LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 1 Tahun 2025.

HUBUNGAN ANTARA SELF-EFFICACY DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SMA X

Della Nurul Qolbi[1*], Budi Sarasati[2], Yomima Viena[2]
[1, 2, 3]Prodi Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
202110515016@mhs.ubharajaya.ac.id, budi.sarasatiubj@dsn.ubharajaya.ac.id, yomima.viena@dsn.ubharajaya.ac.id
*202110515016@mhs.ubharajaya.ac.id

Abstract

*Among students, we often encounter academic procrastination behavior characterized by the habit of delaying tasks, wasting time, and avoiding work that must be completed. Therefore, self-efficacy is essential to help students believe in their abilities so that they are more consistent in completing tasks. The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and academic procrastination among students at SMA X. This study is quantitative in nature. The number of respondents was 130. The sampling technique used in this study was probability sampling. The measurement tools used were the General Self-Efficacy Scale (GSES) and the Tuckman Procrastination Scale (TPS-35). The results of this study show that the correlation coefficient between the variables of parenting and academic procrastination is -0.656** with a significance level of 0.000 (p<0.05), so it can be stated that there is a negative relationship between self-efficacy and academic procrastination among students at SMA X.*

***Keyword**: Self-efficacy, Academic Procrastination, Students*

Abstrak

Di kalangan siswa, sering kali kita menjumpai perilaku prokrastinasi akademik yang ditandai dengan kebiasaan menunda tugas, membuang-buang waktu, serta menghindari pekerjaan yang harus diselesaikan. Oleh karena itu, self-efficacy sangat diperlukan untuk membantu siswa meyakini kemampuan mereka agar lebih konsisten dalam menyelesaikan tugas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan anatara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA X. Tipe penelitian ini adalah kuantitatif. Jumlah responden yang digunakan sebanyak 130 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah *General Self-Efficacy Scale* (GSES) dan *Tuckman Procrastination Scale* (TPS-35). Hasil penelitian ini menunjukkan nilai koefisien korelasi antara variabel pengasuhan dengan prokrastinasi akademik sebesar -0,656** dengan taraf signifikansi 0,000 (p<0,05) sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA X.

Kata kunci: Efikasi diri, Prokrastinasi Akademik, Siswa

Article History
Received: November 2025
Reviewed: November 2025
Published: November 2025

Plagirism Checker No 77
DOI : Prefix DOI : 10.8734/Musytari.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Liberosis

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 1 Tahun 2025.

1. Pendahuluan

Pendidikan merupakan hal terpenting dalam kehidupan seseorang. Ketika seseorang telah mengikuti perkembangan pendidikan, baik formal maupun informal, mereka akan tumbuh lebih cepat (Anwar, 2015). Pendidikan seperti yang diatur dan dinyatakan dalam UU Sisdiknas Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 menyatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Walidaina & Hidayat, 2024). Terlebih lagi jika peserta didik sudah memasuki Sekolah Menengah Atas (SMA) sudah seharusnya mereka mampu menerapkan pembelajaran dalam lingkungan yang kondusif.

Siswa SMA tergolong dalam periode perkembangan remaja. Santrock (2011) menyatakan bahwa fase remaja dapat dibagi menjadi 3 kategori usia dalam tahap perkembangan yang terdiri dari remaja awal, remaja pertengahan, dan remaja akhir. Dalam penelitian ini, fokus diarahkan pada remaja pertengahan yang berada pada rentang usia 15 sampai dengan 18 tahun. selama periode ini, individu mulai mengalami perubahan seperti perubahan dalam fungsi reproduksi yang berpengaruh pada berubahnya penyesuaian bentuk fisik, kondisi mental dan cara seseorang menjalani peran sosial (Santrock, 2011). Dalam fase pertumbuhan ini pula banyak remaja yang mengalami berbagai masalah terkait dengan pendidikan, namun aktivitas belajar tersebut tentunya tidak selalu berlangsung dengan lancar seperti yang diharapkan individu.

