

EKSPLORASI HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN PROKRASTINASI AKADEMIK

GISELA CHELSI SURA MAMUN dan YOSEPH PEDHU*

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pendidikan dan Bahasa,
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

Abstrak

Efikasi diri adalah keyakinan individu dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang meliputi komponen aktif, mampu belajar dari masa lalu, kreatif dalam menyelesaikan masalah dan mampu merencanakan tujuan. Prokrastinasi akademik adalah perilaku individu yang menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik yang meliputi aspek penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah. Teknik pengumpulan data menggunakan instrument skala penilaian. Berdasarkan hasil ujicoba instrumen, diperoleh instrumen efikasi diri memiliki 37 pernyataan valid dari 40 pernyataan dengan reliabilitas sebesar 0.964; sedangkan instrumen prokrastinasi akademik memiliki 36 pernyataan valid dari total 40 pernyataan dengan reliabilitas sebesar 0.949. Hasil analisis korelasi efikasi diri dan prokrastinasi akademik diperoleh sebesar -0,547. Hasil ini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah. Efikasi diri memberikan kontribusi sebesar 30% kepada prokrastinasi akademik.

Kata-kata kunci: efikasi diri, keyakinan individu, kreatif, prokrastinasi akademik

Abstract

Self-efficacy is an individual's belief in doing and completing tasks that include active components, being able to learn from the past, being creative in solving problems and being able to plan goals. Academic procrastination is an individual's behaviours that delays doing or completing academic tasks that include aspects of delaying starting and completing tasks, delays in doing tasks, time gaps between plans and actual performance, and doing other more enjoyable activities. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and academic procrastination of grade VIII students of SMP Strada Kampung Sawah. The data collection technique used an assessment scale instrument. Based on the results, self-efficacy instrument was obtained that had 37 valid statements out of 40 statements with a reliability of 0.964; while the academic procrastination instrument had 36 valid statements out of a total of 40 statements with a reliability of 0.949. The results of the correlation analysis of self-efficacy and academic procrastination obtained were -0.547. These results state that there is a negative and significant relationship between self-efficacy and academic procrastination of grade VIII students of SMP Strada Kampung Sawah. Self-efficacy contributes 30% to academic procrastination.

Key words: self-efficacy, individual beliefs, creativity, academic procrastination

*Penulis Korespondensi.

Email: giselamamun@gmail.com, yoseph.pedhu@atmajaya.ac.id*

PENDAHULUAN

Pendidikan yaitu proses menghadapi setiap keadaan dengan mempunyai tujuan memberdayakan diri dengan pencerahan, kesadaran, dan perubahan perilaku seseorang yang bermanfaat (Soyomukti 2015). Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 1 ayat (1) dan (2) menyatakan pendidikan yaitu proses menciptakan situasi serta proses belajar agar siswa mampu aktif dan meningkatkan kemampuannya untuk mempunyai kekuatan keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak dan keterampilan yang dibutuhkan dirinya, masyarakat, Bangsa dan Negara.

Efikasi diri saat ini masih menjadi permasalahan di kalangan para siswa. Siswa yang tidak memiliki efikasi diri yang baik selalu merasa kesulitan menjalani proses belajarnya karena kurang memiliki keyakinan atas kemampuan dalam dirinya. Efikasi diri yang kurang baik juga akan mempengaruhi siswa memiliki perilaku prokrastinasi akademik karena dirinya merasa tidak mampu mengerjakan tugas-tugasnya sehingga melakukan penundaan. Siswa pada tingkat SMP berada pada tahap remaja awal yang memiliki karakteristik: 1) rasa ingin tahu yang tinggi; 2) kemampuan berpikir logis; 3) keadaan moral; 4) keadaan emosi tidak stabil. Selain itu,

keyakinan siswa terhadap dirinya yaitu percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Karakteristik siswa yang seperti ini dapat mempengaruhi efikasi diri pada siswa. Hal ini terlihat ketika siswa diberikan tugas yang banyak oleh guru tetapi cenderung mengabaikan dengan menunda mengerjakan tugas sehingga memiliki perilaku prokrastinasi akademik. Jika hal ini dibiarkan akan berdampak buruk bagi perkembangan siswa dalam proses belajarnya.

