

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM *TWINNING*
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Oleh :

RESPATI NOVATRIA DEWI

F 100100137 / G 000100229

**PROGRAM TWINNING
FAKULTAS PSIKOLOGI – AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM TWINNING
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi dan Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mencapai Derajat Sarjana
(S-1) Psikologi dan Derajat Sarjana (S-1) Tarbiyah*



Oleh :

RESPATI NOVATRIA DEWI

F 100100137 / G 000100229

**PROGRAM TWINNING
FAKULTAS PSIKOLOGI – AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM *TWINNING*
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

Diajukan oleh :

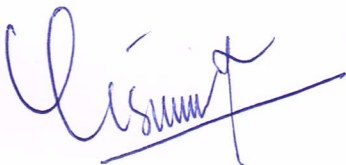
RESPATI NOVATRIA DEWI

F 100100137 / G 000100229

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji

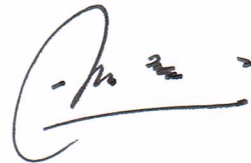
Telah disetujui oleh :

Pembimbing I



Dr. Lisnawati Ruhaena, S.Psi., M.Si

Pembimbing II



Dra. Chusniatun M.Ag

Surakarta, 16 Oktober 2014

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM *TWINNING*
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

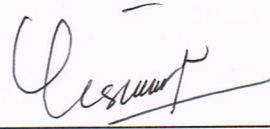
Yang diajukan oleh :

RESPATI NOVATRIA DEWI
F 100100137 / G 000100229

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 13 November 2014
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

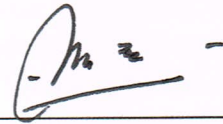
Penguji Utama

Dr. Lisnawati Ruhaena, S.Psi., M.Si



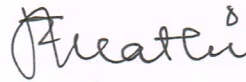
Penguji Pendamping I

Dra. Chusniatun, M.Ag



Penguji Pendamping II

Dra. Partini, M.Si



Penguji Pendamping III

Drs. M. Darajat Ariyanto, M.Ag



Surakarta, 22 November 2014
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi
Dekan



(Taufik., M.Si., Ph.D)

Fakultas Agama Islam
Dekan



(Dr. M Abdul Fattah Santoso., M.Ag)

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM TWINNING
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**Respati Novatria Dewi
Lisnawati Ruhaena**

Respatinovatria.rd@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

ABSTRAK

Mahasiswa *twinning* mempunyai beban tugas akademik dua kali lebih banyak dari kelas reguler, maka diharapkan mahasiswa *twinning* mempunyai efikasi diri yang tinggi untuk mempersiapkan dirinya dengan tantangan tugas akademik yang lebih banyak. Tujuan utama pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program *twinning* di UMS. Hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program *twinning* UMS. Subyek penelitian adalah mahasiswa program *twinning* UMS berjumlah 72 orang dengan karakteristik mahasiswa yang terdaftar dan aktif menjalani perkuliahan *twinning* dari angkatan 2010 sampai 2013. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji korelasi *product moment* dengan menggunakan program bantu SPSS 19,0 *For Windows Program*. Berdasarkan hasil analisis *product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,569; $p = 0,000$ ($p < 0,05$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Tingkat efikasi diri tergolong tinggi sebesar 67,49 dan tingkat prokrastinasi akademik tergolong rendah sebesar 60,78. Sumbangan efikasi diri pada mahasiswa *twinning* program terhadap prokrastinasi akademik sebesar 32,3% yang berarti terdapat 67,7% variabel lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik selain efikasi diri.

Kata kunci : *Efikasi Diri, Prokrastinasi Akademik*

PENDAHULUAN

Twinning Program adalah salah satu program unggulan Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan sistem perkuliahan mengambil dua program studi sekaligus yang memiliki kesamaan kurikulum (UMS, 2010).

Kendala yang sering dialami oleh mahasiswa *program twinning* adalah kurangnya motivasi, regulasi diri, penyesuaian diri atau karena tugas cukup sulit dikerjakan yang akhirnya menyebabkan prokrastinasi akademik.

