

HUBUNGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DAN EFIKASI DIRI DENGAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA

Tri Ana Islakhul Ummah, Muhammad Japar

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang belajar di suatu universitas untuk melanjutkan pendidikannya. Dalam menjalani pendidikan, dapat menunjukkan kemampuan melalui prestasi akademik. Prestasi akademik merupakan hasil yang diperoleh mahasiswa ketika mampu menyelesaikan dan menguasai materi pembelajaran atau tugas akademik selama masa perkuliahan. Prestasi akademik dipengaruhi oleh prokrastinasi akademik dan efikasi diri. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan prokrastinasi akademik dan efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa. Populasinya mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta berjumlah 1.255 dari angkatan 2020-2023. Teknik Purposive Sampling digunakan untuk memilih partisipan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Pengumpulan data menggunakan skala dan IPK, terdiri dari skala prokrastinasi akademik dan skala efikasi diri. Analisis data menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil perhitungan uji F didapatkan nilai F hitung lebih besar dari F tabel, yaitu sebesar 56,519, F tabel sebesar 3,057. Nilai signifikansi sebesar 0,000 kurang dari 0,05 menunjukkan terdapat hubungan simultan variabel prokrastinasi akademik dan efikasi diri dengan prestasi akademik. Hasil perhitungan uji T nilai signifikansi sebesar 0,000 kurang dari 0,05. Hasil korelasi sebesar -0,622 dan signifikansi 0,000 artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik. Hasil uji T juga menunjukkan signifikansi 0,001 kurang dari 0,05. Hasil korelasi, nilainya sebesar 0,579 dan signifikansi sebesar 0,000 sehingga menunjukkan hubungan positif dan signifikan efikasi diri dengan prestasi akademik. Nilai R square sebesar 43,45%. Variabel prokrastinasi akademik berpengaruh sebesar 26,37% dan variabel efikasi diri berpengaruh sebesar 17,08%. Implikasi penelitian ini yaitu agar mahasiswa berusaha mengurangi prokrastinasi akademik dan meningkatkan efikasi diri untuk mencapai prestasi akademik yang lebih baik.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Prestasi Akademik, Prokrastinasi Akademik

Abstract

A student is someone who is studying at a university to continue their education. In undergoing education, students can show their abilities through academic achievement. Academic achievement is the result obtained by students when they are able to complete and master learning materials or academic assignments during the lecture period. Academic achievement is influenced by academic procrastination and self-efficacy. The purpose of this study was to determine the relationship between academic procrastination and self-efficacy with student academic achievement. The population is students of the Faculty of Psychology, Universitas Muhammadiyah Surakarta, totaling 1,255 from the class of 2020-2023. Purposive sampling technique was used to select participants. The study used a quantitative approach with a correlational method. Data collection using scales and GPA, consisting of academic procrastination scale and self-efficacy scale. Data analysis using multiple linear regression analysis. The results of the F test calculation obtained the value of F count greater than F table, which amounted to 56.519, F table of 3.057. The significance value of 0.000 is less than 0.05, indicating that there is a simultaneous relationship between academic procrastination and self-efficacy variables with academic achievement. The results of the T test calculation have a significance value of 0.000 less than 0.05. The correlation result of -0.622 and significance of 0.000 means that there is a significant negative relationship between

academic procrastination and academic achievement. The T test results also show a significance of 0.001 less than 0.05. The correlation result, the value is 0.579 and the significance is 0.000, thus showing a positive and significant relationship of self-efficacy with academic achievement. The R square value is 43.45%. The academic procrastination variable affects 26.37% and the self-efficacy variable affects 17.08%. The implication of this research is that students should try to reduce academic procrastination and increase self-efficacy to achieve better academic performance.

