

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional (2003) menyebutkan bahwa pendidikan merupakan upaya sadar dan terencana dalam mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran yang berkualitas guna membentuk individu yang berkompeten, cakap secara mental, spiritualitas, religiusitas, pengaturan diri, kepribadian,, intelektual, bermoral, serta memiliki kompetensi yang baik. Secara umum, sistem pendidikan formal yang diterapkan di berbagai negara bersifat wajib dan cenderung mengandung unsur paksaan. Pemerintah Indonesia telah merancang program wajib belajar sejak tahun 2012 dan menetapkan program wajib belajar 12 tahun bagi penduduknya, melalui Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 80 Tahun 2013 Tentang Pendidikan Menengah Universal (2013). Peraturan ini mengemukakan bahwa program wajib belajar 12 tahun merupakan keberlanjutan dari program wajib belajar 9 tahun atau yang lebih dikenal dengan nama Pendidikan Menengah Universal (PMU). Tetapi, rancangan program wajib belajar 12 tahun belum memenuhi target yang telah ditetapkan, hal tersebut dapat diketahui melalui Angka Partisipasi Sekolah (APS). Angka Partisipasi Sekolah (APS) mendeskripsikan seberapa besar peluang individu dalam memperoleh pendidikan. APS terbagi dalam kategori kelompok umur yang bersesuaian dengan jenjang pendidikan. Berdasarkan katalog dari Badan Pusat Statistik (2024) diketahui bahwa tingkat APS Sekolah Dasar (SD) sebesar 99,19%, tingkat APS Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebesar 96,17%, dan tingkat APS Sekolah Menengah Atas (SMA) sebesar 74,64%. Dari data tersebut dapat diartikan bahwa hanya 74,64% dari penduduk kelompok umur 16-18 tahun yang menempuh pendidikan hingga tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA).

Kualitas individu di masa depan yang berakar pada nilai-nilai budaya bangsa serta Pancasila dapat terealisasi dari proses pendidikan yang berkesinambungan (*never ending process*) (Sujana, 2019). Selepas pendidikan formal 12 tahun, kebanyakan siswa akan dihadapkan dengan berbagai pilihan, apakah akan mencari pekerjaan, berwirausaha, menganggur, mengikuti kursus atau akan melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi (Simanjuntak dkk., 2022). Diketahui berdasarkan katalog Badan Pusat Statistik (2024) APS pada jenjang Perguruan Tinggi sebesar 29,01%, angka tersebut lebih rendah jika dibandingkan dengan APS

jenjang SMA. Dibeberapa negara, hanya sebagian kecil dari masyarakat yang memiliki kemampuan untuk melanjutkan pendidikan tinggi karena biaya yang besar, keterbatasan infrastruktur pendidikan, dan ketimpangan sosial. Oleh karena itu, individu yang dapat mengakses pendidikan tinggi sering dipandang beruntung, karena tidak semua individu memiliki kesempatan yang sama (Haveman & Smeeding, 2006).

Dalam tingkat perguruan tinggi, individu yang tengah menempuh pendidikan di institusi pendidikan, baik itu institusi negeri, swasta, atau lembaga pendidikan lainnya, disebut sebagai mahasiswa (Siswoyo, 2007). Menurut Juita dkk. (2021) mahasiswa merupakan generasi yang berperan sebagai agen perubahan bangsa. Peran ini dimulai dari kesadaran akan kewajiban akademik yang harus dijalankan selama masa studi. Kesadaran akademik tersebut terwujud melalui komitmen untuk mengembangkan ilmu pengetahuan sebagai bagian dari tugas pendidikan. Hal ini mencakup kemampuan untuk menyerap, menyampaikan, dan mengkaji berbagai konsep, ide, serta teori ilmiah melalui diskusi yang terbuka dan komprehensif. Untuk mencapai tujuan pengembangan keilmuan ini, mahasiswa memiliki kewajiban untuk melaksanakan berbagai aktivitas akademik secara konsisten.