Efikasi diri yang baik penting bagi siswa menjadi percaya diri dan yakin dirinya mampu mengerjakan semua tugas sekolah secara maksimal dan mengumpulkan tepat pada waktunya, sehingga untuk mencapai itu semua dibutuhkan efikasi diri yang tinggi. Bandura mengatakan dampak positif dari efikasi diri mampu meningkatkan prestasi, meyakinkan kemampuan diri, meningkatkan motivasi diri, dan membantu siswa mencapai tujuan, sehingga efikasi diri membantu mendorong siswa untuk melakukan sesuatu agar dapat mencapai keberhasilannya. Sementara itu dampak negatif dari rendahnya efikasi diri pada siswa yaitu mempunyai pemikiran bahwa dirinya tidak mampu mengerjakan semua tugas dengan maksimal, sehingga mengakibatkan siswa merasa tidak bisa menyelesaikan tugas hingga selesai.

Pada kenyataannya masih ada siswa yang mempunyai efikasi diri rendah, salah satu penyebabnya adalah memiliki perilaku prokrastinasi akademik. Ghufron dan Risnawita (2010) berpendapat bahwa prokrastinasi yaitu perilaku seseorang yang menunda penyelesaian suatu tugas dengan melakukan aktivitas yang tidak perlu diselesaikan. Hal ini dikarenakan siswa merasa takut mengalami kegagalan dan menganggap semua tugas yang diberikan harus dikerjakan dengan benar. Rasa takut gagal yang dialami memicu seseorang melakukan penundaan tugas sehingga menjadi suatu kebiasaan yang buruk. Menurut Pradityarahman (dalam Nasution, 2020) prokrastinasi yaitu perilaku seseorang yang menunda suatu tugas karena sedang melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dibandingkan menyelesaikan tugas. Prokrastinasi diartikan menunda suatu tugas secara terus menerus.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK SMP Strada Kampung Sawah, didapatkan gambaran fenomena berkaitan dengan efikasi diri bahwa masih terdapat siswa mempunyai efikasi diri yang rendah. Rendahnya efikasi diri ditandai dengan siswa menganggap dirinya kurang mampu, mudah menyerah, mengeluh ketika mendapatkan tugas yang banyak dan mudah putus asa. Berkaitan dengan prokrastinasi akademik, bahwa sebagian siswa mempunyai tingkat prokrastinasi akademik

yang tinggi. Siswa masih cenderung bermain game hingga lupa waktu, memprioritaskan kegiatan lain seperti bermain atau pergi dengan teman-teman dan melakukan hobi yang menyenangkan dibandingkan harus menyelesaikan tugas.

Dalam menjalani proses pembelajaran di sekolah, efikasi diri yang positif membantu siswa mengerjakan tugas dengan optimal. Siswa merasa bahwa efikasi diri yang positif akan meningkatkan keyakinan dan kepercayaan atas kemampuan yang ada pada dirinya mampu mengatasi kesulitan yang terjadi saat mengerjakan tugas sehingga dapat menyelesaikan tugas-tugas dengan maksimal. Efikasi diri yang baik mampu menurunkan prokrastinasi akademik siswa, karena dengan efikasi diri siswa mampu berusaha dengan optimal agar mencapai target yang diharapkan dalam proses belajarnya.

TINJAUAN TEORETIS

Efikasi Diri

Bandura dalam Sufirmansyah (2015) menjelaskan efikasi diri berkaitan pada keyakinan seseorang mengelola perilaku untuk keadaan yang akan dihadapinya. Efikasi diri adalah aspek mengenai diri yang memberikan pengaruh pada hidup seseorang. Santrock (dalam Novariandhini & Latifah, 2012) berpendapat efikasi diri adalah keyakinan seseorang atas kemampuannya mengelola

tugas yang dilakukannya. Bandura (1997) berpendapat efikasi diri yaitu seseorang yang yakin atas kemampuannya melakukan tindakan.

Bandura 1994 (dalam Mahsunah, Musbikhin & Hasanah, 2023) berpendapat siswa yang efikasi dirinya tinggi, antara lain: 1) Lebih aktif Siswa yang di sekolah atau di kelas lebih terlihat aktif dengan mengikuti kegiatan di sekolah, aktif saat proses pembelajaran didalam kelas. 2) Kemampuan belajar dari masa lalu Siswa yang dapat belajar dari pengalaman masa lalu. 3) Kreatif dalam menyelesaikan masalah Ketika menghadapi masalah dalam mengerjakan tugas, siswa yang mampu menyelesaikan masalah tersebut dengan cara yang positif dan kreatif. 4) Mampu merencanakan tujuan. Siswa yang dapat merencanakan tujuan dalam proses belajarnya, memiliki tujuan belajar yang jelas.

