

PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PENDIDIKAN EKONOMI UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Nabila¹, Firmansyah²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya

^{1,2} nabilajanuarti24@gmail.com, firman0807@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif berjenis asosiatif dengan hubungan kausal. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya Tahun angkatan 2021-2023 berjumlah 255 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan metode *proportionate stratified random sampling* yaitu teknik yang digunakan apabila populasi mempunyai anggota atau unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proposional, sehingga jumlah sampel sebanyak 156 mahasiswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket dan wawancara. Uji validitas instrumen angket menggunakan rumus *pearson product moment* dan uji reliabilitas menggunakan rumus *alpha cronbach*. Teknik analisis data penelitian ini adalah statistik deskriptif, uji prasyarat dan uji hipotesis. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik yang diperoleh dari perhitungan uji korelasi sebesar -0,166 yang terkategori sangat rendah dan dari perhitungan uji-t diperoleh $t_{hitung} = -2,0889 \geq t_{tabel} = 1,97549$ sehingga Ha diterima dan Ho ditolak. Dapat disimpulkan terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya. Berdasarkan perhitungan koefisien determinan, efikasi diri berkontribusi sebesar 2,75% sementara sisanya sebesar 97,25% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Prokrastinasi Akademik

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran penting sebagai sarana utama dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas, baik melalui jalur pendidikan formal maupun nonformal (Nuryadi & Ginting, 2017). Perguruan tinggi merupakan bagian dari pendidikan formal yang memiliki peran strategis dalam menghasilkan individu yang mandiri, berintegritas, tangguh, dan inovatif (Damri dkk., 2017). Sesuai dengan tridharma perguruan tinggi, tujuan utama pendidikan tinggi adalah menciptakan ilmu pengetahuan dan teknologi yang berguna bagi kemajuan bangsa serta kesejahteraan umat manusia (Lubis, 2018). Oleh karena itu, mahasiswa sebagai aktor utama dalam pendidikan tinggi dituntut untuk memiliki tanggung jawab akademik yang tinggi dan mampu mengelola waktu serta tugas secara efektif. Namun, pada kenyataannya, tidak sedikit mahasiswa yang mengalami kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas akademik, fenomena ini dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi merupakan bentuk perilaku yang tidak efektif dalam memanfaatkan waktu, ditandai dengan kecenderungan menunda kewajiban atau pekerjaan yang seharusnya diselesaikan. Mahasiswa harus menghindari perilaku ini karena dapat menimbulkan dampak buruk bagi diri mereka sendiri (Fitriya & Lukmawati, 2017). Menurut Dharma (2020) perilaku penundaan ini dapat menciptakan berbagai masalah, seperti terlambat dalam pengumpulan tugas. Prokrastinasi akademik merupakan sebuah perilaku menunda untuk mengerjakan aktivitas tugas akademik. Prokrastinasi akademik memberikan dampak negatif bagi mahasiswa. Perilaku ini menyebabkan pemborosan waktu, keterlambatan dalam penyelesaian tugas, serta dapat mengakibatkan hasil yang diperoleh tidak maksimal. Sehubungan dengan hal tersebut menurut Widyaningrum dan Susilarini (2021), terdapat ciri-ciri prokrastinasi akademik yang ditunjukkan dalam beberapa perilaku, yakni menunda