Perilaku menunda pekerjaan ini merupakan perilaku tercela karena ia menyia-nyiakan nikmat waktu yang telah diberikan oleh sang pemilik waktu Allah SWT, seperti sabda Rasulullah dalam HR. Bukhari no.5933: dua nikmat yang sering di sia-siakan oleh manusia adalah kesehatan dan waktu luang. Prokrastinasi akademik adalah kebiasaan yang mengakibatkan berbagai konsekuensi negatif seperti membuang waktu atau meninggalkan tugas akademik (Zakiyah, Hidayat, & Setyawan, 2010).

Sesungguhnya manusia sedang dalam kerugian kecuali dia yang beramal baik dan mampu memanfaatkan waktu (QS.Al-Ashr 103:1-3):

وَالْعَصْرِ ۝ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۝ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ۝

“Demi masa, Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan saling menasehati dalam kebenaran dan saling menasehati dalam kesabaran” (Departemen Agama RI, 2005).

Apabila seorang mahasiswa sadar akan berharganya waktu maka dia tidak akan menyia-nyiakannya dan tidak akan menunda pekerjaannya. Nasehat Rasulullah:

“Gunakanlah 5 perkara sebelum 5 perkara: masa mudamu sebelum masa tuamu, sehatmu sebelum sakitmu, kayamu sebelum miskinmu, waktu sengangmu sebelum waktu sempitmu, dan hidupmu sebelum matimu.”

Oleh karena itu kita harus memanfaatkan waktu dengan tidak menunda-nunda pekerjaan yang bisa kita lakukan sekarang (KMI, 2006).

Manusia optimis dalam Islam dicerminkan melalui keimanannya karena dia meyakini adanya masa

dimana keadilan tidak bisa dimainkan, yakni akhirat (Hude, 2006).

Pada ayat 7 surat al-Insyirah: Allah SWT memerintahkan agar kita melakukan kegiatan berikutnya setelah selesai dari suatu kegiatan. Manusia diperintahkan agar dinamis, terus bergerak, kerja keras tanpa lelah, berpikir tanpa henti. Sementara dalam ayat 8 Allah swt memerintahkan agar kita selalu berharap hanya kepada Allah. Ini mengandung makna bahwa seseorang harus selalu berusaha dan percaya pada kemampuan diri dengan harapan percaya kepada Allah SWT (Adib, 2013).

Fenomena prokrastinasi banyak ditemui di luar maupun di dalam negeri. Menurut penelitian Ellis dan Knaus pada 1997 (dalam Tjundjing, 2006) sekitar 70% mahasiswa dari kampus di Amerika berprokrastinasi. Fenomena dalam negeri adalah hasil penelitian Mayasari, Mustami'ah & Warni (2010) terdapat sebanyak 75% mahasiswa Universitas Hang Tuah Surabaya angkatan 2007-2010 melakukan prokrastinasi akademik

pada aspek kesenjangan waktu antara rencana kerja dan kinerja aktual serta penelitian Utomo (2010) yang dilakukan pada mahasiswa UMS dalam 11 fakultas dengan jumlah 110 subyek menyatakan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa UMS tergolong sangat tinggi.

Prokrastinasi umumnya terjadi dalam mengerjakan tugas makalah daripada belajar untuk ujian atau mengerjakan tugas mingguan. Dalam penelitian Senecal, Koestner, & Vallerand, (1995) menyimpulkan bahwa motivasi lebih berperan terhadap prokrastinasi daripada manajemen waktu. Serta dalam penelitian Andarini dan Fatma (2013) menghasilkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik.

Aspek-aspek yang mengakibatkan prokrastinasi akademik menurut Ferrari dkk (dalam Ghufro dan Risnawita, 2012) adalah kebiasaan menunda, mengalami keterlambatan, kesenjangan waktu, skala prioritas. Faktor-faktor yang berpengaruh seperti: *self esteem*, *self efficacy*, *perfectionisme*, dan *self monitoring*, pemberontakan terhadap

kontrol dan figur otoritas, pengalaman dalam kelompok, model-model sukses maupun kegagalan (Burka dan Yuen, 2008).

Bandura (1997) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang sangat penting dalam menentukan apakah siswa berprestasi atau tidak adalah *self efficacy*. Sebab efikasi diri berhubungan dengan keyakinan yang dimiliki individu atas kemampuan yang dimiliki.