Bandura dalam Ghufro dan Risnawita (2016) berpendapat efikasi diri berdasarkan 3 dimensi, diantaranya: Dimensi tingkat, ketika siswa menyusun tugas sesuai tingkat kesulitannya. Dimensi kekuatan, berhubungan pada kekuatan harapan siswa tentang kemampuan dirinya. Dimensi generalisasi, perilaku siswa yang yakin atas kemampuannya.

Bandura dalam Sechutack (2008) berpendapat efikasi diri mempengaruhi keberhasilan individu, berdasarkan empat

macam pengalaman, diantaranya : Pengalaman belajar (kesuksesan masa lalu), pengalaman keberhasilan seseorang pada tugas yang dikerjakan sebelumnya. Melihat orang lain sukses melakukan tugas, saat melihat keberhasilan orang lain dalam menyelesaikan tugas, maka munculah pandangan pada diri sendiri jika segala tugas yang diberikan mampu diselesaikan dengan maksimal. Dukungan dari orang lain, peran orang lain ternyata dapat mempengaruhi siswa dalam mengerjakan tugas. Kondisi emosi, kondisi emosi mempengaruhi persepsi siswa mengenai kemampuan dirinya mencapai suatu tujuan yang diharapkan.

Ormrod (2008) menjelaskan terdapat upaya meningkatkan efikasi diri siswa, yaitu: 1. Berikan tugas yang siswa mampu kerjakan dengan baik dan tidak mudah putus asa. Meyakinkan siswa bahwa dirinya bisa sukses. Memperlihatkan teman-teman sebaya yang sukses. Berikan tugas besar dalam kegiatan-kegiatan kelompok kecil.

Prokrastinasi Akademik

Laia (2018) berpendapat prokrastinasi akademik yaitu kegagalan menyelesaikan tugas sampai akhir batas waktu pengumpulan tugas. Menurut Muyana (2018) prokrastinasi akademik kebiasaan seseorang untuk menunda mengerjakan tugas. Perilaku tersebut tidak efektif dan negatif, apabila terjadi secara terus menerus yang dapat menghambat

produktivitas dan mengganggu kondisi psikis seseorang. Ferrari (dalam Rizvi, 1998) berpendapat prokrastinasi akademik mempunyai pengaruh buruk, seperti menunda tugas menyita waktu banyak, tugas jadi menumpuk dan tidak mendapatkan hasil yang diharapkan.

Ferrari, dkk (Ghufroon & Risnawita, 2011) menyatakan prokrastinasi akademik berdasarkan karakteristik antara lain: Penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, prokrastinasi akan menjadi sebuah kebiasaan untuk menunda-nunda pengerjaan tugas. Keterlambatan mengerjakan tugas, siswa baru akan memulai mengerjakan tugasnya saat detik-detik batas waktu pengumpulan. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, terkadang siswa membuat rencana pengerjaan tugas. Tetapi kenyataannya rencana-rencana tersebut menjadi sia-sia karena tidak berjalan sesuai dengan harapan. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan, saat siswa merasa terlalu banyak tugas dan membuatnya sulit dalam mengerjakan, maka siswa akan menganggap tugas menjadi beban dan memilih melakukan aktivitas lain.

Menurut Ferrari, dkk (dalam Kuswandi, 2009) ada faktor penyebab prokrastinasi diantaranya : Faktor internal, kondisi fisik yang dialami siswa seperti mudah lelah dan kondisi psikologis seperti ketidaktertarikan

siswa pada tugas. Faktor eksternal, banyaknya tugas yang diberikan, kurang tersediannya alat dan sarana belajar yang mendukung.

Menurut Gunarya (2011) upaya mengurangi prokrastinasi akademik diantaranya: Telaah sikap diri terhadap tugas. Penyelarasan diri dengan tugas. Hindari perasaan terbebani. Hindarkan diri dari *perfectionism*.