Selama proses pembelajaran, siswa akan menghadapi berbagai macam peraturan akademik yang telah diterapkan disekolah, hadir tepat waktu, mengerjakan dan menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu. Lukyani (2022) pada hasil survei yang dikutip dari berita Kompas.com menyatakan bahwa setelah melakukan analisis meta untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat prokrastinasi akademik dikalangan siswa, terdapat 80% hingga 90% siswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Lalu, berita yang dilaporkan oleh Rohmayana (2022) dikutip dari berita TribunJambi.com bahwa artis berinisial AR mengatakan dirinya sempat terancam di drop out (DO) dari kampusnya akibat terlalu lama menunda-nunda dan tak kunjung menyelesaikan tugas akhirnya. Kemudian, Gatra (2024) dikutip dari Kompas.com bahwa siswa melakukan kegiatan nongkrong setelah pulang sekolah membuat mereka merasa kelelahan pasca aktivitas yang pada akhirnya siswa menghindari dan menunda melakukan pekerjaan rumah. Berdasarkan paparan di atas terlihat jelas fenomena penundaan tugas memiliki nama yang populer di kalangan siswa yaitu sebagai prokrastinasi akademik.

Ferrari (1995) menerangkan istilah prokrastinasi berasal dari bahasa latin, yaitu *procrastinare*. Kata ini tersusun dari dua bagian, *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan *crastinus* yang berarti keputusan hari esok. Jika di gabungkan, maknanya merujuk pada menunda hingga keesokan harinya. Prokrastinasi akademik adalah suatu penundaan yang dilakukan secara sadar dalam mengerjakan sebuah tugas, memilih menciptakan perilaku malas dan lebih memilih menjalankan aktivitas lain (Ghufron & Risnawita, 2010). Tuckman (1991) juga menambahkan bahwa prokrastinasi dianggap sebagai individu yang membuang-buang waktu, menghindari *deadline*, mencari kesenangan dari pada mengerjakan tugas, dan individu yang menyalahkan orang lain akan kesalahannya dalam mengerjakan tugas yang dikerjakan tidak dengan sukarela.

Guna menguatkan adanya fenomena prokrastinasi akademik, peneliti melakukan survei kepada siswa di SMA X. Dari hasil survei yang dilakukan kepada 30 siswa, banyaknya siswa yang terlibat dalam menunda-nunda tugas akademik. Sebanyak 53% siswa menunda langkah awal

untuk mulai mengerjakan tugas. 33% siswa merasa kesulitan dalam melakukan hal-hal yang tidak ia sukai. 14% siswa menyalahkan orang lain akan kesulitan yang dihadapinya. Salah satu bentuk tingkat prokrastinasi paling tertinggi yang dilakukan oleh siswa adalah 53% siswa tidak memulai menyelesaikan tugas akademik mereka, hal inilah yang menjadi salah satu penghambat bagi siswa dalam melakukan kegiatan belajar.

Prokrastinasi akademik sering kali terjadi di kalangan siswa, adapun permasalahan yang ditemukan berdasarkan hasil survei terhadap fenomena yang terjadi di lapangan, ditemukan bahwa ada indikasi faktor penyebab yang mempengaruhi siswa-siswi di SMA X dalam menunda-nunda pekerjaan. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti siswa merasa kesulitan pada saat belajar, rendahnya *self-efficacy* terhadap kemampuan yang dimilikinya, dan kebiasaan menunda-nunda tugas akademik yang di berikan oleh guru (Shodiq et al., 2023). Pada akhirnya ketika batas waktu pengumpulan tugas semakin dekat dan siswa mengalami kesulitan karena belum menyelesaikan tugas tersebut. Fenomena prokrastinasi akademik juga diperkuat oleh Ferrari (1995) menegaskan perihal faktor-faktor yang membuat siswa cenderung menjadi prokrastinator, yaitu takut akan kegagalan, perasaan malas, rendahnya *self-efficacy*, *self-regulation*, *self-control*, kecemasan, pola asuh, dan kondisi lingkungan.