Keyword: *Self-Efficacy, Academic Achievement, Academic Procrastination*

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang belajar di suatu universitas untuk melanjutkan pendidikannya. Dalam menjalani pendidikan di universitas, mahasiswa dituntut untuk menjadi pribadi yang mandiri. Maka dari itu, mahasiswa dapat menunjukkan bakat kemampuan yang dimiliki melalui organisasi yang telah disediakan dan menunjukkan prestasi akademiknya. Prestasi akademik merupakan hasil yang diperoleh mahasiswa ketika mampu menyelesaikan dan menguasai materi pembelajaran atau tugas akademik selama masa perkuliahan. Hasil dari sebuah proses yang dilakukan mahasiswa selama perkuliahan yaitu berbentuk nilai akademik. Prestasi akademik mahasiswa dipengaruhi oleh metode belajarnya, sehingga menyebabkan perubahan tingkat kinerja. Mahasiswa dengan strategi pembelajaran yang efektif menunjukkan rasa akuntabilitas dan disiplin diri yang kuat saat mereka berupaya mencapai prestasi akademik. Prestasi akademik direpresentasikan dengan angka (Mahardika, 2019).

Prestasi akademik mahasiswa diperoleh dari Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang dimilikinya. Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) adalah hasil penjumlahan IP yang diperoleh selama masa studi di universitas (Mustafid dkk., 2020). Dengan menggunakan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) kumulatif, mahasiswa dapat menilai kemampuan dan potensi dirinya berdasarkan tugas akademik yang diselesaikan di kelasnya. Mahasiswa diharapkan mampu menyelesaikan tugas akademiknya secara efektif untuk mencapai nilai yang tinggi. Dengan demikian, prestasi akademik dianggap sebagai indikator kunci keberhasilan siswa dalam pendidikan menurut Al Waro dkk., (2023). Ada banyak tantangan dan hambatan yang harus diatasi untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi, sebagaimana dikemukakan oleh Nitami dkk., (2015) dan Zakiah (2021). Sebenarnya, setiap mahasiswa memiliki cara masing-masing dalam menyelesaikan tugas. Beberapa mahasiswa menyelesaikan tugasnya dengan segera, sementara yang lain menunda pekerjaannya dengan asumsi mereka memiliki cukup waktu untuk menyelesaikan tugas akademiknya. Selain itu, mahasiswa cenderung memilih kegiatan yang lebih menyenangkan dibandingkan menyelesaikan tugasnya. Prokrastinasi yang dilakukan dapat menghambat proses belajar dan mengakibatkan rendahnya prestasi akademik.

Peneliti mensurvei 30 mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dan menemukan bahwa mahasiswa memiliki prestasi akademik yang rendah. Prosedur survei dilakukan dengan cara melakukan wawancara dengan mahasiswa fakultas psikologi. Peneliti memberikan pertanyaan kepada para mahasiswa, contoh pertanyaan pada saat wawancara seperti apakah nilai IPK yang anda capai menggambarkan kemampuan akademik anda?, berapakah nilai IPK yang anda peroleh sekarang?, dan apa tantangan yang anda hadapi untuk meraih prestasi akademik?. Data survei didukung dengan data IPK yang didapatkan dari Biro Administrasi Akademik yang menunjukkan bahwa dari 100 mahasiswa terdapat 43 mahasiswa dengan persentase (43%) yang memiliki prestasi akademik yang rendah. Hal ini terjadi ketika mahasiswa melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas-tugas akademiknya, karena lebih suka melakukan aktivitas yang menyenangkan, menganggap masih punya banyak waktu dan kurang percaya diri terhadap kemampuannya, yang semuanya dapat mempengaruhi prestasi akademik yang diperoleh.

Prokrastinasi akademik menurut Ferrari (1995) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik terjadi ketika individu dengan sengaja menghindari informasi tentang kemampuan mereka, sehingga menyebabkan rendahnya prestasi akademik. Penundaan akademik seringkali dilakukan agar tidak terlihat tidak kompeten atau kurang memiliki keterampilan. Ketika seseorang menunda-nunda, itu bukan karena mereka kurang mampu menyelesaikan tugas, melainkan karena mereka tidak berkomitmen atau fokus pada tugas yang ada. Akibatnya, mereka menunda atau menunda tugas tersebut. Burka dan Yuen (Yeli, 2021) mendefinisikan prokrastinasi sebagai kejadian sehari-hari berupa penundaan tugas.

Aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari (1995) terdiri dari: a. penundaan dalam menyelesaikan tugas adalah ketika seseorang mengetahui bahwa ia harus segera menyelesaikan suatu tugas, namun tetap menundanya hingga menit terakhir, meskipun ia telah mengerjakan sebelumnya. b. keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, penundaan menyebabkan tertundanya penyelesaian tugas karena individu yang menunda-nunda seringkali membutuhkan waktu lebih lama untuk menyelesaikan tugasnya. c. kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual, seseorang yang melakukan prokrastinasi akan kesulitan menyelesaikan tugas sesuai tenggat waktu yang ditentukan. d. melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan, seseorang terlibat dalam aktivitas yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas. Dua faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah sebagai berikut: a. Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu. 1. Kondisi fisik individu dan faktor internal seperti kondisi fisik dan kesehatan dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. 2. Faktor psikologis individu, trait kepribadian individu

yang dapat mempengaruhi berkembangnya kebiasaan menunda-nunda. b. Faktor eksternal mengacu pada faktor-faktor yang ada di luar individu: 1. Pola pengasuhan orang tua dan lingkungan yang kondusif, seperti lingkungan yang terstruktur (dengan tingkat pengawasan yang tinggi dan rendah).

Efikasi diri menurut Bandura (1997) adalah keyakinan individu pada kemampuannya dalam mengerjakan tugas untuk mencapai hasil. Bandura (1997: 41-43) menjelaskan efikasi diri memiliki tiga aspek yaitu: a. Tingkat (*level*), aspek ini mengacu pada kepercayaan diri seseorang terhadap kemampuannya, yang memungkinkannya menangani tugas-tugas mulai dari yang sederhana hingga yang menantang. Kemampuan seseorang ditentukan oleh rumitnya tugas yang dapat diselesaikan dengan sukses, meskipun menghadapi tantangan atau kesulitan. b. Generalisasi (*Generalitas*), aspek ini mengacu pada persepsi individu terhadap kemampuannya sendiri. Aspek ini menggambarkan aktivitas atau situasi tertentu melalui perilaku, kognisi, dan emosi. Evaluasi terhadap aktivitas dan situasi menunjukkan seberapa kuat keyakinan seseorang terhadap kemampuannya. c. Kekuatan (*Strength*), aspek ini menggambarkan keterampilan dan kemampuannya. Individu yang memiliki rasa percaya diri yang rendah akan lebih rentan terkena dampak negatif dari pengalaman yang tidak mendukung, sedangkan individu yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi cenderung lebih tangguh ketika menghadapi tantangan dan hambatan. Bandura (Yeli, 2021) mengidentifikasi empat faktor yang mempengaruhi efikasi diri antara lain: 1) Pengalaman performance, pengalaman ini adalah pencapaian di masa yang telah lalu menjadi acuan untuk meningkatkan rasa percaya diri. Faktor ini mempunyai pengaruh yang signifikan. Pencapaian positif akan meningkatkan efektivitas, sedangkan kemunduran akan mengurangi efektivitas. 2) Pengalaman Vikarius, pengalaman ini berasal dari pengamatan model sosial. Jika fokus pada pencapaian orang lain, rasa percaya diri akan tumbuh. Sebaliknya, jika membandingkan diri dengan orang yang memiliki kemampuan serupa, rasa percaya diri akan berkurang. 3) Persuasi Sosial, Kepercayaan diri dapat ditingkatkan, dimaksimalkan, atau dikurangi dengan pengaruh sosial. Dalam situasi tertentu, bujukan orang lain dapat berdampak pada efikasi diri seseorang. 4) Keadaan emosi. Keyakinan terhadap suatu situasi dipengaruhi oleh keadaan emosi dari situasi tersebut. Ketakutan dan kecemasan dapat menurunkan keyakinan diri. Namun, peningkatan emosi yang moderat dapat meningkatkan kepercayaan diri.