Seiring dengan tingkat pendidikan yang semakin tinggi, maka akan semakin baik pula kualitas pendidikan yang diperoleh. Namun hal ini juga diikuti dengan meningkatnya tantangan yang akan dihadapi. Di perguruan tinggi, mahasiswa berhadapan dengan banyak tantangan, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam kegiatan akademiknya (Gamayanti dkk., 2018). Proses belajar mengajar di dunia pendidikan erat kaitannya dengan pemberian tugas. Terutama di perguruan tinggi, di mana mahasiswa sering kali dihadapkan pada banyak tugas kuliah dan berbagai tuntutan. Hal ini membuat sebagian mahasiswa cenderung memilih untuk mengalihkan waktu mereka sementara untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan (Rahmah, 2018). Untuk mendapat gelar sarjana, mahasiswa strata 1 diwajibkan untuk membuat tugas akhir berupa skripsi. Skripsi adalah karya tulis ilmiah yang merupakan tugas akhir serta suatu kewajiban yang harus di tuntaskan oleh mahasiswa sesuai bidang yang diminatinya yang disertai dengan ilmu yang mereka dapatkan selama berkuliah di perguruan tinggi (Roy & Soetjiningsih, 2022). Pentingnya penyusunan skripsi adalah untuk memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang mereka miliki sesuai dengan disiplin ilmu yang mereka pelajari, serta sebagai indikator sejauh mana pemahaman mereka terhadap

materi tersebut, melalui skripsi mahasiswa diharapkan dapat memecahkan persoalan secara kritis, mandiri, penuh percaya diri, dan kuat secara psikis maupun fisik (Kinasih, 2011).

Umumnya, sebagian mahasiswa tingkat akhir menghadapi kesulitan dalam penyusunan skripsi. Kesulitan yang dihadapi mencakup, merumuskan dan menemukan permasalahan yang tepat, menentukan judul penelitian, mencari literatur atau referensi yang relevan, merancang metode penelitian, dan menganalisis data. Selain itu, mereka juga sering kesulitan dalam mengungkapkan ide-ide mereka dalam bahasa ilmiah, mengikuti standar penulisan ilmiah, dan merasa cemas ketika berinteraksi dengan dosen pembimbing, keterbatasan waktu dan sumberdaya juga menjadi tantangan tersendiri dalam proses penyusunan skripsi (Sujono, 2014). Penyusunan skripsi dianggap sebagai tugas yang berat, sehingga mahasiswa sering kali memerlukan waktu yang lebih lama untuk menyelesaikannya. Mahasiswa umumnya diberikan waktu selama enam bulan atau yang dikenal dengan satu semester. Namun, tidak jarang mahasiswa membutuhkan waktu lebih dari satu semester untuk menyelesaikan skripsi mereka (Indriani, 2024).

Mahasiswa yang memiliki tekad yang tinggi akan mudah untuk mengatur waktu, merampungkan tugasnya, serta mengatasi segala kesulitannya sesegera mungkin. Tetapi, beberapa mahasiswa ditemukan enggan atau menangguhkan waktunya dalam mengerjakan tugas. Hal ini, seringkali menyebabkan individu lalai dalam mengumpulkan tugasnya (Al Ghifary dkk., 2022). Sejumlah mahasiswa memilih untuk menunda penyelesaian skripsi, bahkan memprioritaskan kegiatan yang lebih menghibur daripada menyelesaikan tugas akademis mereka (Mardiani dkk., 2021).

Gambaran perilaku mahasiswa diatas dapat dikategorikan ke dalam perilaku prokrastinasi. Prokrastinasi didefinisikan sebagai kecenderungan untuk menunda atau mengabaikan aktivitas dan perilaku yang berhubungan dengan tugas atau pekerjaan. Individu yang melakukan prokrastinasi kerap mengalami berbagai emosi negatif, seperti kecemasan, rasa bersalah, dan stress. Hal tersebut terjadi karena mereka menyadari bahwa penundaan tugas dapat memengaruhi hasil akhir secara negatif. Selain itu, mahasiswa mungkin merasa kewalahan atau kurang termotivasi, sehingga menghadapi kesulitan dalam memulai atau menyelesaikan tugas. Prokrastinasi juga dapat menimbulkan frustrasi dan menurunkan rasa percaya diri, terutama saat tenggat waktu mendekat namun tugas belum selesai. Meskipun demikian, beberapa individu

mungkin merasakan kepuasan sementara akibat penundaan, karena mereka dapat menghindari tekanan atau ketidaknyamanan yang berhubungan dengan tugas yang dianggap sulit atau tidak menyenangkan (McCloskey & Scielzo, 2015).

Definisi tersebut selaras dengan konsep yang dikemukakan oleh Ferrari dkk. (1995) yang menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku yang memiliki beberapa karakteristik utama, yaitu: kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas, menuntaskan pekerjaan yang tidak tepat waktu, adanya kesenjangan antara perencanaan jadwal dengan realisasi pencapaian, serta memilih untuk melakukan aktivitas yang memberikan kepuasan sesaat dibandingkan menyelesaikan kewajiban.