memulai dan menyelesaikan tugas, terlambat mengerjakan tugas, ketidaksesuaian antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan. Ada empat indikator prokrastinasi pertama, Penundaan untuk memulai atau menyelesaikan tugas. Kedua, Terlambat dalam mengerjakan tugas. Ketiga, Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Keempat, Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam mencapai tujuan dan menyelesaikan tugas tertentu. Efikasi diri tidak ada hubungannya dengan keterampilan yang dimiliki, tetapi dengan keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai sesuatu dengan keterampilan yang dimiliki terlepas dari seberapa baik keterampilan tersebut. Namun setiap orang memiliki tingkat efikasi diri yang berbeda-beda. Efikasi diri pada individu berperan dalam menilai sejauh mana kemampuan yang dimiliki dapat digunakan untuk menunjukkan perilaku tertentu dalam mencapai tujuan, dan mencerminkan keyakinan individu dalam menghadapi situasi dan memperoleh hasil yang optimal (Oktariani, 2018). Maka Adapun indikator efikasi diri. Pertama, Kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas (*strength*). Kedua, Besarnya keyakinan (*magnitude*). Ketiga, Mampu membentuk gagasan dan simpulan (*generality*). Keempat, Motivasi tinggi dalam mengerjakan tugas. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi lebih percaya diri dalam mengerjakan suatu tugas karena yakin akan kemampuannya, sebaliknya mahasiswa dengan efikasi diri yang rendah memiliki kepercayaan diri yang rendah terhadap kemampuannya sendiri (Septinityas, dkk, 2022). Oleh karena itu, penting untuk mengetahui sejauh mana efikasi diri berperan dalam memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa, khususnya pada mahasiswa program studi Pendidikan Ekonomi, yang diharapkan memiliki kemampuan perencanaan, pengelolaan waktu, dan kedisiplinan yang baik.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2021-2023, melalui penyebaran angket kepada 50 responden secara acak, diperoleh hasil sebagai berikut rata-rata skor prokrastinasi akademik mahasiswa tergolong tinggi, dibuktikan dengan nilai Tingkat Capaian Responden (TCR) sebesar 78,3%, yang menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa memang tinggi. Dapat dilihat bahwa tingginya tingkat prokrastinasi ini disebabkan oleh kebiasaan mahasiswa menunda mengerjakan tugas sebesar 90%, sering menyelesaikan tugas mendekati batas pengumpulan (*deadline*) sebesar 92,5%, bahkan beberapa diantaranya sampai pernah ada yang terlambat mengumpulkan tugas yang dapat dilihat dari skor sebesar 52,5%. Hal ini disebabkan oleh kurangnya niat dan motivasi untuk mengerjakan tugas, rasa malas, keterlibatan dalam kegiatan organisasi, ketidakpahaman terhadap tugas yang diberikan sehingga membutuhkan waktu lebih lama untuk mencari referensi sehingga baru mengerjakan saat mendekati batas waktu pengumpulan (*deadline*), lupa, bahkan sampai ada yang pernah terlambat mengumpulkan tugas.

Tingginya tingkat prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa sering kali berkaitan erat dengan rendahnya efikasi diri, di mana kurangnya keyakinan akan kemampuan diri untuk menyelesaikan tugas tepat waktu memicu perilaku menunda yang berulang. Oleh karena itu, untuk mengetahui keterkaitan tersebut, peneliti telah melakukan studi pendahuluan pada mahasiswa Pendidikan Ekonomi, dan memperoleh data sebagai berikut: rata-rata skor efikasi diri mahasiswa berada di kategori rendah, dibuktikan dengan nilai Tingkat Capaian Responden (TCR) sebesar 45%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa belum memiliki keyakinan yang cukup terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas akademik. Steel (Erdianto A & Dewi D, 2020) berpendapat bahwa tingkat efikasi diri yang tinggi mendorong seseorang untuk lebih giat dan tekun dalam usaha yang dilakukannya. Sebaliknya, individu dengan efikasi diri rendah cenderung menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini terjadi karena kurangnya keyakinan terhadap kemampuan diri menyebabkan mahasiswa menunda-nunda tugas akademik. Penelitian ini penting adanya agar mahasiswa lebih sadar bahwa keyakinan yang ada didalam diri mahasiswa memiliki peran penting dalam mengatasi prokrastinasi akademik, sehingga dengan adanya penelitian ini dapat menumbuhkan kesadaran pada mahasiswa agar tidak menunda-nunda dalam mengerjakan tugas. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif berjenis asosiatif dengan hubungan kausal. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana hubungan sebab akibat dari pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya. Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat dimana variabel bebasnya efikasi diri dan variabel terikatnya prokrastinasi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya angkatan 2021 sampai 2023 kelas Indralaya dan Palembang dengan jumlah 255 orang sedangkan sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik *probability sampling* dengan jenis *proportionate stratified random sampling* dalam menentukan jumlah sampel sehingga diperoleh jumlah sampel 156 orang. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket dan wawancara. Angket dalam penelitian ini digunakan untuk mengumpulkan data terkait efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Penelitian ini menggunakan skala likert interval 1-4 sebagai skala pengukuran angket. Adapun skala likert dengan 4 opsi jawaban digunakan ialah untuk menghindari kecenderungan responden memilih opsi tengah pada skala likert ganjil yang berakibat pada hasil yang tidak akurat. Menurut Nemoto & Belgar (dalam Suasapha, 2020), sebaiknya kuesioner/angket yang dibuat tidak menyertakan pilihan opsi tengah karena pada dasarnya pernyataan-pernyataan yang terkandung dalam kuesioner dibuat untuk mendapatkan sebuah jawaban yang pasti. Sedangkan untuk wawancara pada penelitian ini digunakan peneliti sebagai data pendukung setelah penyebaran kuesioner/angket. Data wawancara ini bersifat menguatkan, sehingga peneliti mewawancarai 16 responden terpilih secara acak. Wawancara dilakukan secara terstruktur dan didukung media Whatsapp berupa *video call* yang bertujuan untuk mempermudah memperoleh informasi tambahan.

