

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah bagian dari generasi muda yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi dengan masa studi selama umumnya sekitar empat periode akademik, mereka dibagi menjadi beberapa jenjang dan salah satunya adalah mahasiswa tingkat akhir (Fijannati, 2024). Menurut Widyatama & Aslamawati (dalam Mutia, 2021) mahasiswa tingkat akhir merupakan individu yang sedang berada pada fase akhir studi dan dihadapkan sudah memiliki gambaran atau tujuan yang jelas untuk melanjutkan tahapan perkembangan hidupnya setelah lulus. Masa perkuliahan merupakan fase penting dalam kehidupan mahasiswa, di mana mereka dihadapkan pada berbagai tuntutan dan tantangan akademik. Berdasarkan Permendikbud Republik Indonesia Nomor 3 (2020) tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi, mahasiswa memiliki tiga tanggung jawab utama dalam menyelesaikan studinya, yaitu menyusun tugas akhir secara ilmiah, berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat, serta memenuhi seluruh capaian pembelajaran dan jumlah SKS yang ditetapkan sebagai syarat kelulusan. Sebagai bagian dari persyaratan tersebut, mahasiswa diwajibkan menyelesaikan tugas akhir atau skripsi pada tahap akhir masa kuliah (Tanjungsari et al., 2024)

Skripsi adalah karya ilmiah yang menjadi kewajiban akademik di perguruan tinggi dan yang menjadi kewajiban akademik mahasiswa sebagai prasyarat untuk

meraih gelar sarjana. (Tanjung Sari et al., 2024). Penulisan skripsi menjadi bukti bahwa mahasiswa mampu mengaplikasikan serta menilai pengetahuan dan keterampilan yang telah dipelajari dalam kurun waktu sekitar empat tahun di perguruan tinggi (Medi et al., 2023). Namun, banyak mahasiswa memandang penyusunan skripsi sebagai tantangan besar dan beban tersendiri dalam proses perkuliahan mereka. Akibatnya, hasil kerja mahasiswa bisa jadi kurang maksimal karena tidak memiliki cukup waktu dan energi untuk memberikan usaha terbaik. Menurut Bernard 1991 (dalam Nurazizah et al., 2024) mengatakan ada beberapa alasan mengapa mahasiswa sering menunda pekerjaan akademiknya seperti skripsi, beberapa diantaranya adalah karena tugas terlalu rumit, tidak tahu bagaimana memulainya, tidak mampu mengatur waktu dengan baik, serta karena merasa lelah.

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan tahapan pembelajaran yang diperlukan selama proses tersebut. Semua proses tahapan penyusunan skripsi telah tertuangkan di dalam buku panduan skripsi dari fakultas, di mana nantiya dijadikan sebagai acuan bagi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi menurut Buku Panduan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember (2024). Penentuan topik dan identifikasi masalah melalui studi pendahuluan serta penelusuran literatur yang relevan. Setelah itu peneliti merumuskan judul, menentukan variabel penelitian, serta menyusun proposal yang memuat latar belakang, rumusan masalah, tujuan, manfaat, dan metode penelitian. Proposal yang telah disusun kemudian diajukan dalam seminar outline atau seminar proposal untuk memperoleh masukan dan persetujuan. Setelah dinyatakan layak, peneliti melaksanakan pengambilan data di lapangan, dilanjutkan dengan

pengolahan serta analisis data. Hasil analisis kemudian disusun dalam bentuk laporan skripsi lengkap yang selanjutnya diuji dalam sidang skripsi. Tahap akhir adalah melakukan revisi sesuai arahan penguji hingga skripsi dinyatakan selesai. Pada saat mahasiswa tidak mengerjakan skripsi dan sulit menemukan referensi mahasiswa melakukan penundaan dalam menyusun skripsi dan akhirnya mahasiswa tersebut menunda melakukan penyelesaian skripsi. Penundaan yang terus-menerus dilakukan mahasiswa (dalam Ginting & Soetjiningsih, 2023) dalam mengerjakan skripsinya dapat menyebabkan adanya perbedaan antara waktu yang direncanakan dengan waktu sebenarnya, sehingga memunculkan perilaku prokrastinasi akademik.

