2	2	4	3	2	2	3	4	2	2	1	3	3	4	3	3	3	64	
74	1	1	2	1	1	1	1	2	3	4	4	3	4	2	3	2	3	1	2	3	2	4	3	2	2	2	1	60		
75	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	1	2	2	3	4	2	3	4	4	4	2	3	2	2	77		
76	2	2	2	3	1	4	4	4	4	3	4	3	1	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	88	
77	2	3	4	2	3	3	4	3	1	2	3	3	4	4	1	2	3	3	1	2	3	2	2	2	1	2	3	68		
78	2	2	2	2	1	3	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	44		
79	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	52		
80	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	81		
81	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	2	3	2	1	3	3	2	3	2	1	50		
82	4	4	4	2	3	4	3	1	2	3	4	4	4	2	2	3	4	4	4	3	4	4	3	2	2	3	3	85		
83	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	3	3	1	1	1	58		
84	3	3	3	1	1	1	2	1	1	2	3	3	3	1	1	4	2	1	2	3	1	1	2	3	4	4	3	59		
85	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	2	2	2	2	1	3	1	3	1	3	3	3	68		
86	2	1	2	2	1	1	1	1	2	3	3	3	1	2	3	1	1	2	3	1	1	2	3	3	1	2	3	51		
87	3	3	3	2	3	1	2	1	2	3	3	2	2	4	3	3	1	3	1	2	3	3	2	3	4	3	4	69		
88	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	4	3	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	42		
89	3	3	3	2	2	3	3	3	1	2	2	4	4	4	2	2	3	1	2	3	2	1	4	4	2	3	4	72		
90	3	1	1	1	1	2	3	1	1	2	4	4	4	1	1	2	3	1	2	3	2	3	3	2	3	1	1	56		
91	4	4	4	3	4	2	2	4	3	2	1	3	3	2	3	2	3	1	2	3	2	1	2	3	4	1	1	69		
92	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	34		
93	3	3	3	3	2	3	1	1	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	3	4	1	2	1	3	2	3	4	56		
94	3	1	1	2	1	3	4	4	4	2	3	4	1	2	3	3	4	4	4	2	1	2	3	3	3	2	3	72		

95	2	1	1	1	2	1	2	1	3	1	1	1	4	4	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	2	1	1	42	
96	3	3	3	2	2	2	3	1	2	1	2	1	3	4	2	3	3	1	2	2	1	3	1	2	4	2	1	59	
97	2	3	4	4	2	3	4	4	2	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	2	3	3	4	4	4	91	
98	2	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3	2	3	3	1	2	3	3	1	2	2	3	3	3	66	
99	2	2	2	2	1	2	1	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	2	2	1	60	
100	3	3	3	2	3	3	1	1	3	2	3	3	3	1	3	1	3	3	1	2	3	3	3	1	2	3	1	63	
101	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	1	2	2	1	1	1	3	1	2	3	3	1	2	3	58	
102	3	3	3	2	2	1	1	3	2	1	1	2	1	1	1	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	1	2	56	
103	3	3	3	4	3	2	3	4	2	3	4	2	2	2	3	4	3	2	2	3	4	2	3	4	3	2	4	79	
104	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	2	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	2	2	3	2	2	3	3	87
105	2	3	2	3	2	2	2	3	3	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	3	2	2	1	3	1	1	52	
106	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	3	3	3	2	1	2	1	2	1	2	2	45	
107	1	1	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	3	3	1	1	3	2	3	3	1	1	1	1	2	1	1	48	
108	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	4	4	3	3	1	2	3	3	3	3	2	3	3	3	76	
109	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	45	
110	4	4	3	4	1	4	2	1	4	4	1	2	4	4	4	1	1	1	1	2	3	1	2	3	1	1	3	66	
111	3	2	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	2	2	4	4	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	4	88	
112	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	3	3	3	4	2	3	3	4	1	3	1	2	4	70	

**Lampiran 16****Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	30	26.8	26.8	26.8
	Perempuan	82	73.2	73.2	100.0
Total		112	100.0	100.0	