METODE PENELITIAN

Subjek penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah yang berjumlah 108 siswa. Penelitian ini diselenggarakan di SMP Strada Kampung Sawah dengan alamat di Jl. Raya Kampung Sawah No. 4 Rt 03 Rw 04, Jatimelati, Kec. Pondok Melati, Kota Bekasi Prov. Jawa Barat. peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian korelasional. Teknik pengumpulan data yang dipakai penelitian ini adalah skala penilaian. Instrumen dibuat dalam bentuk kuesioner yang mengungkapkan perilaku efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Uji validitas dan reliabilitas pernyataan untuk instrument efikasi diri dilakukan sebanyak dua putaran dengan bantuan program SPSS 25.00. Putaran pertama, ada 3 pernyataan yang tidak valid dari total 40 pernyataan. Kemudian pada putaran kedua, 37 pernyataan yang tersisa seluruhnya

valid dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.964. Uji validitas dan reliabilitas pernyataan untuk instrument prokrastinasi akademik dilakukan sebanyak tiga putaran. Putaran pertama, ada 3 pernyataan yang tidak valid

dari total 40 pernyataan. Pada putaran kedua, ada 1 pernyataan yang tidak valid dari total 37 pernyataan. Kemudian pada putaran ketiga, 36 pernyataan yang tersisa seluruhnya valid dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.949. Analisis data menggunakan rumus korelasi product moment menurut Pearson untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, terdapat 29 siswa (41%) yang mempunyai tingkat efikasi diri dengan kategori tinggi, 39 siswa (56%) dengan kategori sedang, dan 2 siswa (3%) dengan kategori rendah. Berdasarkan hasil klasifikasi disimpulkan tingkat efikasi diri siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah rata-rata pada kategori sedang. Sedangkan pada variable prokrastinasi akademik terdapat 5 siswa (7%) yang mempunyai tingkat prokrastinasi akademik pada kategori tinggi, 45 siswa (64%) dengan kategori sedang, dan 20 siswa (29%) dengan kategori rendah. Berdasarkan hasil klasifikasi

disimpulkan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah rata-rata berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil pengolahan data penelitian diperoleh nilai korelasi (r) sebesar -0,547 dengan probabilitas kesalahan sebesar 0,000 ($p = 0,000$) yang artinya probabilitas kesalahan lebih kecil dari taraf signifikansi yang ditentukan yaitu 5% atau 0,05 ($0,000 < 0,05$). Hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah. Maka diartikan semakin tinggi efikasi diri, semakin rendah prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri, semakin tinggi prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah. Besarnya kontribusi efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah, dihitung berdasarkan koefisien determinasi. Koefisien determinasi ditentukan melalui perhitungan $r^2 \times 100\%$. Nilai dari hasil r yaitu $-0,5472 \times 100\% = 30\%$. Maka, efikasi diri memberi sumbangan kepada prokrastinasi akademik sebesar 30% dan sisanya (70%) dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan hasil 29 siswa (41%) yang mempunyai tingkat efikasi diri yang tinggi, 39 siswa (56%) dengan

kategori sedang, dan 2 siswa (3%) dengan kategori rendah. Hasil penelitian ini menyatakan rata-rata siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah memiliki tingkat efikasi diri dengan kategori sedang. Hasil penelitian ini selaras dengan gagasan Bandura (dalam Alwisol, 2012) yang berpendapat siswa dengan efikasi diri yang baik mempunyai keyakinan dan kepercayaan dirinya mampu melaksanakan tanggung jawabnya dengan mengerjakan tugas sekolah tepat waktu untuk mencapai hasil belajar yang diinginkan. Penelitian ini mendukung dengan penelitian Nuruddin (2015) menunjukkan tingkat efikasi diri pada siswa MA AlHidayah Wajak umumnya berada dalam ketegori sedang (64,2 %).

Hasil penelitian pada variable prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa terdapat 5 siswa (7%) yang mempunyai tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi, 45 siswa (64%) kategori sedang, dan 20 siswa (29%) dalam kategori rendah. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa rata-rata siswa kelas VIII di SMP Strada Kampung Sawah mempunyai tingkat prokrastinasi akademik dengan kategori sedang. Hasil ini sesuai dengan gagasan Ghufroon & Risnawita (2010) yang menunjukkan prokrastinasi yaitu perilaku seseorang dalam menunda mengerjakan tugas yang tidak mempunyai tujuan. Hal ini juga mendukung penelitian oleh Nuruddin (2015)