Menurut Lay (1986) menjelaskan prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan individu untuk menghindari penyelesaian tugas-tugas akademik meskipun individu menyadari adanya dampak negatif yang dapat ditimbulkan dari perilaku tersebut. Perilaku ini meliputi penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas, melakukan pekerjaan di saat-saat terakhir, serta pengelolaan waktu yang kurang efektif, sehingga berdampak pada pencapaian akademik. Menurut Ferrari & McCown 1995 (dalam Aningyudha, 2024) bahwa prokrastinasi akademik adalah menunda-menunda untuk mulai mengerjakan tugas, terlambat menyelesaikan tugas karena menghabiskan waktu dengan aktivitas yang tidak

penting, adanya kesenjangan waktu antara rencana yang dibuat dan pelaksanaan tugas yang sebenarnya, serta kecenderungan untuk memilih melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan seperti menonton, mengobrol, mendengarkan musik, atau jalan jalan, dibandingkan mengerjakan tugas akademik yang seharusnya diselesaikan. Menurut Lay (1986) Prokrastinasi dapat dibagi menjadi dua jenis yaitu Pertama, prokrastinasi akademik yaitu penundaan yang terjadi dalam konteks pendidikan formal, seperti menunda mengerjakan tugas kuliah. Kedua, prokrastinasi non-akademik, yaitu penundaan yang terjadi dalam kegiatan non-formal, misalnya menunda pekerjaan rumah atau aktivitas sehari-hari lainnya.

Pembahasan hasil wawancara berdasarkan aspek prokrastinasi akademik Menurut Lay (1986) berdasarkan hasil wawancara terhadap 15 mahasiswa tingkat akhir angkatan 2020 Universitas Muhammadiyah Jember, diperoleh gambaran bahwa perilaku prokrastinasi akademik muncul dalam berbagai bentuk yang mencerminkan aspek-aspek prokrastinasi sebagaimana dijelaskan oleh (Lay, 1986). Mahasiswa menunjukkan kecenderungan menunda berbagai tahapan dalam proses penyusunan skripsi, mulai dari penentuan judul, penulisan proposal, konsultasi dengan dosen pembimbing, hingga penyelesaian revisi. Bentuk penundaan kondisi ini tidak semata-mata disebabkan oleh faktor eksternal, seperti kesulitan menghubungi dosen atau keterbatasan waktu, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor internal seperti kurangnya perencanaan, rasa takut dikritik, dan kebiasaan menunda karena menunggu suasana hati yang tepat.

Pada aspek *good planning* (perencanaan yang baik), sebagian besar mahasiswa menunjukkan kemampuan yang masih rendah dalam merancang langkah-langkah

penyusunan skripsi. Banyak mahasiswa menunda memulai penulisan karena merasa belum menemukan judul yang sesuai, belum memahami teori, atau menunggu waktu yang dianggap tepat. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa mahasiswa belum memiliki rencana sistematis dalam mengatur alur penyusunan skripsi, seperti menentukan target waktu pengerjaan tiap bab, jadwal konsultasi, maupun pelaksanaan revisi. Kelemahan dalam perencanaan awal ini menyebabkan mahasiswa kehilangan arah dan mudah mengalami hambatan ketika menghadapi kesulitan akademik.

Selanjutnya, pada aspek *delaying* (menunda pengerjaan), hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kebiasaan menunda tugas meskipun waktu dan kesempatan tersedia. Mahasiswa sering menunda mengetik bab lanjutan, menyebarkan kuesioner, melakukan wawancara, maupun mengerjakan revisi dari dosen pembimbing dengan berbagai alasan, seperti belum memiliki *mood*, masih sibuk, atau menunggu waktu yang dianggap ideal. Perilaku ini menggambarkan adanya kesadaran akan tanggung jawab akademik, namun disertai kecenderungan untuk menunda dengan sengaja, yang merupakan ciri utama dari prokrastinasi akademik.

Aspek *doing things in last minute* (mengerjakan di akhir tenggat) juga tampak jelas dalam hasil wawancara. Mahasiswa mengaku sering menyelesaikan tugas-tugas skripsi menjelang batas waktu yang telah ditentukan, seperti mengerjakan revisi sebelum jadwal bimbingan atau menulis bab terakhir saat waktu pengumpulan sudah dekat. Akibatnya, pengerjaan skripsi dilakukan secara terburu-buru sehingga hasilnya kurang maksimal dan memicu stres. Kondisi ini

memperlihatkan bahwa perilaku menunda yang terus-menerus akhirnya menumpuk hingga mendesak mahasiswa untuk bekerja dalam tekanan waktu.

