



**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA DALAM
BELAJAR UNTUK UJIAN**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

IDA AYU LAKSMI UTARI PUTRI

705160134

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2020



**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA DALAM
BELAJAR UNTUK UJIAN**

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian Sarjana
Strata Satu (S-1) Psikologi**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

IDA AYU LAKSMI UTARI PUTRI


705160134

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2020

 <p>UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI</p>	<p>FR-FP-04-06/R0</p>	<p>HAL. 1/1</p>
	<p>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH</p>	
<p>05 NOVEMBER 2010</p>		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ida Ayu Laksmi Utari Putri

NIM : 705160134

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

Hubungan Antara *Self Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa dalam Belajar untuk Ujian

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.


Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 15 Juli 2020

Yang Memberikan Pernyataan



Ida Ayu Laksmi Utari Putri

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ida Ayu Laksmi Utari Putri

N I M : 705160134

Alamat : Jl. Turi gang sragdara no. 68 b

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

Hubungan Antara *Self Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa dalam Belajar untuk Ujian

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 15 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan



Ida Ayu Laksmi Utari Putri

**PROGRAM STUDI SARJANA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA**

TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Ida Ayu Laksmi Utari Putri
N.I.M. : 705160134
Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi

Hubungan Antara *Self Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa dalam Belajar untuk Ujian

Telah diuji dalam sidang Sarjana pada tanggal 01 Juli 2020 dan dinyatakan lulus, dengan majelis penguji terdiri atas:

1. Ketua : Dr. Heni Mularsih, M.Psi., Psi.
2. Anggota : Agustina, M.Psi., Psi.
Niken Widi Astuti, M.Si., Psi.

Jakarta, 13 Juli 2020

Pembimbing



Niken Widi Astuti, M.Si., Psi.

KATA PENGANTAR

Pertama-tama, penulis ingin bersyukur dan mengucapkan terima kasih kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa yang telah memberikan segala rahmat, berkat dan bimbingan-Nya yang dengan penuh cinta kasih senantiasa menyertai penulis dalam rangka pembuatan skripsi penulis yang berjudul “Hubungan Antara *Self-Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa dalam belajar untuk ujian”.

Penyusunan skripsi ini tidak mungkin dapat berjalan dengan baik tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak masukan dan semangat. Oleh karena itu, penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga, sahabat dan orang-orang terdekat. Terima kasih kepada orang tua saya, Ajik Ida Bagus Astawa dan Mama Utari yang selalu memberikan dukungan yang terbaik dan yang tidak pernah putus. Terima kasih pula kepada saudara penulis, Ida Ayu eka dan Ida Bagus Kresna yang telah memberikan dukungan, serta terima kasih kepada keponakan penulis yang sangat lucu, Ida Ayu Kirana yang telah menemani hari hari saya dalam proses pengerjaan skripsi. Terima kasih karena sudah memberikan dukungan baik dalam bentuk doa, kata-kata, dorongan motivasi dan materi sehingga penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Tanpa kalian, semuanya tidak akan berarti.

Pada kesempatan ini, penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yaitu kepada Ibu Dr. Rostiana, M.Si., Psi. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Semua dosen Psikologi Universitas Tarumanagara yang telah membimbing dan memberikan ilmu kepada penulis selama masa perkuliahan di Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Ibu Niken Widi Astuti, M.Si., Psi. selaku Dosen pembimbing yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing, memberikan petunjuk dan pengarahan yang sangat bermanfaat kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini. Terima kasih juga kepada Ibu Niken karena sudah memberikan motivasi yang besar kepada anak-anak bimbingannya sehingga dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu. Terima kasih juga saya ucapkan kepada Bapak Agoes Dariyo, M.Si., Psi, Ibu Dr. Riana Sahrani, M.Si., Psi, dan Ibu Monika, M.Psi., Psi sudah mau meluangkan waktunya dan berkenan menjadi *expert judgment* untuk kuesioner penulis sehingga proses penyusunan skripsi dapat berjalan dengan lancar. Terima kasih juga penulis ucapkan kepada Pak Erik Wijaya, M.Si, yang telah membantu saya dalam pengolahan data. Sahabat penulis, Natasha Febiola, Brigida Febby, Sabella, Putu Saraswati, Jessica Wijaya, Patricia, Hana yang telah memberikan dorongan dan bantuan bagi penulis selama kuliah ataupun selama penyusunan skripsi. Teman-teman penulis yang sudah membantu penulis dalam menyebarkan kuesioner yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran untuk menyempurnakan skripsi ini sehingga menjadi skripsi yang baik dan dapat digunakan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat berguna bagi para pembaca. Mohon maaf apabila terdapat salah penulisan nama, gelar dan kata. Karenanya saya dengan tangan terbuka bersedia menerima kritik dan saran guna melengkapi skripsi ini agar menjadi lebih baik. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca sekalian. Seluruh isi yang menjadi bagian dalam skripsi ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Jakarta, 12 Juni 2020