Uji validitas instrumen angket menggunakan rumus *pearson product moment* yang digunakan sebagai teknik pengukuran tingkat keeratan korelasi (hubungan) antara variabel bebas dengan variabel terikat. Adapun rumusnya sebagai berikut:

$$r_{hitung} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{n\sum X^2 - (\sum X)^2}\{\n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}} \quad (\text{Supriadi}, 2021:85)$$

dan uji reliabilitas menggunakan rumus *alpha cronbach*. Dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum s_i}{s_t} \right) \quad (\text{Supriadi}, 2021:103)$$

Teknik analisis data penelitian ini adalah statistik deskriptif, uji prasyarat dan uji hipotesis. Selanjutnya uji korelasi yang digunakan peneliti yakni korelasi *pearson product moment*, dengan rumus:

$$r_{hitung} = \frac{N(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N(\sum X^2) - (\sum X)^2][N(\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}} \quad (\text{Sugiyono}, 2024:246)$$

Untuk menginterpretasikan nilai koefisien korelasi, pada taraf signifikansi yaitu 5%. Pengaruh signifikan akan terlihat dan sebaliknya jika $r_{hitung} > r_{kritis}$. Kemudian dilanjutkan dengan uji koefisien determinan dan Uji-t.

HASIL PENELITIAN

1. Deskripsi Data

Dalam angket efikasi diri ini terdapat 27 pernyataan positif dan 13 pernyataan negatif. Untuk perhitungan skor alternatif jawaban angket menggunakan *skala likert 4* yaitu sangat setuju (4), setuju (3), tidak setuju (2), dan sangat tidak setuju (1) untuk pernyataan positif. Untuk pernyataan negatif ialah sangat setuju (1), setuju (2), tidak setuju (3), dan sangat tidak setuju (4). Berdasarkan data angket, dilakukan analisis lebih lanjut pada tiap indikator agar dapat melihat lebih rinci mengenai efikasi diri.

Tabel 1. Kategori Interval Skor Kecenderungan Efikasi Diri

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Percentase
Tinggi	$120 \leq X$	119	76%
Sedang	$80 \leq X < 120$	37	24%
Rendah	$X < 80$	0	0
Jumlah		156	100%

(Sumber: Data peneliti, diolah pada bulan Mei 2025)

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil kategori tinggi sebanyak 119 mahasiswa atau sekitar 76% dan kategori sedang sebanyak 37 mahasiswa atau sekitar 24%. Sehingga dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa kategori angket penelitian efikasi diri mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya angkatan 2021-2023 termasuk di kategori tinggi, yang artinya mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya angkatan 2021-2023 memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Dalam angket prokrastinasi akademik ini terdapat 18 pernyataan positif dan 19 pernyataan negatif. Untuk perhitungan skor alternatif jawaban angket menggunakan *skala likert 4* yaitu sangat setuju (4), setuju (3), tidak setuju (2), dan sangat tidak setuju (1) untuk pernyataan positif. Untuk pernyataan negatif ialah sangat setuju (1), setuju (2), tidak setuju (3), dan sangat tidak setuju (4). Maka kecenderungan variabel prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori sebagai berikut:

Tabel 2. Kategori Interval Skor Kecenderungan prokrastinasi akademik

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Percentase
Tinggi	$111 \leq X$	25	16%
Sedang	$74 \leq X < 111$	93	60%
Rendah	$X < 74$	38	24%
Jumlah		156	100%

(Sumber: Data peneliti, diolah pada bulan Mei 2025)

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil kategori kecenderungan mahasiswa Pendidikan Ekonomi angkatan 2021-2023 terhadap tingkat prokrastinasi akademik berada pada kategori tinggi sebanyak 25 mahasiswa atau sekitar 16%, kategori sedang sebanyak 93 mahasiswa atau sekitar 60%, dan kategori rendah sebanyak 38 mahasiswa atau sekitar 24%. Sehingga dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa kategori angket penelitian prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya angkatan 2021-2023 termasuk di kategori sedang, yang artinya sebagian besar mahasiswa masih menunjukkan kecenderungan menunda-nunda mengerjakan tugas akademik, namun dalam batas yang masih tergolong wajar atau sedang.

