

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN  
*DYSFUNCTIONAL ACADEMIC PROCRASTINATION* PADA  
MAHASISWA TAHAP SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG**

**Oleh :  
Hanifah Sapto Putri  
1718011036**

**(Skripsi)**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2022**

## ABSTRACT

### THE CORRELATION BETWEEN *SELF EFFICACY* AND *DYSFUNCTIONAL ACADEMIC PROCRASTINATION* OF UNDERGRADUATE STUDENTS IN FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITY OF LAMPUNG

By

HANIFAH SAPTO PUTRI

**Background:** Medical student has a heavy academic activity with a various activity such as study, laboratory practice, CSL, and a report paper assignment. The accumulation of tasks and the workload may prompt action of procrastination. In the other hand, a procrastination without any specific purpose and specific reason that can make a problem in the future is called dysfunctional procrastination. Dysfunctional academic procrastination may be influenced by self efficacy. In the learning environment, self efficacy can help students complete assignment on time and get success in the academic achievement. The aim of this research is to determine correlation between self efficacy and dysfunctional academic procrastination of undergraduate students in Faculty of Medicine, University of Lampung.

**Methods:** This research is quantitative research with correlation analysis of 202 undergraduate medical students were taken using proportionate stratified random sampling technique. This research was using a General Self Efficacy Scale (GSES) and Academic Procrastination Scale (APS) distributed online via google form. Data were analysis using Spearman Rank correlation test.

**Result:** Based on univariate analysis found self efficacy score have a median 31 with a minimum score is 22 and a maximum score is 40. In variable dysfunctional academic procrastination, the mean respondent score is 56,85 with a standard deviation 16,256. Based on bivariate analysis got correlation value  $r = -0.185$  ( $p = 0,008$ ).

**Conclusion:** There is a negative significant correlation between self efficacy and dysfunctional academic procrastination in undergraduate students Faculty of Medicine, University of Lampung.

Keywords: dysfunctional academic procrastination, medical students, self efficacy.

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *DYSFUNCTIONAL ACADEMIC PROCRASTINATION* PADA MAHASISWA TAHAP SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

HANIFAH SAPTO PUTRI

**Latar Belakang:** Mahasiswa Fakultas Kedokteran memiliki kegiatan akademik yang padat dengan berbagai aktivitas seperti kuliah, praktikum, CSL, dan tugas makalah laporan. Adanya tugas yang menumpuk dan tuntutan yang banyak dapat memunculkan tindakan prokrastinasi. Adapun prokrastinasi yang dilakukan tanpa memiliki tujuan tertentu dan tidak memiliki alasan melakukannya sehingga dapat memunculkan masalah ke depannya dinamakan *dysfunctional procrastination*. Munculnya tindakan prokrastinasi akademik disfungsi, salah satunya dipengaruhi oleh *self efficacy*. Di lingkungan belajar, *self efficacy* dapat membantu mengarahkan pada penyelesaian tugas tepat waktu dan sukses dalam pencapaian akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa tahap sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan analisis korelatif terhadap 202 mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter yang diambil menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Penelitian dilakukan dengan menggunakan kuesioner *General Self Efficacy Scale* (GSES) dan *Academic Procrastination Scale* (APS) yang disebarluaskan secara *online* menggunakan *google form*. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*.

**Hasil:** Berdasarkan analisis univariat didapatkan skor *self efficacy* memiliki median 31 dengan rentang skor minimum yaitu 22 dan skor maksimum yaitu 40. Pada variabel *dysfunctional academic procrastination*, rerata skor responden sebesar 56,85 dengan standar deviasi 16,256. Berdasarkan analisis bivariat didapatkan nilai korelasi  $r = -0.185$  ( $p < 0,05$ ).

**Simpulan:** Terdapat hubungan negatif antara *self efficacy* dengan *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa tahap sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Kata kunci: *Dysfunctional academic procrastination*, mahasiswa kedokteran, *self efficacy*.

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN  
*DYSFUNCTIONAL ACADEMIC PROCRASTINATION* PADA  
MAHASISWA TAHAP SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG**

**Oleh :  
Hanifah Sapto Putri  
1718011036**

**Skripsi**

**Sebagai Salah satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
SARJANA KEDOKTERAN**

**Pada**

**Fakultas Kedokteran  
Universitas Lampung**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2022**

Judul Skripsi : **HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN DYSFUNCTIONAL ACADEMIC PROCRASTINATION PADA MAHASISWA TAHAP SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG**

Nama Mahasiswa : Hanifah Sapto Putri

No. Pokok Mahasiswa : 1718011036

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran



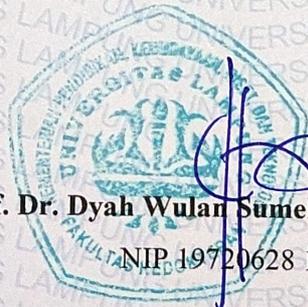
1. Komisi Pembimbing

**dr. Dwita Oktaria, S.Ked., M.Pd.Ked**

NIP. 198410152010122003

NIP. 231612891001101

2. Dekan Fakultas Kedokteran



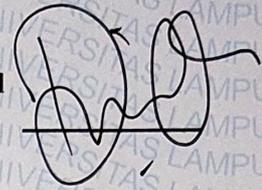
**Prof. Dr. Dyah Wulan Sumekar RW, SKM., M.Kes**

NIP. 197206281997022001

**MENGESAHKAN**

1. Tim Penguji

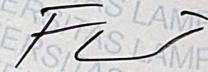
Ketua : **dr. Dwita Oktaria, S. Ked., M.Pd. Ked**



Sekretaris : **dr. Syahrul Hamidi N, S. Ked., M. Epid**



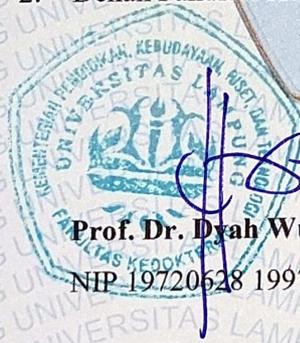
Penguji  
Bukan Pembimbing : **dr. Oktafany, S. Ked., M.Pd. Ked**



2. Dekan Fakultas Kedokteran

**Prof. Dr. Dyah Wulan Sumekar RW, SKM., M.Kes**

NIP. 19720628 199702 2 001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi: **24 Maret 2022**

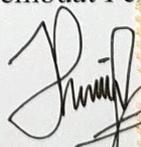
## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi dengan judul “HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *DYSFUNCTIONAL ACADEMIC PROCRASTINATION* PADA MAHASISWA TAHAP SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG” adalah hasil karya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan atas karya orang lain dengan cara yang tidak sesuai tata etika ilmiah yang berlaku dalam masyarakat akademik atau yang disebut plagiarisme.
2. Hak intelektual atas karya ilmiah ini diserahkan sepenuhnya kepada Universitas Lampung

Atas pernyataan ini, apabila di kemudian hari ternyata ditemukan adanya ketidakbenaran, saya bersedia menanggung akibat dan sanksi yang diberikan kepada saya.

Bandar Lampung, April 2022  
Pembuat Pernyataan



Hanifah Sapta  
1718011036



## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis dilahirkan di Purwokerto, Jawa Tengah pada tanggal 30 Januari 1999, sebagai anak pertama dari dua bersaudara, dari pasangan Bapak Sapto Budi Santoso dan Ibu Dwi Eny Yustinawati. Penulis memiliki seorang adik laki-laki bernama Rizqi Amanatullah Sapto Putra.

Penulis menempuh pendidikan Taman Kanak-Kanak (TK) di TK Islam Terpadu Baitussalam Bogor, Jawa Barat pada tahun 2004-2005, Sekolah Dasar (SD) di SDIT Baitussalam pada tahun 2005-2011, Sekolah Menengah Pertama (SMP) di SMPN 4 Bogor pada tahun 2011-2014 dan Sekolah Menengah Atas (SMA) di SMAN 1 Purwokerto pada tahun 2014-2017.

Pada tahun 2017, penulis diterima sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi (SNMPTN). Selama menjadi mahasiswa, penulis aktif dalam berorganisasi dengan terdaftar sebagai sekretaris biro BBQ (Bimbingan Baca Qur'an) Forum Studi Islam (FSI) Ibnu Sina FK UNILA dan sebagai staff ahli divisi Pengabdian Masyarakat PMPATD PAKIS Rescue Team.

## SANWACANA

*Alhamdulillah rabbil 'aalamiin.* Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah *Subhaanahu wa ta'ala*, yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Salawat serta salam senantiasa turunkan kepada Rasulullah Muhammad SAW dengan mengharap syafaatnya di yaumul akhir kelak, Aamiin.

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan *Dysfunctional Academic Procrastination* Pada Mahasiswa Tahap Sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lampung” adalah salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran di Universitas Lampung. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Karomani, M. Si, selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Prof. Dr. Dyah Wulan Sumekar RW, S.K.M., M. Kes., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
3. dr. Dwita Oktaria, S.Ked., M.Pd.Ked, selaku Pembimbing Utama atas kesediaannya meluangkan waktu, tenaga dan pikiran. Terimakasih atas bimbingan, arahan, saran serta masukan yang membangun dalam proses penyusunan skripsi ini.
4. dr. Syahrul Hamidi Nasution, S.Ked., M.Epid, selaku Pembimbing atas kesediaannya meluangkan waktu, tenaga dan pikiran. Terimakasih atas bimbingan, arahan, saran serta masukan yang membangun dalam proses penyusunan skripsi ini.
5. dr. Oktafany, S.Ked., M.Pd.Ked, selaku Pembahas Skripsi atas kesediaannya meluangkan waktu dan pikiran, memberikan masukan, saran serta nasihat yang membangun dalam proses penyusunan skripsi ini.

6. dr. Fitria Saftarina, S.Ked., M.Sc, selaku Pembimbing Akademik atas kesediaan dan kesabarannya dalam memberikan bimbingan, ilmu, kritik, saran dan motivasi selama proses pendidikan di Fakultas Kedokteran.
7. Seluruh staf dosen dan karyawan FK Unila atas kesediaannya memberikan ilmu dan bantuan selama proses pendidikan di Fakultas Kedokteran.
8. Bapak Sapto Budi Santoso dan Ibu Dwi Eny Yustinawati, selaku orang tua penulis, yang telah merawat dan membesarkan penulis, selalu mendoakan, mendukung, membimbing, dan menjadi sumber semangat dan motivasi dalam menghadapi serangkaian proses penyusunan skripsi ini, serta adikku Rizqi Amanatullah Sapto Putra, terimakasih telah memberi doa, dukungan, dan bersedia mendengar keluh kesah penulis dalam menyusun skripsi ini.
9. Seluruh responden penelitian, mahasiswa PSPD FK Unila angkatan 2018-2020 atas kerjasama dan kesediaan waktu yang telah diberikan.
10. Teman-teman satu bimbingan dan penelitian skripsi, Serra, Siti Amalya, Febri, Radhika, Dirga, dan Citra yang telah memberikan bantuan dan dukungan selama menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada kawan-kawan terbaik selama Pendidikan di FK Unila, yakni Aprillia Wulandari, Shenita Verinda Harsa, Dillyana Vinezia, Alvinasyrah, Zhovarina Isniarta, Luthfia Romadhoni, Nabila Takeshita Dewi, Clarissa Rahma, Syifa Fakhirah Siregar, Hafshah, Karina Belinda, Adilah Marhamah Suparmono, Cindy Aisyah Putri, Ayu Anggraini, Hasna Hamidah, Noeril Asyisyifa, dan Wahyu Dewayanti. Terimakasih atas segala pengingat, dukungan, doa, dan hadir untuk penulis selama di FK Unila.
12. Kepada Yuni Nurul Izah, Walimatus Salihah, Delisania Suardi, Miranti Arrum Zalfa Z, Kinanti Irna Aprili, atas kesediaannya berbagi cerita, memberi dukungan, dan bersedia meluangkan waktunya untuk membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
13. Keluarga Besar FK Unila angkatan 2017, VITREOUS, semoga kita menjadi sejawat yang saling bahu membahu dalam melaksanakan amanah demi kemanusiaan.
14. Semua pihak yang telah berjasa membantu, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini memiliki banyak keterbatasan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi pembaca dan pihak terlibat.