Efikasi diri menentukan bagaimana orang merasa, berpikir, memotivasi diri dan berperilaku. Keyakinan tersebut menghasilkan efek yang beragam melalui empat proses utama yaitu kognitif, motivasi, afektif dan proses seleksi. Jika seorang berpikiran positif dengan kemampuannya serta ia memiliki usaha untuk melakukan sesuatu maka kekuatan pun akan terkumpul sehingga tercapailah keberhasilan. Sedangkan bagi seseorang yang kurang yakin dengan kemampuan diri, dia cenderung minder dan kurang usaha dalam menggapai keberhasilan dan dekat dengan kegagalan (Bandura, 1994).

Aspek-aspek yang berpengaruh terhadap efikasi diri menurut Bandura (1997) adalah *level, generality, strenght*. Faktor-faktor yang berperan menurut Atkinson (1995) adalah keterlibatan individu dalam peristiwa yang dialami, persuasi verbal, situasi-situasi psikologis. Bandura (1997) menambahkan: sifat dari tugas yang dihadapi, *reward* yang diterima dari orang lain, peran individu dalam lingkungannya, informasi tentang kemampuan diri.

Hasil survei lapangan terhadap mahasiswa *twinning* sebanyak 40 orang, terdapat 52,5% mahasiswa mengaku sering menunda tugas dan yakin dengan kemampuan dirinya 47,5% mahasiswa mengaku jarang menunda tugas kuliah dan yakin dengan kemampuannya.

Berdasarkan permasalahan di lapangan, dapat disimpulkan bahwa terdapat 52,5% mahasiswa *twinning* UMS melakukan prokrastinasi akademik. Sedangkan dalam HR Bukhari no.5933: dua nikmat yang sering dilupakan oleh manusia adalah kesehatan dan waktu luang. Dan dalam HR Bukhari no.5937: bila

berada di pagi hari janganlah menunggu waktu sore, pergunakanlah waktu sehatmu sebelum waktu sakitmu, dan hidupmu sebelum matimu (Maktabah Syamilah, 1997). Hadist merupakan salah satu pedoman ummat Islam selain Al-Qur'an, oleh karena itu seorang muslim dan muslimah wajib melaksanakan perintah Rasulullah dalam hadist. Menurut Burka dan Yuen (2008) faktor internal yang mengakibatkan prokrastinasi akademik salah satunya adalah efikasi diri.

Masalah di atas menunjukkan bahwa terdapat fenomena yang kontras dengan norma ajaran Islam, yaitu mahasiswa *twinning* diharapkan memiliki keyakinan diri yang tinggi, namun 52,5% mengaku sering menunda dan itu tidak sesuai dengan norma yang diajarkan oleh agama Islam. Oleh karena itu muncul pertanyaan: Apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program *twinning* Universitas Muhammadiyah Surakarta? Untuk menjawab pertanyaan penelitian tersebut,

penulis tertarik mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program *Twining* Universitas Muhammadiyah Surakarta”.

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui :

1. Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa *twining program* UMS,
2. Tingkat prokrastinasi akademik,
3. Tingkat efikasi diri dan
4. Sumbangan efektif efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik.

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi penelitian secara teoritis dan praktis :

1. Secara teoritis diharapkan dapat memberikan data dan hasil analisis mengenai hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, sehingga memperkaya kajian psikologi pendidikan dan Islam.
2. Manfaat praktis penelitian ini adalah :
 - a. Bagi subyek diharapkan mampu memberikan masukan sebagai bahan instrospeksi dalam

meningkatkan efikasi diri guna mencegah prokrastinasi akademik, dengan demikian mampu mengurangi atau bahkan mencegah melakukan prokrastinasi akademik.

- b. Bagi dosen dan pembimbing akademik, memberikan sumbangan informasi mengenai tingkat efikasi diri dengan prokrastinasi akademik sehingga mampu mengambil disiplin akademis yang tepat sebagai upaya meminimalisir atau mencegah prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
- c. Bagi penyelenggara program, dapat memberikan sumbangan informasi mengenai implementasi dan kesulitan mahasiswa program *twinning*.
- d. Bagi peneliti selanjutnya, dapat digunakan sebagai referensi serta mampu mengembangkan dan menyempurkan untuk mencapai hasil yang lebih baik.

METODE PENELITIAN

Variabel yang digunakan untuk penelitian ini adalah efikasi diri sebagai variabel bebas dan

prokrastinasi akademik sebagai variabel tergantung. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa *twinning program* UMS dengan jumlah 72 orang program studi psikologi-tarbiyah, ekonomi-syariah dan hukum syariah. Kriteria pemilihan subjek adalah mahasiswa yang aktif dan terdaftar sebagai mahasiswa *twinning program* UMS angkatan 2010-2013.

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan dua skala yaitu skala efikasi diri dan skala prokrastinasi akademik.

- a. Skala prokrastinasi akademik hasil modifikasi dari skala yang dibuat Kurniawan (2013) dengan modifikasi bahasa yang disesuaikan dengan kondisi penelitian. Skala ini mempunyai daya beda berkisar dari 0,278 sampai 0,600 dan koefisien reliabilitas *alpha* (α) = 0,885.
- b. Skala efikasi diri hasil modifikasi dari skala Indriastuti (2011) dengan modifikasi bahasa yang disesuaikan dengan kondisi penelitian. Skala ini mempunyai

daya beda berkisar dari 0,248 sampai 0,602 dan koefisien reliabilitas *alpha* (α) = 0,861.

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis korelasi *product moment* dengan program bantu SPSS 19 *for windows*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan teknik analisis *product moment* dari Pearson diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,569; $p = 0,000$ ($p < 0,05$) artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa *twinning program* UMS. Semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik.

Hasil di atas menunjukkan bahwa mahasiswa *twinning program* UMS yang memiliki efikasi diri tinggi ialah yang mempunyai keyakinan dalam kemampuan agar tujuannya tercapai (Bandura, 1997). Keyakinan akan kemampuan diri

akan terus bertambah dengan pengalaman-pengalaman keberhasilan dalam akademik, pengalaman sukses orang lain, dukungan sosial, dan emosi diri. Mahasiswa dengan efikasi diri rendah akan lebih memilih untuk menghindari tantangan akademis misalnya tugas yang sulit, sedangkan tingginya efikasi diri meningkatkan kegigihan berusaha dengan mengatur waktu pengerjaan tugas (Haycock, McCarthy & Skay, 1998).

Mahasiswa yang yakin dengan kemampuannya merasa tertantang dengan tugas atau masalah akademik dan lebih biasa dengan bekerja keras, memiliki harapan sukses, memiliki rencana hidup yang terarah dan matang, mampu mengelola situasi dan mampu memperlihatkan keberhasilannya yang diinginkan. Hal ini sesuai dengan pendapat Tuckman (dalam Hee Soo, 2008) rendahnya efikasi diri mengakibatkan prokrastinasi akademik, karena kepercayaan diri dapat menghubungkan regulasi diri dengan kondisi eksternal.

Pada efikasi diri terdapat rerata empirik (RE) sebesar 67,49 dan rerata hipotetik (RH) 55 yang

menunjukkan mahasiswa *twinning program* berada pada kategori efikasi diri tinggi. Hasil tersebut dimaksudkan bahwa rata-rata mahasiswa *twinning program* UMS memiliki karakteristik yang terdapat pada aspek-aspek efikasi diri yaitu: mampu mengerjakan tugas sesuai dengan tuntutan situasi, mempunyai harapan yang realistis, dan mampu bertahan serta bekerja keras dalam mengerjakan tugas sampai selesai, memiliki sikap optimis, suasana hati yang positif dan dapat memanfaatkan kemampuan untuk memproses informasi supaya lebih efisien, memiliki pemikiran bahwa kegagalan bukanlah sesuatu yang merugikan namun justru memotivasi diri untuk berusaha lebih baik lagi (Santrock, 2009).

Hal tersebut sesuai dengan karakteristik berdasar 3 aspek yang diukur dalam efikasi diri:

Pertama, mahasiswa *twinning* mempunyai keyakinan yang tinggi dalam menyelesaikan tugas meskipun sulit.

Kedua, mahasiswa *twinning* mampu mengambil pengalaman keberhasilan dari satu tugas terhadap tugas lainnya

dan percaya bila dia bisa mengerjakan tugas yang sulit maka dia juga bisa menyelesaikan tugas yang banyak.

Ketiga, mahasiswa *twinning* memiliki harapan tinggi dan kekuatan bertahan untuk menyelesaikan tugasnya, pengalaman keberhasilan akademis mampu meningkatkan daya tahan dalam mengerjakan tugas yang sulit.

Pada prokrastinasi akademik terdapat rerata empirik (RE) sebesar 60,78 dan rerata hipotetik (RH) 70 yang menunjukkan mahasiswa *twinning program* berada pada kategori prokrastinasi akademik rendah. Hasil di atas menunjukkan rata-rata mahasiswa *twinning program* UMS memiliki karakteristik yang terdapat pada aspek-aspek prokrastinasi akademik rendah yaitu: memiliki kebiasaan menunda untuk memulai dan menyelesaikan tugas, terkadang terlambat mengumpulkan tugas, memiliki kesenjangan antara rencana dengan kinerja, serta memiliki skala prioritas terhadap tugas-tugasnya baik akademik maupun keseharian dengan memulai menyelesaikan yang mudah dan yang menyenangkan terlebih dahulu (Ghufron dan Risnawita, 2012).

Tingkat prokrastinasi pada mahasiswa *twinning* yang tergolong rendah ini membuktikan bahwa subjek melakukan penundaan menyelesaikan tugas agar mendapat informasi terlebih dahulu untuk materi yang dibutuhkan dalam tugas kuliahnya. Mahasiswa *twinning* juga memiliki rencana untuk menyelesaikan tugas yang dekat dengan tenggat pengumpulan terlebih dahulu dibanding tugas yang masih lama tenggat pengumpulannya. Mahasiswa *twinning* juga memilih untuk mencicil tugas yang sulit dengan mencari bahan-bahan materi yang mudah terlebih dahulu.

Mengingat hasil survei awal terdapat 52,5% dari 40 mahasiswa *twinning* yang mengaku sering menunda tugas alasannya karena pengukuran awal tersebut menggunakan angket sederhana yang jawabannya subjektif. Kepercayaan terhadap kemampuan diri dalam pandangan Islam yaitu keyakinan yang membawa kita pada pencapaian hasil. Penentuan berhasil atau tidak dipengaruhi oleh harapan dan kepercayaan diri. Alasan lainnya dikarenakan mahasiswa tersebut

mempunyai ekspektasi keberhasilan yang tinggi. Sedangkan ketika penelitian dilakukan, kategorisasi prokrastinasi tergolong rendah, karena pengukuran ini menggunakan alat ukur yang reliabel sehingga menghasilkan kesimpulan yang objektif.

Subjek memiliki prokrastinasi rendah dan efikasi diri tinggi dan ini sesuai dengan ciri manusia dalam Q.S Al-Insyiroh ayat 7:

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾

“Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain”

Yang berisi tentang perintah Allah untuk melakukan pekerjaan yang lain setelah selesai dari suatu pekerjaan dan menjadi manusia dinamis, terus bergerak, kerja keras dan pantang menyerah (Adib, 2013).

Menjadi sosok mahasiswa yang selalu dinamis dalam pekerjaan, harus menghindari perilaku suka menunda dengan membiasakan bersikap disiplin serta memiliki integritas yang tinggi. Integritas artinya melakukan sesuatu dengan sungguh-sungguh, jujur dan komitmen diri. Melatih integritas

dapat dengan mendirikan sholat lima waktu secara disiplin serta menghayati bacaan dalam sholat. Menurut Agustian (2007) ucapan takbir juga mampu mendidik manusia agar selalu berprinsip pada yang baik dalam setiap melakukan kegiatan. Karena sesungguhnya kalimat takbir bisa menghasilkan pribadi yang percaya diri.

Qur'an surat Al-Ashr ayat 1-3 menerangkan bahwa sesungguhnya manusia dalam kerugian yang sangat nyata apabila dia tidak beriman, tidak beramal saleh dan tidak saling menasehati dalam kebaikan dan kesabaran (Departemen Agama RI, 2005). Oleh karena itu bagi seorang mahasiswa yang merupakan generasi muda milik bangsa dan beragama Islam janganlah kita menjadi orang yang merugi, maka manfaatkanlah waktumu. Karena manusia yang telah memanfaatkan waktu, dia jauh dari prokrastinasi.

Perilaku menunda mengerjakan tugas pada mahasiswa *twinning* berhubungan dengan efikasi diri yang dimiliki oleh individu. Efikasi diri menjelaskan bagaimana kemampuan mahasiswa *twinning*

dalam menghasilkan beberapa cara untuk membantu serta mencegah mereka dari kegagalan ketika menghadapi rintangan akademis misalnya tugas yang menumpuk atau tugas yang sulit (Angela, 2002). Ketika mereka memiliki harapan yang tinggi, mereka dapat melawan rintangan dan tidak mudah menyerah karena mereka mampu mencari cara menghindari hambatan akademisnya.