2. Uji Hipotesis

Tabel 3. Daftar Analisis Varians (Anova) Regresi Linear Sederhana

Sumber Variasi	Derajat Kebebasan (dk)	Jumlah Kuadrat (JK)	Rata-rata Jumlah Kuadrat (RJK)	F _{hitung}	F _{tabel}
Total	156	1322368	-	0,00970	1,471
Regresi(α)	1	1233896,6	1233896,6	F _{hitung} \leq F _{tabel}	
Regresi($b\alpha$)	1	2449,8	2449,8	atau 0,00970 \leq	
Residu	$156 - 2 = 154$	86021,6	558,58	1,471. Maka data	
Tuna Cocok	$53 - 2 = 51$	32717,17	212,449	berpola linear.	
Galat	$156 - 53 = 103$	53304,43	517,518		

(Sumber : Data Peneliti, diolah Mei 2025)

Berdasarkan hasil yang sudah diperoleh, nilai Fhitung \leq Ftabel atau $0,00970 \leq 1,471$, sehingga bisa ditarik kesimpulan data yang dihasilkan berpola linear. Selanjutnya, diperoleh pengaruh negatif antara variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik, yang dinyatakan dalam persamaan regresi yaitu $Y = 127,22 - 0,29179x$ yang diartikan bahwa setiap peningkatan satu variabel X (efikasi diri) maka variabel Y (prokrastinasi akademik) akan mengalami penurunan sebesar 0,29179. Dalam penelitian ini, uji koefisien determinan dilakukan untuk mengetahui besaran sumbangannya variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Perhitungan koefisien determinan (K_d) dilakukan dengan rumus : $K_d = r^2 \times 100\%$ Berdasarkan hasil perhitungan di atas, dapat diketahui bahwa variabel efikasi diri (X) memberikan sumbangannya terhadap variabel prokrastinasi akademik (Y) sebesar 2,75% sementara sisanya sebesar 97,25% dipengaruhi oleh variabel lain. Selanjutnya dilakukan Uji-t untuk membuktikan pengaruh antara efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP universitas Sriwijaya. Adapun perhitungan uji-t sebagai berikut dengan rumus: $t = \frac{r\sqrt{N-2}}{\sqrt{1-r^2}}$ Berdasarkan perhitungan diperoleh nilai $t_{hitung} = -2,0889$ Selanjutnya, t_{hitung} dibandingkan dengan t_{tabel} dengan tingkat signifikansi 0,05 dan dk= n-2, dk = 156-2 = 154. Sehingga didapatkan nilai $t_{tabel} = 1,97549$. Sehingga $t_{hitung} = -2,0889 \geq t_{tabel} = 1,97549$. Sehingga penafsiran Ha diterima dan Ho ditolak. Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh antara efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya.

3. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dari data angket efikasi diri, terdapat empat indikator yang berada pada rentang 81%-100% dengan rerata 82% yang terkategori sangat kuat. Dari nilai tersebut, indikator tertinggi dapat dilihat pada indikator motivasi tinggi dalam mengerjakan tugas dengan persentase 83,64%. Didukung dengan hasil wawancara yaitu dalam proses pembelajaran mahasiswa memiliki motivasi dalam mengerjakan tugas akademik yang berasal hasil interaksi antara faktor internal dan eksternal yang saling mendukung seperti adanya rasa tanggung jawab dan kewajiban yang harus dilakukan untuk mendapatkan nilai yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Prihatini, dkk (2018) dimana didapatkan hasil pengaruh motivasi sebesar 46,60% sehingga dapat disimpulkan kondisi ini menandakan bahwa motivasi tinggi dalam mengerjakan tugas yang dimiliki telah mendukung efikasi diri mahasiswa. Kemudian indikator kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas (*strength*) dengan persentase 82,04%. Didukung dengan hasil wawancara dimana dalam proses pembelajaran mahasiswa telah memiliki kemampuan dalam mengatasi suatu permasalahan dalam tugas dan mampu mengatasi permasalahan tersebut tanpa melibatkan bantuan orang lain. Hal ini sejalan dengan didapatkannya hasil indikator rata-rata tertinggi sebesar 3,53 (Kurniawati, 2021), sehingga dapat disimpulkan bahwa kondisi ini menandakan kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas yang dimiliki telah mendukung efikasi diri mahasiswa. Lalu indikator besarnya keyakinan (*magnitude*) dengan persentase 81,23%. Hasil tersebut didukung dengan hasil wawancara yaitu dalam proses pembelajaran mahasiswa sangat yakin akan kemampuan yang dimiliki oleh diri sendiri sehingga menimbulkan rasa percaya diri yang tinggi dalam mengerjakan tugas. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Sari dkk., (2017) dengan hasil sebesar 77,27% sehingga dapat disimpulkan bahwa kondisi ini menandakan besarnya keyakinan yang dimiliki telah mendukung efikasi diri mahasiswa. Dan yang terakhir indikator mampu membentuk gagasan dan simpulan (*generality*) dengan persentase 81,14%. Didukung dengan hasil data wawancara dimana dalam proses pembelajaran banyak mahasiswa yang menemui kesulitan seperti terbatasnya informasi yang dapat diakses, namun mahasiswa telah mampu untuk membentuk suatu ide ataupun gagasan guna menyelesaikan berbagai kesulitan tersebut. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dkk., (2022) yang menyatakan bahwa pengalaman penguasaan dalam menyimpulkan menjadi faktor terpenting dalam mempengaruhi tingkat efikasi diri mahasiswa sehingga dapat disimpulkan jika mahasiswa telah memiliki efikasi diri melalui indikator gagasan dan simpulan. Secara keseluruhan, data yang didapatkan dari hasil