Pada aspek *well time management* (manajemen waktu yang baik), hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa mampu mengatur waktu dengan efektif. Ketika menghadapi kebosanan, stres, atau rasa bingung terhadap tugas akademik. Hal tersebut memperlihatkan bahwa mahasiswa mampu menyeimbangkan waktu antara kegiatan akademik dan aktivitas hiburan.

Aspek *poor time management* (manajemen waktu yang buruk) menunda bimbingan karena takut dikritik atau malu jika hasil pekerjaannya belum banyak, sedangkan sebagian lainnya menghabiskan waktu lama hanya untuk mencari referensi tanpa mulai menulis. Kondisi ini menyebabkan keterlambatan dalam penyelesaian skripsi, tertundanya jadwal penelitian, serta meningkatnya tekanan menjelang batas waktu kelulusan.

Mahasiswa mengatakan ketika merasa penat atau bingung dengan mengerjakan skripsi, mahasiswa cenderung mengalihkan perhatian ke aktivitas lain seperti bermain media sosial, menonton film, jalan-jalan, nongkrong, atau bahkan tidur berlebihan. Ada juga beberapa mahasiswa sudah menyelesaikan bab awal seperti pendahuluan, tetapi menunda untuk melanjutkan ke bab metode atau hasil karena merasa kesulitan atau takut salah, sering kali menunggu “*mood*” atau “*inspirasi*” untuk melanjutkan penulisan. Mahasiswa juga mengatakan bahwa dirinya sering merasa bahwa skripsinya tidak akan diterima, hasilnya tidak maksimal, atau takut dinilai buruk oleh pembimbing dan penguji, perasaan ini menyebabkan mereka menunda pengerjaan agar terhindar sementara dari rasa takut gagal. Ada juga

mahasiswa yang mengatakan setelah melakukan bimbingan mahasiswa sering menunda mengerjakan revisi yang diberikan dosen pembimbing. Padahal, revisi merupakan bagian penting untuk menyempurnakan skripsi. Mahasiswa tersebut sering menunggu hingga mendekati batas waktu baru mulai mengerjakan dengan tergesa-gesa. Akibatnya, target penulisan tidak tercapai sesuai rencana, bahkan pengerjaan skripsi bisa terhenti sehari-hari. Hasil wawancara tersebut memperkuat bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir tidak semata-mata dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti beban tugas atau situasi lingkungan, melainkan juga dipengaruhi oleh faktor internal seperti kemampuan perencanaan, pengaturan waktu, dan kecenderungan menunda, sebagaimana dijelaskan dalam lima aspek prokrastinasi akademik menurut (dalam Lay, 1986).

Sebagian besar mahasiswa angkatan 2020 menghadapi target kelulusan dalam rentang waktu yang berdekatan sehingga tuntutan akademik, tekanan penyelesaian studi, serta kebutuhan akan keyakinan diri dalam menghadapi hambatan menjadi lebih nyata. Selain itu, angkatan 2020 memiliki pengalaman akademik yang khas karena memulai perkuliahan pada masa pandemi dan kemudian beradaptasi kembali ke sistem tatap muka. Perubahan ini diduga turut membentuk pola belajar, kesiapan psikologis, serta cara mahasiswa mengelola tugas akademik. Sementara mahasiswa angkatan 2019 umumnya telah berada pada tahap akhir kelulusan dan jumlahnya relatif terbatas. Oleh karena itu, angkatan 2020 dinilai sebagai populasi yang paling sesuai dan representatif dengan tujuan penelitian (Alemany-arrebola et al., 2020).

Penelitian Aurelio dan Kustini (2021) menemukan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa tergolong tinggi. Diketahui bahwa 39,24% mahasiswa jurusan Manajemen, 30,74% mahasiswa Akuntansi, dan 18,42% mahasiswa Ekonomi Pembangunan belum mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami hambatan berupa penundaan pengerjaan tugas akhir (prokrastinasi akademik) yang berdampak pada keterlambatan kelulusan. meneliti pada fakultas ekonomi dan bisnis tentang prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik biasanya disebabkan oleh lemahnya kemampuan manajemen waktu, keterbatasan akses materi, tekanan psikologis, rendahnya motivasi belajar. Akibatnya, mahasiswa mengalami penurunan hasil akademik, meningkatnya stres, rasa percaya diri yang menurun, bahkan potensi munculnya perilaku tidak jujur secara akademis. Oleh sebab itu, memahami prokrastinasi akademik menjadi sangat penting agar dapat dilakukan upaya pencegahan dan penanganan yang tepat demi meningkatkan efektivitas belajar mahasiswa. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian terkait ada tidaknya hubungan dari *Self-Efficacy* terhadap Prokrastinasi Akademik. Mahasiswa yang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember berasal dari beberapa angkatan. Namun penelitian ini memfokuskan pada angkatan 2020 karena angkatan tersebut saat ini berada pada fase paling relevan sebagai mahasiswa tingkat akhir yang sedang aktif menjalani proses penyusunan skripsi.