Ida Ayu Laksmi Utari Putri

DAFTAR ISI

COVER.....	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	11
1.3 Tujuan Penelitian	11
1.4 Manfaat Penelitian	12
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	12
1.4.2 Manfaat Praktis.....	12
1.5 Sistematika Penulisan	13
BAB II KAJIAN TEORITIS	14
2.1 <i>Self Efficacy</i>	14

2.1.1 Definisi <i>Self Efficacy</i>	14
2.1.2 Dimensi <i>Self Efficacy</i>	14
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i>	17
2.1.4 Aspek Yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i>	19
2.1.5 Strategi Untuk Meningkatkan <i>Self Efficacy</i>	20
2.1.6 Klasifikasi <i>Self Efficacy</i>	21
2.2 Prokrastinasi Akademik.....	22
2.2.1 Definisi Prokrastinasi Akademik	22
2.2.1 Indikator Prokrastinasi Akademik	23
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	24
2.2.4 Bentuk Prokrastinasi Akademik	25
2.3 Mahasiswa	26
2.3.1 Perkembangan Kognitif	27
2.3.2 Perkembangan Psikososial	27
2.4 Kerangka Berpikir	28
2.5 Hipotesis	30

BAB III METODE PENELITIAN..... 31

3.1 Partisipan Penelitian	31
3.1.1 Karakteristik Partisipan Penelitian	31
3.1.2 Gambaran Partisipan Penelitian	32
3.2 Jenis Penelitian.....	35
3.2.1 Jumlah Sampel Penelitian	35
3.2.2 Teknik Pengambilan Sampel	35
3.3 Setting dan Peralatan Penelitian	36

3.4 Pengukuran Penelitian	36
3.4.1 Pengukuran Variabel <i>Self Efficacy</i>	36
3.4.2 Pengukuran Variabel Prokrastinasi Akademik	40
3.5 Prosedur Penelitian.....	48
3.6.1 Persiapan Penelitian	48
3.6.2 Pelaksanaan Penelitian	49
3.7 Prosedur dan Pengolahan Analisis Data	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	51
4.1 Gambaran Variabel Penelitian	51
4.1.1 Gambaran Variabel <i>Self Efficacy</i>	51
4.1.2 Gambaran Variabel Prokrastinasi Akademik	53
4.2 Analisis Data Utama.....	56
4.2.1 Uji Normalitas Variabel <i>Self Efficacy</i> dan Prokrastinasi Akademik	56
4.2.2 Uji Pengujian Hipotesis Variabel <i>Self Efficacy</i> dan Prokrastinasi Akademik	57
4.3 Analisis Data Tambahan	58
4.3.1 Hubungan Dimensi <i>Self Efficacy</i> dengan Prokrastinasi	58
4.3.2 Hubungan Dimensi <i>Prokrastinasi</i> dengan <i>Self Efficacy</i>	59
4.3.3 Perbedaan <i>Self Efficacy</i> ditinjau dari Jenis Kelamin	60
4.3.4 Perbedaan Prokrastinasi ditinjau dari Jenis Kelamin	61
4.3.5 Perbedaan <i>Self Efficacy</i> ditinjau dari Usia	62
4.3.6 Perbedaan Prokrastinasi Akademik ditinjau dari Usia.....	63
4.3.7 Penggolongan tingkat <i>Self Efficacy</i> Mahasiswa.....	63
4.3.8 Penggolongan tingkat Prokrastinasi Akademik	64