yang menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada siswa MA Al-Hidayah Wajak umumnya berada dalam ketegori sedang (64,2 %). Berdasarkan hasil uji korelasi, terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII di SMP Strada Kampung Sawah dengan koefisien sebesar -0,547. Hal ini diartikan, semakin tinggi efikasi diri, semakin rendah prokrastinasi akademik siswa kelas VIII di SMP Strada Kampung Sawah. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri semakin tinggi prokrastinasi akademik siswa kelas VIII di SMP Strada Kampung Sawah. Hasil penelitian ini mendukung penelitian Desriyanti, Aspin dan Yuliastri (2020) yang menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Tongauna.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dapat disimpulkan bahwa (1) Efikasi diri siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah diperoleh sebanyak 29 siswa (41%) berada pada kategori tinggi, 39 siswa (56%) pada kategori sedang, dan 2 siswa (3%) pada kategori rendah. (2) Prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah

diperoleh sebanyak 5 siswa (7%) berada pada kategori tinggi, 45 siswa (64%) pada kategori sedang, dan 20 siswa (29%) pada kategori rendah. (3) Hasil analisis korelasi menunjukkan terdapat hubungan negative dan signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII 68 SMP Strada Kampung Sawah. Semakin tinggi efikasi diri semakin rendah prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri, semakin tinggi prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Strada Kampung Sawah. (4) Efikasi diri memberikan kontribusi sebesar 30% kepada prokrastinasi akademik.

Saran bagi (1) Guru Bimbingan dan Konseling SMP Strada Kampung Sawah, diharapkan mampu meningkatkan efikasi diri siswa dengan menyediakan program-program non-akademik untuk mengembangkan efikasi diri dan mengurangi perilaku prokrastinasi akademik dengan memberikan kebijakan pembatasan penggunaan handphone ketika di sekolah dan menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan sehingga siswa termotivasi dan semangat belajar. (2) Siswa Kelas VIII di SMP Strada Kampung Sawah, diharapkan untuk mampu meningkatkan efikasi diri yaitu mengikuti program-program non-akademik yang diselenggarakan guru BK dan pihak sekolah mengutamakan kegiatan pembelajaran dan

mengurangi penggunaan handphone yang berlebihan saat berada di kelas sehingga dapat lebih fokus dalam belajar. (3) Peneliti Selanjutnya, diharapkan dapat meneliti faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik para siswa yaitu faktor internal prokrastinasi akademik seperti kelelahan, minat belajar siswa, kepercayaan diri, dan pengaruh lingkungan belajar terhadap proses pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditiya, F., & Rifaldi. (2020). Hubungan efikasi diri dan prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Jember. Undergraduate Thesis, Institut Agama Islam Negeri Jember. 1-121. <http://digilib.uinkhas.ac.id/id/eprint/1786>
- Ati, M., Musbikhin, & Muhimmatul, H. (2023). Pengaruh self-efficacy terhadap kepercayaan diri pada siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. 3(1). 34-48. <https://doi.org/10.53915/jbki.v3i1.318>.
- Dahlia, N. A. (2018). Prokrastinasi akademik: teori dan riset dalam perspektif pembelajaran berbasis proyek dan *self-regulated learning*. Universitas PGRI Malang. 1-182. <http://eprint.unipma.ac.id/id/eprint/70>
- Dinie, T. A., & Yulidari I. (2019). Self-control of student who tend to academic procrastination. *Jurnal Neo Konseling*. 1(2). 1-9. <http://neo.ppj.unp.ac.id/index.php/neo/article/view/109/57>.
- Efendi, R. (2013). Self-efficacy: studi indigenous pada guru bersuku Jawa. *Journal of Social and Industrial Psychology*. 2 (2). 61-67. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/sip/article/view/2595/2385>
- Emria, F., Nilma, Z., & Ifdil, I. (2018). Profil kepercayaan diri remaja serta faktor-faktor yang mempengaruhi. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia (JPPI)*. 4(1). 1-5. <https://jurnal.iicet.org/index.php/jppi/article/download/182/211>
- Hana, H. F. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. 2(2). 123-132. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/view/453>
- Hidayat, R., Wicaksono, L., & Fergina, A. (2022). Analisis efikasi diri akademik rendah pada siswa kelas IX SMP Negeri 21 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*. 11(12). 3227-3237. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/viewFile/60205/75676595442>