angket efikasi diri menghasilkan 119 mahasiswa memperoleh kategori tinggi dan 39 mahasiswa memperoleh kategori sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kategori angket penelitian efikasi diri mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya angkatan 2021-2023 termasuk di kategori tinggi, yang artinya sebagian besar mahasiswa memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Prokrastinasi akademik, terdapat dua indikator yang berada pada rentang 41%-60% dengan kategori cukup dan dua indikator yang berada pada rentang 61%-80% dengan kategori kuat dengan rerata 60,16% yang terkategorikan cukup. Dari nilai tersebut, indikator tertinggi dapat dilihat pada indikator penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas dan indikator melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dengan persentase 61,01%. Indikator penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas dengan persentase 61,01%. Didukung dengan hasil wawancara dimana dalam proses pembelajaran pada saat mengerjakan tugas sebagian mahasiswa cukup sering menunda untuk mengerjakan tugas. Hal ini disebabkan karena rasa malas, tugas yang diberikan terlalu sulit, batas waktu akhir pengumpulan yang cukup lama sehingga lupa mengerjakannya, main *game online* dan adanya kegiatan organisasi. 6 dari 16 orang mahasiswa menjawab jarang menunda mengerjakan tugas hal tersebut terjadi dikarenakan ada pekerjaan lain yang harus di selesaikan terlebih dahulu, sakit ataupun *burnout*. Namun, ada 1 orang dari 16 mahasiswa menjawab tidak pernah menunda untuk mengerjakan tugas. Hal ini sejalan dengan penelitian Putri dkk (2023) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang terdampak kelelahan dan *burnout* memiliki pengaruh terhadap penundaan mengerjakan tugas, bersikap malas, dan kurangnya motivasi untuk belajar. (Putri dkk, 2023). Lalu pada indikator melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dengan persentase 61,01%. Didukung dengan hasil data wawancara dimana dalam proses pembelajaran pada saat mengerjakan tugas mahasiswa seringkali teralihkan pikirannya ke hal-hal lain seperti bermain *handphone*, menonton TV, atau membuka media sosial seperti membuka *Instagram*, *TikTok* dan *e-commerce* seperti *Shopee*. Hal ini sejalan dengan penelitian Azizah dan Kardiyem (2020) bahwa penggunaan media sosial mempengaruhi prokrastinasi akademik. Hal ini dikarenakan mahasiswa akan memiliki kecenderungan tinggi dalam mencari kesenangan (*pleasure seeking*). Penggunaan internet akan membuat penggunanya merasa nyaman dan hal ini akan mengalihkan perhatian terhadap pekerjaan yang ada dan cenderung memilih media sosial. Mereka akan menggunakan waktunya untuk mengakses internet yang tidak berkaitan dengan tugasnya dan akan menunda tugas-tugasnya. (Azizah & Kardiyem, 2020). Indikator ketiga yaitu keterlambatan dalam mengerjakan tugas dengan persentase 60,06%. Didukung dengan hasil wawancara dimana dalam proses pembelajaran pada saat mengerjakan tugas mahasiswa merasa tidak terlambat dalam menyelesaikan tugas akademik. Mereka mampu mengelola waktu dengan baik, mulai tugas segera setelah diberikan, dan menyelesaikannya tepat waktu. Namun, ada juga yang mengaku bahwa mereka kadang-kadang menunda tugas karena belum merasa memiliki *mood* yang tepat atau karena belum ada rasa urgensi, terutama jika *deadline* masih lama. Beberapa mahasiswa lainnya merasa bahwa mereka lebih lambat dibandingkan teman-temannya, karena cenderung menganalisis tugas secara mendalam sebelum memulai. Faktor-faktor yang mempengaruhi perasaan terlambat atau tidaknya dalam menyelesaikan tugas antara lain adalah kebiasaan dan tingkat *perfeksionisme*. Selain itu, faktor eksternal seperti kegiatan lain yang mendesak atau gangguan dari lingkungan juga dapat mempengaruhi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Hal ini sejalan dengan penelitian Sagita dkk., (2017) bahwa mahasiswa menunda pekerjaan atau mengerjakan tugasnya dikarenakan keyakinan mereka akan waktu. Penelitian ini menjelaskan bahwa keterampilan dalam manajemen waktu antara mengerjakan tugas, belajar dan kegiatan yang menyenangkan. Mahasiswa yang tidak dapat melakukan manajemen waktu akan kesulitan dalam membagi waktu kapan waktu yang seharusnya untuk memulai mengerjakan sesuatu. Hal ini membuat mahasiswa lebih santai dan waktu yang dapat berguna menjadi terbuang dengan percuma. Dan yang terakhir indikator kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dengan persentase 58,56%. Didukung dengan hasil wawancara dimana dalam proses pembelajaran pada saat mengerjakan tugas mahasiswa membutuhkan waktu untuk memulai mengerjakan tugas bervariasi, tergantung pada