Berdasarkan hasil penelitian Fadila & Khoirunnisa (2021). Menunjukkan bahwa 83% mahasiswa mengaku mengalami peningkatan prokrastinasi akademik

selama pandemi. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami hambatan dalam mengatur waktu, motivasi, dan fokus dalam menyelesaikan tugas akhir akibat perubahan sistem pembelajaran daring.

Berdasarkan hasil wawancara ada 2 faktor yang mempengaruhi mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah penyebab yang berasal dari dalam diri individu, seperti kelelahan fisik dan psikologis, kepribadian, serta tingkat motivasi, sedangkan faktor eksternal merupakan pengaruh dari luar diri individu, seperti banyaknya tugas yang harus diselesaikan dalam waktu bersamaan, kurangnya kontrol atau pengawasan, serta pola asuh dari orang tua (dalam Aningyudha, 2024). Menurut Bandura 1997 (dalam Fadila & Khoirunnisa, 2021), diantara faktor yang ada, *self-efficacy* merupakan faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi adalah kondisi psikologis dalam diri seseorang, salah satu kondisi tersebut adalah *self-efficacy* atau keyakinan diri sendiri, yaitu kepercayaan individu terhadap kemampuan atau kapasitasnya dalam mencapai suatu kinerja tertentu. *Self-efficacy* atau keyakinan terhadap kemampuan diri, berperan penting dalam membentuk pola pikir yang mendorong motivasi dan tindakan seseorang untuk mencapai hasil yang positif. Karena itu, keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya menyelesaikan tugas akan mempengaruhi keputusan dan perilaku mereka dalam menyelesaikan tugas tersebut (dalam Djoar & Anggarani, 2024).

Menurut Bandura 1997 (dalam Fadila & Khoirunnisa, 2021) menjelaskan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan seseorang tentang seberapa besar kemampuannya dalam menjalankan tugas atau melakukan tindakan tertentu untuk

mencapai tujuan yang diinginkan. *Self-efficacy* yaitu hasil dari proses berpikir seseorang yang menunjukkan seberapa besar keyakinan dan penilaiannya terhadap kemampuannya untuk bertindak dengan tepat, baik itu dalam hal benar atau salah, sadar atau tidak, dalam berbagai situasi. *Self-efficacy* seseorang terhadap kemampuannya (kepercayaan diri) dapat memberikan dampak positif dalam hidup yaitu *Self-efficacy* berperan penting dalam membantu seseorang menghadapi masalah-masalah yang rumit dan mendorongnya untuk tetap semangat dalam menyelesaikan masalah tersebut (dalam Wijaya, 2024)

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan pada beberapa mahasiswa semester akhir angkatan 2020 yang berjumlah 15 mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Jember yang sedang menyusun skripsi, diperoleh gambaran bahwa sebagian mahasiswa menunjukkan *self-efficacy* yang relatif rendah terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas akhir yaitu

Pada dimensi tingkat (*level*), mahasiswa mengungkapkan bahwa mereka hanya merasa mampu mengerjakan bagian skripsi yang dianggap sederhana, seperti mencari referensi atau melakukan perbaikan kecil, namun merasa ragu ketika harus mengerjakan bagian yang lebih kompleks seperti analisis data dan penyusunan pembahasan. Perasaan tidak mampu tersebut mendorong mahasiswa untuk menghindari tugas yang dianggap sulit sehingga memilih menunda pengerjaannya.