- Iskandar, D., Aspin, & Pambudhi, Y., A. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Tongauna. *Jurnal Sublimapsi*. 1(1). 27-35. <http://dx.doi.org/10.36709/sublimapsi.v1i1.1046>
- Jamila. (2020). Konsep prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal EduTech*. 6(2). 257-261. <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/edutech/article/view/4935>
- Khaerunisah. (2020). Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Jurusan PAI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram. Universitas Islam Negeri Mataram. 1-94. <http://etheses.uinmataram.ac.id/id/eprint/1349>
- Mahmudi, M. H., & Suroso, S. (2014). Efikasi diri, dukungan sosial dan penyesuaian diri dalam belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*. 3(2). 183-194. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i02.382>
- Makhinudin. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa di program studi S1 ilmu keperawatan fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang. 1-51. <http://eprintslib.ummgl.ac.id/id/eprint/2514>
- Miftahul, H., & Zidni, I., M. (2016). Hubungan antara prokrastinasi akademik dengan perilaku mencontek pada siswa SMK “X” Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*. 6(2). 128-137. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/isoshum/PI/article/view/1257>
- Mufidah, E. F., Pravesti, C. A., & Farid, D. A. M. (2023). Urgensi efikasi diri: tinjauan teori Bandura. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*. 3(2). 30-35. <https://ojs.abkinjatim.org/index.php/ojspdabkin/article/view/148>
- Mukti, B., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik. In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*. 341-347. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3442>

- Nafeesa. Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa yang menjadi anggota organisasi siswa intra sekolah. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*. 4(1). 53-67. <https://doi.org/10.24114/antro.v4i1.9884>
- Nike, I., P., Isma, P., & Triana, N., E. (2020). Task aversiveness sebagai prediktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Studi Guru dan Pembelajaran*. Mercu Buana University Yogyakarta Indonesia. 3(1). 124-140. <https://e-journal.my.id/jsgp/article/download/242/217/>
- Nisak, T., K. (2019) Analisis efikasi Diri (self-efficacy) siswa dalam menyelesaikan masalah matematika pokok bahasan segitiga kelas VII SMP Nuris Jember. Undergraduate thesis, IAIN Jember. 1-231. <http://digilib.uinkhas.ac.id/id/eprint/14558>
- Nurhayati, I., Wardani, D. K., & Totalia, S. A. (2015). Upaya meningkatkan academic self efficacy dan hasil belajar siswa melalui model pembelajaran discovery learning di SMK Negeri 3 Surakarta. *BISE: Jurnal Pendidikan Bisnis dan Ekonomi*. 1(1). 1- 17. <https://jurnal.uns.ac.id/bise/article/view/19924>
- Nuruddin, I. (2014). Hubungan antara self-efficacy dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa MA Al-Hidayah Wajak Malang. *Jurnal Fakultas Psikologi*. 1-83. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/637>
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX di MTs Al Hikmah Brebes. *Jurnal Hisbah*. 13(2). 51-68. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-04>
- Pertiwi, S., P., L., & Darminto, E. (2022). Hubungan antara prokrastinasi akademik dengan efikasi dan kontrol diri peserta didik SMA di Kabupaten Tulungagung. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 6(2). <https://doi.org/10.26539/terapeutik.621185>
- Rosmida, R. (2019). Analisis self-efficacy (efikasi diri) siswa dalam pembelajaran biologi kelas X MIPA di Kabupaten Indragiri Hulu (SMA Negeri 1 Peranap, SMA Negeri 1 Kelayang, SMA Negeri 1 Sungai Lala). (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau). 1-56. <http://repository.uir.ac.id/id/eprint/7899>

- Said., H., B. (2017). Prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari religiusitas. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*. 14(2). 54-77. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2017.142-05>
- Salsabila, J., & Firman. (2023). Hubungan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di Era New Normal di SMAN 2 Painan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. 7(2). 1-31. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/9184>
- Simamora, M., R., Nababan, & Marina, L. (2021). Prokrastinasi akademik dan efikasi diri mahasiswa selama masa awal pandemi COVID-19. *Institut Agama Kristen Negeri Tarutung*. 10(2). 66-79. <http://dx.doi.org/10.17977/um023v10i22021p66-79>
- Triswanto, V. S., & Laksmiwati, H. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan kesulitan belajar matematika pada siswa kelas XI di SMA Negeri X Porong. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 7(4). 79-84. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/36535/32433>
- Triyono, & Alfin M., K. (2018). Prokrastinasi akademik siswa SMA (dampak psikologis dan solusi pemecahannya dalam perspektif psikologi pendidikan islam). *Jurnal Al Qalam IAIN Surakarta*. 19(2). 57-74. <https://ojs.unsiq.ac.id/index.php/al-qalam/article/view/517>
- Zagoto, S., F., L. (2019). Efikasi diri dalam proses pembelajaran. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*. 2(2). 386-391. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v2i2.667>