berbagai faktor seperti jenis tugas, tingkat kesulitan, prioritas, dan tenggat waktu pengumpulan tugas. Sebagian mahasiswa menjawab dapat memulai tugas dalam waktu satu hari jika tidak ada tugas lain yang mendesak dan setelah menetapkan niat serta rencana yang jelas. Beberapa lainnya membutuhkan waktu satu hingga dua hari, terutama jika mereka perlu mencari referensi atau menyesuaikan jadwal dengan kegiatan lain. Ada juga yang memerlukan waktu sekitar tiga hari, terutama untuk tugas yang kompleks atau jika mereka memiliki kegiatan lain yang lebih mendesak. Selain itu, beberapa mahasiswa memerlukan waktu 30 hingga 60 menit setelah membuat *to-do list* atau *timeline* untuk benar-benar memulai, menggunakan waktu tersebut untuk "pemanasan" otak, membaca ulang, atau mencari referensi. Hal ini sejalan dengan penelitian Sanggasurya dan Mamahit (2021:155) menyatakan bahwa mahasiswa kerap kali mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, baik yang memiliki tenggat waktu dari orang lain maupun yang ditentukan sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa sudah membuat rencana untuk mengerjakan tugas dalam waktu tertentu, kenyataannya sering kali tidak sesuai, sehingga menyebabkan keterlambatan dalam penyelesaiannya.

Berdasarkan data yang diperoleh dalam penelitian ini, dilakukan uji prasyarat guna membuktikan kebenaran hipotesis melalui uji normalitas dan uji linearitas. Pada uji normalitas data, penelitian ini menggunakan rumus *chi kuadrat* dengan taraf signifikan 5%. Hasil uji normalitas pada angket efikasi diri dengan nilai X^2 hitung = 8,327 dan nilai X^2 tabel sebesar 14,067 sehingga data pada uji normalitas angket efikasi diri dapat disimpulkan bahwa nilai X^2 hitung < X^2 tabel = 14,067 yang dapat diartikan data angket efikasi diri dinyatakan terdistribusi **normal**. Sedangkan data pada angket prokrastinasi akademik didapatkan hasil X^2 hitung sebesar 6,451 dan nilai X^2 tabel sebesar 14,067 sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai X^2 hitung < X^2 tabel bahwa data angket prokrastinasi akademik telah terdistribusi **normal**. Kemudian dilakukan uji linearitas dan diperoleh hasil F hitung sebesar 0,00970 dan F tabel sebesar 1,471 dengan dk pembilang 51 dan dk penyebut 103, maka bedasarkan perhitungan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa nilai F hitung sebesar 0,00970 dan nilai F tabel sebesar 1,471 (0,00970 ≤ 1,471) yang dapat diartikan bahwa data penelitian ini telah berpola linear. Selanjutnya, diperoleh pengaruh negatif antara variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik yang dinyatakan dalam persamaan regresi yaitu $Y = 127,22 - 0,29179x$ yang dapat didefinisikan bahwa setiap peningkatan satu variabel efikasi diri maka variabel prokrastinasi akademik akan mengalami penurunan sebesar 0,29179.

Setelah uji prasyarat terpenuhi, dilakukan uji hipotesis yang terdiri dari uji korelasi, uji koefisien determinan dan uji-t untuk mengetahui pengaruh variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya. Uji korelasi menggunakan rumus *pearson product moment* dan diperoleh hasil bahwa terdapat nilai korelasi r hitung = -0,166 , sehingga dapat disimpulkan bahwa besarnya korelasi bernilai sangat rendah yaitu berada direntang 0,00-0,199. Selanjutnya, dilakukan uji koefisien determinan untuk melihat besar kecil pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya. Adapun diperoleh hasil bahwa variabel efikasi diri memberikan sumbangannya terhadap variabel prokrastinasi akademik sebesar 2,75% sementara sisanya sebesar 97,25% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Kemudian dilakukan uji-t untuk mengetahui pengaruh secara parsial dengan hasil perhitungan bahwa $t_{\text{hitung}} = -2,0889 \geq t_{\text{tabel}} = 1,97549$ dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khafif dkk (2023) yang meneliti pengaruh *self-efficacy* dan *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa di Universitas Lambung Mangkurat. Dalam penelitiannya, mereka menemukan bahwa *self-efficacy* memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik, dengan nilai t hitung = 13,391 > t tabel = 1,977 dan signifikansi $0,00 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri, maka semakin rendah kecenderungan prokrastinasi. Namun, meskipun arah pengaruh dalam penelitian ini sama (negatif), hasil yang diperoleh berbeda dalam kekuatan hubungan. Penelitian ini menunjukkan nilai r hitung = -0,166, yang berarti hubungan sangat rendah, dengan pengaruh hanya sebesar 2,75%, sehingga meskipun searah, pengaruh