Steel (2007) mengatakan bahwa prokrastinasi merupakan tindakan sengaja menunda pelaksanaan suatu tugas yang telah diberikan, hal itu tetap dilakukan meskipun individu tersebut menyadari dampak negatif yang akan dialaminya. Tidak semua tindakan menunda dikategorikan sebagai prokrastinasi, beberapa penundaan dilakukan dengan pertimbangan yang rasional dan dapat membantu meningkatkan kualitas pekerjaan. Ferrari dkk. (1995) berpendapat bahwa prokrastinasi dibagi berdasarkan tujuan dan manfaat penundaannya diantaranya yaitu *functional procrastination*, prokrastinasi fungsional ini biasanya dilakukan untuk memastikan bahwa pekerjaan yang dilakukan didasarkan pada informasi yang lengkap dan akurat. Pada kenyataannya, mengumpulkan data yang aktual dan akurat memerlukan waktu yang tidak dapat dipastikan, bergantung pada jenis data yang dicari, penyelesaian tugas dapat tertunda karena menunggu data atau informasi diperlukan. Beberapa data bisa didapatkan dengan cepat, beberapa lainnya dapat memerlukan waktu yang lebih lama. *Dysfunctional procrastination*, prokrastinasi disfungsi merupakan penundaan dalam mengerjakan tugas tanpa tujuan yang jelas yang dapat berdampak negatif dan menimbulkan masalah. Penundaan seperti ini tidak didasari oleh alasan yang logis baik bagi individu yang menunda maupun orang lain. Menurut beberapa definisi prokrastinasi yang ada, dapat ditarik kesimpulannya bahwa prokrastinasi merupakan perilaku menunda memulai atau menyelesaikan suatu tugas dengan sengaja dan tanpa alasan yang rasional, yang kemudian berdampak negatif bagi individu yang melakukannya (Suhadianto & Pratitis, 2020).

Prokrastinasi merupakan suatu fenomena yang banyak terjadi di masyarakat termasuk di lingkungan akademik. Perilaku prokrastinasi dapat mengakibatkan berbagai konsekuensi yang

signifikan, termasuk peningkatan beban mental, rentan terhadap tekanan dari berbagai situasi, penurunan kepercayaan diri, serta penurunan kualitas hidup yang pada akhirnya dapat berdampak negatif bagi individu yang bersangkutan (Ferrari dkk., 1995). Dampak dilakukannya penundaan menyebabkan banyak waktu yang terbuang secara sia-sia. Selain itu, tugas-tugas juga menjadi terbengkalai, dan meskipun dapat diselesaikan, hasil yang diperoleh sering kali tidak optimal. Prokrastinasi juga dapat menyebabkan hilangnya kesempatan dan peluang yang mungkin muncul di masa depan, terutama jika perilaku ini terus berulang. Berbagai dampak yang ditimbulkan oleh prokrastinasi tersebut tentunya akan memengaruhi hasil akhir atau prestasi akademik mahasiswa (Ferrari dkk., 1995).

Westri (2016) Terdapat tujuh ciri utama individu yang melakukan prokrastinasi yaitu : Pertama, kesulitan manajemen waktu. Prokrastinator tidak mampu mengelola waktu secara efektif dan cenderung menggunakan waktu luang untuk aktivitas yang tidak produktif. Kedua, rendahnya kepercayaan diri. Prokrastinator memiliki keyakinan diri yang rendah, sehingga ragu untuk menyelesaikan tugas. Ketiga, persepsi mengenai kesibukan diri yang berlebihan. Prokrastinator merasa tidak memiliki waktu luang yang cukup, menciptakan alasan untuk menunda tugas. Keempat, sikap keras kepala. Prokrastinator menganggap setiap keputusan adalah hak pribadi dan menolak tekanan untuk menyelesaikan kewajiban. Kelima, memanipulasi ekspektasi sosial. Prokrastinator berasumsi bahwa kontribusinya sangat penting, sehingga orang lain tidak dapat memaksanya melakukan sesuatu. Keenam, penundaan sebagai mekanisme pertahanan. Prokrastinator menggunakan penundaan untuk menghindari stres dan tekanan psikologis dari tuntutan tugas. Ketujuh, membayangkan diri sebagai korban. Prokrastinator menginterpretasikan kegagalan sebagai bukti ketidakmampuan diri dan memposisikan diri sebagai korban keadaan.

