

**HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG
SEDANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH JEMBER**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember**



Oleh :

Fitri Irmawati

NIM : 2110811022

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

2026

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Satu (S1) Psikologi

Pada Tanggal

06 Februari 2026

Mengesahkan,
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember
Dekan


Dr. Nurfaela Widiyarini, S.Psi, M.Si
NIP.197505292005012001

Dewan Penguji

Tanda tangan

Anggraeni Swastika Sari, M.Psi, Psikolog
NPK.1988100812003914



Maulana Arif Muhibbin, S.Psi, M.Si
NPK.19940718123031036



Dr. Festa Yumpi Rahmanawati, M.Si, Psikolog
NPK.19640209111703816



HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Fitri Irmawati

NIM : 2110811022

Dengan disaksikan oleh dosen penguji skripsi, saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya maupun pendapat orang lain yang telah ditulis atau diterbitkan, kecuali yang secara tertulis dicantumkan sebagai rujukan dalam naskah ini dan tercantum dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari ditemukan tidak sesuaian dengan pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Jember, 06 Februari 2026

Yang Menyatakan,



Fitri Irmawati
2110811022

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur tak henti-hentinya penulis panjatkan pada Allah SWT, yang karena limpahkan rahmat dan berkahnya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

Kepada Orang tua Tercinta

Ayah dan ibu tercinta dan sumber kekuatan penulis, yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral maupun material tanpa henti. Trima kasih atas setiap nasihat, kesabaran, serta pengorbanan yang diberikan menjadi kekuatan utama penulis dalam setiap langkah kehidupan.

Kakek & Nenek Tercinta

Terima kasih kepada kakek & nenek yang sejak kecil hingga saat ini selalu menjadi sumber kasih sayang, dukungan, dan kekuatan penulis.

Adik-Adik Tersayang

Yang dengan ketulusan dan dukungan senantiasa menjadi sumber semangat penulis, tawa penulis dalam setiap perjalanan di tengah kelelahan ini.

MOTTO

“Sesungguhnya setiap kesulitan yang muncul pasti selalu disertai dengan adanya
suatu kemudahan”
(Q.S Al-Insyirah:5)

“Berbakti kepada orang tua adalah jalan menuju kesuksesan dan keberhasilan,
baik di dunia maupun di akhirat”
-Habib Umar bin Hafidz-

“Lahir dari pengorbanan ibuku, saya menapaki hidup dengan tujuan dan
kesadaran akan makna setiap langkah.”

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Penulis mengucapkan segala puji dan syukur ke hadirat Allah SWT atas rahmat, berkah, dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Hubungan *Self-Efficacy* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember”** Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan akademik yang harus dipenuhi oleh penulis dalam memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Psikologi. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari dukungan serta bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember. penulis menyampaikan terima kasih yang telah memberikan dukungan serta fasilitas dalam pelaksanaan proses akademik mahasiswa.
2. Kepada Ibu Dr. Festa Yumpi Rahmanawati, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik kelas ganjil angkatan 2021 sekaligus dosen Pembimbing I. Penulis menyampaikan terima kasih atas kesabaran dan ketelatenan ibu yang selalu memberikan bimbingan, motivasi, dan arahan selama penulis menjalani studi di program ini, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

3. Bapak Maulana Arif Muhibbin, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing II penulis mengucapkan terima kasih atas kesabaran dan ketelatenan dalam memberikan bimbingan, arahan, serta masukan selama proses penyusunan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi masih terdapat berbagai kekurangan dan kesalahan yang mungkin terjadi.
4. Ibu Anggraeni Swastika Sari, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji, penulis mengucapkan terima kasih atas kesediaan beliau meluangkan waktu serta memberikan saran dan masukan yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.
5. Kepada seluruh Bapak/Ibu Dosen Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Jember penulis mengucapkan terima kasih atas ilmu dan pengetahuan yang telah diberikan, sehingga penulis memperoleh wawasan serta pemahaman yang lebih luas dan mendalam.
6. Staff akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, penulis mengucapkan terima kasih atas bantuan serta pelayanan yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sebagai mahasiswa di perkuliahan.
7. Kepada cinta pertamaku ayah Muharom Tri Saputro, terima kasih sebesar-besarnya atas doa yang senantiasa mengiringi, dukungan yang tidak pernah surut, serta ketulusan dan kesabaran dalam bentuk apapun. Ayah yang tangguh, yang selalu mengusahakan apapun kepada penulis, pengorbanan dan kerja keras demi memberikan yang terbaik bagi penulis.