efikasi diri pada mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya jauh lebih kecil dibandingkan penelitian Khafif dkk. yang mencatat nilai R^2 sebesar 77,8% untuk pengaruh simultan efikasi diri dan *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi. Meskipun demikian, perbedaan terlihat pada kekuatan pengaruhnya, di mana penelitian Fahmi menunjukkan pengaruh yang signifikan dan kuat, sementara dalam penelitian ini pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik hanya sebesar 2,75% dengan nilai korelasi yang sangat rendah, sehingga tidak memberikan pengaruh besar terhadap perilaku prokrastinasi mahasiswa. selanjutnya, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erdianto & Dewi (2020) yang berjudul “Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI di SMA X”. Dalam penelitian tersebut, ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,244$. Walaupun nilai korelasinya juga rendah, hasil ini memperkuat temuan bahwa efikasi diri memang berkaitan secara negatif terhadap prokrastinasi akademik. Hasil ini mendukung temuan penelitian ini yang juga menunjukkan arah hubungan negatif dan nilai korelasi rendah ($r = -0,166$), serta kontribusi variabel efikasi diri sebesar 2,75% terhadap prokrastinasi, yang berarti bahwa faktor efikasi diri bukan satu-satunya penyebab dominan dari perilaku menunda tugas.

Menurut Fitriyah (2019), faktor-faktor yang memengaruhi efikasi diri mencakup budaya, jenis tugas yang dikerjakan, jenis kelamin, insentif eksternal, dan informasi tentang kemampuan diri. Dalam konteks ini, mahasiswa menghadapi berbagai jenis tugas yang dianggap sulit dan kompleks, sehingga menurunkan kepercayaan mereka terhadap kemampuan akademiknya. Selain itu, minimnya insentif eksternal seperti apresiasi atau umpan balik positif dari dosen dan lingkungan sekitar juga dapat membuat mahasiswa kurang merasa termotivasi, yang pada akhirnya membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Selain itu, menurut Haryati (2023), jenis tugas, intensitas eksternal, status sosial, keahlian individu, komponen kemampuan, dan cara penyelesaian tugas juga merupakan faktor penentu efikasi diri. Dalam penelitian ini, mahasiswa kemungkinan belum menemukan metode belajar atau strategi manajemen waktu yang efektif, sehingga merasa kurang mampu dalam menyelesaikan tugas secara efisien, yang pada akhirnya berdampak pada rendahnya efikasi diri dan tingginya kecenderungan menunda tugas.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Hal ini dapat terlihat dari hasil perhitungan nilai angket efikasi diri dan prokrastinasi akademik dan uraian wawancara sebagai data pendukung. Secara data yang didapatkan hasil angket efikasi diri menunjukkan kategori tinggi yang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Bedasarkan hasil pengamatan pada data wawancara mengenai prokrastinasi akademik, mahasiswa Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Sriwijaya angkatan 2021-2023 termasuk kategori sedang yang menunjukkan bahwa adanya perilaku menunda-nunda mengerjakan tugas yang berkaitan dengan kuliah. Dalam hal ini beberapa alasan seperti kelelahan, *burnout*, bermain game, kegiatan organisasi diluar, dan kegiatan bekerja dan membantu orang tua menjadi beberapa alasan mahasiswa dalam menunda mengerjakan tugas. Penelitian yang telah peneliti lakukan tentunya memiliki kelemahan dan keterbatasan. Penelitian ini hanya menggunakan satu variabel bebas saja. Berdasarkan hasil perhitungan, efikasi diri memberikan sumbangan terhadap variabel prokrastinasi akademik hanya sebesar 2,75% sementara sisanya sebesar 97,25% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian. Adapun persentase sebesar 97,25% berupa variabel lain menjadi salah satu keterbatasan dari penelitian ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan diatas terkait dengan pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Sriwijaya Angkatan 2021 – 2023 menunjukkan terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik yang diperoleh dari perhitungan uji korelasi

sebesar -0,166 yang terkategori sangat rendah dan dari perhitungan uji-t diperoleh $t_{hitung} = -2,0889 \geq t_{tabel} = 1,97549$ sehingga Ha diterima dan Ho ditolak. Dapat disimpulkan terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya. Berdasarkan perhitungan koefisien determinan, efikasi diri berkontribusi sebesar 2,75% sementara sisanya sebesar 97,25% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.. Hal ini menunjukkan bahwa faktor-faktor lain yang belum diteliti kemungkinan besar turut memengaruhi perilaku prokrastinasi mahasiswa.