Berdasarkan penelitian (Husain dkk., 2023) ditemukan bahwa penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas ditemukan sebesar 65%, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas mencapai 75%, terdapat kesenjangan waktu antara rencana dan pelaksanaan yang mencapai 82,7%, serta kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dibandingkan menyelesaikan tugas yang harus dikerjakan sebesar 87%.

Prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, faktor internal ini mencakup kondisi fisik serta kondisi psikologis. Dalam kondisi fisik yang dimaksud adalah rasa lelah yang

dapat meningkatkan kecenderungan untuk menunda tugas, meski kecerdasan individu tidak berhubungan langsung dengan hal ini, prokrastinasi sering kali terjadi karena adanya pemikiran yang kurang rasional. Kondisi psikologis yang dimaksud adalah kepribadian individu yang mencakup kemampuan sosial dan tingkat kecemasan. Hal tersebut turut memengaruhi perilaku menunda. Selain itu, faktor motivasi juga mempengaruhi prokrastinasi. Semakin besar motivasi, akan memperkecil kemungkinan seseorang untuk melakukan prokrastinasi. Pada faktor eksternal penyebab prokrastinasi mencakup pola asuh dan lingkungan. Berdasarkan temuan Candra dkk. (2014) ditemukan bahwa faktor eksternal penyebab prokrastinasi akademik dilihat dari kondisi keluarga sebesar 75%, lingkungan sekolah sebesar 67%, dan lingkungan masyarakat 66%. Pola asuh otoriter, cenderung meningkatkan prokrastinasi kronis pada anak, sedangkan pola asuh otoritatif lebih banyak menghasilkan anak yang tidak menunda tugas. Selain itu, lingkungan dengan pengawasan yang rendah lebih berisiko memicu prokrastinasi dibandingkan lingkungan dengan pengawasan yang ketat (Ferrari dkk., 1995).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa sejumlah 70% mahasiswa mengakui bahwa dirinya suka menunda-nunda tugas atau kegiatan yang bersifat akademik (Klingsieck, 2013). Senada dengan penelitian tersebut, diperkirakan bahwa sekitar 90% mahasiswa di perguruan tinggi mengalami prokrastinasi, diantaranya 25% cenderung menjadi prokrastinator kronis, yang pada akhirnya berisiko untuk keluar dari perguruan tinggi (Pujiyanti, 2017). Riset lain menunjukkan adanya perbedaan persentase pada mahasiswa yang melakukan prokrastinasi, mahasiswa laki-laki ditemukan lebih banyak melakukan prokrastinasi dibandingkan dengan mahasiswa perempuan, persentase pada mahasiswa laki-laki sebanyak 78,5% sedangkan pada mahasiswa perempuan sebanyak 21,5% (Huda, 2015).

Prokrastinasi di kalangan mahasiswa berpotensi besar mempengaruhi prestasi akademik serta kesejahteraan psikologis mereka. Mahasiswa yang terlibat dalam prokrastinasi sering menghadapi kesulitan dalam mengatur waktu, kurangnya motivasi, dan kecemasan terhadap kegagalan. Konsekuensi dari perilaku ini dapat menyebabkan keterlambatan dalam pencapaian akademis dan menurunnya peluang untuk berprestasi pada mahasiswa (Nabila, 2023).

Kemunculan prokrastinasi pada kalangan mahasiswa bukan merupakan fenomena yang terjadi tanpa sebab, melainkan dilatarbelakangi oleh berbagai pemicu. Ferrari dkk (1995) menguraikan beberapa penyebab perilaku prokrastinasi sebagai berikut : Pertama, adanya

pemikiran irasional dari pelaku prokrastinasi yang menganggap bahwa suatu tugas akademik harus diselesaikan dengan sempurna. Kedua, munculnya kecemasan akibat evaluasi terhadap kemampuan, ketakutan menghadapi kegagalan, kesulitan dalam pengambilan keputusan, atau ketergantungan pada bantuan pihak lain dalam penyelesaian tugas. Ketiga, kemalasan serta ketidakmampuan dalam pengelolaan waktu dan ketidaktertarikan terhadap tugas yang dihadapi. Keempat, sistem pemberian hukuman dan penghargaan yang dapat mendorong perilaku penundaan, karena adanya anggapan bahwa lebih baik menunda daripada menghasilkan karya yang tidak optimal. Kelima, pengaruh lingkungan, yakni minimnya pengawasan dari pihak keluarga maupun institusi pendidikan yang turut berkontribusi pada pembentukan perilaku prokrastinasi. Keenam, beban tugas yang berlebihan, berjumlah banyak, dan harus diselesaikan dalam waktu yang berdekatan, sehingga penundaan pada satu tugas dapat memicu rangkaian penundaan pada tugas-tugas lainnya.