Bandar Lampung, April 2022  
Penulis

**Hanifah Sapto Putri**

Judul Skripsi : **HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *DYSFUNCTIONAL ACADEMIC PROCRASTINATION* PADA MAHASISWA TAHAP SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG**

Nama Mahasiswa : Hanifah Sapto Putri

No. Pokok Mahasiswa : 1718011036

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran

### **MENYETUJUI**

#### 1. Komisi Pembimbing

**dr. Dwita Oktaria, S.Ked., M.Pd.Ked dr. Syahrul Hamidi N, S.Ked., M.Epid**

NIP. 198410152010122003

NIP. 231612891001101

#### 2. Dekan Fakultas Kedokteran

**Prof. Dr. Dyah Wulan Sumekar RW, SKM., M.Kes**

NIP 19720628 199702 2 001

**MENGESAHKAN**

1. Tim Penguji

Ketua : **dr. Dwita Oktaria, S. Ked., M.Pd. Ked**

\_\_\_\_\_

Sekretaris : **dr. Syahrul Hamidi N, S. Ked., M. Epid**

\_\_\_\_\_

Penguji

Bukan Pembimbing : **dr. Oktafany, S. Ked., M.Pd. Ked**

\_\_\_\_\_

2. Dekan Fakultas Kedokteran

**Prof. Dr. Dyah Wulan Sumekar RW, SKM., M.Kes**

NIP 19720628 199702 2 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>i</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>v</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1.Latar Belakang .....	1
1.2.Rumusan Masalah .....	4
1.3.Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4.Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Bagi Peneliti .....	5
1.4.2 Bagi Mahasiswa.....	5
1.4.3 Bagi Institusi.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>6</b>
2.1. <i>Self Efficacy</i> .....	6
2.1.1. Definisi <i>Self Efficacy</i> .....	6
2.1.2. Klasifikasi <i>Self Efficacy</i> .....	7
2.1.3. Aspek-Aspek <i>Self Efficacy</i> .....	8
2.1.4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i> .....	9
2.1.5. Alat Ukur <i>Self Efficacy</i> .....	11
2.2. <i>Dysfunctional Academic Procrastination</i> .....	12
2.2.1. Definisi <i>Dysfunctional Academic Procrastination</i> .....	12
2.2.2. Area-Area Perilaku .....	15
2.2.3. Aspek-Aspek <i>Dysfunctional Academic Procrastination</i> .....	16
2.2.4. Faktor Yang Mempengaruhi Munculnya <i>Dysfunctional Academic Procrastination</i> .....	17
2.2.5. Alat Ukur <i>Dysfunctional Academic Procrastination</i> .....	21
2.3.Kerangka Teori.....	23
2.4.Kerangka Konsep .....	23
2.5.Hipotesis.....	24
2.5.1. Hipotesis Null (H <sub>0</sub> ).....	24
2.5.2. Hipotesis Alternatif (H <sub>a</sub> ).....	24

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
3.1.Desain Penelitian.....	25
3.2.Lokasi dan Waktu Penelitian .....	25
3.2.1. Lokasi Penelitian .....	25
3.2.2. Waktu Penelitian .....	25
3.3.Subjek Penelitian.....	25
3.3.1. Populasi Penelitian.....	25
3.3.2. Sampel Penelitian.....	26
3.4.Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	27
3.4.1. Kriteria Inklusi .....	27
3.4.2. Kriteria Eksklusi.....	27
3.5.Variabel Penelitian .....	28
3.5.1. Variabel Bebas .....	28
3.5.2. Variabel Terikat .....	28
3.6.Definisi Operasional.....	28
3.7.Instrumen Penelitian.....	29
3.7.1. <i>General Self Efficacy Scale (GSES)</i> .....	29
3.7.2. <i>Academic Procrastination Scale (APS)</i> .....	29
3.7.3. Uji Instrumen Penelitian.....	30
3.8.Alur Penelitian .....	35
3.9.Pengumpulan Data .....	35
3.10. Pengolahan dan Analisis Data .....	35
3.10.1. Pengolahan Data .....	35
3.10.2. Analisis Data.....	36
3.11.Etika Penelitian .....	37
 <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	 <b>39</b>
4.1. Hasil Penelitian .....	39
4.1.1. Analisis Univariat .....	39
4.1.2. Hasil Analisis Bivariat .....	45
4.2. Pembahasan.....	46
4.3. Keterbatasan Penelitian.....	59
 <b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	 <b>61</b>
5.1. Kesimpulan .....	61
5.2. Saran.....	61

**DAFTAR PUSTAKA**  
**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Jumlah Sampel Penelitian .....	27
Tabel 2. Definisi Operasional .....	28
Tabel 3. Skoring GSES .....	29
Tabel 4. Skoring APS.....	30
Tabel 5. Distribusi <i>Item</i> Skala Prokrastinasi Akademik yang Belum Divalidasi	30
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Kuesioner GSE.....	31
Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner GSE.....	31
Tabel 8. Hasil Uji Validitas Kuesioner APS.....	33
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner APS .....	34
Tabel 10. Distribusi <i>Item</i> Skala Prokrastinasi Akademik yang Sudah Divalidasi	34
Tabel 11. Sebaran <i>Self Efficacy</i> berdasarkan Jenis Kelamin Responden.....	40
Tabel 12. Sebaran <i>Dysfunctional Academic Procrastination</i> Berdasarkan Jenis Kelamin .....	40
Tabel 13. Gambaran <i>Self Efficacy</i> .....	41
Tabel 14. Distribusi <i>Self Efficacy</i> Berdasarkan Angkatan .....	41
Tabel 15. Gambaran <i>Dysfunctional Academic Procrastination</i> .....	42
Table 16. Analisis Kuesioner APS.....	42
Tabel 17. Distribusi <i>Dysfunctionl Academic Procrastination</i> .....	45
Tabel 18. Hasil Uji Normalitas .....	45
Tabel 19. Hasil Uji Korelasi <i>Spearman Rank</i> .....	46

**DAFTAR GAMBAR**

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Kerangka Teori.....	23
Gambar 2. Kerangka Konsep Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Dysfunctional Academic Procrastination</i> .....	23
Gambar 3. Alur Penelitian.....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1.** Lembar Persetujuan Etik Penelitian
- Lampiran 2.** Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 3.** Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 4.** Kuesioner *General Self efficacy*
- Lampiran 5.** Kuesioner *Academic Procrastination Scale*
- Lampiran 6.** Kuesioner Asli dan terjemahan dari UPT Bahasa
- Lampiran 7.** Hasil Uji Validasi Kuesioner GSE
- Lampiran 8.** Hasil Analisis Reliabilitas Kuesioner GSE
- Lampiran 9.** Hasil Uji Validitas Kuesioner APS
- Lampiran 10.** Hasil Analisis Reliabilitas Kuesioner APS
- Lampiran 11.** Uji Analisis Univariat
- Lampiran 12.** Uji Analisis Bivariat
- Lampiran 13.** Contoh Pengisian Kuesioner Saat Validasi
- Lampiran 14.** Kuesioner Hasil Penelitian

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1.Latar Belakang

Fakultas kedokteran merupakan salah satu fakultas yang ada di Universitas Lampung. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung memiliki sistem pembelajaran yang tidak sama dengan fakultas lain yaitu menggunakan pendekatan kurikulum berbasis kompetensi (KBK) dan metode pembelajaran berdasarkan masalah (FK Unila, 2017). Pembelajaran berbasis masalah pertama kali dikembangkan pada salah satu universitas di Kanada, yang mendefinisikan bahwa konsep PBL yang berfokus pada peserta didik (*Student-centered Learning*) yang dibagi dalam kelompok-kelompok kecil dan dosen sebagai fasilitator. Kemudian peserta didik dihadapkan pada sebuah permasalahan sebagai titik awal dari rangkaian proses pembelajarannya (De Graff dan Kolmos, 2003).

Dalam menyelesaikan sebuah permasalahan untuk mencapai sebuah keberhasilan, seorang peserta didik memerlukan peningkatan pada sisi afektifnya, salah satunya yaitu efikasi diri (*self efficacy*) (Subaidi, 2016). Pernyataan ini didukung oleh penelitian Komarraju dan Nadler (2013) bahwa efikasi diri, regulasi diri dan usaha mencari bantuan dapat meningkatkan prestasi akademik sebesar 18%. Selain itu, Klassen dkk., (2008) mengemukakan bahwa *self efficacy* di lingkungan belajar dapat membantu mengarahkan pada penyelesaian tugas yang tepat waktu dan sukses dalam pencapaian akademik. Penelitian mengenai *self efficacy* pernah dilakukan pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, di mana mahasiswa tahun pertama memiliki *self efficacy* tinggi dengan

persentase sebesar 40,1% (Saba, 2018). Selain pada mahasiswa tingkat pertama, adapula penelitian mengenai *self efficacy* pada mahasiswa tingkat ketiga di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yang dilakukan oleh Masruroh dkk. Hasil studi tersebut memperlihatkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat ketiga memiliki *self efficacy* yang sedang dengan persentase sebesar 42,9% (Masruroh dkk., 2019). Mahasiswa dengan efikasi diri akademik yang tinggi cenderung memiliki kegigihan dan ketekunan dalam menjalankan aktivitas akademiknya. Sedangkan, mahasiswa dengan efikasi diri akademik yang rendah, mahasiswa cenderung meragukan kemampuan yang dimiliki sehingga mengarahkan pada perilaku yang menghambat kinerja akademik dan berujung pada penurunan performa akademik (Mukti dan Tentama, 2019). Waschle dkk., (2014) menyatakan bahwa tidak tercapainya suatu tujuan dikarenakan menurunnya tingkat *self efficacy* seseorang dan adanya peningkatan perilaku prokrastinasi. Steel (2007) juga mengatakan bahwa *self efficacy* berperan dalam timbulnya tindakan prokrastinasi.

Mahasiswa Fakultas Kedokteran memiliki kegiatan akademik yang padat dengan berbagai aktivitas seperti kuliah, praktikum, CSL, dan tugas makalah laporan. Adanya tugas yang menumpuk dan tuntutan yang banyak dapat membuat seseorang merasa bosan dan lelah. Rasa yang dialami individu tersebut merupakan salah satu faktor yang dapat memunculkan tindakan prokrastinasi (Ardina dan Wulan, 2016). Prokrastinasi dapat bermakna positif maupun negatif. Prokrastinasi dikatakan positif bila penundaan yang dilakukan memiliki alasan, waktu, dan maksud yang tepat. Di samping itu, prokrastinasi menjadi sebuah strategi dalam mengerjakan tugas sehingga dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Prokrastinasi jenis ini biasa dikatakan sebagai *functional procrastination*. Adapun prokrastinasi dengan makna negatif dilakukan tanpa memiliki tujuan tertentu dan tidak memiliki alasan melakukannya, sehingga dapat memunculkan masalah ke depannya. Prokrastinasi jenis ini dinamakan *dysfunctional procrastination* (Ferrari dan Morales, 2007). Klingsieck (2013) memberi definisi baru mengenai jenis

penundaan yang dilakukan di kalangan mahasiswa, menurutnya, *functional procrastination* memiliki makna yang sama dengan *strategic delay* dan *dysfunctional procrastination* merupakan bentuk prokrastinasi yang bermakna negatif.

Prokrastinasi lebih sering dimaknai dalam konotasi yang negatif dalam penyelesaian tugas atau *dysfunctional procrastination*. Dengan begitu, pada penelitian ini dibatasi pada jenis prokrastinasi yang berakibat buruk dan dapat mengakibatkan masalah bagi diri sendiri yaitu jenis prokrastinasi yang disfungsi. Kartadinata dan Tjundjing (2008) melakukan penelitian di salah satu perguruan tinggi Surabaya, hasil penelitiannya didapatkan 95% dari 60 subjek mahasiswa mengatakan pernah melakukan prokrastinasi. Empat puluh dua persen alasan terbesarnya yaitu rasa malas mengerjakan tugas dan dua puluh lima persen yaitu banyaknya tugas lain yang harus dilakukan. Penelitian lain yang dilakukan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung diperoleh hasil bahwa dari 120 mahasiswa, terdapat 115 (95,83%) mahasiswa dengan prokrastinasi akademik yang rendah dan 5 (4,17%) mahasiswa dengan prokrastinasi akademik yang tinggi (Azzahra, 2019).

Beberapa penelitian mengatakan bahwa *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik memiliki hubungan satu sama lain. Semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah melakukan tindakan prokrastinasi. Pada penelitian yang dilakukan oleh Putra dan Halimah (2014) menunjukkan adanya hubungan negatif yang erat antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik yang berarti bahwa semakin rendah *self efficacy* seseorang maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademiknya. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Malkoc dan Mutlu (2018) menunjukkan bahwa *self efficacy* memiliki hubungan yang bermakna dan berkebalikan dengan prokrastinasi. Seseorang dengan *self efficacy* yang kuat dilaporkan cenderung sedikit melakukan penundaan. Selain itu, semakin banyak pengetahuan dan keterampilan dapat lebih familiar terhadap tanggung jawab yang dihadapi akan memperkecil

tindakan prokrastinasi akademik (Pratiwi dan Sawitri, 2015). Berbeda dengan hasil telaah yang dilakukan oleh Nuruddin (2010) yang menyatakan *self efficacy* dan prokrastinasi akademik tidak memiliki hubungan yang bermakna. Selain itu, Zusya dan Akmal (2016) menambahkan bahwa *self efficacy* tidak berhubungan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk melihat pemahaman lebih lanjut mengenai hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik disfungsi pada mahasiswa tahap sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

## **1.2.Rumusan Masalah**

Berlandaskan latar belakang yang telah dijabarkan sehingga peneliti menyusun rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu “apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa tahap sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lampung?”.