BAB V Kesimpulan, Diskusi, Saran	66
5.1 Simpulan.....	66
5.2 Diskusi	67
5.3 Saran	71
5.3.1 Saran yang berkaitan dengan Manfaat Teoritis	71
5.3.2 Saran yang berkaitan dengan Manfaat Praktis	72
ABSTRAK.....	xiv
DAFTAR PUSTAKA.....	DP-1
LAMPIRAN.....	L-1

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Gambaran Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin	32
Tabel 2	Gambaran Subyek Berdasarkan Semester	33
Tabel 3	Gambaran Subyek Berdasarkan Usia	34
Tabel 4	Uji Validitas dan Realibilitas <i>Self Efficacy</i> dimensi <i>Level</i>	38
Tabel 5	Uji Validitas dan Realibilitas <i>Self Efficacy</i> dimensi <i>Strength</i>	39
Tabel 6	Uji Validitas dan Realibilitas <i>Self Efficacy</i> dimensi <i>Generality</i>	40
Tabel 7	Uji Validitas dan Realibilitas Prokrasinasi Akademik dimensi Menulis Makalah	42
Tabel 8	Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Belajar Untuk Ujian	43
Tabel 9	Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Membaca.....	44
Tabel 10	Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Tugas Administratif.....	45
Tabel 11	Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Tugas Kehadiran.....	46
Tabel 12	Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Kegiatan Umum Perkuliahan	47
Tabel 13	Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Alasan	

	Penundaan.....	48
Tabel 14	Gambaran Data Variabel <i>Self Efficacy</i>	53
Tabel 15	Gambaran Data Variabel Prokrastinasi Akademik.....	56
Tabel 16	Uji Normalitas Variabel <i>Self Efficacy</i> dan Prokrastinasi Akademik	57
Tabel 17	Hasil Uji Hipotesis Variabel <i>Self Efficacy</i> dengan Prokrastinasi Akademik	58
Tabel 18	Hasil Uji Korelasi Dimensi <i>Self Efficacy</i> dengan Prokrastinasi Akademik	57
Tabel 19	Hasil Uji Korelasi Dimensi Prokrastinasi Akademik dengan <i>Self Efficacy</i>	60
Tabel 20	Hasil Uji Beda <i>Self Efficacy</i> ditinjau dari Jenis Kelamin	61
Tabel 21	Hasil Uji Beda Prokrastinasi Akademik ditinjau dari Jenis Kelamin.....	61
Tabel 22	Hasil Uji Beda <i>Self Efficacy</i> ditinjau dari Usia	62
Tabel 23	Hasil Uji Beda Prokrastinasi Akademik ditinjau dari Usia.....	63
Tabel 24	Penggolongan tingkat <i>Self Efficacy</i> Mahasiswa	64
Tabel 25	Penggolongan tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Blue Print Alat Ukur <i>Self Efficacy</i>	L-1
Lampiran 1b	Alat Ukur <i>Self Efficacy</i> Fakultas Psikologi UNTAR	L-3
Lampiran 2	Blue Print Alat Ukur Prokrastinasi Akademik	L-5
Lampiran 3	Kuesioner Alat Ukur Variabel <i>Self Efficacy</i>	L-8
Lampiran 4	Kuesioner Alat Ukur Variabel Prokrastinasi Akademik.....	L-10
Lampiran 5	<i>Informed Consent</i>	L-14
Lampiran 6a	Gambaran Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin	L-15
Lampiran 6b	Gambaran Subyek Berdasarkan Semester	L-16
Lampiran 6c	Gambaran Subyek Berdasarkan Usia	L-17
Lampiran 6d	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas awal <i>Self Efficacy</i> dimensi <i>Level</i>	L-18
Lampiran 6e	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas akhir <i>Self Efficacy</i> dimensi <i>Level</i>	L-19
Lampiran 6f	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas awal <i>Self Efficacy</i> dimensi <i>Strength</i>	L-20
Lampiran 6g	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas akhir <i>Self Efficacy</i> dimensi <i>Strength</i>	L-21
Lampiran 6h	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas <i>Self Efficacy</i> dimensi <i>Generality</i>	L-22