Berdasarkan observasi peneliti pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, didapatkan sebanyak 112 mahasiswa aktif angkatan 2018-2020 yang sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa angkatan 2018-2020 idealnya telah menyelesaikan studi sarjana dalam rentang waktu empat tahun. Artinya, mahasiswa angkatan 2018 seharusnya telah lulus pada tahun 2022, angkatan 2019 pada tahun 2023, dan angkatan 2020 pada tahun 2024. Namun, hingga tahun 2025 masih ditemukan mahasiswa dari angkatan tersebut yang belum menyelesaikan skripsinya. Kondisi ini menunjukkan bahwa mereka telah melewati atau mendekati batas standar waktu kelulusan. Berdasarkan studi awal yang dilakukan kepada 32 mahasiswa angkatan 2018-2020 dengan perbandingan responden 84% perempuan dan 16% laki-laki, didapatkan bahwa sebanyak 56% menyatakan menunda karena merasa waktu pengerjaan masih panjang, sehingga mereka lebih memilih untuk mengalihkan perhatian pada aktivitas lain. Sementara itu, 28% mahasiswa tetap tenang meskipun waktu kelulusan sudah melewati atau mendekati batas masa studi, dengan keyakinan bahwa mereka masih bisa menyelesaikannya nanti. Hanya 16% yang menunda karena alasan lain, seperti lebih memilih melakukan pekerjaan paruh waktu, bermain media sosial, atau berkumpul bersama teman daripada menghadapi tekanan menulis skripsi.

Responden juga menyebutkan kelebihan dirinya yang dapat membantu dalam mengerjakan skripsi diantaranya adalah fokus dan disiplin sebanyak 31,25%, memiliki tujuan

yang jelas sebanyak 28,12%, keinginan belajar yang kuat sebanyak 25%, memahami topik skripsi dan metode penulisan skripsi sebanyak 15,62%. Disamping itu responden menyebutkan kelemahan yang dapat menghambatnya dalam mengerjakan skripsi diantaranya adalah mudah menyerah sebanyak 28,12%, rasa malas sebanyak 21,87%, perfeksionis sebanyak 18,75%, mudah terdistraksi 18,75%, *overthinking* 12,5%.

Adanya permasalahan internal pada diri individu tersebut dapat menyebabkan individu tidak fokus dalam mengerjakan skripsi. Mereka akan lebih mementingkan aktivitas yang menyenangkan, dan merasa ragu dengan tugas yang dikerjakannya. Meskipun individu tersebut menyadari dan tidak setuju dengan pernyataan bahwa menunda tugas bukanlah suatu masalah, mereka tetap melakukannya. Mereka cenderung mengabaikan dampak negatif yang mungkin timbul.

Sebagai individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi, tugas kuliah bukan lagi hal yang asing. Mahasiswa yang mampu melihat permasalahan sebagai peluang berpotensi menjadi individu berkualitas dengan pola pikir yang positif (Hidayat dkk., 2024). Ketika individu berpikir, mereka akan mengembangkan keyakinan diri dan prinsip yang membentuk kepribadian mereka. Keyakinan ini akan menimbulkan perasaan yang sejalan dengan keyakinan tersebut, misalnya saat individu berpikir positif terhadap suatu masalah, individu akan cenderung memotivasi dirinya sendiri dan memandang bahwa setiap tantangan memiliki solusi. Solusi yang tepat diperoleh melalui proses keyakinan diri dan intelektual yang sehat (Rachmawati & Budiningsih, 2015). Hal tersebut dapat dikenal dengan *self efficacy*.

Self efficacy menurut Sherer dkk (1982) adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan tertentu dalam situasi yang berbeda. Dalam pandangannya, *self efficacy* berfokus pada seberapa besar individu merasa dapat mengatasi tantangan atau masalah yang dihadapi, serta sejauh mana mereka percaya diri dalam mengelola situasi yang membutuhkan usaha atau keterampilan. Caroli & Sagone (2014) mendefinisikan *self efficacy* sebagai keyakinan diri mengenai kemampuan individu untuk menghadapi tantangan, mencari solusi dengan memanfaatkan potensi yang ada dalam dirinya, serta memiliki kemampuan dalam memecahkan masalah dan menciptakan lingkungan yang mendukung kerja sama dalam hubungan interpersonal. Definisi *self efficacy* lain yang disebutkan oleh Bandura (1997) bahwa *self efficacy* sebagai keyakinan diri individu atas kemampuannya

untuk merencanakan dan melaksanakan tindakan yang mengarah pada pencapaian atau tujuan tertentu.