## **1.3.Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa tahap sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini, yaitu :

1. Mengetahui skor *self efficacy* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
2. Mengetahui skor *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
3. Mengetahui hubungan *self efficacy* dengan *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Bagi Peneliti**

Meningkatkan wawasan mengenai ilmu pendidikan kedokteran khususnya terkait dengan *self efficacy* dan *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa.

### **1.4.2. Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan dan informasi mengenai besarnya pengaruh *self efficacy* pada *dysfunctional academic procrastination* mahasiswa.

### **1.4.3. Bagi Institusi**

Memperbanyak kajian penelitian dan memberikan dukungan dalam *self efficacy* kepada mahasiswa agar dapat mengurangi tindakan *dysfunctional academic procrastination*.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. *Self Efficacy***

##### **2.1.1. Definisi *Self Efficacy***

Teori *self efficacy* (efikasi diri) mula-mula dicetuskan oleh Albert Bandura. Menurut Albert Bandura (1997), *self efficacy* merupakan kepercayaan yang dimiliki individu mengenai kemampuannya dalam menyusun dan melakukan sebuah aktivitas untuk mencapai hasil yang diinginkannya. *Self efficacy* merupakan kombinasi antara *self confidence*, *self reliance* dan percaya pada diri sendiri (Malkoc dan Mutlu, 2018). Schunk (2010) mengatakan bahwa *self efficacy* merupakan sebuah keyakinan individu mengenai kemampuan yang dapat dilakukan. Peneliti lain menambahkan bahwa efikasi mengacu pada kepercayaan yang ada di dalam diri sehingga pribadi tersebut mampu untuk melakukan suatu aktivitas (Feist dan Feist, 2010).

Teori mengenai *self efficacy* dijelaskan pada teori kognitif yang dicetuskan oleh Bandura. Pada teori ini menekankan peran pembelajaran observasional yang dikombinasikan dengan pengalaman sosial, yang berarti adanya tindakan individu dan reaksi dari setiap situasi (Suharsono dan Istiqomah, 2014). Pendapat ini diperkuat oleh Sherer dkk dalam (Novrianto dkk., 2019) yang mengatakan bahwa pengalaman, baik yang berhasil maupun tidak pada individu akan mempengaruhi *self efficacy* yang menyeluruh.

### 2.1.2. Klasifikasi *Self Efficacy*

Pada hakikatnya setiap orang mempunyai *self efficacy* di dalam dirinya, yang membedakan hanya tingkat *self efficacy* tersebut. Menurut Bandura dalam Hasanah dkk, *self efficacy* dibagi menjadi 2 kategori, yaitu (Hasanah dkk., 2019):

#### 1. *Self efficacy* tinggi

Seseorang yang mempunyai *self efficacy* tinggi dalam melaksanakan suatu tugas cenderung terlibat secara langsung dan kreatif dalam memecahkan masalah. Individu tersebut menganggap bahwa kegagalan merupakan suatu akibat karena kurangnya usaha, pengetahuan dan keterampilan (Pudjiastuti, 2012). Ciri lain yang tampak yaitu mereka menetapkan tujuan dengan membuat tolak ukur kemudian menyiapkan, menyusun, dan melakukan tugas atau tindakannya. Individu dengan *self efficacy* yang tinggi akan merefleksikan pengalaman masa lalu mereka dan mencoba memvisualisasikan kesuksesan. Individu tersebut mampu dalam mengelola *stress* yang mereka alami (Hasanah dkk., 2019).

#### 2. *Self efficacy* rendah

Seseorang yang memiliki keraguan terhadap kemampuannya atau *self efficacy* yang rendah memiliki kecenderungan menghindari pekerjaan yang sulit karena dianggap sebagai bahaya bagi dirinya. Individu yang seperti ini memiliki ambisi dan komitmen yang rendah dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Pudjiastuti, 2012). Saat mengerjakan sesuatu, seseorang dengan *self efficacy* rendah lebih menyalahkan masa lalu sebab kurangnya kemampuan kemudian menyerah dan menjadi tidak bersemangat. Ciri lain pribadi yang memiliki *self efficacy* rendah yaitu mereka mengedepankan kekhawatiran, kemudian menjadi *stress* dan pada akhirnya menjadi individu yang tidak berdaya (Hasanah dkk., 2019).

### 2.1.3. Aspek-Aspek *Self Efficacy*

Bandura (1997) menegaskan bahwa ada tiga aspek *self efficacy*, yakni :

1. *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas)

Merupakan suatu masalah yang berhubungan dengan tingkat kerumitan tugas. Tingkat dan keyakinan seseorang pada setiap tugas juga berbeda, mulai dari tugas yang dianggap mudah, menengah ataupun pada tingkat sulit. Pada aspek ini akan mempengaruhi perilaku seseorang dalam memilih hal yang akan dicobanya berdasarkan ekspektasi *self efficacy* pada tingkat kesulitan tugas tersebut (Rustanto, 2016).

2. *Strength* (Kekuatan keyakinan)

Aspek ini menjelaskan mengenai kuatnya keyakinan pada kemampuan individu. Ini berhubungan dengan kegigihan dan daya tahan seseorang dalam memenuhi kinerja tugasnya. Memiliki harapan yang kuat dan stabil pada seseorang akan mendorong kegigihannya dalam berupaya mencapai tujuan yang diinginkannya meskipun mengalami banyak kesulitan dan tantangan (Rustanto, 2016). Pengalaman berpengaruh terhadap *self efficacy* individu. Individu dengan pengalaman yang kurang akan melemahkan keyakinan yang ia miliki. Berbeda dengan individu yang sudah pernah mengalami hal serupa sebelumnya maka keyakinan akan kemampuan pada dirinya akan membuat mereka lebih teguh dalam menghadapi kesulitan yang dimilikinya (Suharsono dan Istiqomah, 2014).

3. *Generality* (Generalitas)

Aspek yang terakhir yaitu mengenai penilaian terhadap diri sendiri yang mencakup luas bidang tingkah laku dalam melakukan suatu aktivitas atau beberapa aktivitas tertentu. Pada kondisi ini, seseorang dapat merasa yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya yang bergantung pada pemahaman kemampuan dirinya sendiri (Rustanto, 2016).

#### 2.1.4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Efficacy*

Berdasarkan Pudjiastuti (2012), beberapa faktor yang mempengaruhi efikasi diri, yakni:

1. Faktor orientasi kendali diri

Jika individu yang berorientasi pada pengendalian internal, maka ia percaya memiliki kemampuan untuk memperbaiki masalahnya, seperti dalam melaksanakan ujian, kemudian ia berhasil dan mampu melaksanakannya dengan baik. Maka dapat dikatakan bahwa orientasi kendali diri menjadi salah satu faktor dalam pengembangan *self efficacy*.

2. Faktor situasional

*Self efficacy* tergantung pada faktor kontekstual dan situasional. Dalam beberapa situasi, individu perlu memperoleh kemampuan atau keterampilan tambahan untuk keuntungan yang lebih besar. Hal ini menyebabkan tingkat *self efficacy* yang berbeda pada setiap situasi.

3. Status atau peran individu dalam lingkungannya

Individu yang memiliki status tinggi dalam lingkungannya atau di dalam sebuah kelompok memiliki derajat kontrol yang lebih besar sehingga tingkat *self efficacynya* juga lebih tinggi daripada yang lain.

4. Faktor insentif eksternal atau *reward* yang diterima

Insentif atau *reward* merupakan sebuah bentuk penghargaan dari seseorang kepada orang lain atas keberhasilan dalam menyelesaikan suatu tugas. Semakin besar insentif atau penghargaan yang diterima seseorang untuk melaksanakan dan menyelesaikan tugasnya, maka semakin besar *self efficacynya*.

Mukti dan Tentama (2019) mengatakan bahwa efikasi diri akademik dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

## 1. Faktor internal

### a. Minat

Minat dijadikan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi efikasi diri pada individu. Berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh Amalia (2019) terhadap 155 mahasiswa terlihat bahwa minat memberikan pengaruh yang signifikan pada efikasi diri terkait dengan tugas membaca.

### b. Kesabaran

Kesabaran memiliki beberapa aspek seperti optimisme, pantang menyerah, konsisten, tidak mengeluh dan semangat mencari ilmu yang secara tidak langsung berelaborasi ke dalam aspek *self efficacy* (Nugraheni, 2016).

### c. Resiliensi

Resiliensi merupakan kemampuan seseorang dalam mengatasi kesulitan sehingga mampu kembali pada kondisi sebelumnya. Penelitian Oktaningrum dan Santhosa (2018) membuktikan bahwa resiliensi memiliki hubungan positif dengan efikasi diri akademik sebesar 48,7%.

### d. Motivasi belajar

Menurut Bandura (2010), motivasi terbentuk secara kognitif yang saling berhubungan dengan *self efficacy*. Pada hal ini seseorang akan memusatkan tindakannya pada tujuan tertentu karena telah memikirkannya. Motivasi yang tinggi akan menumbuhkan keyakinan pada diri seseorang sehingga dapat mengambil langkah-langkah yang dibutuhkan agar mendapatkan hasil yang optimal.

## 2. Faktor eksternal

### a. Gaya kelekatan

Gaya kelekatan dapat mempengaruhi perkembangan *self efficacy*, di mana pengaruh yang terkait seperti kenyamanan di lingkungan baik di sekolah, keluarga maupun teman dapat meningkatkan *self efficacy* seseorang. Gaya kelekatan akan

dominan muncul tergantung pada keadaan yang membutuhkannya. Hal ini sesuai dengan riset yang dilakukan oleh Sari dan Akmal (2018) kepada 247 siswa SMA di Jakarta dengan menunjukkan adanya hubungan antara gaya kelekatan dengan *self efficacy* akademik.

b. *Goal orientation*

Semakin sulit dan menantang untuk mencapai tujuan, maka diharapkan akan memiliki *self efficacy* yang semakin tinggi sehingga komitmen untuk mencapai tujuan semakin kuat (Pudjiastuti, 2012).

c. *Enactive mastery experiences*

Pengalaman yang terjadi saat mencoba melakukan suatu kegiatan dan mendapatkan hasil yang baik dikarenakan pengalaman tersebut sudah pernah dialami sebelumnya. Sebagai contoh, peserta didik yang diberi kesempatan melakukan belajar dengan mempraktikkan secara langsung sebelumnya dapat mempengaruhi *self efficacy* yang dimilikinya (Van Dinther dkk., 2011).

d. Persuasi verbal

Secara harfiah persuasi verbal merupakan persuasi melalui kata-kata, seperti membujuk, mengajak agar mampu melaksanakan tugas tertentu. Persuasi semacam ini akan mempengaruhi individu agar meyakini bahwa dirinya mampu melaksanakan tugas tersebut (Van Dinther dkk., 2011).

### 2.1.5. Alat Ukur *Self Efficacy*

1. *General self efficacy scale* (GSES)

Skala *general self efficacy* awalnya dicetuskan dan dikembangkan oleh Matthias Jerusalem dan Ralf Schwarzer pada tahun 1979. Skala ini terdiri dari 20 item. Kemudian pada tahun 1995, kuesioner ini direvisi menjadi 10 item (Teo dan Kam, 2014). Kuesioner ini dibuat untuk usia 12 tahun ke atas. Pada kuesioner ini lebih dikhususkan

pada dunia pendidikan, klinis, industri dan organisasi (Hajloo, 2014). Kuesioner GSE bertujuan untuk melihat korelasi dengan optimisme, tingkat emosional, kepuasan bekerja dan konsistensi seseorang dengan pekerjaan yang dilakukan. Kuesioner ini telah diuji di berbagai negara, termasuk Indonesia, yang dilakukan oleh Novrianto dkk., (2019) yang menyatakan bahwa skala *general self efficacy* terbukti valid untuk mengukur struktur *self efficacy* dalam konteks keseluruhan mahasiswa. Setiap butir instrumen bersifat *unidimensional*, yang berarti tidak ada beda antara data yang didapat dengan teori.

### 2. *Specific self efficacy scale*

Skaal *specific self efficacy* lebih cenderung dipakai pada bidang kesehatan. Pada skala ini berfungsi untuk memprediksikan tingkat keyakinan individu terhadap kepatuhan atau kualitas hidup seseorang segera setelah adanya diagnosis. Manfaat dari kuesioner ini yaitu untuk menilai korelasi antara efikasi diri, niat dan perilaku individu yang berkaitan dengan nutrisi, *physical exercise*, *alcohol resistance*, dll.