Keyakinan yang dimiliki siswa saat menyelesaikan tugas akademik memegang peranan penting dalam memastikan keberhasilan proses belajar mereka. Individu sebagai siswa selayaknya memiliki keyakinan dalam dirinya, salah satu keyakinan diri siswa mengenai kemampuan dan kecakapannya untuk melakukan tugas akademik adalah dengan *self-efficacy*. (Bandura, 1997) menerangkan bahwa *self-efficacy* pada dasarnya ialah keyakinan dirinya sendiri dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu serta evaluasi kemampuan atau kompetensi diri individu untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. *Self-efficacy* merupakan suatu hal yang patut dimiliki individu untuk menghindari keraguan dalam bertindak. Umumnya, *self-efficacy* merupakan rasa keyakinan seseorang bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu atau keputusan sendiri untuk meraih suatu tujuan (Sari & Aziz, 2022).

Hal tersebut dapat didasarkan pada hasil penelitian yang dilakukan oleh (Iskandar et al., 2020) ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Bahwa *self-efficacy* yang tinggi akan lebih menghindari untuk keterlambatan dalam menyelesaikan sehingga mereka akan berusaha mencari cara untuk memecahkan masalah dan bertindak untuk menyelesaikannya. Sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang rendah meragukan hasil yang akan dicapai dan merasa tugasnya tidak akan dikerjakan dengan sempurna.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, mengenai *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik membuat peneliti tertarik untuk mengangkat penelitian dengan judul "Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA X".

2. Tinjauan Pustaka

Tuckman (1991) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah tindakan menunda atau menghindari penyelesaian tugas yang telah diberikan oleh orang lain. Ferrari (1995) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai tindakan menunda-nunda pengerjaan kewajiban akademik, termasuk pekerjaan sekolah, tugas perkuliahan, atau kegiatan pembelajaran lainnya yang dilakukan oleh seseorang dengan sengaja karena lebih memilih untuk melakukan aktivitas lain yang bersifat kurang penting. Mccloskey dan Scielzo (2015) merupakan kecenderungan individu untuk mengabaikan atau melakukan penundaan pada kegiatan dan tindakan yang

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889

berhubungan dengan kewajiban akademiknya. Kurniawan (2017) berpendapat bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku penundaan baik pada tugas, belajar untuk menjelang ujian, dan kegiatan lainnya di alihkan dengan kegiatan di luar akademik, serta penundaan yang dilakukan secara berulang-ulang.

Berdasarkan paparan definisi dari para ahli, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku menunda-nunda untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dilakukan secara sadar dan diperlakukan berulang kali melalui cara mengalihkan perhatian pada aktivitas lain yang bersifat menyenangkan dan tidak penting untuk dilakukan, sehingga hal tersebut dapat mengganggu kinerja akademik siswa.

Bandura (1997) mendefinisikan *self-efficacy* adalah keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimiliki dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil yang positif. Alwisol (2018) menjelaskan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan seseorang pada kemampuannya sendiri untuk menyelesaikan ataupun menyikapi kondisi tertentu dengan bijak. Santrock (2019) berpendapat bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan seseorang akan kapasitas dirinya saat mengatasi berbagai situasi serta mampu memanfaatkannya untuk mencapai hasil yang positif. Fadillah (2019) menerangkan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan seorang individu terhadap kemampuan yang dimiliki untuk melakukan sesuatu yang menjadi tuntutan sehingga ia mampu bertahan dan menjalankan kegiatan secara optimal tanpa mudah menyerah di tengah jalan.

Dari berbagai penjelasan definisi diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa *self-efficacy* merupakan sebuah keyakinan diri yang dimiliki individu tentang kemampuan dan kapasitasnya dalam melakukan suatu hal serta mampu bertahan ketika mengatasi kesulitan untuk dapat memperoleh hasil yang diinginkan.

3. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional untuk mengetahui kekuatan hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Metode penelitian dengan pendekatan kuantitatif merupakan penelitian yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu dengan maksud untuk menjelaskan dan melakukan pengujian hipotesis yang sudah ditentukan (Sugiyono, 2018). Dengan metode ini memungkinkan peneliti untuk mengkaji perilaku siswa berdasarkan data yang diperoleh.