Dimensi kekuatan (*strength*), keyakinan mahasiswa tampak mudah melemah ketika menghadapi hambatan, terutama saat memperoleh revisi dari dosen pembimbing. Banyaknya koreksi seringkali menimbulkan rasa putus asa, kehilangan motivasi, bahkan membuat mahasiswa menghentikan pengerjaan

skripsi untuk sementara waktu. Kondisi ini menunjukkan bahwa lemahnya kekuatan keyakinan diri menyebabkan mahasiswa tidak cukup gigih dalam menghadapi kesulitan, sehingga perilaku penundaan semakin sering terjadi.

dimensi generalisasi (*generality*), mahasiswa mengaku memiliki kepercayaan diri pada kegiatan akademik tertentu, namun tidak pada proses penyusunan skripsi. Mereka merasa tugas skripsi memiliki tuntutan yang lebih besar dan penuh risiko kegagalan. Keterbatasan keyakinan diri pada konteks tersebut membuat mahasiswa menjadi lebih cemas, ragu untuk memulai, dan akhirnya menunda pengerjaan tugas akhir. Temuan wawancara awal ini mengindikasikan bahwa rendahnya *self-efficacy* berpotensi berkaitan dengan munculnya prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

Menurut Bandura 1997 (dalam Fadila & Khoirunnisa, 2021)) menyebutkan Faktor-faktor *self-Efficacy* yaitu pertama pengalaman Keberhasilan (*mastery experience*) yaitu keberhasilan di masa lalu yang mampu meningkatkan rasa percaya diri terhadap kemampuan, sedangkan kegagalan dapat menurunkannya. Namun, setelah *self-efficacy* seseorang terbentuk kuat melalui keberhasilan yang konsisten, dampak negatif dari kegagalan bisa berkurang dan justru dapat mendorong motivasi, kedua pengamatan perilaku orang lain (*vicarious experience*) yaitu ketika individu melihat orang lain dengan kemampuan serupa berhasil dalam suatu tugas, maka kepercayaan dirinya akan meningkat, sementara menyaksikan kegagalan orang lain bisa menurunkan motivasi, ketiga persuasi verbal (*verbal persuasion*) yaitu dorongan berupa nasehat atau bimbingan dari orang lain yang dapat menumbuhkan keyakinan diri, meskipun efeknya cenderung lemah karena

tidak didasarkan pada pengalaman langsung, yang terakhir yaitu kondisi fisiologis (physiological state) yaitu emosi yang kuat cenderung dapat menurunkan kinerja seseorang. Ketika individu mengalami rasa takut yang berlebihan, kecemasan yang tinggi, atau stres yang berat, mereka cenderung memiliki harapan atau keyakinan terhadap kemampuannya (*self-efficacy*) yang rendah.

Peneliti disini juga ingin melihat hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di universitas muhammadiyah Jember. Hubungan dari *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik, *Self-efficacy* berperan penting dalam menentukan bagaimana mahasiswa merespons tuntutan penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan dirinya akan lebih terdorong untuk segera memulai, berusaha menyelesaikan tugas, serta bertahan ketika menghadapi hambatan. Sebaliknya, rendahnya keyakinan diri dapat menimbulkan keraguan, rasa takut gagal, dan kecenderungan menghindari tugas yang pada akhirnya memunculkan perilaku prokrastinasi akademik. Dengan demikian, tingkat *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa diduga memiliki keterkaitan dengan tinggi rendahnya kecenderungan prokrastinasi dalam proses penyelesaian skripsi (Venanda, 2022)

Peneliti ini memiliki perbedaan terhadap penelitian sebelumnya. Perbedaan dari penelitian ini juga memiliki perbedaan pada penelitian sebelumnya. Perbedaannya penelitian ini adalah pada lokasi penelitian yaitu di Universitas Muhammadiyah Jember. Karena peneliti memilih judul yaitu hubungan *self-efficacy* dengan

prokrastinasi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi di universitas muhammadiyah Jember.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, penelitian ini difokuskan untuk mengkaji adanya hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Jember yang sedang menyelesaikan skripsi.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengkaji apakah terdapat hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan ilmiah mengenai hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi sosial, dengan menambah pemahaman tentang bagaimana

keyakinan individu terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*) memengaruhi kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik (prokrastinasi). Penelitian ini juga dapat menjadi sumber referensi dan memperkaya kajian teoritis mengenai peran *self-efficacy* dalam perilaku akademik mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi mahasiswa dalam memahami pentingnya penerapan *self-efficacy* dalam mengatasi prokrastinasi akademik, terutama saat menyusun skripsi, sehingga mereka mampu mengurangi perilaku menunda tugas akademik..

b. Bagi penelitian selanjutnya

Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain yang ingin meneliti hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

c. Bagi Kampus Universitas Muhammadiyah Jember

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam merancang program akademik dan kebijakan pendampingan mahasiswa, khususnya terkait peningkatan *self-efficacy* dan pengurangan prokrastinasi akademik, sehingga dapat membantu mempercepat masa studi serta meningkatkan angka kelulusan tepat waktu.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini tidak lepas dari dasar penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Kajian pustaka ini berfungsi sebagai acuan

sekaligus bahan pembanding yang dapat memperbanyak dan memperkuat landasan teoritis dalam penelitian ini studi tersebut di antaranya sebagai berikut:

