



Vol. 13, No. 2, Juli-Desember 2023  
Doi: [10.30829/alirsyad.v13i2.18097](https://doi.org/10.30829/alirsyad.v13i2.18097)

## JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>  
ISSN 2686-2859 (online)  
ISSN 2088-8341 (cetak)

### HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI SISWA DI SMP NEGERI 5 KOTA JAMBI

Ade Indah Sari<sup>1</sup>, Yanto<sup>2</sup>, Hera Wahyuni<sup>3</sup>.

*Universitas Jambi*<sup>1, 2, 3</sup>.

email: [adeindahsari30415@gmail.com](mailto:adeindahsari30415@gmail.com)

#### Info Artikel

#### Kata Kunci:

*Self Efficacy,  
Prokrastinasi*

#### Abstrak

Salah satu bentuk belajar yang dilakukan oleh para siswa adalah mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru untuk memenuhi persyaratan akademik. Saat ini seringkali banyak siswa yang melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan. *Self Efficacy* yaitu keyakinan yang dimiliki oleh seseorang akan kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai tujuan tertentu yang berdampak dengan adanya penundaan tugas yang diberikan oleh guru atau disebut prokrastinasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan hubungan antara *Self Efficacy* terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas VIII di SMP Negeri 5 Kota Jambi. Penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII Di SMP Negeri 5 Kota Jambi dengan jumlah 364 siswa. Dalam penelitian peneliti menggunakan teknik simple random sampling. Hasil penelitian ini menyatakan terdapat adanya hubungan antara *Self Efficacy* dan prokrastinasi di SMP Negeri 5 Kota Jambi, dilihat dari hasil analisis korelasi dan didapatkan nilai Sig sebesar  $0.000 < 0.05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Selanjutnya didapatkan  $r$  hitung sebesar (0,523) dan ditafsirkan sebagai korelasi sedang (hubungan memadai).

#### PENDAHULUAN

Pendidikan yang terdapat pada wilayah Indonesia dibagi menjadi tiga komponen atas pendidikan: pendidikan secara nonformal, formal, serta informal. Penyelenggaraan pendidikan sekolah merupakan pekerjaan dari seorang pendidik dengan kesadaran secara penuh, mempunyai perencanaan dan sistematika terhadap peserta didik guna siswa mampu dalam mengembangkan kemampuan dimana ada pada dirinya. Terdapat tiga jenjang dari pendidikan secara formal berupa secara dasar, secara menengah dan jenjang teratas. Yang

menjadi suatu komponen atas satuan dari pendidikan dimana sesuai maknanya adalah Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Yanto et al. (2022) menjelaskan bahwa Sekolah adalah tempat berkumpulnya sumber daya manusia yang mempunyai hubungan atau kemitraan atau sekelompok orang dalam satuan kerjanya masing-masing untuk mencapai tujuan pendidikan yaitu sebagai usaha secara sadar agar bangsa Indonesia dapat bertahan dan berkembang secara terus menerus dari generasi ke generasi. Kemudian mempelajarinya secara bertahap, melalui berbagai sumber, pada berbagai tingkatan.

Sekolah Menengah Pertama adalah salah satu program dalam wajib secara belajar untuk rentang 12 tahun dimana dirancang oleh pemerintah Indonesia. Siswa SMP tergolong remaja fase awal, di fase itulah peserta didik dituntut dalam bersikap secara mandiri atas menyelesaikan tugasnya. Menurut Hera et al. (2021) menyatakan bahwa siswa yang telah memasuki usia remaja memikirkan sesuatu yang akan atau mungkin terjadi, seperti membedakan mana yang baik dan buruk agar dapat diaplikasikan dalam kehidupan sendiri maupun masyarakat.

Prokrastinasi merupakan perilaku dimana dilakukan individu cenderung mengarah untuk penundaan tugas secara disengajakan. Prokrastinasi sendiri didapatkan dari bahasa latin "*procrastination*" yang mana dibagi menjadi dua kata berupa "pro" didefinisikan atas dukungan secara maju, serta "*cratinus*" didefinisikan atas keputusan untuk hari dikemudian hari. Menurut Ferrari, Johnson & McCown (2019:13) mengemukakan terkait prokrastinasi ialah kecenderungan penundaan sesuatu dimana perlu dilakukan untuk tujuan dari pencapaian atas tujuan. Sementara itu, menurut Wolters (2019:13) bahwa prokrastinasi adalah penundaan atas tugas sampai menit terakhir dimana akhirnya terdapatnya niat dalam penyelesaian atas kewajibannya.