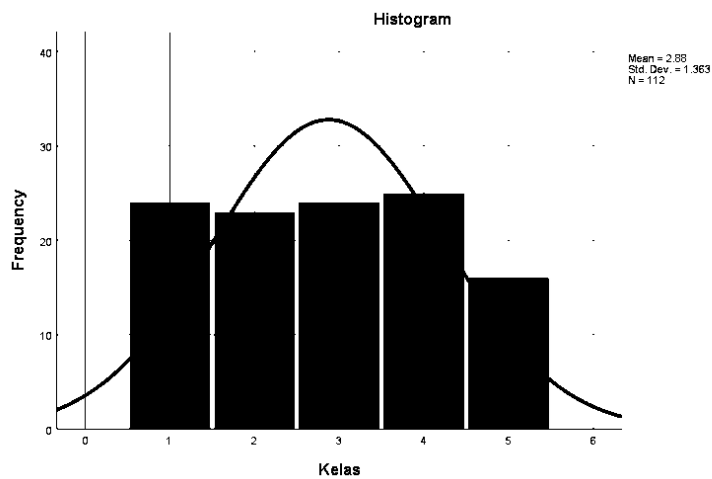
**Histogram Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

## Lampiran 17

### Data Responden Berdasarkan Kelas

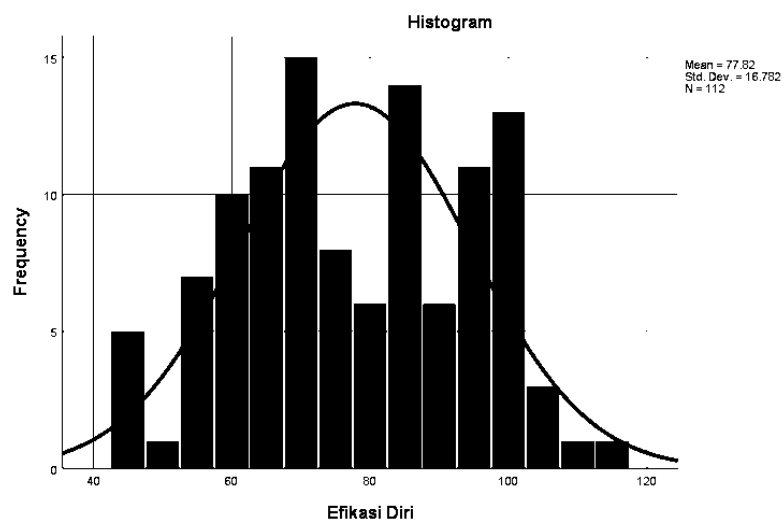
		Kelas			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	A	24	21.4	21.4	21.4
	B	23	20.5	20.5	42.0
	C	24	21.4	21.4	63.4
	D	25	22.3	22.3	85.7
	E	16	14.3	14.3	100.0
Total		112	100.0	100.0	

### Histogram Data Responden Berdasarkan Kelas



**Lampiran 18****Analisis Deskriptif Data Efikasi Diri****Statistics**

Efikasi Diri		
N	Valid	112
	Missing	0
Mean		77.82
Std. Deviation		16.782
Variance		281.625
Range		69
Minimum		45
Maximum		114

**Histogram Data Efikasi Diri**

## Lampiran 19

### Kategorisasi Data Efikasi Diri

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

$$X_{min} = 32$$

$$X_{max} = 128$$

$$\text{Range} = 128 - 32$$

$$= 96$$

$$\text{Mean} = (X_{min} + X_{max}) / 2$$

$$= (32 + 128) / 2$$

$$= 80$$

$$1SD = \text{Range} / 6$$

$$= 96 / 6$$

$$= 16$$

Rendah	$X < M - 1SD$ $X < 80 - 16$ $X < 64$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$ $80 - 16 \leq X < 80 + 16$ $64 \leq X < 96$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$ $80 + 16 \leq X$ $96 \leq X$

**Lampiran 20****Kategorisasi Data Efikasi Diri dengan SPSS**

		Efikasi Diri			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Rendah	23	20.5	20.5	20.5
	Sedang	67	59.8	59.8	80.4
	Tinggi	22	19.6	19.6	100.0
	Total	112	100.0	100.0	