Populasi adalah area yang meliputi objek ataupun individu dengan sifat dan karakter khusus yang telah ditentukan oleh peneliti untuk ditelaah sehingga dapat ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2018). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMA X dari kelas X, XI, dan XII dengan total sebanyak 1280 siswa. Berdasarkan populasi yang sudah diketahui teknik sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat eror 10% sehingga peneliti mengambil sampel sebanyak 130 responden yang di antaranya adalah kelas X terdapat 30 responden, XI berjumlah 50 responden, dan juga kelas XII sebanyak 50 responden.

Teknik untuk pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling*. Sugiyono (2018) *probability sampling* adalah untuk memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih sebagai anggota sampel. Dengan jenis *simple random sampling*. *Simple random sampling* adalah teknik pengambilan sampel dari

LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027
Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 1 Tahun 2025.

populasi yang memiliki peluang yang sama bagi setiap sampel tanpa membedakan strata dalam populasi tersebut. (Sugiyono, 2018).

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui kesioner, data disebar menggunakan platform *Google Form*. Penelitian ini menggunakan dua skala yang akan diteliti, meggunakan skala *self-efficacy General Self-Efficacy Scale* (GSES) dibuat oleh peneliti Bandura (1997) dan dikembangkan oleh Harpizon (2025). Instrumen ini mengukur tiga aspek, yaitu tingkat kesulitan (*level*), keyakinan (*strength*), dan keluasan (*generality*) yang terdiri atas 30 aitem. Selanjutnya, skala prokrastinasi akademik *Tuckman Procrastination Scale* (TPS) yang dilakukan oleh Tuckman (1991) dimodifikasi oleh Putra (2024). Inistrumen ini mengukur tiga aspek, yaitu membuang waktu, penghindaran terhadap tugas, dan menyalahkan pihak lain yang terdiri dari 35 butir aitem pernyataan.

Metode analisis data yang digunakan dalam peneltian ini yaitu metode koefisien korelasi,uji normalitas, dan uji linearitas. Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini untuk menguji hipotesis bahwa terdapat atau tidak hubungan antara variabel *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Prasyarat untuk melakukan analisis korelasi adalah bahwa data harus terdistribusi secara normal dan terdapat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen (Sugiyono, 2018).

4. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

Tabel 1 Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik

Kategori	Skor	N	Presentase
Rendah	<70	9	6,9%
Sedang	70 – 110	52	40%
Tinggi	≥ 110	69	53,1%
	Total	**130**	**100%**

Berdasarkan tabel kategorisasi prokrastinasi akademik, dapat diketahui bahwa dari 130 responden menunjukkan presentase 6,9% dengan 9 subjek berada pada kategori rendah, selanjutnya 40% dengan 52 subjek berada pada kategori sedang, dan 53,1% dengan 69 subjek berada pada kategori tinggi. Dapat disimpulkan bahwa sebagian responden memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi.

LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 1 Tahun 2025.

Kategorisasi *Self-Efficacy*

Tabel 2 Kategorisasi Skor *Self-Efficacy*

Kategori	Skor	N	Presentase
Rendah	<61	1	0,8%
Sedang	61 – 95	73	56,2%
Tinggi	>95	56	43,1%
	Total	**130**	**100%**

Sejalan dengan tabel diatas mengenai kategorisasi *self-efficacy*, dapat diketahui dari 130 responden terdapat 1 subjek berada pada presentase 0,8% dengan kategori rendah, 73 subjek sebesar 56,2% memiliki kategori sedang, dan 56 subjek 43,1% masuk ke dalam kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* yang dimiliki siswa cenderung tinggi.

Tabel 3 Uji Korelasi Pearson

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikansi	Jumlah Subjek
Self-Efficacy **Prokrastinasi Akademik**	-0,656**	0,000	130

Berdasarkan hasil uji korelasi memperlihatkan bahwa nilai koefisien korelasi diperoleh sebesar -0,656** menggunakan tingkat signifikansi 0,000 (p<0,05) nilai ini termasuk ke dalam kategori korelasi negatif yang kuat. Artinya, terdapat hubungan negatif pada kedua variabel.