Istilah keilmuan dari prokrastinasi dipakai dalam menjelaskan akan tingkat kecenderungan dalam penundaan tugas maupun kerjaan, yang dipergunakan Brown & Holtzman (Ghufron & Risnawati, 2019:12). Perilaku prokrastinasi ini jika dilakukan secara berulang dengan sengaja, menimbulkan ketidaknyamanan secara subjektif berkaitan dengan prestasi akademik siswa (Muhawaroh dkk, 2017).

Menurut Rothblum, Solomon & Murakami (2019:13) menyatakan sebagai bentuk penundaan secara sengaja dalam memulainya maupun penyelesaiannya itu tak diperlukan. Untuk ranah akademik, prokrastinasi diuraikan mengenai suatu tindakan atas penundaan tugas bidang akademik, contohnya pengerjaan pekerjaan dengan basis tugas rumah, persiapan atas diri dalam menghadapi pretest atau pengerjaan atas tugas dengan basis kelompok atau pekerjaan terkait lainnya, hingga batas waktu yang telah ditentukan (Munawaroh, Alhadi & Saputra, 2017).

Milgram (2019:13), prokrastinasi merupakan tindakan secara spesifik atas perilaku dalam penjelasan terkait komponen menunda pekerjaan dalam permulaan maupun penyelesaiannya, waktu pengumpulan yang terlambat dalam penyelesaian dari tugas, dimana secara aktif dalam keterlibatannya terhadap pandangan oleh pelaku dari prokrastinasi untuk tugas secara penting dalam pengerjaannya yang dalam membuat keadaan secara emosional tak nyaman. Menurut tjundjing (2019:13) prokrastinasi diartikan terkait watak atau kecenderungan atas individu dalam pelaksanaan dari perilaku musyawarah untuk keputusan. Prokrastinasi sendiri mengacu pada semua aspek perilaku yang tidak diperlukan dalam pengambilan keputusan yang pada dasarnya dapat dilakukan saat itu namun ditunda dengan tujuan penghindaran terhadap tanggung jawab.

Prokrastinasi (Ferrari, 2019:37) merupakan tindakan dalam keadaan penundaan atas penyelesaian dari tugas. Penundaan terlihat sebagai manifestasi tindakan atas keadaan kognitif dalam hak kepandaian terkait manajemen dari waktu. Prokrastinasi dalam akademik ialah penundaan yang berkaitan secara erat untuk urusan secara formal contohnya terhadap tugas-tugas akademik seperti tugas perkuliahan, sekolah, kursus serta sebagainya (Ghufron & Risnawita, 2019:17). Pengaruh negatif akibat adanya prokrastinasi berupa menurunnya hasil belajar. Untuk itu dikarenakan siswa seringkali tidak optimal dalam menyelesaikan tugasnya akibat melakukan penundaan tugas tersebut.

Burka dan Yuen (dalam Arnani, dkk 2022) mengemukakan bahwa setiap individu melakukan prokrastinasi tanpa melihat tingkatan atas umur, gender, maupun statusnya atas dirinya baik pelajar maupun pekerja. Menurut Burka dan Yuen (2019:19) menyatakan bahwa ciri-ciri seorang pelaku prokrastinasi antara

lain: (a) Lebih menyukai tindakan penundaan tugas atau pekerjaan; (b) Mempunyai pendapat melakukan pekerjaan nanti mendekati tenggat pengumpulan daripada sekarang; (c) Penundaan atas pekerjaan bukanlah suatu permasalahan; (d) Pengulangan atas tindakan dari prokrastinasi; (e) Pelaku prokrastinasi akan sulit terkait pengambilan keputusan.

Adapun aspek dalam prokrastinasi akademik yang diungkap oleh Surijah dan Tjundjing (2019:18) antara lain: (a) Perceived time, gagal melakukan prediksi atas waktu dalam mengerjakan suatu tugas; (b) Intention action gap, dijadikan pembeda dalam rasa atas yang diinginkan dan tindakan secara sebenarnya; (c) Emotional distress, rasa atas kecemasan akibat adanya konsekuensi secara negatif untuk tindakan atas prokrastinasi; (d) Perceived ability, perasaan yakin mengenai potensi pada dirinya sendiri.

Menurut Sokolowska (2019:20), prokrastinasi memiliki empat aspek diantaranya adalah: (a) Perilaku, ditekankan atas menunda atas pengerjaan tugas melalui penghindaran serta perlambatan atas terselesainya tugas. Untuk itu, kriteria atas tindakan secara prokrastinasi mempunyai kaitan erat atas perilaku dalam menunda maupun mengindar dimana individu yang melakukan hal yang tidak disukai cenderung mengalaminya karena cenderung menghindari dan melakukan hal yang disukai; (b) Afektif, yang melakukan penekanan terhadap perasaan tak nyaman dari individu. Aspek afektif mempunyai kaitan erat atas rasa cemas serta khawatir. Dimana menunda dianggap suatu arah untuk keluar atas perasaan yang emosional dimana dilalui dalam penggabungan atas pengerjaan tugas, hal ini membuat individu yang melakukan penundaan cenderung bosan, suka mencari sensasi serta timbul adanya pemberontakan karena merasa menderita akibat kekhawatiran yang dirasakan baik sebelum maupun setelah batas waktu yang diberikan; (c) Kognitif, merupakan aspek yang menekankan pada keputusan individu yang tetap memilih melakukan penundaan tugas meskipun telah mengetahui konsekuensi negatif yang dihadapi. Aspek ini melibatkan pertentangan antara niat untuk menyelesaikan tugas maupun kesulitan untuk memprioritaskan suatu tugas dan manajemen waktu yang buruk; (d) Motivasi, merupakan aspek untuk tidak menyelesaikan tugas yang didalamnya ada persepsi individu tentang manfaat, ketertarikan terhadap tugas tersebut dalam diri individu.

Menurut Ferrari dll (2019:21) prokrastinasi akademik memiliki empat aspek yang dapat diukur dan diamati, seperti: (a) Penundaan dalam permulaan dan penyelesaian dari tugas, individu cenderung tidak sesegera mungkin dalam pengerjaan atas tugas itu melalui berbagai alasan berupa belum diterangkannya atas materi pada tugas itu supaya hasil yang didapatkan lebih maksimal. Namun, saat sudah memperoleh individu tersebut juga tak sesegera mungkin dalam penyelesaian tugas itu; (b) Kelambanan pada pengerjaan dari tugas. Individu mempunyai rasa sulit atau insecure atas kemampuannya dalam pengerjaan tugasnya, yang membuatnya melakukan penundaan atas pengerjaan dari tugasnya; (c) Kesenjangan atas waktu terkait rancangan serta realita yang terjadi. Individu membuat rencana atas kapan dimulainya penyelesaian dari tugasnya namun individu itu akhirnya lalai dalam perjalanan dari rencananya; (d) Pelaksanaan aktivitas lainnya dimana dianggap lebih seru daripada dalam menyelesaikan tugas. Individu telah merancang akan melakukan pengerjaan tugas namun individu cenderung memilih pekerjaan yang dirasakan cukup seru. Didasarkan atas simpulan dari wawancara terhadap Guru Bimbingan dan Konseling ibu Nur Habibah, S.Pd di SMP Negeri 5 Kota Jambi siswa-siswi melakukan prokrastinasi. Dengan ciri-ciri seperti melakukan penundaan pengerjaan tugas, melakukan prokrastinasi berulang kali meskipun telah mendapatkan teguran maupun hukuman di kelas, menganggap bahwa tugas yang diberikan sulit sehingga mereka enggan mengerjakannya dan lebih memiliki untuk melakukan aktivitas lain di luar tugas misalnya bermain gadget dan kesibukan berorganisasi di sekolah. Namun, tingkat prokrastinasi paling dominan terjadi di kelas 8 karena mereka sudah menghadapi kelas 7 sebelumnya sehingga merasa sudah cukup berpengalaman menghadapi banyaknya tugas yang diberikan maupun mengerjakan tugas mendekati deadline. Sementara itu, siswa-siswi kelas 9 para siswa lebih fokus untuk ujian serta memilah tempat untuk melanjutkan pendidikan selanjutnya.