Lampiran 6i	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Menulis Makalah	L-23
Lampiran 6j	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik Dimensi Belajar untuk Ujian	L-25
Lampiran 6k	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Membaca.....	L-26
Lampiran 6l	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Tugas Administratif	L-27
Lampiran 6m	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Tugas Kehadiran	L-28
Lampiran 6n	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Kegiatan Umum Perkuliahan	L-29
Lampiran 6o	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Prokrastinasi Akademik dimensi Alasan Penundaan.....	L-30
Lampiran 7a	Gambaran data variabel <i>Self Efficacy</i>	L-32
Lampiran 7b	Gambaran data variabel Prokrastinasi Akademik.....	L-32
Lampiran 7c	Uji Normalitas variabel <i>Self Efficacy</i> dengan Prokrastinasi Akademik.....	L-34
Lampiran 7d	Hasil uji Hipotesis variabel <i>Self Efficacy</i> dengan Prokrastinasi Akademik.....	L-35
Lampiran 7e	Hasil uji Hubungan dimensi <i>Self Efficacy</i> dengan	

Prokrastinasi Akademik.....	L-36
Lampiran 7f Hasil uji Hubungan dimensi Prokrastinasi Akademik dengan <i>Self Efficacy</i>	L-37
Lampiran 7g Hasil uji perbedaan variabel <i>Self Efficacy</i> ditinjau dari jenis kelamin	L-39
Lampiran 7h Hasil uji perbedaan variabel Prokrastinasi Akademik ditinjau dari jenis kelamin	L-40
Lampiran 7i Hasil uji perbedaan variabel <i>Self Efficacy</i> ditinjau dari usia	L-41
Lampiran 7j Hasil uji perbedaan variabel Prokrastinasi Akademik ditinjau dari usia	L-41
Lampiran 7k Golongan tingkat <i>Self Efficacy</i> Mahasiswa	L-42
Lampiran 7l Golongan tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa.....	L-43
Lampiran 8a Alat Ukur Prokrastinasi Akademik Fakultas Psikologi.....	L-44
Lampiran 8b Survey Prokrastinasi Mahasiswa.....	L-49

ABSTRAK

Ida Ayu Laksmi Utari Putri (705160134)

Hubungan antara Self Efficacy dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa dalam Belajar untuk Ujian; Niken Widi Astuti., M.Si., Psi. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-xiv; 72 Halaman; P1-P7; L1-L48)

Solomon and Rothblum (1984) mendefinisikan prokrastinasi sebagai perilaku tindakan menunda-nunda dan melakukan hal yang tidak perlu hingga mengalami pengalaman yang tidak subyektif. Bandura (1997) mendefinisikan *self efficacy* sebagai keyakinan seseorang dengan kemampuannya untuk berhasil dalam belajar untuk ujian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menguji hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik Mahasiswa dalam Belajar untuk Ujian. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif-non eksperimen dengan Teknik sampling yaitu *convenience* sampling. Subyek dalam penelitian ini melibatkan 400 mahasiswa aktif di seluruh universitas di Indonesia, yang terdiri dari 89 mahasiswa pria dan 311 mahasiswa wanita. Responden juga memiliki kriteria seperti; mahasiswa dan usia 18 sampai 25 tahun. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang negatif dan signifikan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik, dengan $r = -0,406$ dan $p = 0,000 < 0,05$. Sehingga, semakin tinggi *self efficacy* individu, maka perilaku prokrastinasi akan semakin rendah. Begitu sebaliknya, semakin rendah perilaku *self efficacy*, maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi.

Keywords: *Self Efficacy*, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa.