

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Prokrastinasi Akademik

2.1.1 Pengertian Prokrastinasi

Ferrari (Nugrasanti, 2006: 26) mengemukakan bahwa menunda tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik, yaitu suatu perilaku untuk menunda-nunda mengerjakan ataupun menyelesaikan tugas-tugas akademik. Prokrastinasi berasal dari bahasa latin *‘procrastination’* dengan awalan *‘pro’* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran *‘crastinate’* yang berarti “kepunyaan hari esok”, atau jika digabungkan maka artinya menjadi “menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya” (DeSimone, dalam Ferrari, dkk 1995:4). Burka & Yuen menyampaikan, awalan *‘pro’* yang berarti forward atau meneruskan atau mendorong kedepan, dan akhiran *‘crastinus’* yang berarti *belonging to tomorrow* atau milik hari esok. Jika digabungkan menjadi *“procastinus”* yang mempunyai arti *forward it to tomorrow* (meneruskan hari esok) atau dengan kata lain berarti “saya akan melakukannya nanti” (Burka & Yuen, 2008: 5). Ferrari, J, R, dkk (1995: 8) membagi prokrastinasi menjadi dua berdasarkan jenis tugasnya, yaitu (1) prokrastinasi akademik, adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Sebagai contoh penundaan terhadap tugas kuliah atau tugas kursus. (2) Prokrastinasi non-akademik, adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non formal atau berhubungan dengan kehidupan sehari-hari (Dharma, 2020).

Prokrastinasi menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Kecenderungan penundaan tersebut berkaitan dengan pemanfaatan dan pengelolaan waktu luang. Menurut Brown & Holzman (dalam Burhani, 2016) mereka yang tidak bisa memanfaatkan waktu dengan baik dan melakukan penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas merupakan salah satu indikasi dari prokrastinasi. Ketika mendapatkan sebuah tugas, individu akan merasa malas untuk

langsung mengerjakan dan lebih memilih melakukan kegiatan-kegiatan yang lebih menyenangkan (Sandya & Ramadhani, 2021).

Prokrastinasi akademik adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun peserta didik mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk. Menurut (Harefa, D., 2020) “Prokrastinasi akademik merupakan menunda-nunda pekerjaan yang mengakibatkan dampak yang kurang baik bagi pelakunya”. Prokrastinasi akademik atau penundaan ini mengakibatkan rendahnya prestasi belajar peserta didik dan berefek pada hasil belajarnya (Laia dkk., 2022).

Syahnur (2022) dalam penelitiannya mengemukakan definisi prokrastinasi akademik menurut Ferrari (1995) yang dikutip dari Steel (2007) yakni penundaan untuk mengerjakan tugas maupun pekerjaan dengan sengaja akan tetapi individu tersebut mengetahui dampak negatif dari kebiasaan tersebut. Adapun aspek dari prokrastinasi akademik yakni *perceived time, intention-action, emotional distress dan perceived ability* (Syahnur, 2022).

Dari beberapa pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas-tugas akademik yang dilakukan secara sengaja dan dilakukan berulang-ulang tanpa memandang alasan apapun sehingga mengakibatkan dampak negatif kepada si pelaku seperti prestasi rendah, mendapatkan rangking jelek atau tidak naik kelas.

2.1.2 Aspek-aspek Prokrastinasi

Ferrari, dkk (1995) dan Stell (2007) mengungkapkan bentuk perilaku penundaan, prokrastinasi akademik bisa terbentuk karena adanya indikator tertentu yang bisa diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut terdiri dari:

- 1) *perceived time*, individu yang cenderung melakukan prokrastinasi adalah individu-individu yang gagal dalam deadline;
- 2) *intention-action*. perbedaan antara keinginan dan tindakan nyata terwujud pada kegagalan individu dalam mengerjakan tugas akademik walaupun individu tersebut mempunyai keinginan dalam mengerjakannya;

- 3) *emotional distress*, adanya perasaan cemas saat melakukan tindakan prokrastinasi;
- 4) *perceived ability*, walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif individu, namun keraguraguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi (Haryanti & Santoso, 2020).

2.1.3 Faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi

Factor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menurut Ferrari (Ferrari dkk., 1995; Lodha & Sharma, 2019; Uzun dkk., 2020; Zusya & Akmal, 2016) dibagi menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang dimaksud adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu meliputi kepercayaan diri, kontrol diri, *self-efficacy*, motivasi, regulasi diri, kesadaran diri dan *self-critical*. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu, meliputi gaya pengasuhan dan kondisi lingkungan tempat dimana mahasiswa tinggal (Fadila & Khoirunnisa, 2021).

Menurut Ghufon (2010), faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu:

1. Faktor Internal Faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu, meliputi kondisi fisik dan psikologis, yaitu:
 - a. Kondisi fisik individu Faktor dari dalam individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah berupa keadaan dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah berupa keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu misalnya *fatigue*. Tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi, walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan irasional yang dimiliki seseorang.
 - b. Kondisi psikologis individu Menurut Millgram (dalam Ghufon, 2010), trait kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan sosial

yang tercermin dalam self regulation dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Ellis dan Knaus (2002) memberikan penjelasan bahwa prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irasional yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan irasional tersebut dapat disebabkan suatu kesalahan dalam mempersepsikan suatu tugas sekolah (dalam Ghufron, 2010). Seseorang memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan.

2. Faktor Eksternal Faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu antara lain berupa pengasuhan orang tua dan lingkungan yang kondusif.
 - a. Gaya pengasuhan orang tua Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete (dalam Ghufron, 2010) menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subyek penelitian anak wanita, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak wanita yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan avoidance procrastination menghasilkan anak wanita yang memiliki kecenderungan untuk melakukan avoidance procrastination pula.
 - b. Kondisi lingkungan Kondisi lingkungan yang lenient prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan. Perilaku prokrastinasi akademik juga bisa muncul pada kondisi lingkungan tertentu. Kondisi yang menimbulkan stimulus tertentu dapat menjadi reinforcement bagi munculnya perilaku prokrastinasi. Kondisi yang rendah dalam pengawasan akan mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik.

2.2 *Self efficacy*

2.2.1 Pengertian *Self efficacy*

Konsep *self efficacy* sebenarnya adalah inti dari teori *social cognitive* yang dikemukakan oleh Albert Bandura yang menekankan peran belajar observasional, pengalaman social, dan determinisme timbal balik dalam pengembangan kepribadian. Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2010:212) *self efficacy* adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap fungsi orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Bandura juga menggambarkan *Self efficacy* sebagai penentu bagaimana orang merasa, berfikir, memotivasi diri, dan berperilaku (Bandura, 1994:2).

Menurut Bandura (1977) bahwa keyakinan diri dapat mendorong keterlibatan kegiatan belajar yang dapat mempengaruhi tingkat prestasi dan motivasi. Pendapat tersebut menekankan bahwa keyakinan diri merupakan sebuah hal yang penting yang dapat mendukung pencapaian prestasi belajar siswa. Siswa yang ingin memiliki prestasi belajar yang tinggi harus memiliki keyakinan diri dalam belajar yang tinggi pula, hal ini dikarenakan keyakinan diri dapat mempengaruhi hasil kinerjanya dan ketahanan seseorang dalam menyelesaikan tugas-tugas di sekolah. Menurut Hergenhahn dan Olson (1997) bahwa keyakinan individu tentang kemampuan dirinya dan kemampuan berhasil dalam melakukan suatu tugas akademiknya Santrock (2003) mengungkapkan keyakinan diri dapat dilihat pada individu yang yakin pada kemampuannya dalam menguasai materi akademis (Mukti & Tentama, 2019).

Self efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan atau kapasitas diri sendiri untuk menghasilkan kinerja atau menyelesaikan kegiatan (A. Malkoc & Mutlu, 2018). Pengertian *self efficacy* yang dikemukakan oleh Malkoc disimpulkan oleh Malkoc dari teori Bandura tentang *self efficacy* yang mengatakan bahwa keyakinan individu dapat membuat individu berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Fadila & Khoirunnisa, 2021).

Teori *self efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura mengatakan bahwa apa yang diri kita yakini tentang diri kita sendiri akan sangat mempengaruhi saat pengerjaan tugas, tingkat usaha, ketekunan dan kinerja selanjutnya (Klassen & M, 2008). Menurut Alex dan Fred *self efficacy* merupakan keyakinan individu tentang kemampuan diri untuk melakukan atau menyelesaikan tugas dalam konteks tertentu (Stajkovic & Luthans, 2003). Selain itu *self efficacy* dapat menentukan kapan memulai mengerjakan sesuatu, seberapa banyak upaya yang harus dilakukan dan berapa lama upaya yang dilakukan tadi bertahan lama (Stajkovic & Luthans, 2002). Berdasarkan dari penjelasan tersebut maka dapat dikatakan bahwa *self efficacy* merupakan keyakinan individu akan kemampuan yang dimilikinya untuk menghasilkan kinerja yang baik dan mencapai tujuan yang telah ditentukan sebelumnya (Fadila & Khoirunnisa, 2021).

Syahnur (2022) mendefinisikan *self efficacy* menurut Bandura (1997) yakni penilaian diri yang berhubungan dengan kemampuan dalam merencanakan untuk mengerjakan suatu pekerjaan yang akan dilakukan dengan maksud mencapai tujuan tertentu. Dengan aspek *self efficacy* yakni: *strength*, *magnitude* dan *generality* (Syahnur, 2022).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan individu pada kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi atau menyelesaikan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan untuk mencapai suatu hasil dalam situasi tertentu.

2.2.2 Aspek *Self efficacy*

Terdapat beberapa aspek *self efficacy* menurut Bandura (Bandura, 2013; Ghufron & Risnawati, 2012; Krismiyati & Musesil, 2020; Maibach & Debra, 1995; Mukti & Tentama, 2020) sebagai berikut :

1. *level*

berkaitan dengan kesulitan tugas yang akan dihadapi oleh individu.

Level berhubungan dengan pemilihan tingkah laku yang sesuai untuk

menyelesaikan tugas dan menghindari perilaku yang akan menghambat penyelesaian tugasnya.

2. *strength*

berkaitan dengan tingkat kekuatan atas keyakinan yang dimiliki oleh individu. Semakin kuat keyakinannya akan pengerjaan tugas maka individu akan semakin terdorong untuk dapat menyelesaikan tugasnya. Hal tersebut juga berlaku untuk sebaliknya, jika keyakinan yang dimiliki individu lemah maka individu tidak bisa menyelesaikan tugasnya dengan baik.

3. *generality*

berkaitan dengan seberapa banyak perilaku yang dapat dilakukan oleh individu untuk dapat menyelesaikan tugasnya. Kegigihan, tidak mudah putus asa dan tekun merupakan beberapa perilaku yang bisa digunakan untuk menyelesaikan tugas (Fadila & Khoirunnisa, 2021).

Pada artikel Bandura (2006:307-319) yang berjudul *guide for Constructing Self efficacy Scales* menegaskan bahwa ketiga dimensi tersebut paling akurat untuk menjelaskan *self efficacy* seseorang. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dimensi yang membentuk *Self efficacy* adalah tingkat (level), dimensi kekuatan (*strenght*), dan dimensi generalisasi (*generality*).

2.2.3 Sumber *Self efficacy*

Bandura (2013) mengungkapkan bahwa efikasi diri akademik dapat ditumbuhkan dan dipelajari oleh mahasiswa melalui empat sumber informasi utama, yaitu:

1. *Mastery experience* (pengalaman keberhasilan)

merupakan sumber informasi efikasi yang paling berpengaruh karena mampu memberikan bukti yang paling nyata tentang kemampuan seseorang dalam mencapai keberhasilan. Keberhasilan akan membangun kepercayaan yang kuat akan keberhasilannya. Ketika seseorang dengan mudah memperoleh keberhasilan maka mereka akan mengharapkan hasil yang cepat dan mudah mengalami putus asa akibat kegagalan.

2. *Vicarious experience* (pengalaman orang lain)

Efikasi diri akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain, sebaliknya efikasi diri akan menurun jika mengamati orang (yang dijadikan *role model*) yang kemampuannya kira-kira sama dengan kemampuan dirinya ternyata gagal.

3. *Verbal persuasion* (persuasi sosial/verbal)

dapat menjadi sarana untuk memperkuat keyakinan diri individu. Orang yang dipersuasi secara verbal bahwa mereka memiliki kemampuan untuk menguasai tugas yang diberikan cenderung mengerahkan upaya yang lebih besar dan mempertahankannya ketika kesulitan muncul dibanding dengan orang yang merasa ragu dan merasa dirinya memiliki kekurangan. Dampak dari sumber ini terbatas, namun pada kondisi yang tepat persuasi dari orang lain dapat mempengaruhi efikasi diri. Kondisi itu adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi, dan sifat realistik dari apa yang dipersuasikan.

4. *Physiological and affective states* (kondisi fisiologis)

keadaan fisik dan emosi yang mengikuti suatu kegiatan akan berpengaruh pada efikasi diri orang tersebut di bidang kegiatan yang diikuti. Emosi seperti takut, cemas, dan stres dapat mengurangi efikasi diri seseorang. Namun ketika peningkatan emosi tersebut dalam batas yang tidak berlebihan dapat meningkatkan efikasi diri (Fadila & Khoirunnisa, 2021).

2.3 Karakteristik Siswa MA

Menurut Sarwono (2007:27) Siswa adalah setiap orang yang resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di dunia pendidikan. Siswa atau anak didik adalah salah satu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral dalam proses belajarmengajar, dalam proses belajar mengajar siswa sebagai pihak yang ingin meraih cita-cita memiliki tujuan dan kemudian ingin mencapainya secara optimal. Siswa akan menjadi faktor penentu, sehingga dapat mempengaruhi segala sesuatu yang diperlukan untuk mencapai tujuan belajarnya.

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) secara umum berusia enam belas tahun sampai dengan Sembilan belas tahun dan berada pada tahap perkembangan remaja.

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan besar pada kondisi fisik, kognitif dan psikososial. Piaget menyatakan bahwa siswa sekolah menengah atas berada pada tahap perkembangan kognitif operasional formal (Papalia dkk, 2008:534).

Remaja sering berpikir tentang kemungkinan-kemungkinan yang dapat terjadi. Mereka berpikir tentang ciri-ciri ideal diri mereka sendiri, orang lain, dan dunia. Hal inilah yang disebut oleh Santrock sebagai standar ideal remaja (siswa MA). Pada tahap ini, siswa mulai membandingkan kenyataan yang terjadi dengan standar idealnya (siswa MA) (Santrock, 2007:126). Akan tetapi, kemampuan berpikir dengan pendapat sendiri pada siswa ditahap ini belum disertai pendapat orang lain dalam penilaiannya sehingga pandangan dan penilaian diri sendiri dianggap sama dengan pandangan orang lain mengenai dirinya (Fatimah, 2010:94).

Madrasah adalah satuan pendidikan formal dalam binaan Menteri Agama yang menyelenggarakan Pendidikan Umum dan kejuruan dengan Kekhasan Agama Islam yang mencakup Raudhatul Athfal, Madrasah Ibtidaiyah, Madrasah Tsanawiyah, Madrasah Aliyah dan Madrasah Aliyah Kejuruan. Sistem yang berusaha diterapkan di Madrasah adalah penggabungan antara sistem sekolah umum dengan pesantren, di dalam peraturan yang mengatur mengenai madrasah berbicara bahwa madrasah adalah lembaga pendidikan yang menggabungkan antara sistem pondok yang merupakan lembaga yang mengajarkan pendidikan agama Islam dan Sistem pendidikan dimana di dalamnya mengajarkan pelajaran-pelajaran umum. Dalam pembentukan madrasah ciri khasnya adalah mengintegrasikan antara materi agama dan materi pelajaran umum, hal itu yang membedakan dengan pondok pesantren dan sekolah umum. Meskipun mengintegrasikan keduanya tetap saja madrasah menjadikan mata pelajaran agama sebagai mata pelajaran pokok dibanding materi-materi mata pelajaran umum (Nurriziq, 2021).

Kurikulum Pendidikan Agama Islam disusun dengan memiliki karakteristik yaitu;

- a. Adanya sikap spiritual, pengetahuan, keterampilan yang seimbang dan mampu mengaplikasikannya baik di dalam lingkup madrasah maupun dalam kehidupan sehari-hari.

- b. Mengembangkan kemampuan peserta didik yang mampu dalam memahami materi Pendidikan Agama Islam dan juga mengaplikasikannya dalam kehidupannya baik secara pribadi maupun kehidupannya dalam bermasyarakat sehingga dapat menjadi contoh yang baik dalam kehidupan masyarakat. hal ini dapat dilakukan dengan pembiasaan dalam lingkungan madrasah dan juga sikap teladan guru.
- c. Menjadikan madrasah sebagai salah satu tempat belajar bagi masyarakat yaitu memberikan pengalaman belajar pada peserta didik.
- d. Mengembangkan sikap, pengetahuan dan keterampilan dengan waktu yang cukup optimal dengan memaksimalkan peran keluarga, madrasah dan juga masyarakat.
- e. Mengembangkan kompetensi inti dan kompetensi dasar. yaitu kompetensi inti pada tingkatan kelas yang disusun secara rinci dan juga kompetensi dasar pada tingkatan kelas tersebut.
- f. Kompetensi inti yang dikembangkan menjadi kompetensi dasar yang dapat. Semua pembelajaran dan juga kompetensi dasar diorganisir untuk menjadi kompetensi inti.
- g. memperhatikan prinsip-prinsip akumulatif, saling memperkuat, dan memperkaya mata pelajaran dan jenjang pendidikan.
- h. Mengoptimalkan pembelajaran Pendidikan Agama Islam yaitu tidak hanya berfokus pada sebuah mata pelajaran yang wajib dipelajari namun juga bagaimana materi Pendidikan Agama Islam ini mampu meresap dalam diri peserta didik yang kemudian diinternalisasikan dalam kehidupan sehari-hari. menjadi landasan dalam berfikir, bersikap dan juga bertindak (Nurriziq, 2021).

Sekolah MA (Madrasah Aliyah) berdasarkan teori perkembangannya, berada dalam rentang usia rata-rata 15-19 tahun, dimana dalam usia ini berada pada fase remaja. Fase remaja mengalami banyak sekali tugas-tugas perkembangan. Hurlock

(2004) mengatakan bahwa pada masa remaja merupakan masa pencarian identitas dan masa perubahan. Perubahan-perubahan yang nampak pada remaja, biasanya berhubungan dengan perkembangan psikososial, perubahan dalam hubungan dengan orangtua dan juga perubahan cita-cita (Jahja, 2015). Pembentukan dan perubahan cita-cita inilah merupakan proses pembentukan orientasi remaja pada masa depan. Havighurst (dalam Rifa'i, 2011), remaja diharapkan mampu mempersiapkan diri untuk menapaki karir ekonomi di masa yang akan datang (Hidayah & Safira, 2020).

Menurut Sukintaka dalam lanun (2007:19-20) karakteristik anak MA umur 16-18 tahun antara lain :

a. Psikis atau Mental

1. Banyak memikirkan dirinya sendiri.
2. Mental menjadi stabil dan matang.
3. Membutuhkan pengalaman dari segala segi.
4. Sangat senang terhadap hal-hal yang ideal dan senang sekali bila memutuskan masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, perkawinan, pariwisata dan kepercayaan.

b. Sosial

1. Sadar dan peka terhadap lawan jenis.
2. Lebih bebas.
3. Berusaha lepas dari lindungan orang dewasa atau pendidik.
4. Senang pada perkembangan sosial.
5. Senang pada masalah kebebasan diri dan berpetualang.
6. Sadar untuk berpenampilan dengan baik dan cara berpakaian rapi dan baik.
7. Tidak senang dengan persyaratan-persyaratan yang ditentukan oleh kedua orang tua.
8. Pandangan kelompoknya sangat menentukan sikap pribadinya.

2.4 Hubungan Antar Variabel

Masa remaja masih merupakan masa belajar disekolah. Bagi remaja, dunianya adalah sekolah, tugas-tugasnya yang utama adalah tugas sekolah. Dalam menyelesaikan masa sekolah siswa sering dihadapkan pada beberapa tugas yang

menjadi syarat kelulusan dan sebagai penilaian keberhasilan dari guru maupun teman, baik keberhasilan dalam ujian maupun dalam melaksanakan tugas sekolah (Setyani, 2007:33). Tetapi dalam menyelesaikan tugas tersebut siswa sering kali mengalami kendala sehingga dibutuhkan keyakinan yang kuat untuk dapat mengatasi bermacam kendala.

Bandura 1997 (dalam Manara 2008:27) menjelaskan bahwa pendapat atau keyakinan yang dimiliki oleh seseorang mengenai kemampuannya dalam menampilkan suatu bentuk perilaku dan hal ini berhubungan dengan keyakinan seseorang, dimana ini sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa besar dia dapat bertahan dalam menghadapi kesulitan yang dihadapinya. Dimana efikasi diri (*self-efficacy*) menurut Bandura adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (Ghufron & Risnawita, 2014:73).

Bandura menyatakan bahwa *self-efficacy* mempengaruhi bagaimana individu beraktivitas, seberapa jauh usaha individu dalam menghadapi suatu tugas tertentu, seberapa lama individu bertahan, dan reaksi emosi individu ketika menghadapi situasi atau tugas tertentu (Manara, 2008:27).

Prokrastinasi ada dikarenakan terdapat hubungan atau keterkaitan dengan variabel lain, yakni *self efficacy*, pada prokrastinasi dikaitkan pada *self efficacy* dimana dengan tingginya *self efficacy* pada pelajar maka cenderung rendah prokrastinasi pada pelajar. Andriyani (2020), Fadila (2021), Venanda (2022) dan Erdianto & Dewi (2020) mengkaitkan *self efficacy* dengan prokrastinasi pada pelajar, dimana hal ini dinilai dengan *self efficacy* yang tinggi maka akan rendah prokrastinasi pada pelajar tersebut (Andriyani & Firmansyah, 2020) (Fadila & Khoirunnisa, 2021) (Venanda, 2022) (Erdianto & Dewi, 2020). Aisyah (2020) mengkaitkan *self efficacy*, Self esteem dan locus of control pada prokrastinasi dalam tingkat mahasiswa, hal ini dikarenakan bahwa jika mahasiswa memiliki self esteem yang baik akan cenderung dapat menghargai dirinya, sehingga dengan self esteem yang baik mahasiswa dapat memandang dirinya berharga dan berperilaku sesuai dengan nilai yang ia berikan pada dirinya sendiri. Sedangkan locus of control pada mahasiswa guna menjadi pusat

kendali dirinya. *self efficacy*, self esteem dan locus of control menjadi kesatuan yang saling berkaitan karena dapat dilihat bahwa, prokrastinasi merupakan perilaku yang dapat terjadi jika *self efficacy*, self esteem, locus of control yang rendah (Aisyah & Syukur, 2020). Wulandari (2020) dan Widyaningrum & Susilarini (2021) mengkaitkan prokrastinasi dengan *self efficacy* dan self control pada mahasiswa. *Self efficacy* dan self control menjadi peran penting dalam prokrastinasi mahasiswa karena perilaku ini dipengaruhi oleh keyakinan akan dirinya yang di imbangi dengan kontrol dirinya yang baik. dengan adanya keyakinan dan kontrol diri yang baik maka mahasiswa tidak mudah terdistraksi oleh hal lain dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya (M. Wulandari & Umaroh, 2020), (Widyaningrum & Susilarini, 2021).

Dengan hal ini prokrastinasi tidak dapat berdiri sendiri, dikarenakan ada faktor yang mendukung atau memunculkan perilaku prokrastinasi ini. *Self efficacy* mendominasi faktor yang mendukung adanya prokrastinasi pada pelajar, dimana sebuah keyakinan akan kemampuan pada diri pelajar diperlukan untuk mendukung perannya sebagai siswa dan mahasiswa di sekolah. tingkat keyakinan akan kemampuan pada diri dapat dilihat melalui tingkah laku pelajar tersebut, meskipun terdapat beberapa variabel yang juga berperan dalam prokrastinasi akademik, namun *self efficacy* merupakan sebuah hal yang mendasar karena terkait pada keyakinan dan kepercayaan dirinya dan kemampuannya dalam belajar.

Dari penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara self-efficacy terhadap Prokrastinasi Akademik (Andriyani & Firmansyah, 2020) (Fadila & Khoirunnisa, 2021) (Venanda, 2022) (Erdianto & Dewi, 2020), serta di pengaruhi oleh beberapa variabel lain seperti locus of control, *self efficacy*, self-esteem (Aisyah & Syukur, 2020), *self control* (M. Wulandari & Umaroh, 2020) (Widyaningrum & Susilarini, 2021). Sehingga dengan hal ini jika pelajar memiliki internal locus of control, *self efficacy*, self-esteem dan *self control* yang tinggi, ada kecenderungan untuk tidak memiliki perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini dipicu dari berbagai faktor, sehingga dalam hal ini prokrastinasi pada pelajar berhubungan dengan tingkat *self efficacy* yang mereka miliki.

Dengan demikian siswa yang memiliki *self-efficacy* yang kuat atau tinggi, ia akan mampu bertahan dan terus mencoba melakukan beberapa tindakan untuk menghadapi kesulitan-kesulitan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas maupun ujian yang diberikan pendidik di sekolah. Maka *self-efficacy* pada siswa sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa siswa tersebut bertahan dalam menghadapi kesulitan dalam tugas-tugas sekolah. Oleh karena itu, siswa yang tidak mempunyai keyakinan diri (*self-efficacy*) pada kemampuannya sendiri untuk dapat mengatasi kesulitan maka siswa tersebut kemungkinan yang besar untuk melakukan prokrastinasi.

Seperti yang dinyatakan Steel dalam penelitiannya menjelaskan *self-efficacy* memiliki peranan cukup penting dalam dinamika kemunculan prokrastinasi. Keinginan melakukan sesuatu hal akan tinggi ketika harapan keberhasilan tinggi sehingga tingkat prokrastinasi menjadi rendah. Hal sebaliknya terjadi pada individu memiliki *self-efficacy* rendah kecenderungan melakukan prokrastinasi Steel (2007:71).

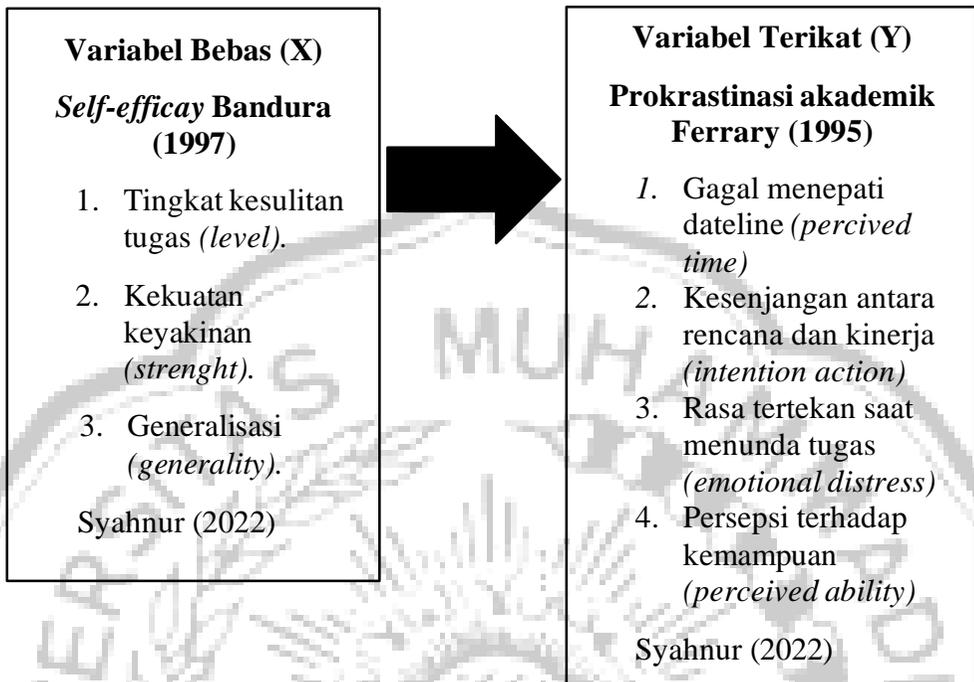
Burka dan Yuen, 1983; Solomon dan Rothblum, 1984 (dalam Ghufron & Risnawita, 2014:163) menyatakan bahwa perilaku penundaan ini dikarenakan rasa takut gagal, memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan. Gejala ini disebut Ferrari sebagai prokrastinasi atau perilaku menunda untuk memulai suatu pekerjaan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas tepat pada waktunya.

Pada penelitian ini peneliti menghubungkan *self-efficacy* menurut Bandura seperti pada penelitian menurut (M. Wulandari & Umaroh, 2020), (Syahnur, 2022), (Widyaningrum & Susilarini, 2021), (Erdianto & Dewi, 2020) dengan prokrastinasi menurut Ferrari seperti pada penelitian (M. Wulandari & Umaroh, 2020), (Haryanti & Santoso, 2020), (Khoirunnisa dkk., 2021), (Syahnur, 2022), (Widyaningrum & Susilarini, 2021), (Erdianto & Dewi, 2020). Peneliti menggunakan teori Bandura (1997) pada *self-efficacy* sebagai teori utama karena dapat dilihat bahwa teori ini banyak digunakan oleh peneliti sebelumnya, sehingga teori ini dapat dilihat kredibilitasnya sebagai teori utama. Dan juga teori ini sesuai dengan tujuan peneliti untuk melihat *self-efficacy* pada siswa. Begitupun pada prokrastinasi yang mengacu pada teori menurut Ferrari (1995), penelitian sebelumnya banyak yang menggunakan

teori menurut ferrari sebagai teori utama. Sehingga kredibilitas akan teori ini dapat dijadikan sebagai tinjauan utama. Peneliti menggunakan teori bandura pada *self efficacy* dan ferrari pada prokrastinasi yang terdapat pada penelitian menurut Syahnur (2022), hal ini dikarenakan penelitian yang dilakukan syahnur sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti saat ini, sehingga penelitian menurut syahnur dapat dijadikan acuan atau tinjauan dalam peneliti menyusun penelitian ini.



2.5 Kerangka Konseptual



2.6 Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir diatas maka hipotesis yang diajukan adalah:

1. H_a : terdapat pengaruh negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik dalam belajar pada siswa MA X.
2. H_0 : tidak terdapat pengaruh negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik dalam belajar pada siswa MA X.