1. Studi yang dilakukan oleh peneliti Fadila & Khoirunnisa (2021) bertujuan untuk mengetahui adanya “hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi selama masa pandemi Covid-19”. Menggunakan metode korelasional dengan sampel sebanyak 224 mahasiswa, hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi *self-efficacy* mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk menunda penyelesaian tugas akhir. Namun, penelitian ini dilakukan dalam konteks pandemi yang secara langsung mempengaruhi kondisi psikologis dan akademik mahasiswa. Dalam penelitian ini, populasi terdiri dari 226 mahasiswa jurusan X di salah satu universitas negeri yang sedang mengerjakan skripsi pada masa pandemi Covid-19, dengan sampel akhir sebanyak 224 mahasiswa. Sebelumnya, peneliti melakukan survei pendahuluan terhadap 36 mahasiswa, dan hasilnya menunjukkan bahwa sebanyak 83% mahasiswa mengaku mengalami peningkatan prokrastinasi akademik selama pandemi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, motivasi, dan fokus dalam menyelesaikan tugas akhir akibat perubahan sistem pembelajaran daring. Hasil tersebut juga mengungkapkan adanya hubungan negatif signifikan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa pasca covid-19. Hasil penelitian juga menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dan

prokrastinasi akademik. Semakin tinggi self-efficacy mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk menunda penyelesaian tugas akhir. Namun, penelitian ini dilakukan dalam konteks pandemi yang secara langsung mempengaruhi kondisi psikologis dan akademik mahasiswa (Fadila & Khoirunnisa, 2021).

2. Penelitian yang dilakukan oleh Sidiq & Magistarina (2024) “hubungan antara *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik”. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan instrumen berupa kuesioner *skala Likert*, penelitian ini menemukan “bahwa semakin tinggi kemampuan mahasiswa dalam mengatur proses belajarnya secara mandiri, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik”. Penelitian ini memperluas kajian dengan menggunakan variabel berbeda, yaitu *self-regulated learning*, yang lebih menekankan pada pengelolaan diri selama proses belajar, bukan kepercayaan diri secara spesifik. Penelitian ini dilakukan melibatkan 263 responden yang dipilih menggunakan teknik *proportional sampling* dari seluruh fakultas, sehingga hasilnya mencerminkan kondisi mahasiswa akhir di universitas tersebut secara menyeluruh. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan instrumen berupa skala *self-regulated learning* dan skala prokrastinasi akademik, kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi *product moment* melalui aplikasi SPSS versi 21. Penelitian ini memperlihatkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel, temuan ini menegaskan bahwa semakin tinggi kemampuan mahasiswa dalam mengatur diri, mengontrol perilaku belajar, serta memotivasi diri selama proses

penyusunan skripsi, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk menunda penyelesaian tugas akademik. Berdasarkan hasil kategorisasi, ditemukan bahwa 167 mahasiswa (63,5%) memiliki tingkat *self-regulated learning* yang tinggi, sedangkan pada aspek motivasi diperoleh 127 mahasiswa (48,3%) yang juga tergolong tinggi. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki regulasi diri dan motivasi belajar yang baik, meskipun perilaku prokrastinasi masih sering terjadi akibat faktor psikologis, tekanan akademik, atau hambatan pribadi yang dialami selama proses penulisan skripsi. Keunikan penelitian ini terletak pada objek dan konteksnya, yaitu mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Padang yang sedang dalam tahap penyusunan skripsi, dengan jumlah sampel besar dan analisis data yang mendalam

3. Penelitian Aurelio dan Kustini (2021) “pengaruh *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik dengan menggunakan pendekatan *Partial Least Square* (PLS)”. Sampel terdiri dari 140 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hasilnya menunjukkan bahwa “*self-efficacy* berpengaruh secara negatif terhadap prokrastinasi akademik”. Penelitian ini menekankan pengaruh struktural dan kontribusi spesifik *self-efficacy* terhadap perilaku menunda tugas, serta menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mencari referensi sesuai dengan arahan dosen merupakan indikator penting dalam menurunkan prokrastinasi. Dari hasil observasi awal terhadap mahasiswa angkatan 2016 yang telah memprogram skripsi, diketahui bahwa 39,24% mahasiswa jurusan Manajemen, 30,74% mahasiswa Akuntansi, dan 18,42% mahasiswa Ekonomi