8. Kepada almarhumah ibu tercintaku surgaku ibu Leni, walaupun ibu telah berpulang, kasih sayang doa, serta nilai-nilai kehidupan yang ibu tanamkan senantiasa menjadi sumber kekuatan dan semangat penulis. Pengorbanan, ketulusan dan dukungan ibu baik secara langsung maupun melalui doa yang tiada henti bagian penting dalam setiap proses yang penulis jalani. Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan ampunan-Nya, serta menempatkan ibu di tempat terbaik di sisinya. Aamiin.
9. Kepada ibu Nila Hartatik, terima kasih telah turut mendidik, membimbing dan memberikan kasih sayang kepada penulis hingga saat ini.
10. Kepada Kakek Hermanto & nenek Asyiah. Terima kasih banyak atas kasih sayang, doa dan dukungannya yang diberikan kepada penulis dari kecil hingga saat ini sangat menyayangi penulis.
11. Kepada kedua adik tersayang Aprillia Nirmala Sari dan Ghea Arraya Putri, terima kasih atas kesederhanaan dukungan dan kebersamaan yang selalu diberikan untuk penulis, kehadiranmu selalu memberikan kebahagiaan yang tak terhingga.
12. Kepada keluarga besar. Terima kasih atas segala do'a, dukungan berkelanjutan yang sudah diberikan untuk penulis.
13. Kepada Roi Niko Setiawan, penulis mengucapkan terima kasih atas segala dukungan, perhatian dan semangat yang diberikan.
14. Kepada teman-temanku angkatan 2021 dan sahabat-sahabat terbaikku. Terutama *copy lova*, alfamart yang selama ini selalu membersamai penulis melaksanakan perkuliahan. Terima kasih atas segala kenangan, canda tawa

yang selalu diberikan, kerja sama dan dukungan yang selalu diberikan. Dan teruntuk para sahabat-sahabatku yaitu Sindi, Eva, Rosyidha, Annisa, Cahya, Salma, Astry. Terima kasih yang kehadiran teman-teman selalu memberikan dukungan positif, yang selalu mendengarkan keluh kesah untuk tempat berbagi cerita, menangis dan ketawa bersama-sama dengan penulis.

15. Kepada semua pihak lainnya yang tidak bisa disebutkan satu persatu, tetapi menjadi bagian dalam perjalanan proses skripsi penulis. Terima kasih atas waktu, keterbukaan dan memberikan partisipasi yang diberikan untuk penelitian penulis. Sehingga dalam proses pengambilan data sampai penyusunan skripsi bisa berjalan dengan lancar.

Oleh sebab itu, penulis menyampaikan permohonan maaf apabila dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekeliruan dan keterbatasan. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan sumbangsih bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi serta menjadi referensi yang bermanfaat bagi para pembaca.

Wassalamualaikum Wr. Wb

Jember, 06 Februari 2026

Penulis

Fitri Irmawati

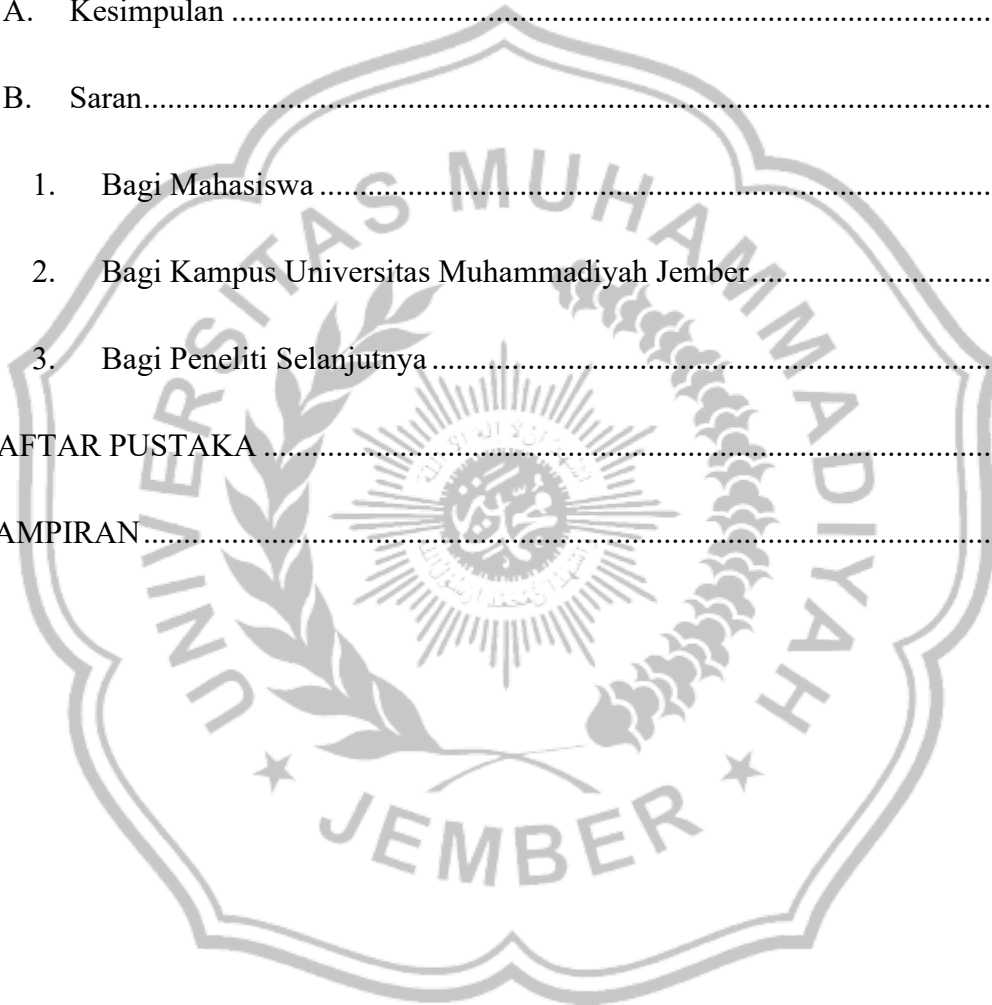
DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Tujuan Penelitian	13
D. Manfaat Penelitian	13
E. Keaslian Penelitian.....	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	24
A. Prokrastinasi Akademik	24