### 3. *The college academic self efficacy scale (CASES)*

Kuesioner ini dikembangkan oleh Owen dan Froman pada tahun 1988 yang didasarkan pada komponen efikasi diri menurut Bandura. Alat ini terdiri dari 33 pertanyaan yang terbagi menjadi tiga dimensi, yaitu: 1) *overt, sosial situations*, 2) *cognitive operation*, 3) *technical skills*. Kuesioner CASES cukup spesifik digunakan untuk mengetahui diagnosis eksplisit dalam kegiatan belajar. Ifdil dkk., (2019) telah melakukan analisis validasi dan realibilitas kepada 342 responden seluruh Indonesia dengan hasil menunjukkan 33 *item* pada kuesioner tersebut valid dan dapat digunakan untuk mengidentifikasi *self efficacy academic* pada mahasiswa di Indonesia.

## 2.2. *Dysfunctional Academic Procrastination*

### 2.2.1. Definisi *Dysfunctional Academic Procrastination*

Asal kata prokrastinasi dari bahasa Latin, “*pro*” yang berarti maju, ke depan dan lebih menyukai. Sementara “*crastinus*” berarti besok. Prokrastinasi dapat didefinisikan menjadi lebih menyukai mengerjakan tugas di kemudian hari dibandingkan menyelesaikannya sekarang. Pelakunya disebut prokrastinator (Steel, 2007). Menurut Burka dan Yuen (2008), prokrastinasi adalah tindakan menunda aktivitas, namun pelakunya merasa takut karena penundaannya tersebut. Gejala prokrastinasi lebih cenderung terjadi pada lingkungan akademik sehingga sering dikatakan sebagai prokrastinasi akademik (Raiyanti, 2013). McCloskey (2011) mengartikan prokrastinasi akademik sebagai sebuah keputusan menunda atau menghindari tugas belajar atau aktivitas akademik.

Menurut Ferrari dan Morales (2007), ada dua jenis prokrastinasi, yaitu prokrastinasi fungsional (*functional procrastination*) dan prokrastinasi disfungsional (*dysfunctional procrastination*). *Functional procrastination* merupakan kegiatan menunda pekerjaan atau tugas yang memiliki maksud tertentu agar mendapatkan informasi yang lebih tepat atau bisa dikatakan bahwa jenis prokrastinasi ini dilakukan guna meningkatkan performa kerja dan dipercaya sebagai suatu strategi didalam bekerja (Kandemir dan Palanci, 2014). Sebagai contoh penundaan fungsional yaitu di mana mahasiswa belajar secara efektif dan mendapatkan nilai yang bagus di bawah tekanan waktu yang mendesak (Lindblom-Ylance dkk., 2015). *Dysfunctional procrastination* merupakan kegiatan menunda pekerjaan atau tugas tanpa maksud tertentu sehingga dapat merugikan diri sendiri. Contohnya, menunda waktu untuk memulai belajar ataupun mengganti jadwal belajar yang sudah ditentukan dengan kegiatan yang tidak berguna (Lindblom-Ylance dkk., 2015). *Dysfunctional procrastination* terbagi menjadi beberapa jenis, yaitu (Ferrari dan Morales, 2007):

1. *Desicional procrastination*

*Desicional procrastination* merupakan penundaan yang disengaja dalam melakukan pekerjaan atau tugas-tugas dengan maksud untuk menghindari *stress*. Prokrastinasi jenis ini adalah salah satu bentuk *coping* dalam menyesuaikan diri pada keadaan-keadaan yang diasumsikan dengan penuh *stress*.

2. *Avoidance procrastination*

*Avoidance procrastination* merupakan penundaan pekerjaan yang disengaja dengan cara mengingkari kesepakatan waktu yang telah ditentukan.

3. *Behavioral procrastination*

*Behavioral procrastination* merupakan penundaan yang dilakukan seseorang sebagai bentuk penghindaran terhadap pekerjaan-pekerjaan atau tugas-tugas yang dirasa kurang menyenangkan.

Klingsieck (2013) memberikan meta-analisis mengenai definisi dari prokrastinasi dan tren penelitian mengenai prokrastinasi. Klingsieck menyarankan membagi prokrastinasi menjadi prokrastinasi sebagai bentuk *dysfunctional procrastination* dan *strategic delay* sebagai bentuk *functional procrastination*. Klingsieck (2013) memberikan tujuh parameter yang dapat digunakan dalam membedakan tujuan melakukan tindakan prokrastinasi, yaitu:

1. Melakukan penundaan secara terbuka atau tertutup
2. Tindakan menunda yang dilakukan adalah untuk memulai atau menyelesaikan
3. Tindakan yang dilakukan memang perlu dilakukan atau hanya untuk kesenangan pribadi
4. Penundaan bersifat sukarela
5. Penundaan yang tidak perlu dan irrasional
6. Melakukan tindakan menunda walaupun sudah paham mengenai konsekuensi dampak negatif yang mungkin terjadi
7. Penundaan yang dilakukan diikuti rasa tidak nyaman pada subjeknya dan mendapatkan konsekuensi negatif.

Pada parameter 1 dan 2 merupakan ciri dari setiap bentuk penundaan, parameter 3 dan 4 merupakan prokrastinasi dan *strategic delay*. Yang membedakan antara prokrastinasi dengan *strategic delay* terdapat pada sifat penundaan yang dilakukan. Prokrastinator akan melakukan tindakan prokrastinasi yang tidak perlu dan irrasional bahkan akan membahayakan jika tidak ditangani yang merupakan parameter ke 5. *Strategic delay* yang dilakukan oleh mahasiswa meyakini bahwa melakukan tindakan menunda akan memiliki konsekuensi positif yang lebih besar dibandingkan dengan konsekuensi negatifnya (6), sedangkan prokrastinasi akan menghasilkan konsekuensi yang negatif dan disertai rasa yang tidak nyaman (7).

Jadi dapat disimpulkan bahwa *dysfunctional academic procrastination* merupakan sebuah perilaku menunda pekerjaan atau tugas terutama dalam bidang akademik sehingga menimbulkan dampak yang dapat merugikan diri sendiri seperti penurunan nilai akademik ataupun semangat dalam belajar.

### **2.2.2. Area-Area Perilaku**

Menurut Solomon dan Rothblum (2005), terdapat beberapa jenis area-area yang menjadi objek prokrastinasi yang biasa dilakukan, seperti:

#### **1. Tugas mengarang**

Pada area ini, seorang individu dalam menuangkan gagasan ke dalam sebuah tulisan membutuhkan penyusunan kata yang sesuai. Contoh penundaan yang dilakukan seperti menulis artikel, laporan, atau tugas mengarang lainnya. Penundaan dalam tugas ini sering dilakukan karena banyak mahasiswa tidak ingin melakukan hal yang butuh berpikir keras.

#### **2. Tugas belajar untuk menghadapi ujian**

Menunda belajar dalam rangka mempersiapkan ujian banyak dilakukan. Seperti, ulangan harian, kuis, ujian tengah semester, ujian akhir semester.

### 3. Tugas membaca

Penundaan biasa dilakukan dalam hal membaca buku, jurnal, atau referensi terkait tugas baik itu bahasa Indonesia maupun bahasa yang lainnya.

### 4. Kinerja tugas administratif

Perilaku penundaan yang dapat dilihat seperti, menunda dalam menulis catatan, mengisi absen, mengembalikan buku perpustakaan, dan mencatat hasil praktikum.

### 5. Menghadiri pertemuan

Bentuk penundaan ataupun keterlambatan yang tampak dalam kegiatan akademik seperti terlambat menghadiri kelas, praktikum, atau pertemuan yang lain.

### 6. Kinerja akademik secara menyeluruh

Kinerja akademik secara menyeluruh merupakan penundaan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik secara menyeluruh.

#### **2.2.3. Aspek-Aspek *Dysfunctional Academic Procrastination***

Secara umum terdapat empat aspek di dalam prokrastinasi akademik, yaitu:

#### 1. *Perceived time*

Pada aspek ini, seseorang yang memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi merupakan seseorang yang gagal dalam menepati batas waktu pengumpulan (*deadline*) tugas akademik. Orientasi seseorang yang melakukan prokrastinasi ini adalah masa sekarang dan bukan masa depan atau mendatang sehingga membuat seseorang menjadi individu yang tidak tepat waktu sebab tidak berhasil dalam mengatur waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan suatu tugas pekerjaan (Ferrari dkk., 1995).

#### 2. Celah antara keinginan dan tindakan

Celah antara keinginan dan tindakan (*intention-action*) merupakan aspek prokrastinasi yang kedua. Menurut Steel (2007), pada aspek ini kegagalan mahasiswa dalam mengerjakan tugasnya terjadi karena adanya perbedaan yang diinginkan terhadap tindakan yang dilakukannya walaupun sebenarnya mahasiswa tersebut ingin melakukan tugas tersebut. Prokrastinator akan melakukan penundaan tugasnya hingga tenggat waktu mendekat. Pada saat itu, keinginan mereka untuk menunda-nunda semakin kecil dan besar kemungkinan akan melaksanakan tugasnya sehingga besar antara celah keinginan dan tindakan semakin kecil.

### 3. *Emotional distress*

Konsekuensi negatif yang akan timbul dari seseorang yang melakukan tindakan prokrastinasi akademik adalah perasaan tidak tenang, cemas ataupun perasaan tidak nyaman. Perasaan ini akan tampak pada individu yang melakukannya (Steel, 2007).

### 4. *Perceived ability*

*Perceived ability* merupakan aspek keempat dari prokrastinasi akademik yang memiliki arti percaya terhadap kemampuan diri sendiri. Prokrastinasi akademik pada dasarnya tidak memiliki hubungan dengan kemampuan seseorang, tetapi berhubungan dengan kepercayaan pada kemampuan diri sendiri. Jika seseorang tidak percaya terhadap kemampuannya sendiri, seseorang berpotensi melakukan prokrastinasi akademik. Ditambah lagi jika seseorang merasa takut gagal, orang tersebut akan menghakimi diri sendiri dan menganggap diri mereka tidak kompeten. Hal inilah yang menyebabkan seseorang menghindari tugas karena pengalamannya yang pernah gagal. Lain halnya jika seorang mahasiswa diberikan tugas yang sulit kemudian ia mengerjakannya lebih awal, tetapi tidak menyerahkannya tepat waktu. Oleh karena itu, hal ini tidak termasuk dalam perilaku penundaan (Steel, 2007).

#### 2.2.4. Faktor yang Mempengaruhi Munculnya *Dysfunctional Academic Procrastination*

Berdasarkan hasil penelitian Steel (2007) menunjukkan bahwa ada empat faktor yang mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi. Faktor-faktor tersebut yaitu:

##### 1. Karakteristik tugas

Karakteristik tugas merupakan satu di antara banyak faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Di mana karakteristik tugas dapat dilihat pada pemberian *reward* dan *punishment*. Pemberian *punishment* diberikan saat seorang mahasiswa melanggar aturan yang telah dibuat. Namun, jika *punishment* tersebut tidak dijalankan maka seseorang cenderung akan mengulangnya kembali.

##### 2. Perbedaan kepribadian individu

Terdapat lima jenis kepribadian yang mempengaruhi tindakan prokrastinasi seseorang, yaitu *neuroticism*, *extraversion*, *agreeableness*, *openness to experience* dan *conscientiousness*. Akan tetapi, hanya kepribadian *extraversion* yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

##### 3. *Outcomes*

Seseorang yang telah gagal dalam pengaturan diri sendiri dan lebih mementingkan diri sendiri akan berpengaruh terhadap kebermanfaatan seseorang, termasuk *mood* dan performa seseorang. Awalnya prokrastinasi dapat meningkatkan *mood*, akan tetapi *mood* akan memperburuk keadaannya. Sama halnya dengan *mood*, performa yang buruk terjadi karena hubungan timbal balik akibat gagalnya *self efficacy* pada diri individu. Prokrastinasi akan menyebabkan kinerja seseorang menjadi buruk, yang juga akan menurunkan *self efficacy* seseorang. Pada akhirnya akan menimbulkan lebih banyak penundaan.

##### 4. Demografi

Setiap individu memiliki ciri dan kepribadian khusus dan tidak sama satu dengan lainnya. Beberapa peneliti menyimpulkan bahwa

terdapat tiga kemungkinan seseorang melakukan prokrastinasi berdasarkan demografi, yaitu usia, jenis kelamin dan waktu. Dengan bertambahnya usia seseorang seharusnya menurunnya tindakan prokrastinasi akademik. Namun, O'Donoghue dan Rabin dalam (Steel, 2007) menyimpulkan bahwa seiring bertambahnya usia seseorang, melakukan tindakan prokrastinasi bukan karena faktor di dalam diri melainkan *mindset* mereka yang telah ditanamkan skema untuk melakukan prokrastinasi akademik sejak lama. Skor prokrastinasi akademik pada pria memiliki kemungkinan lebih tinggi, lebih rendah atau sama dengan wanita tergantung pada ukurannya. Pada studi meta-analisis yang dilakukan oleh Else-Quest dkk., (2006) menunjukkan hasil bahwa wanita memiliki skor *self control* lebih tinggi dibandingkan pria. Kachgal dkk., (2001) meyakini bahwa dalam 25 tahun terakhir terdapat peningkatan prokrastinasi akademik yang diakibatkan karena kegagalan dalam *self regulatory*.