Berdasarkan wawancara dengan tiga siswa kelas VIII yaitu K, L, dan R menerangkan atas tindakan penundaan dari pengerjaan tugas dalam akademik sering dijalankan. Siswa baru akan mengerjakan atas tugas tersebut mendekati deadline kolektivitas, karena mereka lebih tertarik dengan kegiatan di luar akademik seperti mengikuti ekstrakurikuler di sekolah yaitu OSIS dan kegiatan olahraga. Siswa mengakui bahwa tindakannya tersebut memang tidak baik

namun siswa juga menambahkan bahwa mata pelajaran yang menjadi tugas terkadang sulit dipahami untuk dikerjakan sehingga mereka memilih untuk mencontek teman sekelas atau sama sekali tidak mengerjakan dengan catatan mereka melakukannya tidak sendiri melainkan bersama beberapa teman-teman di kelas tersebut. Siswa kurang percaya diri terhadap kemampuannya sendiri sehingga mereka lebih memilih untuk menghindar dan melakukan penundaan tugas.

Berdasarkan wawancara dengan salah satu guru mata pelajaran matematika ibu Riska menjelaskan akan alasan secara dominan dari peserta didik melakukan penundaan atas pekerjaannya berupa karena anggapan bahwa tugas yang diberikan itu terasa sulit, sehingga peserta didik cenderung merasa tak yakin atas potensi dalam menjawabnya pada sendirinya serta memilih untuk penghindaran atas pengerjaan dari tugas yang sangat mepet terhadap deadline kolektivitas dari tugas dan alternatif yang dianggap tepat tanpa perlu usaha lebih dalam penyelesaian tugas melalui jalan mencontek dari pekerjaan teman yang telah selesai dan dianggap benar dalam pengerjaan tugas itu.

*Self efficacy* ialah rasa yakin yang dimiliki oleh individu atas potensi miliknya sendiri. Bandura (2019:23) menyatakan *Self efficacy* ialah bentuk atas rasa yakin dari seseorang terhadap potensinya dalam pengorganisasian serta melakukan perilaku dimana dianggap perlu dalam pencapaian kinerja itu. Efikasi dari seseorang diperlukan dalam menentukan sebesar apa usaha yang diberikan dan sekuat apa individu itu bertahan atas berbagai rintangan dalam penyelesaiannya. Makin kuat *Self efficacy* makin tekun dan ulet atas usahanya (Triyono & Rifai, 2019:38).

Menurut Bandura (2019:22) *Self efficacy* didefinisikan sebagai langkah secara kognitif atas keputusan yang mempunyai rasa yakin maupun pengharapan terkait sampai mananya individu dalam melakukan evaluasi atas potensi yang dimiliki dalam perjalanan atas tugasnya serta perilaku yang sangat dibutuhkan terkait pencapaian yang diharapkannya. Menurut Khan (2019:23) mendefinisikan *Self efficacy* sebagai bentuk pemahaman individu mempunyai kapasitasnya akan penyelesaian tugas. Cain (2019:23) mendefinisikan sebagai bentuk rasa percaya atas dirinya terkait potensi yang tertanam dalam dirinya melalui tindakan untuk pencapaian hasil akhir yang menjadi tujuannya. Santrock (2019:23) *Self efficacy* adalah perasaan yakin dimana dipunyai tiap individu atas

potensi dalam penyelesaian tugas ataupun pekerjaan dan penguasaan terkait kondisi sekitar serta pemberian hasil akhir dengan kategori positif. Menurut Feist (2019:23) *Self efficacy* ialah suatu rasa yakin atas diri dari seseorang mengenai potensi dalam pengendalian kegiatan dan peristiwa di lingkungan.

*Self efficacy* penentu atas tingkah laku maupun aktivitas dimana dapat dijalankan individu dengan keyakinan dalam pelaksanaannya dan kegiatan yang mempunyai nilai dalam kemampu atas dijelankannya. Hal itu bisa berlaku sebaliknya individu akan melakukan penghindaran tugas dan kondisi dimana persepsikan atas kemampuannya yang tidak seberapa. Janssen dan Cartoon (Ferrari, 2019:18) menerangkan atas prokrastinasi akademik didapati sebab atas berbagai hal berupa self-management, *self efficacy*, self-conscious, dan self-esteem. Individu dengan *Self efficacy* yang tergolong rendah atas penghadapan dari tantangan cenderung mengalami penurunan sampai pada titik menyerah. Lalu, orang dengan *Self efficacy* kategori tinggi cenderung melakukan usaha lebih keras dalam mencapai tujuan yang diinginkan (Tri Wahyuni & Qodariah, 2022).

Pada dasarnya, setiap siswa mempunyai gaya dalam belajar serta berbagai tahapan tiap individu namun ada beragam peserta didik dimana masih menggunakan sistem dari kebut secara semalam dimana didefinisikan atas mereka melakukan penumpukan aktivitas belajar serta dilakukan dan dibebankan dengan sehari penuh bahkan dalam beberapa jam. Hal ini juga dipengaruhi oleh *Self efficacy* siswa dengan kategori rendah dikarenakan perasaan tak mempunyai keyakinan dalam potensi atas pengerjaan tugas itu, yang berakhir sering melakukan penundaan atas pengerjaan tugas sampai tahap dari mencontek pekerjaan dari teman yang sudah selesai dan dianggap mempunyai nilai kebenaran.

Banyaknya prokrastinasi dimana diberlakukan siswa disebabkan berbagai komponen contohnya *Self efficacy* yang dimiliki siswa rendah. Siswa yang memiliki *Self efficacy* kategori tinggi, tidak akan bersikap menyerah atas pelaksanaan berbagai perilaku serta kesiapannya dalam berbagai kesulitan maupun tantangan. Untuk itu siswa menegaskan dalam tiap aktivitas belajarnya dimana terdapat beban berupa penumpukan tugas sehingga memerlukan banyak sekali energi, penjadwalan waktu secara cukup, dan berbagai kesulitan terhadap pengerjaan tugasnya. Maka rasa yakin siswa akan dijadikan penentu

sebesar apa mereka dapat bertahan atas berbagai rintangan yang terjadi dan pengalaman tak terlupakan dalam penugasan. Makin kuat sebuah persepsi dari *Self efficacy* siswa untuk itu pula makin rajin dan tekun atas usahanya.

Berdasarkan paparan yang telah dijelaskan, penelitian ini menarik untuk dilaksanakan mengingat maraknya prokrastinasi akademik yang terjadi di lapangan saat ini. Maka peneliti tertarik dalam mengusung judul “Hubungan *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Di SMP Negeri 5 Kota Jambi”.

## **METODE**

Penelitian ini memakai pendekatan penelitian kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian dengan landasan positivisme, dalam meneliti atau menentukan populasi atau sampel, pengumpulan data, mengolah data, memakai statistik untuk membuktikan hipotesis yang ingin diteliti (Sugiyono, 2019:15). Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan apakah ada hubungan yang signifikan antara *Self efficacy* dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII di SMP Negeri 5 Kota Jambi. Jenis penelitian yang dipakai ialah korelasional atau asosiatif yaitu penelitian yang dipakai dalam melihat korelasi pada dua variabel atau lebih dengan mengolah data yang berasal dari korelasi tali-temali atau saling membutuhkan pada dua variabel atau lebih. (Sutja dkk, 2017: 63).

Penelitian ini memakai teknik mengambil sampel yang nantinya dipakai ialah *simple random sampling* (acak sederhana). Dengan metode ini, setiap orang memiliki kemungkinan atau kesempatan yang sama dalam menjadi sampel dan sampel tersebut dapat diambil dengan acak sesuai dengan kesempatan yang sama. Pada penelitian ini yang menjadi populasi ialah semua siswa kelas VIII di SMP Negeri 5 Kota Jambi sebanyak 364 orang, kemudian menentukan sampel penelitian menggunakan formula slovin sehingga sampel penelitian yang didapat sebanyak 191 orang siswa.

Teknik dan alat untuk mengumpulkan data, dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara yang dilaksanakan saat pra-penelitian. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran angket kepada sampel penelitian yang telah ditentukan, yaitu siswa kelas VIII di SMP Negeri 5 Kota Jambi yang berjumlah 191 siswa yang disebar langsung pada siswa.



Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dengan bantuan *software* SPSS Versi. 26. untuk mengetahui hasil pada penelitian ini dilakukan deskripsi data, analisis uji persentase, analisis prasyarat yang terdiri dari uji normalitas dan lineritas serta uji korelasi untuk menentukan hubungan antara variabel X *self efficacy* dan variabel Y prokrastinasi, dengan melakukan uji korelasi dengan program SPSS Versi. 26 dan juga menggunakan rumus *product moment* untuk mengetahui hubungan antara variabel tersebut.

## HASIL

### Deskripsi Data Variabel *Self Efficacy* (X)

Untuk mendeskripsikan data *self efficacy* dari hasil penelitian ini, dideskripsikan secara deskriptif persentase data dan diklasifikasikan dengan perhitungan klasifikasi menurut rumus *mean hipotetic* (Irianto, 2010:22) yang dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi *Self Efficacy* (X)**

| No                 | Klasifikasi   | Interval Kelas | Frekuensi | Persentase % |
|--------------------|---------------|----------------|-----------|--------------|
| 1                  | Sangat Tinggi | $\geq 80$      | 3         | 1,57 %       |
| 2                  | Tinggi        | 60 - 79        | 59        | 30,9 %       |
| 3                  | Sedang        | 40 - 59        | 123       | 64,39 %      |
| 4                  | Rendah        | 20 - 39        | 6         | 3,14 %       |
| 5                  | Sangat Rendah | $\leq 19$      | 0         | 0,00 %       |
| Jumlah keseluruhan |               |                | 191       | 100          |

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi *Self efficacy* dapat terlihat klasifikasi sangat tinggi dengan perolehan persentase sebesar 1,57% dengan jumlah responden sebanyak 3 siswa. Pada klasifikasi tinggi dengan perolehan persentase sebesar 30,9% dengan jumlah responden sebanyak 59 siswa. Pada klasifikasi sedang dengan perolehan persentase sebesar 64,39% dengan jumlah responden sebanyak 123 siswa. Pada klasifikasi rendah dengan perolehan persentase sebesar 3,14% dengan jumlah responden sebanyak 6 siswa.

### Deskripsi Data Variabel prokrastinasi (Y)

Untuk mendeskripsikan data prokrastinasi siswa dari hasil penelitian ini, maka persentase data dideskripsikan dan diklasifikasikan menggunakan perhitungan klasifikasi dengan menurut rumus *mean hipotetic* (Irianto, 2010:22) yang dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2. Sebaran Data Variabel Prokrastinasi (Y)**

| No                 | Klasifikasi   | Interval Kelas | Frekuensi | Persentase % |
|--------------------|---------------|----------------|-----------|--------------|
| 1.                 | Sangat tinggi | $\geq 58$      | 0         | 0 %          |
| 2.                 | Tinggi        | 44 – 57        | 29        | 15,18%       |
| 3.                 | Sedang        | 30 - 43        | 148       | 77,5 %       |
| 4.                 | Rendah        | 16 – 29        | 14        | 7,32 %       |
| 5.                 | Sangat rendah | $\leq 15$      | 0         | 0 %          |
| Jumlah Keseluruhan |               |                | 191       | 100          |

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi Prokrastinasi dapat terlihat klasifikasi tinggi dengan perolehan persentase sebesar 15,18% dengan jumlah responden sebanyak 29 siswa. Pada klasifikasi sedang dengan perolehan persentase sebesar 77,5% dengan jumlah responden sebanyak 148 siswa.

### Analisis Uji Persentase

Hasil dari angket penelitian tersebut akan dideskripsikan dengan menggunakan rumus formula C. untuk melihat persentase jawaban dari item pernyataan instrumen penelitian secara keseluruhan. Terdapat 25 item pernyataan untuk variabel *Self efficacy* dan 18 item pernyataan untuk variabel Prokrastinasi. Berikut tabel distribusi persentase variabel *self efficacy* dan prokrastinasi.

**Tabel 3. Distribusi Persentase**

| No | Variabel                 | Mean  | %     | Kualitas |
|----|--------------------------|-------|-------|----------|
| 1  | <i>Self efficacy</i> (X) | 55,85 | 55,85 | Sedang   |
| 2  | prokrastinasi (Y)        | 37,46 | 52,02 | Sedang   |

Dari tabel tersebut, Berdasarkan perhitungan persentase dengan menggunakan formula C dapat dilihat bahwa variabel *Self efficacy* di SMP Negeri 5 Kota Jambi melalui penyebaran angket kepada siswa dengan jumlah responden sebanyak 191 siswa berada pada tingkatan sedang dengan perolehan persentase sebesar 56%. Variabel prokrastinasi di SMP Negeri 5 Kota Jambi melalui penyebaran angket kepada siswa dengan jumlah responden sebanyak 191 siswa berada pada tingkatan sedang dengan perolehan persentase sebesar 52%.