1. Definisi Prokrastinasi Akademik	24
2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik.....	25
3. Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik	27
4. Karakteristik Prokrastinasi Akademik	29
5. Dampak Prokrastinasi Akademik.....	31
B. <i>Self-Efficacy</i>	33
1. Definisi <i>Self-Efficacy</i>	33
2. Aspek-aspek <i>Self-efficacy</i>	35
3. Faktor-Faktor <i>Self-efficacy</i>	36
4. Karakteristik <i>Self-efficacy</i>	37
5. Dampak <i>Self-efficacy</i>	39
C. Dinamika <i>Self-efficacy</i> dengan Prokrastinasi Akademik.....	40
D. Hipotesis Penelitian.....	42
BAB III METODE PENELITIAN.....	44
A. Jenis Penelitian.....	44
B. Identifikasi Variabel.....	44
C. Definisi Operasional.....	45
1. <i>Self-efficacy</i>	45
2. Prokrastinasi Akademik	45
D. Populasi dan Sampel	46

1. Populasi.....	46
2. Sampel.....	48
E. Metode Pengumpulan Data.....	50
1. Skala Prokrastinasi Akademik.....	50
2. Skala <i>Self-efficacy</i>	52
F. Metode Analisa Data.....	54
1. Uji Alat Ukur.....	54
2. Uji Asumsi.....	55
3. Uji Hipotesis.....	56
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PEMBAHASAN.....	57
A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian.....	57
1. Orientasi Kancan.....	57
2. Persiapan Pelaksanaan Penelitian.....	59
1. Pelaksanaan Pengambilan Data Penelitian.....	60
B. Hasil Analisis Data.....	62
1. Data Demografi Responden.....	62
2. Hasil Uji Validitas.....	62
3. Hasil Uji Reliabilitas.....	65
4. Uji Asumsi.....	65
5. Uji Hipotesis.....	67

6. Uji Deskriptif	68
C. PEMBAHASAN	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	88
A. Kesimpulan	88
B. Saran.....	90
1. Bagi Mahasiswa	90
2. Bagi Kampus Universitas Muhammadiyah Jember.....	91
3. Bagi Peneliti Selanjutnya	91
DAFTAR PUSTAKA	92
LAMPIRAN.....	95



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi	47
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Prokrastinasi Akademik.....	51
Tabel 3. Skoring butir Skala Prokrastinasi Akademik	51
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala <i>Self-efficacy</i>	52
Tabel 5 Skoring butir Skala <i>Self-efficacy</i>	53
Tabel 6 Data demografi Responden.....	62
Tabel 7 Uji Validitas Aitem Skala Prokrastinasi Akademik.....	63
Tabel 8 Uji Validitas Aitem Skala <i>Self-efficacy</i>	64
Tabel 9 Hasil Uji Reliabilitas	65
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas	66
Tabel 11 Hasil Uji Linieritas.....	67
Tabel 12 Hasil Uji Hipotesis	68
Tabel 13 Deskripsi Prokrastinasi Akademik dan <i>Self-Efficacy</i>	70
Tabel 14 Deskripsi Prokrastinasi Akademik berdasarkan aspek	70
Tabel 15 deskripsi <i>self-efficacy</i> berdasarkan aspek	72

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kaji Etik.....	95
Lampiran 2 Surat Ijin Fakultas.....	96
Lampiran 3. Kuesioner Skala Prokrastinasi Akademik	97
Lampiran 4. Kuesioner Skala <i>Self-efficacy</i>	100
Lampiran 5 Data Kuesioner Prokrastinasi Akademik.....	102
Lampiran 6 Data Kuesioner <i>Self-efficacy</i>	103
Lampiran 7 Data Validitas Prokrastinasi Akademik.....	104
Lampiran 8 Data Validitas <i>Self-efficacy</i>	105
Lampiran 9 Reabilitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	105
Lampiran 10 Reabilitas Skala <i>Self-Efficacy</i>	105
Lampiran 11 Hasil Uji Normalitas.....	106
Lampiran 12 Hasil Uji Linearitas.....	107
Lampiran 13 Hasil Uji Hipotesis	107
Lampiran 14 Deskriptif keseluruhan.....	107
Lampiran 15 Deskriptif per aspek Prokrastinasi Akademik	108
Lampiran 16 Deskriptif per aspek <i>Self-efficacy</i>	109