Beberapa pendapat ahli mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik seringkali disebabkan karena dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ghufron dan Risnawati, 2010; Burka dan Yuen, 2008).

#### 1. Faktor internal

Faktor yang berasal dari dalam diri individu sehingga menyumbang perilaku prokrastinasi, di antaranya:

##### a. Kondisi fisik

Pada faktor ini yang menjadi akar permasalahan adalah banyak mahasiswa yang mengalami kurang tidur, kelelahan akibat berbagai aktivitas yang dilakukan selama di kampus maupun luar kampus sehingga menyebabkan mahasiswa lebih memilih istirahat dibanding mengerjakan tugas. Selain itu, mahasiswa yang memiliki kondisi fisik yang kurang sehat akan memiliki daya tangkap yang lebih lamban dibandingkan orang yang sehat. Seseorang yang merasa lelah cenderung lebih menunda-nunda

daripada seseorang yang tidak mengalami kelelahan. Lelah sendiri dapat didapatkan karena perasaan *stress* yang dialami seseorang sehingga produktivitasnya akan menurun.

b. Kondisi psikologis individu

Kondisi psikologis individu juga mempengaruhi terjadinya prokrastinasi. Kondisi psikologis ini meliputi berbagai hal yang berhubungan dengan perasaan, sikap, sifat, dan emosional.

c. *Self efficacy*

Individu dengan *self efficacy* rendah akan memberi penilaian pada dirinya bahwa kemampuannya tidak dapat dibandingkan dengan standar yang telah ditetapkan sehingga kegagalan tidak dapat dihindari. Hal ini memicu ketakutan pada individu sehingga ia mengambil pilihan untuk menunda penyelesaian tugas.

d. *Self esteem* (harga diri)

Menurut Burka dan Yuen, harga diri merupakan gambaran dari penilaian individu itu sendiri. Jika merasa *self esteem* pada diri individu meningkat, maka individu tersebut akan merasa penuh dengan energi. Namun jika merasa harga dirinya rendah, individu tersebut akan menganggap dirinya sebagai orang yang tidak berguna. Harga diri yang rendah merupakan salah satu ciri kepribadian yang kerap muncul di antara orang-orang yang suka melakukan tindakan menunda-nunda.

e. Kecemasan sosial

Rasa cemas terjadi karena ketakutan berlebihan. Kecemasan yang berlebih mampu menimbulkan hilangnya fokus dalam mengerjakan tugas. Jika kecemasan yang dirasakan individu terlalu tinggi dapat mengakibatkan seseorang cenderung menunda mengerjakan tugas-tugas yang perlu diselesaikan.

2. Faktor eksternal

a. Gaya pengasuhan orang tua

Pola asuh orang tua dapat menjadi penyebab terjadinya prokrastinasi akademik. Pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ferrari dan Ollivete (2007), pola asuh otoriter menyebabkan kecenderungan untuk menunda-nunda pada anak. Sebaliknya, orang tua yang mendidik anaknya dengan demokratis akan menyebabkan timbulnya sikap asertif pada anak. Ini karena sang anak bebas berekspresi sehingga timbul rasa kepercayaan diri.

b. Kondisi lingkungan yang rendah pengawasan (*lenient*)

Kondisi lingkungan yang mendukung prokrastinasi akademik Sebagian besar dilakukan di lingkungan dengan pengawasan rendah dibandingkan dengan lingkungan yang penuh dengan pengawasan. Lingkungan dengan pengawasan rendah cenderung rendah *punishment* untuk konsekuensi perilaku *dysfunctional procrastination*.

### **2.2.5. Alat Ukur *Dysfunctional Academic Procrastination***

Terdapat sejumlah alat ukur yang dapat dipakai untuk mengukur skala prokrastinasi akademik seseorang. Beberapa alat ukur di bawah merupakan alat ukur yang dirancang khusus untuk membedakan pelaku prokrastinasi di antara mahasiswa. Alat ukur tersebut akan dijabarkan sebagai berikut (Suriyah dan Tjunding, 2007):

1. *Procrastination assessment scale-students* (PASS)

Skala ini terdiri dari 44 pernyataan yang dibagi menjadi dua bentuk instruksi berbeda. Pada delapan belas item pertama, responden diminta untuk memberikan respon pada enam jenis tugas akademik, yaitu menulis makalah, persiapan ujian, tugas membaca, tugas administrasi, tugas kehadiran, dan aktivitas akademik secara menyeluruh. Pada item setelahnya mengungkapkan alasan-alasan

mahasiswa melakukan prokrastinasi seperti kecemasan, perfeksionisme, kesulitan mengambil keputusan, ketergantungan dan selalu mencari bantuan dari orang lain, kurangnya rasa percaya diri, kemalasan, keragu-raguan, takut akan kesuksesan, tendensi untuk merasa kewalahan dan sulit untuk manajemen waktu. Alat ukur ini dikembangkan untuk mengukur frekuensi kognitif dan perilaku belajar pada mahasiswa.

2. *Tuckman procrastination scale (TPS)*

*Tuckman procrastination scale* dikembangkan untuk mengukur kecenderungan penundaan pada tugas-tugas yang terkait dengan akademik terutama dalam menyelesaikan persyaratan akademik. Skala ini juga dapat disebut dengan skala “ini saya, itu bukan saya”. Instrumen mencakup 16 item pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. sebagai contoh “saya menunda membuat keputusan yang sulit”.

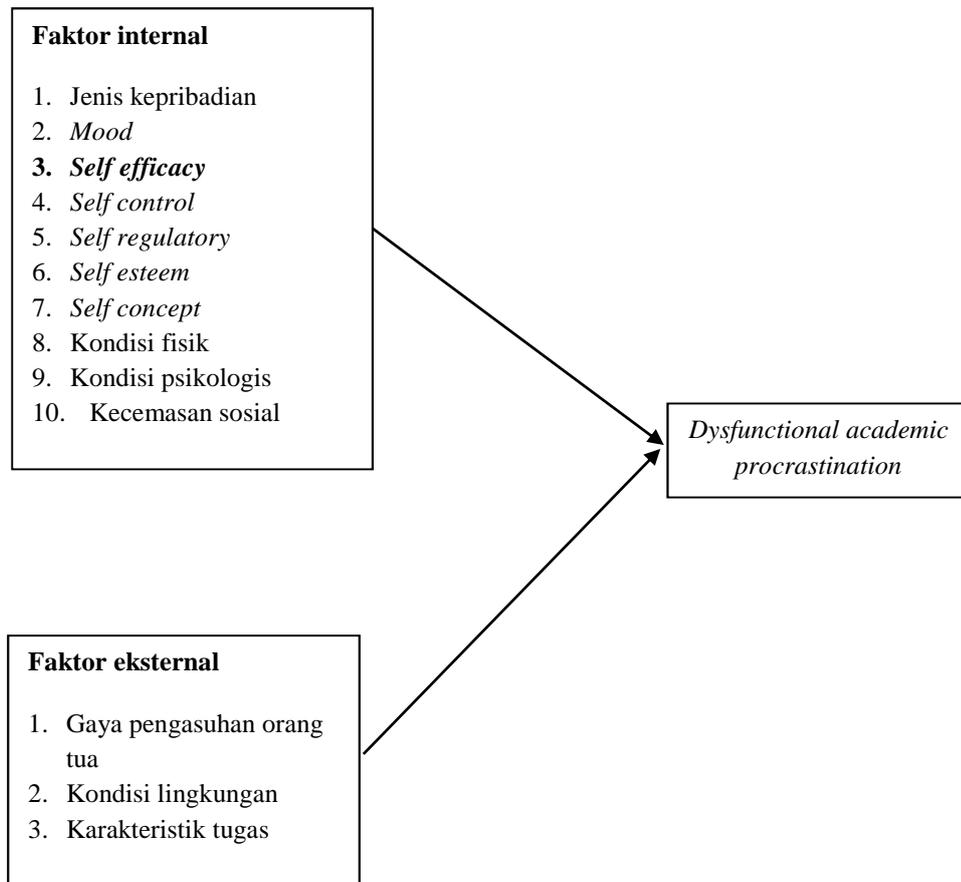
3. *Aitken procrastination inventory (API)*

Skala ini mencakup 19 item yang berkaitan dengan prestasi akademik dan kehidupan sehari-hari. Semua item pernyataan ini terdiri atas butir *favourable* dan *unfavourable*. Jawaban yang diberikan mulai dari angka 1 (*false*) sampai angka 5 (*true*). Contoh item pernyataan *favourable* dalam skala API yaitu “Saya biasanya terlambat datang ke rapat”. Skala ini digunakan untuk membedakan antara prokrastinator kronis dengan yang bukan prokrastinator di kalangan mahasiswa.

4. *Academic procrastination scale (APS)*

Skala ini terdiri dari 25 butir pernyataan yang berkaitan dengan ciri-ciri prokrastinasi yang dikemukakan McCloskey. Adapun skala ini tersusun dari 5 aspek prokrastinasi, yaitu keyakinan psikologis mengenai kemampuan diri (*self efficacy*), gangguan yang terjadi di lingkungan sekitar, manajemen waktu, rasa malas, dan inisiatif pribadi.

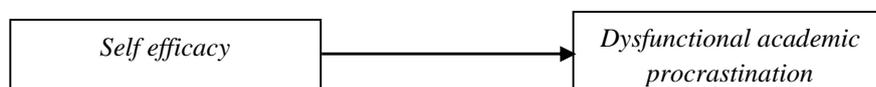
### 2.3. Kerangka Teori



**Gambar 1.** Kerangka Teori

(Sumber: Steel, 2007; Ghufron dan Risnawati, 2010; Burka dan Yuen, 2008)

### 2.4. Kerangka Konsep



**Gambar 2.** Kerangka Konsep Hubungan *Dysfunctional Academic Procrastination* Dengan *Self efficacy*

## **2.5. Hipotesis**

### **2.5.1. Hipotesis Null (H<sub>0</sub>)**

Tidak terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa tahap sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

### **2.5.2. Hipotesis Alternatif (H<sub>a</sub>)**

Terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa tahap sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1. Desain Penelitian**

Desain penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan jenis studi *cross sectional* untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa tahap sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

#### **3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### **3.2.1. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

##### **3.2.2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2020–Oktober 2021.

#### **3.3. Subjek Penelitian**

##### **3.3.1. Populasi Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa/i aktif Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yang berjumlah 481 mahasiswa. Angkatan 2020 berjumlah 150 mahasiswa, angkatan 2019 berjumlah 149 mahasiswa, dan angkatan 2018 berjumlah 182 mahasiswa.

### 3.3.2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari sebuah populasi yang kemudian digunakan sebagai subjek penelitian. Berbeda dengan sampel, *sampling* didefinisikan sebagai sebuah proses menyeleksi populasi sehingga *sampling* tersebut dapat mewakili populasi tersebut (Nursalam, 2013). Populasi target pada penelitian ini yaitu mahasiswa/i semester II, IV, dan VI Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Menurut Dahlan (2014), perhitungan besar sampel menggunakan rumus analitik korelatif sebagai berikut :

$$n = \frac{Z\alpha + Z\beta}{0,5 \ln \frac{1+r}{1-r}}^2 + 3$$

Keterangan :

n : Besar sampel

: Kesalahan tipe I adalah 5%, maka Z adalah 1,96

: Kesalahan tipe II adalah 5%, maka Z adalah 1,645

r : Koefisien korelasi adalah 0,25

Untuk mengetahui besar sampel penelitian, maka dilakukan perhitungan sebagai berikut :

$$\begin{aligned} n &= \frac{1,96 + 1,645}{0,5 \ln \frac{1 + 0,25}{1 - 0,25}}^2 + 3 \\ &= 202 \end{aligned}$$

Dengan demikian, besar sampel penelitian yang akan digunakan adalah 202 mahasiswa yang akan dibagi menjadi tiga angkatan, yaitu angkatan 2018, 2019, dan 2020. Teknik pengambilan sampel yang dipakai dalam penelitian ini yaitu *probability sampling* dengan teknik *sampling* yang digunakan yaitu *proportionated stratified random sampling*. Menurut Sugiyono (2011), *proportionated stratified random sampling* digunakan jika di dalam populasi memiliki subjek atau unsur yang heterogen dan berstrata secara proporsional. Strata yang dimaksud yakni mahasiswa/i

semester II, IV, dan VI. Berikut rumus alokasi proporsional untuk masing-masing strata:

$$ni = \frac{Ni}{N} n$$

Keterangan :

ni : Jumlah anggota sampel menurut stratum

n : Jumlah anggota sampel seluruhnya

Ni : Jumlah anggota populasi menurut stratum

N : Jumlah anggota populasi seluruhnya

Maka didapatkan jumlah anggota sampel pada masing-masing strata berdasarkan nilai rumus di atas, sebagai berikut :

**Tabel 1.** Jumlah Sampel Penelitian

<b>Angkatan</b>	<b>Jumlah Total</b>	<b>Jumlah Sampel</b>
2018	182 mahasiswa	$\frac{202}{481} \times 182 = 76$
2019	149 mahasiswa	$\frac{202}{481} \times 149 = 63$
2020	150 mahasiswa	$\frac{202}{481} \times 150 = 63$
Total		202

### 3.4. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

#### 3.4.1. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu mahasiswa/i angkatan 2018-2020 Program Studi Pendidikan Dokter (PSPD) Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

#### 3.4.2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi pada penelitian ini, yaitu :

1. Mahasiswa/i yang sedang mengambil cuti perkuliahan.
2. Mahasiswa/i yang tidak lengkap mengisi lembar kuesioner.

### 3.5. Variabel Penelitian

#### 3.5.1. Variabel Bebas

Variabel bebas yang digunakan pada penelitian ini yaitu *self efficacy*.