SARAN

Adapun pembahasan serta keterbatasan pada penelitian ini, disarankan kepada mahasiswa agar dapat meningkatkan keyakinan diri dengan lebih percaya diri agar dapat mengatasi perilaku prokrastinasi akademik. Pada penelitian selanjutnya diharapkan agar dapat mempersempit cakupan pernyataan angket sehingga responden lebih fokus dalam menjawab pernyataan yang ada. Selain itu, dapat mempertimbangkan untuk menambah variabel lain yang berpotensi mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa seperti variabel motivasi belajar dan variabel manajemen waktu sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih luas.

REFERENSI

- Azizah, N., & Kardiyem. (2020). Pengaruh Perfeksionisme, Konformitas, dan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik dengan Academic Hardiness sebagai Variabel Moderasi. *Economic Education Analysis Journal*. 9(1): 119–132.
- Damri, Engkizar, dan Anwar, F. (2017). Hubungan Self-Efficacy dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*. 3(1): 74-95.
- Dharma, A. M. (2020). Prokrastinasi Akademik Di Kalangan Mahasiswa Program Studi Dharma Acarya. *Jurnal Pendidikan, Sains Sosial, dan Agama*. 6(1): 64–78.
- Erdianto A, & Dewi D. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI DI SMA X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 8(8): 32-43.
- Fitriya, & Lukmawati. (2017). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Mitra Adiguna Palembang. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*. 2(1): 63–74.
- Fitriyah, L. A. (2019). *Menanamkan Efikasi Diri Dan Kestabikan Emosi*. Medan: Lppm Unhasy.
- Haryati. (2023). Tingkat Kemandirian Belajar Mahasiswa Dalam Pembelajaran Daring. *Jurnal Pendidikan*.
- Khafif, M. F., Ratumbuysang, M. F. N. G., & Hasanah, M. (2023). The effect of self-efficacy and self-regulated learning on student academic procrastination. *Manager: Jurnal Ilmu Manajemen*. 6(2): 68–75.
- Kurniawati, D. (2021). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kemandirian Belajar Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta*. yogyakarta.
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa The Relationship of Self Regulated Learning and Self Efficacy with Student's Academic Procrastination. *Jurnal Diversita Available*. 4(2): 90–98.
- Nuryadi, A., & Ginting, A. A. (2017). Self Control Dan Self Efficacy Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Adiraga*. 3(2): 34.
- Oktariani. (2018). Peranan Self Efficacy Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa. *Kognisi Jurnal*. 3(1): 45-54.
- Prihatini, A., Romas, M. Z., & Widiantoro, F. W. (2018). Hubungan Efikasi Diri Dengan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Universitas X Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 14(1).

- Putri, K. P. D., Nauli, F. A., & Aziz, A. R. (2023). Hubungan Burnout terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Riau. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa*. 2(2): 164–177.
- Sagita, D. D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017). Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik Dan Stres Akademik Mahasiswa. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*. 1(2): 43.
- Sanggasurya, L dan Mamahit, H. C. (2021). Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Marie Joseph Kelapa Gading. *JURNAL PSIKO-EDUKASI: Jurnal Pendidikan, Psikologi, dan Konseling*. 19(2): 155
- Sari, A. K., Muhsin, & Rozi, F. (2017). Pengaruh Motivasi, Sarana Prasarana, Efikasi Diri, Dan Penyesuaian Diri Terhadap Kemandirian Belajar. *Economic Education Analysis Journal*. 6(3).
- Septinityas, E., Rahmawati, D., & H, Y. D. (2022). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kemandirian Belajar Mahasiswa Universitas Semarang. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 6(2).
- Suasapha, A. H. (2020). Skala Likert Untuk Penelitian Pariwisata; Beberapa Catatan Untuk Menyusunnya Dengan Baik. *Jurnal Kepariwisataan*. 19(1): 26–37.
- Sugiyono. (2024). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Supriadi, G. (2021). *Statistik Penelitian Pendidikan*. UNY Press.
- Widyaningrum, R., & Susilarini, T. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas IX SMAIT Raflesia Depok. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*. 5(2).
- Wulandari, D., Valentine, F., Melinda, M., Regilsa, M., & Andini, R. C. (2022). Pengaruh Self Efficacy Dalam Budaya Pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. 6(2).