Prokrastinasi akademik dapat berdampak pada prestasi akademik mahasiswa, seperti yang dikemukakan oleh Oematan (2013). Sebagaimana diungkapkan Oematan dalam penelitian Steel (2007), prokrastinasi adalah tindakan sengaja menunda penyelesaian tugas, meskipun menyadari potensi dampak negatifnya. Oematan (Tella dkk., 2007) menyatakan bahwa menunda tugas dapat

menghambat mahasiswa mencapai hasil akademik yang baik. Mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi akan merasa percaya diri dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas. Sehingga mencapai prestasi akademik yang tinggi. Jika mahasiswa memiliki efikasi diri yang rendah, maka mereka mungkin kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas sehingga berdampak pada rendahnya prestasi akademik (Tarumasely, 2021).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Zuraida (2017) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik mahasiswa. Ketika seorang mahasiswa banyak melakukan prokrastinasi akademik, maka prestasi akademik yang diperoleh cenderung rendah. Sebaliknya, jika prestasi akademik mahasiswa tinggi, maka tingkat prokrastinasi akademik akan rendah. Saxena dkk., (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa dalam penelitiannya. Memiliki kepercayaan pada diri sendiri sangat meningkatkan peluang mahasiswa untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi. Studi ini menunjukkan bahwa efikasi diri terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai tujuan akademik berdampak signifikan terhadap keberhasilan mereka dalam pendidikan.

Penelitian ini mempunyai kebaruan yang berfokus pada prestasi akademik dan subjek penelitian. Data prestasi akademik yang dikumpulkan dari mahasiswa di perkuliahan lebih terfokus dan berbeda dengan prestasi akademik yang diteliti sebelumnya. Partisipan pada penelitian sebelumnya adalah siswa SMP atau SMA, sedangkan pada penelitian ini partisipannya adalah mahasiswa dan meneliti secara bersama-sama atau *simultan* tentang variabel prokrastinasi akademik dan efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa. Mahasiswa seringkali menghadapi berbagai tantangan yang dapat mempengaruhi prestasi akademik mereka, seperti prokrastinasi akademik dan efikasi diri. Penelitian ini dapat menggali perilaku dan kebiasaan belajar mahasiswa, sehingga memberikan wawasan mengenai perilaku tersebut yang berdampak pada prestasi akademik. Berdasarkan yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan prokrastinasi akademik dan efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa?”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan prokrastinasi akademik dan efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa. Setelah melakukan penelitian, manfaat yang diharapkan secara teoritis yaitu dapat menambah pemahaman dan pengetahuan di bidang psikologi pendidikan mengenai hubungan prokrastinasi akademik dan efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa. Sedangkan manfaat secara praktis yaitu dapat memberikan informasi dan masukan kepada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta tentang

prokrastinasi akademik dan efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa, agar mahasiswa dapat mempertahankan dan meningkatkan prestasi akademik dengan baik. Hipotesis penelitian ini yaitu terdapat hipotesis mayor dan hipotesis minor. Hipotesis mayor penelitian ini adalah terdapat hubungan prokrastinasi akademik dan efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Sedangkan hipotesis minor penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

2. METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Pendekatan kuantitatif bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2014; Zakiah, 2021). Prokrastinasi akademik dan efikasi diri merupakan variabel *independen* dalam penelitian ini, sedangkan prestasi akademik merupakan variabel *dependen*.

Prokrastinasi akademik adalah tindakan yang disengaja dan berulang-ulang untuk menunda penyelesaian tugas akademik. Aspek-aspek prokrastinasi akademik yaitu penundaan dalam menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Data variabel prokrastinasi akademik diukur menggunakan *skala likert*. Efikasi diri adalah keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri dalam mencapai suatu tujuan atau tugas. Efikasi diri memiliki tiga aspek yaitu *level* (tingkat), *generality* (generalisasi), dan *strength* (kekuatan). Data variabel efikasi diri diukur menggunakan *skala likert*. Prestasi akademik adalah hasil akhir dari upaya keras seorang mahasiswa dalam perkuliahan. Nilai IPK mahasiswa digunakan untuk mengukur variabel prestasi akademik.

Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berjumlah 1.255 mahasiswa, terdiri dari angkatan 2020 sampai angkatan 2023. Teknik Purposive Sampling digunakan dalam penelitian ini untuk memilih partisipan. Purposive sampling dipilih untuk mengidentifikasi sampel yang memenuhi kriteria tertentu agar selaras dengan tujuan penelitian. Peneliti menerapkan Rumus Slovin untuk menentukan ukuran sampel, didapatkan minimal sampel yang digunakan yaitu 93 mahasiswa. Sampel pada penelitian ini yaitu berjumlah 150 mahasiswa.