#### 3.5.2. Variabel Terikat

Variabel terikat dari penelitian ini yaitu *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa tahap sarjana.

### 3.6. Definisi Operasional

**Tabel 2.** Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
<i>Self Efficacy</i>	Suatu keyakinan yang dimiliki seseorang mengenai kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan sebuah tindakan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Malkoc dan Mutlu, 2018).	Meminta responden menjawab pertanyaan di dalam kuesioner <i>self efficacy</i>	kuesioner GSE	Skor <i>self efficacy</i> : 10-40	Numerik (Interval)
<i>Dysfunctional Academic Procrastination</i>	Sebuah perilaku menunda pekerjaan atau tugas terutama dalam bidang akademik sehingga menimbulkan dampak yang dapat merugikan diri sendiri (Steel, 2007; Ferrari dan Morales, 2007)	Meminta responden mengisi kuesioner mengenai <i>dysfunctional academic procrastination</i>	Kuesioner Modifikasi APS	Skor <i>dysfunctional academic procrastination</i> : 21-105	Numerik (Interval)

### 3.7. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini berupa kuesioner *general self efficacy scale* (GSES) untuk menilai *self efficacy* secara umum dan kuesioner *academic procrastination scale* (APS) untuk menilai prokrastinasi akademik mahasiswa.

#### 3.7.1. General Self Efficacy Scale (GSES)

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu *general self efficacy scale* (GSES). Instrumen ini pertama kali diperkenalkan oleh Jerusalem dan Ralf Schwarzer pada tahun 1981 dalam bahasa Jerman dengan 20 *item*, kemudian berkembang menjadi 10 *item* pada tahun 1995. Skala *general self efficacy* disajikan dalam 10 *item* pernyataan dengan jawaban menggunakan skala *likert* dari 1 sampai 4 dengan total skor antara 10 hingga 40. Berikut teknik pemberian skor pada kuesioner ini

**Tabel 3.** Skoring GSES

	Sangat tidak sesuai	Tidak sesuai	Cukup sesuai	Sangat sesuai
Seluruh pertanyaan	1	2	3	4

Alasan peneliti menggunakan skala *general self efficacy* karena skala ini telah diadaptasi di berbagai negara dan bahasa. Uji reliabilitas skala *general self efficacy* milik Schwarzer dan Jerusalem sebesar 0.76 hingga 0.90 sehingga dapat dikatakan reliabel dan sudah dibuktikan dengan validitas diskriminan dan validitas konvergen (Schwarzer dan Jerusalem, 1995). Alasan lain yaitu skala ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya oleh Gumantara (2017) untuk penelitian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Hasil uji reliabilitas *general self efficacy* yang dilakukan didapatkan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,827 yang berarti skala ini reliabel (Gumantara, 2017).

#### 3.7.2. Academic Procrastination Scale (APS)

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Academic Procrastination Scale* (APS). Instrumen ini disusun oleh McCloskey

pada tahun 2011. Skala ini terdiri dari 25 butir pertanyaan yang mencakup 5 aspek, yaitu rasa malas, gangguan yang terjadi di lingkungan sekitar, kepercayaan tentang kemampuan diri, manajemen waktu, dan faktor sosial. Uji reliabilitas pada butir kuesioner APS berdasarkan *cronbach's alpha* sebesar 0,94, skor tersebut menandakan bahwa kuesioner APS sangat reliabel. Koefisien korelasi sebesar 0,41-0,73 yang menandakan adanya korelasi dari setiap *item*. Cara pemberian skor pada skala ini menggunakan skala *likert* yang terdiri dari skala 1-5 dengan 1= sangat tidak setuju, 2= tidak setuju, 3= netral, 4= setuju, dan 5= sangat setuju. Rentang skor APS mulai dari 25 hingga 125 (McCloskey dan Scielzo, 2015).

**Tabel 4.** Skoring APS

Pilihan jawaban	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>
Sangat tidak setuju	1	5
Tidak setuju	2	4
Netral	3	3
Setuju	4	2
Sangat setuju	5	1

**Tabel 5.** Distribusi *item* skala prokrastinasi akademik yang belum divalidasi

No.	Aspek	Butir <i>Favourable</i>	Butir <i>Unfavourable</i>	Jumlah
1.	Rasa malas	2,17,21	-	3 butir
2.	Gangguan di lingkungan sekitar	5, 7, 18, 20	-	4 butir
3.	Kepercayaan tentang kemampuan	4, 9, 10	8, 12, 25	6 butir
4.	Manajemen waktu	3, 6, 11, 13, 15, 16, 22, 23, 24	1, 14	11 butir
5.	Faktor sosial	19	-	1 butir
	Jumlah	20 butir	5 butir	25 butir

### 3.7.3. Uji Instrumen Penelitian

#### A. Hasil Uji Skala *Self Efficacy*

Kuesioner *general self efficacy* (GSE) terdiri dari 10 *item* pertanyaan dalam bahasa Jerman yang dikembangkan oleh Matthius Jerusalem

dan Ralf Schwarzer. Kemudian, kuesioner GSE diterjemahkan dan diadopsi dalam bahasa Indonesia. Kuesioner yang peneliti gunakan merupakan hasil adopsi kuesioner dalam Bahasa Indonesia. Peneliti melakukan uji validitas ulang kuesioner GSE kepada 30 mahasiswa angkatan aktif 2017 FK UNILA dengan hasil akhir seluruh pertanyaan kuesioner dinyatakan valid. Hasil tersebut disajikan pada tabel 6 di bawah ini:

**Tabel 6.** Hasil Uji Validitas Kuesioner GSE

No	Item	rx <sub>y</sub>	r tabel	Kriteria
1	Item 1	0,794	0,361	Valid
2	Item 2	0,738	0,361	Valid
3	Item 3	0,761	0,361	Valid
4	Item 4	0,743	0,361	Valid
5	Item 5	0,819	0,361	Valid
6	Item 6	0,727	0,361	Valid
7	Item 7	0,844	0,361	Valid
8	Item 8	0,667	0,361	Valid
9	Item 9	0,586	0,361	Valid
10	Item 10	0,807	0,361	Valid

Kemudian *item* yang valid diuji reliabilitas, hasil uji yang diperoleh berupa nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,913. Nilai 0,913 dalam uji reliabilitas memiliki arti reliabel karena nilai *cronbach's alpha* di atas nilai ambang bawah *cronbach's alpha* sebesar 0,6-0,7. Hasil uji reliabilitas dapat dilihat pada tabel 7 di bawah ini:

**Tabel 7.** Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner GSE

No	Item	Cronbach's alpha	Konstanta reliabel	Kriteria
1	Item 1	0,901	0,6	Reliabel
2	Item 2	0,904	0,6	Reliabel
3	Item 3	0,903	0,6	Reliabel
4	Item 4	0,904	0,6	Reliabel
5	Item 5	0,899	0,6	Reliabel
6	Item 6	0,905	0,6	Reliabel
7	Item 7	0,899	0,6	Reliabel
8	Item 8	0,909	0,6	Reliabel
9	Item 9	0,913	0,6	Reliabel
10	Item 10	0,899	0,6	Reliabel

## **B. Hasil Uji Skala *Dysfunctional Academic Procrastination***

Kuesioner untuk mengukur tingkat prokrastinasi akademik yang disfungsi menggunakan kuesioner *Academic Procrastination Scale* (APS). Kuesioner yang disusun oleh McCloskey pada tahun 2011 terdiri dari 25 pertanyaan. Peneliti telah melakukan validasi ulang untuk kepentingan penelitian ini. Peneliti mengadaptasi kuesioner ini berdasarkan kuesioner asli APS yang berstandarkan bahasa Inggris. Peneliti kemudian menerjemahkannya ke dalam bahasa Indonesia dengan meminta bantuan UPT Bahasa Universitas Lampung dan meminta legalitas hasil terjemahan tersebut dari balai UPT Bahasa Universitas Lampung. Setelah itu, dilanjutkan dengan melakukan uji validitas kuesioner.

Peneliti melakukan uji validitas kuesioner APS kepada 30 responden mahasiswa yang bukan menjadi responden penelitian sesungguhnya yaitu mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung angkatan 2017. Prosedur validasi kuesioner menggunakan teknik korelasi "*pearson product moment*" dengan hasil 5 butir kuesioner yang tidak valid pada uji validitas pertama yaitu pada butir 1, 8, 12, 14, dan 25. Oleh karena diperoleh 5 butir pertanyaan yang tidak valid, maka peneliti melakukan perbaikan isi dan struktur kalimatnya pada kuesioner dengan bantuan pembimbing. Selanjutnya dilakukan pengujian validitas kembali. Uji validitas kembali dilakukan kepada 50 responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung angkatan 2017 dengan hasil 4 butir pertanyaan yang tidak valid dari 25 butir pertanyaan kuesioner yaitu item 1, 8, 12, dan 14 sehingga butir pertanyaan tersebut di drop out. Hasil tersebut disajikan pada tabel 8 di bawah ini:

**Tabel 8.** Hasil Uji Validitas Kuesioner APS

<b>No</b>	<b>Item</b>	<b>Rxy</b>	<b>r tabel</b>	<b>Kriteria</b>
1	Item 1	-0,056	0,279	Tidak Valid
2	Item 2	0,721	0,279	Valid
3	Item 3	0,596	0,279	Valid
4	Item 4	0,564	0,279	Valid
5	Item 5	0,689	0,279	Valid
6	Item 6	0,627	0,279	Valid
7	Item 7	0,551	0,279	Valid
8	Item 8	-0,034	0,279	Tidak Valid
9	Item 9	0,651	0,279	Valid
10	Item 10	0,710	0,279	Valid
11	Item 11	0,619	0,279	Valid
12	Item 12	0,081	0,279	Tidak Valid
13	Item 13	0,664	0,279	Valid
14	Item 14	0,121	0,279	Tidak Valid
15	Item 15	0,790	0,279	Valid
16	Item 16	0,717	0,279	Valid
17	Item 17	0,830	0,279	Valid
18	Item 18	0,717	0,279	Valid
19	Item 19	0,808	0,279	Valid
20	Item 20	0,694	0,279	Valid
21	Item 21	0,726	0,279	Valid
22	Item 22	0,704	0,279	Valid
23	Item 23	0,833	0,279	Valid
24	Item 24	0,558	0,279	Valid
25	Item 25	0,310	0,279	Valid

Kemudian *item* yang valid tersebut dilakukan uji reliabilitas. Hasil yang didapat berupa nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,942. Nilai 0,942 pada uji reliabilitas memiliki arti reliabel karena nilai *cronbach's alpha* di atas nilai ambang bawah *cronbach's alpha* sebesar 0,6-0,7. Hasil uji reliabilitas tersebut disajikan pada tabel 9 di bawah ini:

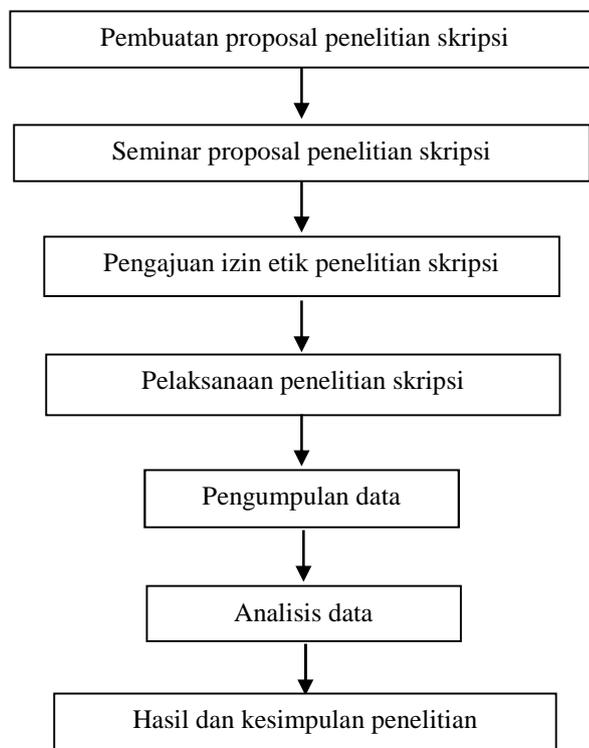
**Tabel 9.** Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner APS