Pembangunan belum mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami hambatan berupa penundaan pengerjaan tugas akhir (prokrastinasi akademik) yang berdampak pada keterlambatan kelulusan. Penelitian pada fakultas ekonomi dan bisnis tentang prokrastinasi akademik. Dan menunjukkan bahwa “*self-efficacy* berpengaruh secara negatif terhadap prokrastinasi akademik”. Penelitian ini menekankan pengaruh struktural dan kontribusi spesifik *self-efficacy* terhadap perilaku menunda tugas, serta menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mencari referensi sesuai dengan arahan dosen merupakan indikator penting dalam menurunkan prokrastinasi, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis *Partial Least Square* (PLS), melibatkan 215 mahasiswa sebagai populasi dan 140 mahasiswa sebagai sampel.

4. Penelitian oleh Wijaya (2024). Berjudul “Dampak Rendahnya *Self-Efficacy* pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Sebuah Studi Literatur” memiliki keaslian penelitian yang kuat karena berfokus secara spesifik pada dampak rendahnya *self-efficacy* terhadap mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi tahap penyusunan skripsi. penelitian ini menemukan bahwa rendahnya *self-efficacy* memberikan dampak negatif yang signifikan terhadap kehidupan akademik dan psikologis mahasiswa. Dari berbagai hasil penelitian yang dikaji, diketahui bahwa lebih dari 60% mahasiswa tingkat akhir mengalami gejala keraguan terhadap kemampuan diri, mudah menyerah, dan menunda-nunda penyelesaian tugas akhir. Selain itu, sekitar 50–70% mahasiswa juga menunjukkan kecenderungan prokrastinasi akademik akibat rendahnya keyakinan terhadap

kemampuan diri. Dengan demikian, penelitian ini memiliki nilai keaslian tinggi karena menyajikan sudut pandang baru dalam memahami peran *self-efficacy* secara teoritis dan praktis terhadap mahasiswa tingkat akhir. Selain itu, penelitian ini memberikan kontribusi ilmiah penting dalam bidang psikologi pendidikan, khususnya dalam memahami bahwa rendahnya *self-efficacy* tidak hanya memengaruhi motivasi dan performa akademik, tetapi juga berdampak langsung terhadap kesejahteraan mental mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hasil penelitian ini juga memperkuat teori Bandura 1997 (dalam Wijaya, 2024) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* berperan besar dalam menentukan usaha, ketekunan, serta kemampuan individu dalam mencapai keberhasilan akademik

5. Penelitian terakhir yang dilakukan oleh Putri & Herdajani (2024) meneliti “Hubungan Antara Regulasi Diri dan *self-efficacy* dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Ilmu Komunikasi X”. Subjek penelitian difokuskan pada mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ilmu Komunikasi X, dengan jumlah populasi 140 mahasiswa, dan sampel penelitian sebanyak 103 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik random sampling. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pengumpulan data melalui tiga jenis skala psikologi berbasis model Likert, yaitu skala regulasi diri, skala efikasi diri, dan skala prokrastinasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Bivariate Correlation (Pearson Product Moment)* dan *Multivariate Correlation* (Regresi Linear Berganda) melalui bantuan program SPSS 26.0 for Windows. Penelitian ini juga menemukan bahwa

sebagian besar mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Ilmu Komunikasi X menunjukkan tingkat prokrastinasi yang tinggi, meskipun secara kategorisasi mereka memiliki kemampuan regulasi diri dan efikasi diri yang sedang hingga rendah. Temuan ini memperkuat teori Bandura 1997 (dalam Putri & Herdajani, 2024) yang menjelaskan bahwa *self-efficacy* memiliki peran penting dalam menentukan usaha, ketekunan, serta keyakinan individu dalam menghadapi tantangan akademik. Selain itu, hasil penelitian ini mendukung teori Zimmerman 1989 (dalam Putri & Herdajani, 2024) tentang regulasi diri, yang menyatakan bahwa mahasiswa yang mampu mengatur metakognisi, motivasi, dan perilaku belajarnya akan memiliki kecenderungan lebih rendah untuk menunda penyelesaian tugas. Penelitian ini terletak pada kombinasi dua variabel prediktor (regulasi diri dan *self-efficacy*) yang diuji secara simultan terhadap perilaku prokrastinasi akademik dengan konteks yang sangat spesifik, yaitu pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ilmu Komunikasi X yang sedang proses penyusunan skripsi. Penelitian ini tidak hanya menyoroti hubungan parsial antar variabel, tetapi juga memberikan gambaran komprehensif mengenai besarnya pengaruh kedua faktor psikologis tersebut terhadap prokrastinasi mahasiswa. Hasilnya memberikan bukti empiris baru bahwa regulasi diri memiliki pengaruh yang lebih dominan (79,2%) dibandingkan *self-efficacy* (7,7%) dalam menurunkan perilaku prokrastinasi. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi yang signifikan dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi akademik, terutama dalam memahami faktor-faktor internal yang memengaruhi keterlambatan mahasiswa menyelesaikan skripsi.