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan skala likert. Skala tersebut mempunyai empat kategori jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Selain pengumpulan data menggunakan skala psikologi untuk mengungkap variabel independen (X), penelitian ini menggunakan nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Data nilai IPK digunakan untuk mengungkap variabel dependen (Y) pada penelitian ini yaitu variabel prestasi akademik yang dilihat melalui IPK dari masing-masing mahasiswa fakultas psikologi UMS angkatan 2020-2023.

Uji validitas dalam penelitian ini adalah *Content Validity*. Sebelum melakukan pengumpulan data yaitu melakukan ujicoba skala dengan *expert judgement*. Penilaian *expert judgement* dilakukan oleh 7 rater yaitu diujicobakan kepada mahasiswa Magister Profesi Psikologi UMS. Setelah dilakukan *expert judgement*, kemudian melakukan perhitungan menggunakan Microsoft Excel. Validitas pada skala prokrastinasi akademik memiliki rentang skor antara 0,46-0,96. Pada skala efikasi diri memiliki rentang skor antara 0,28-0,96. Standar pernyataan yang diterima atau valid, jika memiliki nilai koefisien $\geq 0,82$. Sebelum dilakukan uji validitas, jumlah aitem sebanyak 30 dan setelah dilakukan uji validitas didapatkan sebanyak 21 aitem pada skala prokrastinasi akademik. Pada skala efikasi diri, sebelum dilakukan uji validitas aitem berjumlah 25 dan setelah dilakukan uji validitas terdapat 13 aitem dengan nilai koefisien $\geq 0,82$.

Reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan bantuan software *SPSS*. Nilai Cronbach's Alpha skala prokrastinasi akademik sebesar 0,810. Skala efikasi diri memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,726 artinya skala tersebut reliabel.

Data dianalisis menggunakan analisis regresi linier berganda pada program *SPSS*. Analisis regresi linier berganda adalah teknik analisis data yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel X (*independen*) dan variabel Y (*dependen*) (Agustina, 2019). Sebelum melakukan analisis regresi berganda, perlu dilakukan uji asumsi. Pengujian ini meliputi uji normalitas, multikolinearitas, heteroskedastisitas, dan linearitas. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan uji F, uji T, dan uji koefisien determinasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 150 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, yang terdiri dari 122 mahasiswa perempuan (81,33%) dan 28 mahasiswa laki-laki (18,67%). Masing-masing angkatan yang berpartisipasi berjumlah 39 mahasiswa dari angkatan 2020, 37 mahasiswa angkatan 2021, 37 mahasiswa dari angkatan 2022, dan terdiri dari 37

mahasiswa dari angkatan 2023. Untuk menilai apakah data mengikuti distribusi normal, melakukan uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov. Nilai Sig menentukan kondisi pengujian ini. Jika nilainya lebih besar dari 0,05 maka data dianggap normal.

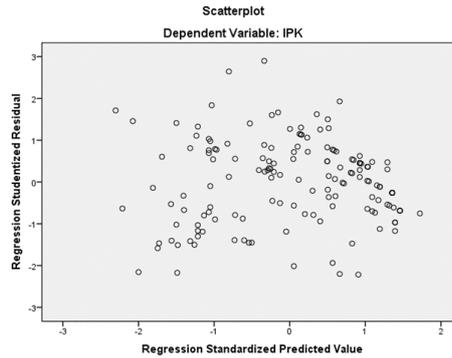
Tabel 1. Uji Asumsi Klasik

Uji Asumsi	Nilai	Keterangan
Normalitas	0,850	Normal
Linearitas (Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Akademik)	0,000	Linear
Linearitas (Efikasi Diri dengan Prestasi Akademik)	0,000	Linear
Multikolinearitas	Tolerance: 0,550	Tidak terjadi multikolinearitas
	VIF: 1.818	Tidak terjadi multikolinearitas

Dari tabel di atas yaitu dilakukan uji linearitas untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dua variabel atau lebih bersifat linier secara signifikan atau tidak. Ketentuan data dikatakan linier yaitu nilai $\text{sig.} < 0,05$. Berdasarkan data di atas, terdapat hubungan yang linier dengan nilai sig. 0,000 antara prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik, dan hubungan yang linier antara efikasi diri dengan prestasi akademik.

Tujuan dari uji multikolinearitas adalah untuk mengetahui apakah terdapat korelasi yang kuat antar variabel independen dalam model regresi. Uji multikolinearitas ditampilkan pada tabel koefisien di bagian statistik kolinearitas. Berdasarkan uji multikolinearitas, multikolinearitas tidak terjadi jika nilai toleransi lebih besar dari 0,10 dan nilai variance inflasi faktor (VIF) kurang dari 10,00. Berdasarkan tabel tersebut, nilai toleransi sebesar 0,550 dan nilai VIF sebesar 1,818 menunjukkan tidak adanya multikolinearitas.

Gambar 1. Uji Heteroskedastisitas



Uji Heteroskedastisitas yaitu untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan variasi dari nilai residual pada model regresi. Penelitian ini menggunakan grafik scatterplot untuk mengevaluasi apakah model regresi mengalami heteroskedastisitas atau tidak. Berdasarkan grafik terlihat jelas bahwa scatter plot tidak menunjukkan adanya heteroskedastisitas. Titik-titik di sekitar angka 0 tersebar secara acak tanpa pola seperti gelombang atau bergantian. Tidak ada kumpulan titik yang terkonsentrasi pada satu sisi grafik, dan tidak ada pola konsisten yang dapat diamati secara keseluruhan. Berdasarkan analisis tersebut dapat dipastikan tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi dan model tersebut memenuhi syarat untuk menjadi model regresi yang baik dan ideal.

Tabel 2. Uji Hipotesis Mayor

Model	F	Sig.	Keterangan
Regression	56.519	0,000	Hipotesis Diterima

Uji F digunakan dalam uji hipotesis untuk mengetahui apakah variabel independen secara bersama-sama mempunyai pengaruh terhadap variabel dependen. Uji F membandingkan F hitung dengan F tabel atau metode lain dengan memeriksa nilai signifikansinya. Apabila F hitung lebih besar dari F tabel dan tingkat signifikansinya dibawah 0,05 maka dianggap berpengaruh atau signifikan. Apabila signifikansi lebih tinggi, maka hipotesis ditolak karena tidak mempunyai pengaruh. Berdasarkan tabel tersebut, nilai F hitung lebih tinggi yaitu sebesar 56,519 dibandingkan nilai F tabel sebesar 3,057 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penundaan akademik dan efikasi diri memainkan peran penting dalam prestasi akademik, sehingga hipotesis tersebut diterima.

Tabel 3. Uji Hipotesis Minor

Model	Unstandardized B	t	Sig
1 (Constant)	2,659	6.478	0,000

Prokrastinasi Akademik	-0,021	-5.075	0,000
Efikasi diri	0,026	3.526	0,001

Uji t digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen mempunyai pengaruh secara *parsial* terhadap variabel dependen. Uji t membandingkan nilai t hitung dengan nilai pada t tabel. Apabila t hitung lebih besar dari nilai t tabel maka dianggap signifikan atau berpengaruh. Alternatifnya, dapat menentukan signifikansinya dengan memeriksa nilainya.

Persamaan regresi linier berganda yaitu $Y = 2,659 - 0,021 X_1 + 0,026 X_2$ yang artinya nilai konstanta pada variabel Prestasi Akademik (Y) yaitu 2,659 menjelaskan jika variabel prokrastinasi akademik (X_1) memiliki koefisien -0,021 dan variabel efikasi diri (X_2) memiliki koefisien 0,026 sama dengan nol. Untuk setiap 1% peningkatan variabel prokrastinasi akademik maka prestasi akademik akan menurun sebesar 0,021. Apabila efikasi diri mengalami peningkatan 1% maka, prestasi akademik akan naik sebesar 0,026.