Peranan atau sumbangan efektif efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 32,3% ditunjukkan oleh nilai koefisien determinan R Square sebesar 0,323. Hal ini menunjukkan masih ada 67,7% dari faktor lain selain efikasi diri yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik misalnya harga diri, *perfectionism*, model atau pengalaman sukses maupun kegagalan, motivasi, gaya pengasuhan orangtua, kondisi lingkungan menurut Burka & Yuen (2008). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri dengan seluruh aspek yang menyusunnya mampu memberikan sumbangan untuk mempengaruhi prokrastinasi akademik bagi

mahasiswa *twinning program* UMS. Efikasi diri dalam pandangan Islam yaitu keyakinan yang membawa kepada pencapaian hasil. Islam menjadikan manusia makhluk yang mulia, dan mewajibkan untuk para muslim mempunyai karakter yang mulia. Menurut Agustian (2007) kemuliaan yang dihasilkan dari membangun harga diri seorang muslim akan melahirkan sikap dan tingkah laku yang mandiri, tidak tergantung, tidak mau diperintah untuk berbuat kerusakan, serta mempunyai kreativitas, keyakinan diri dan agresif dalam mengembangkan diri. Dengan karakter yang mulia itulah terbentuk sikap yang tidak suka menunda pekerjaan dan selalu percaya dengan kemampuan diri, karena itulah sifat seorang muslim.

Berdasarkan uraian diatas dapat diambil kesimpulan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Efikasi diri mempunyai hubungan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa *twinning program* di

Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penelitian ini meskipun sudah dilakukan dengan maksimal namun masih memiliki keterbatasan. Keterbatasan tersebut terletak pada ukuran sampel yang terbatas, karena mahasiswa *twinning* UMS angkatan 2010 sampai 2013 yang hanya berjumlah 90 orang. Karena keterbatasan penelitian ini sehingga pengambilan kesimpulan perlu memperhatikan ukuran sampel.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa *twinning program* Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Efikasi diri pada mahasiswa *twinning program* UMS tergolong tinggi
3. Prokrastinasi akademik pada mahasiswa *twinning program* tergolong rendah.

4. Sumbangan efektif (SE) efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 32,3% dan masih terdapat 67,7% diluar variabel efikasi diri yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka penulis memberikan saran yang diharapkan dapat bermanfaat, yaitu :

1. Bagi subjek

Disarankan bagi mahasiswa untuk selalu optimis dengan kemampuannya dan selalu berusaha meningkatkan target keberhasilan dengan menghadapi tantangan dan pengalaman akademik seperti tugas-tugas perkuliahan yang sulit.

2. Bagi dosen dan pembimbing akademik

Bagi dosen dan pembimbing akademik diharapkan dapat lebih intensif memperhatikan mahasiswa *twinning* dalam pelaksanaan perkuliahan *twinning* dari awal masuk perkuliahan agar jumlahnya tidak terus berkurang serta memberikan motivasi lebih dalam bentuk

bimbingan untuk menghadapi kesulitan yang dihadapi.

3. Bagi penyelenggara program *twinning*

Bagi penyelenggara program, mampu lebih memperhatikan mahasiswa *twinning* dengan mengadakan sosialisasi tentang program yang diikuti dan juga mengadakan acara yang mendatangkan alumni program *twinning* yang telah sukses untuk memotivasi dan dijadikan teladan yang baik.

4. Bagi penelitian selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan topik pendidikan atau sejenis dengan tema efikasi diri dan prokrastinasi akademik disarankan dapat menggunakan data skala disertai data wawancara sehingga mampu mengungkap hasil yang mendalam. Peneliti menyarankan untuk meneliti prokrastinasi akademik dihubungkan dengan variabel selain efikasi diri, misalnya dengan meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik seperti gaya pengasuhan orangtua, kondisi lingkungan, pengalaman dalam

kelompok. Sehingga hasilnya nanti pada mahasiswa program *twinning* dapat meminimalkan prokrastinasi UMS. akademik pada mahasiswa terutama