Sejumlah studi penelitian mengindikasikan bahwa karakteristik psikologis internal individu memegang peranan signifikan dalam membentuk perilaku prokrastinasi. Berkaitan dengan aspek kepribadian tersebut, (Janssen & Carton, 1999) mengidentifikasi lima dimensi yang memiliki korelasi kuat dengan meningkatnya prokrastinasi pada individu. Kelima dimensi tersebut mencakup: rendahnya kemampuan pengendalian diri (*self control*), yaitu ketidakmampuan individu untuk mengatur dan mengarahkan perilakunya sendiri secara efektif. Minimnya kesadaran diri (*self consciousness*), yang merujuk pada kurangnya pemahaman individu terhadap kondisi internal dan dampak perilakunya. Rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri (*self esteem*), dimana individu memiliki evaluasi negatif terhadap nilai dan kemampuan dirinya. Lemahnya keyakinan akan kemampuan diri (*self efficacy*), yaitu kurangnya kepercayaan individu terhadap kapasitasnya untuk menyelesaikan tugas dengan berhasil. Kelima, adanya kecemasan dalam interaksi sosial, yang dapat menghambat individu untuk melakukan aktivitas yang melibatkan evaluasi atau penilaian dari orang lain. Kombinasi dari kelima faktor internal ini berkontribusi dalam membentuk pola perilaku prokrastinasi yang konsisten pada individu.

Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh (Lestari & Yudiarso, 2023) *self efficacy* berperan penting dalam mengurangi prokrastinasi mahasiswa. Mahasiswa dengan *self efficacy* tinggi cenderung lebih sedikit melakukan prokrastinasi karena memiliki keyakinan kuat terhadap kemampuan dirinya. Sebaliknya, mahasiswa dengan *self efficacy* rendah cenderung lebih sering menunda-nunda tugas. Dengan kata lain, semakin tinggi keyakinan diri mahasiswa terhadap kemampuannya, semakin rendah tingkat prokrastinasinya. Senada dengan penelitian (Esteban dkk., 2024) juga menekankan bahwa *self-efficacy* dapat memediasi hubungan antara berbagai faktor seperti kelelahan emosional dan motivasi akademik. Studi ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* yang tinggi dapat membantu mengurangi tingkat prokrastinasi dengan meningkatkan motivasi dan kemampuan manajemen diri dalam konteks penelitian. Attia & Abdelwahid (2020) melakukan studi yang menganalisis kontribusi faktor *grit*, *self regulation*, dan *self efficacy* sebagai variabel prediktor terhadap prokrastinasi akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

ketiga faktor tersebut dapat menjadi indikator yang baik untuk mengurangi kebiasaan prokrastinasi akademik.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya, dalam sebuah studi yang dilakukan oleh (Hailikari dkk., 2021) ditemukan bahwa *self efficacy* tidak memiliki hubungan langsung dengan prokrastinasi. Sebaliknya, keterampilan manajemen waktu dan usaha serta fleksibilitas secara psikologis lebih berpengaruh terhadap prokrastinasi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa faktor-faktor tersebut yang lebih menentukan perilaku prokrastinasi akademik dibandingkan dengan *self efficacy*. Kajian yang dilakukan oleh (Zannah & Laily, 2022) meneliti korelasi antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa tidak ditemukan hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat *self efficacy* dengan kecenderungan prokrastinasi akademik pada subjek penelitian tersebut.

Adanya pemaparan masalah yang terjadi berdasarkan fenomena dan hasil studi awal diatas, serta terdapatnya perbedaan hasil penelitian dari beberapa peneliti, menjadikan dasar bagi peneliti untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara *self efficacy* dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ?

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk pengembangan ilmu dalam khazanah keilmuan psikologi pendidikan terutama pada *self efficacy* dan prokrastinasi pada mahasiswa, khususnya mahasiswa Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan, khususnya bagi mahasiswa sebagai pertimbangan dan referensi untuk meneliti *self efficacy* dan prokrastinasi. Umumnya bagi masyarakat diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai *self efficacy* dan prokrastinasi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan bahan evaluasi bagi mahasiswa terkait dengan prokrastinasi yang dialami.