Dari kelima penelitian sebelumnya, terlihat bahwa sebagian besar penelitian menyoroti peran *self-efficacy*, *self-regulated learning*, maupun *adversity quotient* terhadap prokrastinasi akademik, dengan berbagai konteks dan pendekatan. Keunikan dan keaslian dari penelitian peneliti yaitu penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang berjudul “Hubungan *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember” memiliki keunikan dan keaslian penelitian yang kuat. Keaslian penelitian ini terletak pada fokus kajiannya yang secara khusus meneliti hubungan langsung antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik tanpa menambahkan variabel lain seperti regulasi diri atau motivasi belajar yang sering digunakan pada penelitian terdahulu. Dengan demikian, penelitian ini menampilkan analisis yang lebih terarah terhadap bagaimana keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri *self-efficacy* dapat memengaruhi kecenderungan mahasiswa untuk menunda tugas akademiknya prokrastinasi akademik. Fokus yang lebih sederhana ini membuat penelitian peneliti menjadi lebih mendalam dan mampu memberikan gambaran nyata tentang hubungan *self-efficacy* terhadap perilaku prokrastinasi pada mahasiswa tingkat akhir.

Keunikan lain dari peneliti terletak pada populasi dan konteks penelitian. Subjek penelitian difokuskan pada mahasiswa angkatan 2020 Universitas Muhammadiyah Jember yang sedang dalam tahap menyusun skripsi. Pemilihan angkatan ini memiliki pertimbangan khusus karena mereka adalah kelompok mahasiswa yang mengalami masa transisi pembelajaran dari sistem daring saat pandemi menuju pembelajaran tatap muka pada masa pascapandemi. Kondisi

tersebut menjadikan penelitian ini unik dan kontekstual, karena mencerminkan situasi psikologis mahasiswa yang mungkin mengalami perubahan dalam hal kepercayaan diri, manajemen waktu, serta tingkat motivasi akademik setelah menghadapi tantangan proses belajar di masa pandemi. Selain itu, juga terlihat dari lokasi penelitian yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah Jember, sebuah perguruan tinggi swasta di wilayah Jawa Timur yang mungkin belum banyak dijadikan objek penelitian serupa.

Hal ini menjadikan penelitian ini bernilai orisinal secara geografis karena memperkaya data empiris tentang hubungan *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik di luar lingkungan universitas negeri besar. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan “kontribusi ilmiah baru” terhadap bidang psikologi pendidikan dengan menampilkan data aktual mengenai mahasiswa tingkat akhir di universitas swasta, terutama dalam hal keyakinan diri dan kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik seperti skripsi. Dari sisi teoritis, penelitian ini memperkuat dari sisi prokrastinasi, penelitian ini didukung oleh teori Lay (1986) yang mengemukakan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku penundaan tugas yang disengaja, di mana individu memilih menunda pekerjaan penting meskipun menyadari konsekuensi negatif dari tindakannya.

Menurut Lay (1986), perilaku ini muncul akibat rendahnya pengendalian diri, kurangnya motivasi internal, serta lemahnya keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Sementara teori Albert Bandura 1997 (dalam Fadila & Khoirunnisa, 2021) yang menjelaskan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan

untuk mencapai tujuan. Dalam konteks, teori ini diterapkan untuk memahami bagaimana mahasiswa dengan individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih besar, gigih, serta mampu mengatasi hambatan akademik, sehingga memiliki kemungkinan lebih rendah untuk melakukan prokrastinasi. Dengan demikian, penelitian ini memiliki keunikan dan kebaruan dari sisi variabel, subjek, dan konteks kajian, serta memberikan kontribusi empiris dan teoretis yang bermakna bagi pengembangan psikologi pendidikan, khususnya dalam memahami prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahap akhir studi yang sedang menyusun skripsi.