Pembahasan

Hasil penelitian ini diawali dengan diperolehnya sejumlah 130 siswa di SMA X yang terlibat dalam penelitian. Penelitian ini melakukan uji asumsi dasar yang mencakup uji normalitas dan uji linearitas. Dapat diketahui bahwa uji normalitas memperlihatkan kedua variabel memiliki nilai signifikansi yang menunjukkan data terdistribusi normal. Hasil ini menunjukkan bahwa sebaran data antara kedua variabel relatif merata. Selanjutnya, berdasarkan hasil uji linear adanya hubungan linear yang bersifat signifikan terhadap masing-masing varibel yang diteliti. Dalam hal ini, uji normalitas dan uji linearitas sama-sama masuk dalam kategori uji asumsi terpenuhi.

Berdasarkan hasil kategorisasi dimulai dari variabel terikat yaitu prokrastinasi akademik masuk dalam kategori tinggi, pada hasil hitung 53,1% sebanyak 69 subjek. Hal ini menjelaskan bahwa lebih dari setengah subjek melakukan penundaan tugas. Anggraini (2024) menjelaskan

bahwa prokrastinasi akademik seringkali terjadi pada murid yang sedang menyelesaikan pendidikan. Selanjutnya hasil kategorisasi variabel bebas, yaitu *self-efficacy* juga termasuk dalam kategori cenderung tinggi dengan presentase 56,2% sebanyak 73 subjek. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden mempunyai *self-efficacy* yang cukup baik atas potensi diri mereka dalam menuntaskan tugas. Sejalan dengan pendapat Bandura (1997) keyakinan diri yang dihadapi dengan baik dan melakukan tindakan yang diperlukan guna memperoleh tujuan yang telah ditetapkan.

Selanjutnya, hasil uji korelasi pearson pada variabel *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik menunjukkan adanya arah hubungan negatif yang memperoleh nilai sebesar -0,656** dengan tingkat signifikansi 0,000 (p<0,05) nilai ini termasuk ke dalam kategori korelasi negatif yang kuat pada kedua variabel. Hubungan yang bersifat negatif tersebut menandakan bahwa *self-efficacy* yang tinggi akan berpengaruh pada rendahnya prokrastinasi akademik siswa. Di sisi lain, jika *self-efficacy* rendah cenderung akan terjadi peningkatan prokrastinasi akademik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik.

Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Afra (2022) memperoleh hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik yang dimiliki siswa. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Putra (2024) yang mendapatkan hasil bahwa regulasi diri memiliki hubungan negatif signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Fauzi (2024) juga menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik.

Merujuk pada hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki sejumlah keterbatasan dan kekurangan. Salah satu keterbatasan tersebut adalah pada proses untuk pengumpulan data, di mana data yang diperoleh dari penyebaran kuesioner terkadang kurang mencerminkan pendapat yang sebenarnya dari responden. Hal ini disebabkan karena kondisi saat mengisi kuesioner penelitian yang kurang ideal, seperti ketika siswa sedang dalam pelajaran sehingga waktu yang diberikan oleh pihak sekolah sangat terbatas dan berada di luar kendali peneliti. Selain itu, kekurangan lain dari penelitian ini adalah keterbatasan dalam menjangkau kondisi psikologis responden secara mendalam, karena instrumen yang digunakan tidak sepenuhnya mampu menggali alasan dan dorongan siswa untuk menunda dan membuang waktu dalam menyelesaikan tugas.

5. Simpulan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, ditemukan bahwa adanya hubungan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA X. Merujuk pada hasil uji korealisonal yang memperoleh nilai sebesar -0,656** dengan tingkat signifikansi 0,000 (p<0,05) yang menunjukkan kategori korelasi yang kuat. Terbukti bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki individu, maka semakin rendah untuk melakukan prokrastinasi akademik. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy*, maka semakin tinggi individu melakukan prokrastinasi akademik. Dapat dikatakan bahwa hipotesis alternatif (Ha) diterima.