## Lampiran 21

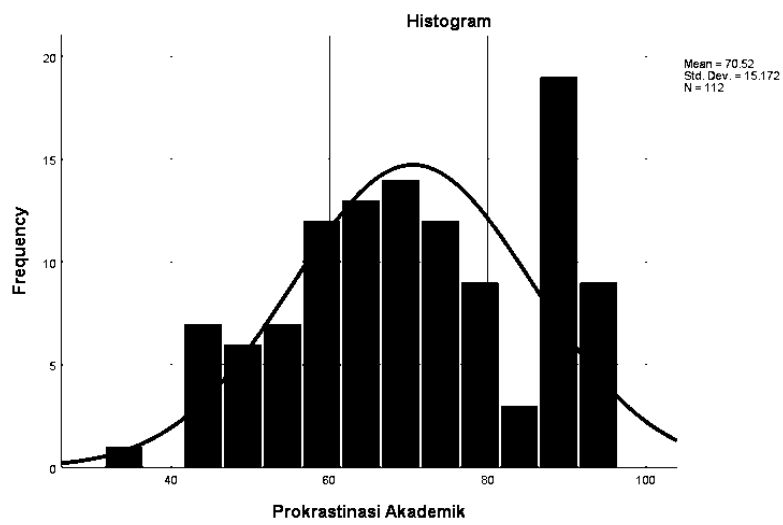
### Analisis Deskriptif Data Prokrastinasi Akademik

#### Statistics

Prokrastinasi Akademik

N	Valid	112
	Missing	0
Mean		70.52
Std. Deviation		15.172
Variance		230.198
Range		62
Minimum		34
Maximum		96

#### Histogram Data Prokrastinasi Akademik





## Lampiran 22

### Kategorisasi Data Prokrastinasi Akademik

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

$$X_{min} = 27$$

$$X_{max} = 108$$

$$\text{Range} = 108 - 27$$

$$= 81$$

$$\text{Mean} = (X_{min} + X_{max}) / 2$$

$$= (27 + 108) / 2$$

$$= 67,5$$

$$1SD = \text{Range} / 6$$

$$= 81 / 6$$

$$= 13,5$$

Rendah	$X < M - 1SD$ $X < 67,5 - 13,5$ $X < 54$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$ $67,5 - 13,5 \leq X < 67,5 + 13,5$ $54 \leq X < 81$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$ $67,5 + 13,5 \leq X$ $81 \leq X$

**Lampiran 23****Kategorisasi Data Prokrastinasi Akademik dengan SPSS**

		KategoriY			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	16	14.3	14.3	14.3
	2.00	64	57.1	57.1	71.4
	3.00	32	28.6	28.6	100.0
Total		112	100.0	100.0	

## Lampiran 24

### Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		112
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	11.39017779
Most Extreme Differences	Absolute	.071
	Positive	.071
	Negative	-.055
Test Statistic		.071
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

## Lampiran 25

### Uji Linearitas

#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi	Between	(Combined)	14050.869	34	413.261	2.767	.000
Akademik *	Groups	Linearity	11151.252	1	11151.252	74.658	.000
Efikasi Diri		Deviation from Linearity	2899.617	33	87.867	.588	.954
Within Groups			11501.095	77	149.365		
Total			25551.964	111			

## Lampiran 26

### Uji Hipotesis atau Uji Korelasi

#### Correlations

		Efikasi Diri	Prokrastinasi Akademik
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	-.661**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	112	112
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	-.661**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	112	112

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## Lampiran 27

## Surat Ijin Penelitian


**UNIVERSITAS PGRI SEMARANG**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN (FIP)**

Jalan Sidodadi Timur No. 24 - Dr. Cipto Semarang - Indonesia  
 Telepon (024) 8316377 Faks. 8448217 Email: [upgrismg@gmail.com](mailto:upgrismg@gmail.com) Homepage: [www.upgrismg.ac.id](http://www.upgrismg.ac.id)

Nomor : 254/IP-AM/FIP/UPGRIS/X/2023  
 Lampiran : 1 (satu) berkas  
 Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**

20 Oktober 2023

Yth. Kepala Prodi BK UPGRIS  
 di Semarang

Kami beritahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami :

N a m a : Iis Hidayah  
 N P M : 19110190  
 Fakultas : Ilmu Pendidikan  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Akan mengadakan penelitian dengan judul :

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI  
 AKADEMIK PADA MAHASISWA BK UPGRIS ANGKATAN 2019**

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon perkenan Bapak/Ibu memberikan ijin mahasiswa tersebut untuk melakukan Ijin Penelitian.

Atas perkenan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

An Dekan,  
 Wakil Dekan I,  
  
 Siti Fitriana, S.Pd.,M.Pd.,Kons.  
 NPP 088201204