No	Item	Cronbach's <i>alpha</i>	Konstanta reliabel	Kriteria
1	Item 1	0,939	0,6	Reliabel
2	Item 2	0,941	0,6	Reliabel
3	Item 3	0,942	0,6	Reliabel
4	Item 4	0,939	0,6	Reliabel
5	Item 5	0,940	0,6	Reliabel
6	Item 6	0,941	0,6	Reliabel
7	Item 7	0,940	0,6	Reliabel
8	Item 8	0,939	0,6	Reliabel
9	Item 9	0,941	0,6	Reliabel
10	Item 10	0,940	0,6	Reliabel
11	Item 11	0,938	0,6	Reliabel
12	Item 12	0,939	0,6	Reliabel
13	Item 13	0,937	0,6	Reliabel
14	Item 14	0,939	0,6	Reliabel
15	Item 15	0,938	0,6	Reliabel
16	Item 16	0,940	0,6	Reliabel
17	Item 17	0,938	0,6	Reliabel
18	Item 18	0,939	0,6	Reliabel
19	Item 19	0,936	0,6	Reliabel
20	Item 20	0,942	0,6	Reliabel
21	Item 21	0,946	0,6	Reliabel

**Tabel 10.** Distribusi *item* skala prokrastinasi akademik yang sudah divalidasi

No.	Aspek	Butir <i>Favourable</i>	Butir <i>Unfavourable</i>	Jumlah
1.	Rasa malas	2,17,21	-	3 butir
2.	Gangguan di lingkungan sekitar	5, 7, 18, 20	-	4 butir
3.	Kepercayaan tentang kemampuan	4, 9, 10	25	4 butir
4.	Manajemen waktu	3, 6, 11, 13, 15, 16, 22, 23, 24	-	9 butir
5.	Faktor sosial	19	-	1 butir
	Jumlah	20 butir	1 butir	21 butir

### 3.8. Alur Penelitian



**Gambar 3.** Alur Penelitian

### 3.9. Pengumpulan Data

Pada tahap pengumpulan data melampirkan suatu lembar persetujuan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini sebagai bentuk *informed consent*. Kemudian responden diberikan kuesioner terstruktur. Lembar *informed consent* dan kuesioner dibagikan secara *online* melalui *google form*.

### 3.10. Pengolahan dan Analisis Data

#### 3.10.1. Pengolahan Data

Setelah proses pengumpulan data, data yang diperoleh diubah ke dalam bentuk tabel. Kemudian, data tersebut diolah menggunakan program pengolahan data statistik. Proses pengolahan data dengan menggunakan program pengolahan data statistik yaitu sebagai berikut (Notoatmodjo, 2010) :

1. *Editing*, kegiatan verifikasi dan koreksi isian formulir atau kuesioner.
2. *Coding*, untuk mengubah data yang dikumpulkan selama penelitian ke dalam simbol yang cocok untuk keperluan analisis.
3. *Data Entry*, memasukkan data ke dalam program komputer.
4. *Clearing*, pemeriksaan kembali data dari setiap sumber data atau responden untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan kemudian dilakukan koreksi.

### 3.10.2. Analisis Data

Analisis data memiliki tujuan untuk menyusun data dalam cara yang bermakna agar dapat dipahami (Helmi, 2010). Pada penelitian ini, analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat.

#### 1. Analisis univariat

Analisis univariat variabel numerik dideskripsikan dalam ukuran pemusatan (*mean* dan *median*) dan ukuran penyebaran (simpang baku dan persentil). Jika distribusi data normal maka sajian data berupa *mean* dan simpang baku. Namun, jika distribusi data tidak normal maka menggunakan *median* dan persentil (Dahlan, 2014).

#### 2. Analisis bivariat

Analisis bivariat berfungsi untuk menguji hubungan *self efficacy* (variabel bebas) dengan *dysfunctional academic procrastination* (variabel terikat) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Jenis variabel bebas dan variabel terikat berupa variabel numerik. Prosedur analisis data pada penelitian ini sebagai berikut (Dahlan, 2014).

##### a. Uji normalitas data ( $p > 0,05$ )

Pengujian normalitas data menggunakan *Kolmogorov-smirnov test* untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak normal karena sampel berjumlah  $> 50$ . Hasil uji normalitas ini digunakan untuk menentukan analisis data berikutnya, yaitu

analisis parametrik bila data berdistribusi normal atau non parametrik apabila data tidak berdistribusi normal.

b. Uji parametrik (Uji Korelasi *Pearson*)

Uji ini dilakukan untuk menguji hubungan antara *dysfunctional academic procrastination* dengan *self efficacy* pada mahasiswa tahap sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Bila tidak memenuhi syarat uji parametrik, maka digunakan uji non parametrik *Spearman Rank*. Hipotesis dianggap bermakna bila  $p < 0,05$ .

### 3.11. Etika Penelitian

a. *Informed Consent* (formular persetujuan)

Merupakan formulir persetujuan untuk menjadi responden yang dibagikan sebelum penelitian dilakukan kepada semua responden yang setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian. Jika responden setuju untuk diteliti maka responden harus memberikan tanda centang pada pilihan “ya” di formulir persetujuan untuk menjadi responden. Sebelum itu, responden berkesempatan untuk membaca isi persetujuan tersebut. Jika responden menolak untuk diteliti, maka penulis tidak akan memaksa dan selalu menghormati hak-hak responden.

b. *Anonymity* (tanpa nama)

Untuk menjaga kerahasiaan responden, maka lembar pengumpulan data penelitian tidak mencantumkan nama tetapi nomor/angka.

c. *Confidentially* (kerahasiaan)

Informasi yang telah dikumpulkan dari responden dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Data hanya akan disajikan atau dilaporkan dalam bentuk kelompok yang relevan dengan penelitian.

d. *Protection from Discomfort*

Responden yang berpartisipasi mendapat perlindungan dan rasa nyaman.

e. Persetujuan

Penelitian ini telah melalui kajian etik dan mendapatkan surat persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dengan nomor surat sebagai berikut: 1442/UN26.18/PP.05.02.00/2021.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Median skor *self efficacy* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yaitu 31 dengan minimum skor sebesar 22 dan maksimum skor sebesar 40.
2. Rerata skor *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yaitu 56,85 dengan standar deviasi sebesar 16,256.
3. Terdapat hubungan negatif signifikan yang sangat lemah antara *self efficacy* dengan *dysfunctional academic procrastination* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Hasil uji hipotesis diperoleh nilai korelasi sebesar -0,185.

#### **5.2. Saran**

Adapun saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian sebagai berikut:

##### **5.2.1. Bagi Peneliti Lain**

1. Mempertimbangkan faktor-faktor lain yang berasal dari luar, seperti gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan dan dari dalam diri, seperti *self esteem*, *self control*, tingkat kecemasan, motivasi dan sebagainya. Melakukan pengujian mengenai hubungan antara prokrastinasi akademik dengan mahasiswa yang aktif dan tidak aktif dalam berorganisasi.

2. Mempertimbangkan pemilihan instrumen penelitian yang digunakan dan disesuaikan dengan karakteristik responden. Seperti jika akan mengukur penundaan dalam perilaku pengambilan keputusan dapat menggunakan skala *Decisional Procrastination Scale* (DPS), jika mengukur *avoidance procrastination* dapat menggunakan *Adult Inventory Procrastination* (AIP), untuk melihat prokrastinasi aktif dapat menggunakan *Active Procrastination Scale* milik Chu dan Choi 2005. Sedangkan untuk mengukur diagnosis eksplisit dalam kegiatan belajar dapat menggunakan *College Academic Self Efficacy Scale* (CASES), dan untuk mengukur *self efficacy* pada pembelajaran online dapat menggunakan kuesioner *Online Learning Self Efficacy Scale* (OLSES) milik Zimmerman dan Kulikowich 2016.
3. Menggunakan media *zoom* untuk menerangkan kuesioner yang akan diisi oleh responden.

### **5.2.2. Bagi Mahasiswa**

Hendaknya memiliki perencanaan yang lebih terstruktur terkait waktu sehingga meminimalkan terjadinya prokrastinasi akademik disfungsi. Diharapkan mampu memahami dan menghindari perilaku prokrastinasi disfungsi serta meningkatkan *self efficacy* dengan membangun relasi dengan mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi.

### **5.2.3. Bagi Institusi**

Dapat memberikan pembinaan atau konseling kepada mahasiswa untuk meminimalisir tindakan prokrastinasi akademik disfungsi dan meningkatkan *self efficacy* mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia EF. 2019. Hubungan minat baca dengan efikasi diri di kalangan mahasiswa Universitas Airlangga. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Ardina PRA, Wulan DK. 2016. Pengaruh regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA. *Perspektif Ilmu Pendidikan*. 30(2): 67-76.
- Artino CAR, Dong T, Deeze KJ, Gilliland CWR, Waechter DM, Cruess DF, Durning SJ. 2012. Development and initial validation of a survey to assess students self-efficacy in medical school. *Military Medicine*.77:31-37.
- Astuti Y, Nisa H, Sari K, Kumala ID. 2021. Perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. *Seurune, Jurnal Psikologi Unsyiah*. 4(2): 169-184.
- Azzahra SS. 2019. Hubungan kebiasaan prokrastinasi akademik dengan tindakan ketidakjujuran akademik pada mahasiswa program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran Universitas Lampung [Skripsi]. Lampung: Universitas Lampung.
- Bandura A. 1997. *Self efficacy the exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Bandura A. 2010. Self-efficacy. *The Corsini Encyclopedia of Psychology*. doi:10.1002/9780470479216.corpsy0836
- Benight C, Bandura A. 2004. Sosial cognitive theory of posttraumatic recovery: The role of perceived self-efficacy. *Behaviour Research and Therapy*. 42: 1129-1148.
- Burka JB, Yuen LM. 2008. *Procrastination: why you do it, what to do about it now*. Da Capo Press.
- Clara C, Dariyo A, Basaria D. 2017. Peran self efficacy dan self control terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA (Studi pada siswa SMA X Tangerang). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*. 1(2): 159-169.

- Dahlan MS. 2014. Statistik untuk kedokteran dan kesehatan: deskriptif, bivariat, dan multivariat, dilengkapi aplikasi menggunakan SPSS Edisi 6. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Damri, Engkizar, Anwar F. 2017. Hubungan self efficacy dan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. *Jurnal Edukasi*. 3(1): 74-95.
- De graff E, Kolmos A. 2003. Characteristics of problem-based learning. *Great Britain*. 19(5): 657-662.
- Dewi NP, Sudiantara Y. 2015. Hubungan self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi kurikulum berbasis kompetensi unika soegijapranata semarang. *Psikodimensia*, 14(2): 96-104.
- Duarsa HAP, Oktafany, Angraini DI. 2020. Hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan mahasiswa tahun pertama di fakultas kedokteran universitas lampung tahun 2018. *Medula*. 10(2): 222-228.
- Efendi R. 2013. Self efficacy: studi indigenus pada guru bersuku jawa. *Journal of Sosial and Industrial Psychology*. 2(2): 61-67.
- Else-Quest NM, Hyde JS, Goldsmith HH, Hulle CAV. 2006. Gender differences in temperament: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*. 132(1): 33-72.
- Fajhriani DN. 2020. Academic procrastination of students. *Abjadia: International Journal of Education*. 5(2): 132-141.
- Feist, Gregory J. 2008. *Theories of personality*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Feist J, Feist GJ. 2010. *Teori kepribadian theories of personality*. Buku 2 Edisi 7. Alih Bahasa: Smita Prathita Syahputri. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ferrari JR, Johnson JL, McCown WG. 1995. *Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Ferrari JR, Morales JFD. 2007. Perceptions of self concept and self presentation by procrastinators: further evidence. *The Spanish Journal of Psychology*. 10(1):91-96.
- Ferrari JR, Ollivete. 2007. Academic anxiety, academic procrastination, and parental involvement in students and their parent.
- Firdaus AR, Sismiati AS, Tjalla A. 2013. Hubungan antara self efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling FIP UNJ. *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 2(2): 1-6.