Daftar Referensi

Afra, M. S., Surur, N., & Kholili, M. I. (2022). Hubungan antara Self-Efficacy dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, *6*(2), 83–91. https://doi.org/10.20961/jpk.v6i2.66580

PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027 Online ISSN: 3026-7889

Alwisol. (2018). *Psikologi Kepribadian* (Edisi Revi, pp. 1–380). UMM Press. https://books.google.co.id/books?id=ZuB0DwAAQBAJ&pg=PA45&source=gbs_selected_pages&cad=1#v=onepage&q&f=false

Anggraini, D. S. H., Cahyono, B. E. H., & Saputro, A. N. (2024). Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Mahasiswa pada Mata Kuliah Penulisan Karya Tulis Ilmiah. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, *5*(6), 2613–2627. https://doi.org/https://doi.org/10.38035/jmpis.v5i6

Anwar, M. (2015). *Filsafat Pendidikan* (Edisi I). Kencana.

Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Excercis Of Control*. Worth Publishers.

Fadillah, A. (2019). Hubungan Harga Diri Dengan Perilaku Menyontek Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikoborneo*, *7*(4), 657–664.

Fauzi, R. &, & Yuliana, Y. V. (2024). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa di SMK X. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, *2*(8), 155–162.

Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance Theory, Research, and Treatment*. Bussines Media. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6

Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.

Harpizon, N. A., Vebrianto, R., & Agribisnis. (2025). Pengambangan Instrumen Self-Efficacy Siswa Kelas V. *Jurnal Ilmiah Pendiidkan IPA*, *7*(1), 163–171. https://doi.org/https://doi.org/10.29100/.v7i1.5827

Iskandar, D., Aspin, A., & Pambudhi, Y. A. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Sman 1 Tongauna. *Jurnal Sublimapsi*, *1*(1), 27–35.

Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Koseling Gusjigang*, *3*(1), 97–103. http://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/download/1120/1071

Lukyani, L. (2022). *Kebiasaan Menunda-nunda Pekerjaan*. Kompas.Com. https://www.kompas.com/sains/read/2022/03/26/093200523/4-penyebab-prokrastinasi-kebiasaan-menunda-nunda-pekerjaan?page=all

McCloskey, J., & Scielzo, S. A. (2015). Finally!: The Development and Validation of the Academic Procrastination Scale. *Research Gate*, 1–43. https://doi.org/10.13140/RG.2.2.23164.64640

Putra, G. A., & Kristianingsih, S. A. (2024). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. *Jurnal Mirai Management*, *9*(2), 1–8. https://doi.org/10.37531/mirai.v9i2.6584

Rohmayana. (2022). *Arafah Rianti Akhirnya Diwusda, meski sempat terancam di Drop Out Pihak Kampus*. TribunJambi.Com. https://jambi.tribunnews.com/2022/03/02/arafah-rianti-akhirnya-diwisuda-meski-sempat-terancam-di-drop-out-pihak-kampus

Sandro Gatra. (2024). *Nongkrong dan Prokrastinasi Akademik*. Kompas.Com. https://www.kompas.com/edu/read/2024/05/15/173341171/nongkrong-dan-prokrastinasi-akademik?page=2#google_vignette

Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Erlangga.

Santrock, J. W. (2019). *Adolescence Sevententh Edition*. McGraw-Hill Education.

Sari, D. T., & Aziz, A. (2022). Hubungan Antara Self Efficacy dengan Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area. *Tabularasa : Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, *4*(1), 82–90.

Shodiq, W. N., Tagela, U., Windrawanto, Y., Kristen, U., & Wacana, S. (2023). Hubungan Antara

Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Info Artikel Abstract Sejarah Artikel. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, *6*(2), 786–792.

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, *51*(2), 473–480. https://doi.org/10.1177/0013164491512022

Walidaina, T., & Hidayat, H. (2024). Hubungan Self Efficacy Siswa terhadap Minat Belajar dalam Pembelajaran Daring di UPTD SDN 28 Indrapura. *ARMADA : Jurnal Penelitian Multidisiplin*, *2*(6), 367–374. https://doi.org/10.55681/armada.v2i6.1345