Tabel 4. Uji Korelasi Pearson

Variabel	Sig. (2-tailed)	Pearson Correlations
Prokrastinasi Akademik	0,000	-0,622
Efikasi diri	0,000	0,579

Uji korelasi yaitu untuk mengetahui seberapa besar hubungan antar variabel. Ketentuan pada uji korelasi apabila nilai *sig* < 0,05 artinya terdapat korelasi. Maka dapat dikatakan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara variabel prokrastinasi akademik dengan variabel prestasi akademik yaitu dengan nilai *sig.* 0,000. Sedangkan pada variabel efikasi diri dengan prestasi akademik terdapat hubungan positif dan signifikan dengan nilai *sig.* 0,000. Nilai koefisien korelasi pada variabel prokrastinasi akademik sebesar -0,622 dan pada variabel efikasi diri sebesar 0,579. Dapat disimpulkan bahwa kedua hipotesis minor diterima.

Tabel 5. Uji Koefisien Determinasi

Model	R Square
1	0,435

Uji koefisien determinasi bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel X_1 dan X_2 terhadap Variabel Y. pada tabel *model summary* didapatkan nilai *R Square* sebesar 0,435 atau 43,5%.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan prokrastinasi akademik dan efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah

Surakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan *simultan* antara variabel prokrastinasi akademik dan efikasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa (Hipotesis Diterima).

Berdasarkan hasil korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik (Hipotesis Diterima). Hubungan negatif menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik yang tinggi akan diikuti dengan rendahnya prestasi akademik mahasiswa. Sebaliknya, apabila prokrastinasi akademik mahasiswa rendah, akan meningkatkan prestasi akademik mahasiswa. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Zuraida, 2017) yang menyatakan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara variabel prokrastinasi akademik dengan variabel prestasi akademik. Jika prokrastinasi tinggi maka prestasi akademik rendah. Jika prestasi akademik tinggi maka prokrastinasi rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rusmaini dan Purwati (2020) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dan negatif antara prokrastinasi akademik terhadap prestasi akademik mahasiswa. Jika prokrastinasi akademik ditingkatkan, maka prestasi akademik mahasiswa akan semakin rendah.

Hasil korelasi menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara efikasi diri dengan prestasi akademik (Hipotesis Diterima). Hubungan positif menjelaskan jika mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi, maka akan mencapai prestasi akademik yang baik. Sebaliknya, jika mahasiswa memiliki efikasi diri yang rendah, maka prestasi akademik yang dicapai akan rendah. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustina (2019) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan positif antara efikasi diri dengan prestasi akademik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki, maka akan semakin tinggi prestasi akademik yang diraih mahasiswa. Sebaliknya, jika semakin rendah efikasi diri yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin rendah juga prestasi akademik yang diraih mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Saxena.,dkk 2020). Penelitian menjelaskan jika efikasi diri tinggi, maka prestasi mahasiswa akan lebih tinggi.

Keterbatasan penelitian ini adalah ukuran populasi yang relatif kecil dan kurang luas. Hasil penelitian dapat membatasi penyamarataan ke populasi yang lebih luas jika sampel dibatasi hanya pada satu fakultas atau kelompok tertentu. Penelitian ini tidak mengidentifikasi atau mengontrol faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi variabel dependen.

4. PENUTUP

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Prokrastinasi Akademik dan Efikasi Diri dengan Prestasi Akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Prokrastinasi Akademik dan Efikasi Diri berkontribusi sebesar 43,45% terhadap Prestasi Akademik pada R hasil analisis regresi linier berganda. Prokrastinasi Akademik mempunyai dampak yang lebih besar (26,37%) dibandingkan Efikasi Diri (17,08%).

Selain itu, hipotesis minor pertama diterima karena terdapat hubungan negatif dan signifikan antara Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Akademik, meningkatnya prokrastinasi akademik berhubungan dengan menurunnya prestasi akademik. Hipotesis minor kedua diterima, karena menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara Efikasi Diri dengan Prestasi Akademik. Peningkatan Efikasi Diri menghasilkan Prestasi Akademik yang lebih tinggi. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat Efikasi Diri yang Tinggi sebesar 44,0%, yang menunjukkan rasa percaya diri yang kuat ketika menghadapi tantangan akademik.

Penelitian ini meneliti pentingnya Prokrastinasi Akademik dan Efikasi Diri dalam mempengaruhi Prestasi Akademik mahasiswa. Maka, saran yang diberikan bagi mahasiswa, mahasiswa diharapkan untuk mengurangi prokrastinasi akademik dan meningkatkan efikasi diri untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi. Saran bagi Universitas, hendaknya memberikan program-program yang mendukung pengembangan efikasi diri dan strategi pengelolaan waktu untuk membantu mahasiswa mengurangi perilaku prokrastinasi dan mengatasi prokrastinasi akademik. Saran bagi peneliti selanjutnya, dapat memperbanyak sampel penelitian, memperluas populasi penelitian agar tidak hanya berfokus pada satu fakultas saja dan dapat menganalisis sampel yang digunakan berdasarkan jenis kelamin.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, F. (2019). Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Regulasi Diri Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir Uin Raden Intan Lampung Skripsi (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Akinsola, Tella, & Tella. (2007). Correlates of academic procrastination and mathematics achievement of university undergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 3(4), 363-370.
- Al Waro, M. A., Pratama, M. F., & Yoenanto, N. H. (2023). Pengaruh Religiusitas dan Efikasi Diri Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa yang Tinggal di Pondok Pesantren. *Risalah, Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 9(2), 711-720.
- Alwisol, (2009). Psikologi Kepribadian, Edisi Revisi. Malang: PT. UMM Press.

- Andreou, C dan Mark, D.W. (2010). *The Thief of Time Philosophical Essays on Procrastination*. New York: Oxford University Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise Of Control*. W.H Freeman. New York.
- Burka, J. B. & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, What To Do About It*. Cambridge : Da Capo Press.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Proctination and task avoidance: Theory, research, and Treatment*. New York: Plenum Press
- Mahardika, Ilham. “Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Belajar Kimia di SMA Negeri 6 Kota Tangerang Selatan.” Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2019.
- Murti, C., & Raihana, P. A. (2023). *Korelasi Ketekunan dan Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Belajar (IPK) Mahasiswa* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Nitami, Mayrika., Daharnis dan Yusri. “Hubungan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa.” *Jurnal Konselor*, Vol 4, No. 1 (Maret, 2015).
- Nugrasanti, R. 2006. Locus of Control dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Provitae*. Vol. 2. No.1 (25-33).
- Oematan, C. S. (2013). Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi–Universitas Surabaya. *Calyptra*, 2(1), 1-7.
- Paranna, A. L. (2021). Pengaruh Prokrastinasi Akademik Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas XI MIPA SMA Negeri 1 Tarakan. *Universitas Borneo Tarakan. Tersedia di <https://repository.ubt.ac.id/repository/UBT22-12-2021-145041.pdf>*.
- Rusmaini dan Purwati Yuni Rahayu. “Pengaruh Prokrastinasi Akademik terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Prodi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Pamulang,” di Prosiding Seminar Nasional Enhancing Innovations for Sustainable Development : Dissemination of Unpam’s Research Result, Universitas Pamulang, 2020.
- Saxena, M. K., & Sharma, A. (2020). Assessment of self-efficacy and academic performance of medical students. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 7, 2169. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:219754062>
- Septhiani, S. (2022). Analisis Hubungan Self-Efficacy Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 6(3), 3078-3086.
- Steel, P. (2007).The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Subaidi, A. (2016). Self-efficacy siswa dalam pemecahan masalah matematika. *Sigma*, 1(2), 64–68.
- Sugiyono. (2009). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D. In *Sports Biomechanics* (Issue 4). Alfabeta.

- Tarumasely, Y. (2021). Pengaruh Self Regulated Learning dan Self Efficacy terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Edutama*, 8(1), 71. <https://doi.org/10.30734/jpe.v8i1.1359>
- Yeli, R. (2021). *Hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa gayo lues di banda aceh* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry Banda Aceh).
- Zakiah, Ulfatun (2021) *Pengaruh Prokrastinasi Akademik terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas VIII di MTs Bustanul Faizin Besuki Situbondo Tahun Pelajaran 2021/2022*. Undergraduate thesis, UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
- Zuraida, Z. (2019). Hubungan prokrastinasi akademik dengan prestasi belajar pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama. *Jurnal Psikologi Kognisi*, 2(1), 30-41.