- Fitriani AF, Djamhoer TD. 2021. Pengaruh academic self-efficacy terhadap prokrastinasi mahasiswa pada pembelajaran daring. *Prosiding Psikologi*. 7(2): 531-535.
- FK Unila. 2017. Peraturan akademik Fakultas Kedokteran Universitas Lampung 2017. Bandar Lampung: Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- Ghufron MN, Risnawati R. 2010. Teori-teori psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gumantara MPB. 2017. Hubungan self efficacy dan optimisme mahasiswa tahun pertama dalam proses beradaptasi terhadap lingkungan pembelajaran Fakultas Kedokteran Universitas Lampung [Skripsi]. Lampung: Universitas Lampung.
- Hajloo N. 2014. Relationships between self efficacy, self esteem and procrastination in undergraduate psychology students. *Iran J Psychiatry Behav Sci*. 8(3): 42-49.
- Hasanah U, Dewi NR, Rosyida I. 2019. Self efficacy siswa smp pada pembelajaran model learning cycle 7E (Elicit, engage, explore, explain, elaborate, evaluate, and extend). *PRISMA: Prosiding Seminar Nasional Matematika*. 2: 551-555.
- Hasmatang. 2019. Pentingnya self efficacy pada diri peserta didik. *Prosiding Seminar Nasional Biologi IV*. 296-298.
- He SC. 2017. A multivariat investigation into academic procrastination of university students. *Open journal of Sosial Science*. 5: 12-24.
- Helmi S. 2010. Filsafat ilmu dan metode riset. Medan: USU Press.
- Hendriana H. 2014. Membangun kepercayaan diri siswa melalui pembelajaran matematika humanis. *Jurnal Pengajaran MIPA*. 19(1): 52-60.
- Honicke T, Broadbent J. 2016. The influence of academic self-efficacy on academic performance: a systematic review. *Educ. Res. Rev*. 17:63-84.
- Huang C. 2012. Gender differences in academic self-efficacy: a meta-analysis. *Eur J Psychol Educ*. 28: 1-35.
- Ifdil I, Bariyyah K, Dewi AK, Rangka IB. 2019. The college academic self-efficacy (CASES): an Indonesian validation to measure the self efficacy of students. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 4(4):115-121.
- Jones IS, Blankenship D. 2021. Year two: effect of procrastination on academic performance of undergraduated online students. *Research in Higher Education Journal*. 39: 1-11.

- Julianda BN. 2012. Prokrastinasi dan self efficacy pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. 1(1).
- Kachgal MM, Hansen LS, Nutter KJ. 2001. Academic procrastination prevention/intervention: strategies and recommendations. *Journal of Developmental Education*. 25: 14-20.
- Kandemir M, Palanci. 2014. Reasons of academic procrastination: Self-regulation, academic self-efficacy, life satisfaction and demographics variables. *Procedia-Sosial and Behavioral Sciences*.152: 188-193.
- Kartadinata, Tjundjing S. 2008. I love you tomorrow: prokrastinasi akademik dan manajemen waktu. *Indonesian Psychological Journal*. 23(2): 109-119.
- Klassen M, Krawchuk L, Ranjani S. 2008. Academic procrastination of undergraduates: Low self efficacy to self regulated predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*. 33: 915-931.
- Klingsieck K. 2013. Procrastination. When good things don't come to those who wait. *European Psychologist*. 18(1): 24-34.
- Kogoya MPV, Jannah M. 2021. Pengaruh regulasi emosi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di masa pandemic covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 8(9): 14-23.
- Komarraju M, Nadler D. 2013. Self efficacy and academic achievement: why do implicit beliefs, goals, and effort regulation matter? *Learning and Individual Differences*. 25(1): 67-72.
- Kurniawan R. 2013. Hubungan antara self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan psikologi universitas negeri semarang. Universitas Negeri Semarang.
- Lang JM. 2013. *Instilling self-efficacy*. New York: Harvard University.
- Lindblom-Ylänne S, Saariaho E, Inkinen M, Haarala-Muhonen A, Hailikari T. 2015. Academic procrastinators, strategic delayers, and something betwixt and between: An interview study. *Frontline Learning Research*. 3(2): 47-62.
- Lisiswanti R, Sanusi R, Prihatiningsih TS. 2015. Hubungan motivasi dan hasil belajar mahasiswa kedokteran. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*. 4(1): 1-6.
- Malkoc A, Mutlu AK. 2018. Academic self-efficacy and academic procrastination: exploring the mediating role of academic motivation in Turkish University students. *University Journal of Educational Research*. 6(1): 2087-2093.

- Mandap CM. 2016. Examining the differences in procrastination tendencies among university students. *International Journal of Education and Research*. 4(4): 431-436.
- Masruroh S, Saputra O, Rodiani, Oktaria D, Utami N. 2019. Hubungan efikasi diri terhadap hasil belajar blok emergency medicine pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *J Agromedicine*. 6(1): 20-24.
- McCloskey J. 2011. Academic procrastination. Thesis. University of Texas.
- McCloskey J, Scielzo SA. 2015. Finally!: the development and validation of the academic procrastination scale. Texas: University of Texas.
- Morony S, Kleitman S, Lee YP, Stankov L. 2013. Predicting achievement: Confidence vs self efficacy, anxiety, and self concept in Confucian and European countries. *International Journal of Educational Research*. 58: 79-96.
- Mostafa AA. 2018. Academic procrastination, self efficacy beliefs, and academic achievement among middle school first year students with learning disabilities. *International Journal of Psycho-Education*. 7(2): 87-93.
- Mukti B, Tentama F. 2019. Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*. 341-347.
- Notoatmodjo S. 2010. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novrianto R, Marettih AKE, Wahyudi H. 2019. Validitas konstruk instrumen general self efficacy scale versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*. 15(1): 1-9.
- Nugraheni RF. 2016. Kesabaran dan academic self efficacy pada mahasiswa. *Psikologika*. 21(1): 78-86.
- Nursalam. 2013. *Metodologi penelitian ilmu keperawatan : pendekatan praktis*. Edisi 3. Jakarta. Salemba Medika.
- Nuruddin I. 2010. Hubungan antara self efficacy dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa Al-Hidayah Wajak Malang [Skripsi]. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Oktaningrum A, Santhosa FH. 2018. Efikasi diri akademik dan resiliensi pada siswa SMA berasrama di Magelang. *Gajah Mada Journal of Psychology*. 4(2): 127-134.
- Pratiwi AD, Sawitri DR. 2015. Prokrastinasi akademik ditinjau dari efikasi diri akademik dan lama studi pada mahasiswa jurusan desain komunikasi visual Universitas Dian Nuswantoro. *Jurnal Empati*. 4(4): 272-276.

- Pudjiastuti E. 2012. Hubungan self efficacy dengan perilaku mencontek mahasiswa psikologi. *Mimbar*. 28(1): 103-112.
- Putra J, Halimah L. 2014. Hubungan antara self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Agama Islam di Universitas Islam 45 Bekasi. *Prosiding Penelitian Sivitas Akademika Unisba (Sosial dan Humaniora)*. 437-445.
- Putra MDK, Rahayu W, Umar J. 2019. Indonesian-language version of general self-efficacy scale-12 using Bayesian confirmatory faktor analysis: a construct validity testing. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*. 23(1):12-25.
- Putri NFA. 2012. Hubungan antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta [Skripsi]. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Putrisari F, Hambali IM, Handarini. 2017. Hubungan self-efficacy, self esteem dan perilaku prokrastinasi siswa madrasah Aliyah negeri di Malang Raya. *Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 1(1):60-68.
- Rahmasari A. 2017. Perbedaan efikasi diri matematika pada siswa SMA ditinjau dari jenis kelamin [Tugas Akhir]. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Raiyanti IGA. 2013. Prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Gigi*. 1(2): 120-131.
- Rizanti FD, Muhari. 2013. Hubungan antara self regulated learning dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal AlQuran pada mahasantri Ma'had Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya. *Character*. 2(1):1-7.
- Rustanto AE. 2016. Kepercayaan diri dan efikasi diri terhadap kematangan karir mahasiswa di Politeknik LP31 Jakarta Kampus Jakarta Utara. *Jurnal Lentera Bisnis*. 5(2): 1-11.
- Saba RT, Lisiswanti R, Cania E. 2018. Hubungan self efficacy terhadap tingkat kecemasan mahasiswa tingkat pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Lampung: Universitas Lampung.
- Safitri I, Yolida B, Surbakti A. 2019. Hubungan self-efficacy berdasarkan gender dengan hasil belajar siswa mata pelajaran IPA. *Jurnal Bioterdidik*. 7(3): 32-40.
- Sari RN, Akmal SZ. 2018. Hubungan gaya kelekatan dengan self-efficacy akademik siswa SMA di Jakarta. *Insight: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*. 14(1):37.

- Sarirah T, Rahayu YP. 2019. Hubungan kepribadian dan avoidance procrastination pada mahasiswa. *Jurnal Psibernetika*. 12(1): 12-19.
- Sastroasmoro S, Ismael S. 2011. *Dasar-dasar metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Sagung Seto.
- Scholz U, Gutierrez-Dona B, Sud S, Schwarzer R. 2002. Is general self efficacy a universal construct? Psychometric finding from 25 countries. *European Journal of Psychological Assessment*. 18(3): 242-251.
- Schunk DH. 2010. *Teori-teori pembelajaran: perspektif pendidikan edisi keenam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Schwarzer R, Jerusalem M. 1995. Generalized self efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright & M. Johnston, *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs*. Windsor, UK: NFER-Nelson. 35-37.
- Schwarzer R, Knoll N. 2007. Functional roles of sosial support within the stress and coping process: a theoretical and empirical overview. *International Journal of Psychology*. 42(4): 243-252.
- Septiani T, Hudanagara MA, Hendriana H, Anita IW. 2018. Pengaruh self confidence dan self efficacy terhadap kemampuan berpikir kreatif matematis siswa SMP. *Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif*. 1(2): 185-192.
- Sholehah S, Sangka KB, Hamidi N. 2019. Pengaruh self-regulated learning dan motivasi berprestasi terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan akuntansi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret. *Jurnal "Tata Arta" UNS*. 5(1): 32-44.
- Sokolowska J. 2009. Behavioral, cognitive, affective and motivational dimensions of academic procrastination among community college students: A methodological approach. New York University.
- Solomon LJ, Rothblum ED. 2005. Academic procrastination: frequency and cognitive behaviour correlates. *Journal Of Counseling Psychology*. 31: 504-510.
- Steel P. 2007. The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self – regulatory failure . *Psychological Bulletin*. 133(1): 65-94.
- Suardiantari LN, Rustika IM. 2019. Peran kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap problem focused coping pada mahasiswa preklinik program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*. 99-110.

- Subaidi A. 2016. Self efficacy siswa dalam pemecahan masalah matematika. *Jurnal Sigma*. 1(2): 64-68.
- Sugiyono. 2011. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* . Bandung: Afabeta.
- Suharsono Y, Istiqomah. 2014. Validitas dan reabilitas skala self efficacy. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 2(1): 144-151.
- Sunaryo Y. 2017. Pengukuran self efficacy siswa dalam pembelajaran matematika di MTS N 2 Ciamis. *Jurnal Teori dan Riset Matematika (TEOREMA)*.1(2): 39-44.
- Supriyanti S, Nufus K. 2018. Hubungan self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa USU yang sedang menyusun skripsi. *Talenta Conference Series: Local Wisdom, Sosial and Arts*. 1(1): 296-302.
- Surijah EA, Tjunding S. 2007. Mahasiswa versus tugas: prokrastinasi akademik dan conscientiousness. *Indonesian Psychological Journal*.22(4): 352-374.
- Svartdal F, Pfuhl G, Nordby K, Foschi G, Klingsieck KB, Rozental A, dkk. 2016. On the measurement of procrastination: Comparing two scales in six European countries. *Frontiers in Psychology*. 7: 1307.
- Tamiru, Tiruwork.2008. Academic procrastination and casual perception of tabor senior secondary students Ethiopia. *African Research Review (AFRREV) Journals*. 2(2).
- Teo T, Kam C. 2014. A measurement invariance analysis of the general self efficacy scale on two different cultures. *Journal of Psychoeducational Assessment*. 32(8): 762-767.
- Tuaputimain H. 2021. Korelasi antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa. *Jurnal Teologi Berita Hidup*. 4(1): 180-191.
- Van Dinther M, Dochy F, Segers M. 2011. Factors affecting students self efficacy in higher education. *Educational Research Review*. 6(2): 95-108.
- Waschle K, Allgaier A, Lachner A, Fink S, Nuckles M. 2014. Procrastination and self efficacy: tracing vicious and virtuous circles in self regulated learning. *Learning and Instruction*. 29:103-114.
- Yokoyama S. 2019. Academic self-efficacy and academic performance in online learning: a mini review. *Front. Psychol*. 9:2794.
- Zannah MM, Laily N. 2019. Hubungan self efficacy dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas kuliah pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik. *Psikosains*. 14(2): 54-69.

Zarrin SA, Gracia E, Paixao MP. 2020. Prediction of academic procrastination by fear of failure and self regulation. *Educational Sciences: Theory and Practice*. 20(3):34-43.

Zusya AR, Akmal SZ. 2016. Hubungan self efficacy akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. 3(2): 191-200.