DAFTAR PUSTAKA

- Adib, A. (2013). Tafsir al-insyirah. Diunduh pada tanggal 20 Juli 2014 dari www.tafsir.web.id.
- Agustian, A. G. (2007). *Rahasia sukses membangun kecerdasan emosi dan spiritual ESQ, 1 ihsan 6 rukun iman 5 rukun Islam*. Jakarta: Arga Publishing.
- Angela, P. M. (2002). Fostering hope and optimism in college classrooms: strategies to promote success in our courses and in our students' lives. *Jurnal*. US. 13 (4). ISSN: 10542337.
- Andarini, S. R., & Fatma, A. (2013). Hubungan antara distress dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Jurnal Talenta Psikologi* II (2), 159-179.
- Atkinson, R. L., & Hilgad, E. R. (1995). *Pengantar psikologi* (jilid 2 ed.8). Jakarta: Erlangga.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (4) 71-81. New York: Academic Press. Diunduh pada tanggal 7 Maret 2014 dari <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/Bandura1994EHB.pdf>.
- Bandura, A. (1997). Self efficacy: The exercise of control. Diunduh pada tanggal 24 Maret 2014 melalui <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/effbook1.html>.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it*. ISBN 978-0-7382-1170-1. Cambridge: Da Capo Press.
- Departemen Agama RI. (2005). *Syamil qur'an*. Bandung: PT Syamil Cipta Media.
- Dwiputri, A. (2013). Mahasiswa melakukan prokrastinasi mengapa. Diunduh pada tanggal 14 maret 2014 dari <http://www.unpatti.ac.id/index.php/component/content/article/35-opinion/Mahasiswa-Melakukan-Prokrastinasi-Mengapa>.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian (theories of personality)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ghufron, M. N., & Risnawita S. R. (2012). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Arruzz Media.

- Haycock, L. A., McCarthy, P., & Skay, S. L. (1998). Procrastination in the college: The role of self-efficacy and anxiety. *Journal of Counseling and Development*, 76 (3), 317-324.
- Hee Seo, E. (2008). Self-efficacy as a mediator in the relationship between self-oriented perfectionism and academic procrastination. *Journal Social Behavior and Personality*, 36 (6), 753-764.
- Hude, M. D. (2006). *Emosi penjelajahan religio-psikologis tentang emosi manusia di dalam Alqur'an*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Indriastuti, N. F. (2011). Hubungan antara efikasi diri dengan prestasi akademik dan kecemasan menyelesaikan studi pada mahasiswa tingkat akhir. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Kulliyatul Mu'allimat Al'islamiyyah. (2006). Mahfudzot untuk kelas tiga KMI. Ponorogo: Darussalam Press.
- Kurniawan, R. (2013). Hubungan antara self-regulated learning dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan psikologi universitas negeri semarang. *Skripsi*. Diunduh pada tanggal 12 Juli 2014 dari lib.unnes.ac.id/18396/1/1511409067.pdf.
- Maktabah Syamilah. (1997). *Mausu'at al hadits as syarif: Al kutub at tis'ah* (ed.2). Mesir: Global Islamic Software Company.
- Mayasari, D. M., Mustami'ah, D., & Warni, W. E. (2010). Hubungan antara persepsi mahasiswa terhadap metode pengajaran dosen dengan kecenderungan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi universitas hang tuah surabaya. *Journal INSAN*. 12 (2), 95-103.
- Santrock, J. W. (2009). *Psikologi Pendidikan* (buku 1 ed.3). Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Senecal, C., Koestner, R., & Vallerand, R.J. (2001). Self regulation and academic procrastination. *Journal of Social Psychology*. 135 (5), 607-619.
- Tjunjing, S. (2006). Apakah penundaan menurunkan prestasi? sebuah meta-analisis. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 22 (1), 17-27.
- Utomo, D. (2010). Hubungan antara pemalasan sosial dengan prokrastinasi akademik. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Universitas Muhammadiyah Surakarta. (2010). *Buku pedoman fakultas psikologi 2010-2011*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Zakiah, N., Hidayati, F. N. R., & Setyawan, I. (2010). Hubungan antara penyesuaian diri dengan prokrastinasi akademik siswa sekolah berasrama SMP N 3 Peterongan Jombang. *Jurnal Psikologi UNDIP*, 8 (2), 156-167.