### Uji Normalitas

Pengujian normalitas bertujuan dalam mengevaluasi apakah data yang telah didapatkan mengikuti distribusi normal atau tidak. Berdasarkan hasil uji normalitas Jika nilai signifikansi asimtotik (*asyp.sig*) > 0.05, sehingga data dikatakan berdistribusi normal. Namun sebaliknya, jika nilai signifikansi asimtotik (*asyp.sig*) kurang dari 0.05, oleh karena itu data dikatakan tidak berdistribusi normal. Uji normalitas pada penelitian ini memanfaatkan program SPSS versi 26.00 dengan perolehan hasil berikut ini.

**Tabel 4. Uji Normalitas Data  
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

|                                  |                | Unstandardized Residual |
|----------------------------------|----------------|-------------------------|
| N                                |                | 191                     |
| Normal Parameters <sup>a,b</sup> | Mean           | 0.0000000               |
|                                  | Std. Deviation | 4.63504006              |
| Most Extreme Differences         | Absolute       | 0.045                   |
|                                  | Positive       | 0.045                   |
|                                  | Negative       | -0.026                  |
| Test Statistic                   |                | 0.045                   |
| Asymp. Sig. (2-tailed)           |                | .200 <sup>c,d</sup>     |

Berdasarkan ketentuan dalam mengambil keputusan, ketika (asyp.sig) > 0.05, sehingga diperoleh simpulan jika data dianggap mengikuti distribusi normal. Dengan demikian, nilai residual pada penelitian ini dapat disimpulkan **berdistribusi normal. 0,200 >0,05** dikarenakan (asyp.sig) melebihi 0.05

Untuk menentukan apakah kedua variabel memiliki hubungan linier atau tidak maka dilakukan uji linearitas. Keputusan untuk pengujian ini didasarkan pada nilai signifikansi linearitas. Nilai signifikansi linearitas ditentukan jika hasil signifikansi < 0.05, sehingga hubungan antar variabel ditunjukkan sebagai linear. Pengujian ini dilakukan menggunakan SPSS versi 26. Hasil pengujian ANOVA menggunakan SPSS v.26 sebagai berikut:

**Tabel 5. Uji Linearitas**

| ANOVA Table                   |                |                          |                |     |             |        |       |
|-------------------------------|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|--------|-------|
|                               |                |                          | Sum of Squares | df  | Mean Square | F      | Sig.  |
| PROKRASTINASI * SELF EFFICACY | Between Groups | (Combined)               | 2589.702       | 45  | 57.549      | 2.756  | 0.000 |
|                               |                | Linearity                | 1535.488       | 1   | 1535.488    | 73.537 | 0.000 |
|                               |                | Deviation from Linearity | 1054.214       | 44  | 23.959      | 1.147  | 0.270 |
|                               | Within Groups  |                          | 3027.669       | 145 | 20.880      |        |       |
|                               | Total          |                          | 5617.372       | 190 |             |        |       |

Tabel tersebut, memaparkan besarnya nilai sig linearity yakni 0.000 <0.05, di sisi lain besarnya nilai sig deviation from linearity yakni 0,270 > 0.05. Dapat ditarik kesimpulan jika adanya hubungan linear antara variabel *Self*

efficacy dan variabel prokrastinasi. Penjabaran hasil perhitungan dari uji korelasi dituangkan dalam tabel berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Korelasi

| Correlations   |                     |               |               |
|--|---------------------|---------------|---------------|
|  |                     | SELF EFFICACY | PROKRASTINASI |
| SELF EFFICACY  | Pearson Correlation | 1             | .523**        |
|  | Sig. (2-tailed)     |               | 0             |
|  | N                   | 191           | 191           |
| PROKRASTINASI  | Pearson Correlation | .523**        | 1             |
|  | Sig. (2-tailed)     | 0             |               |
|  | N                   | 191           | 191           |
| **. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed). |                     |               |               |

Berdasarkan informasi tersebut, didapatkan nilai sig  $0.000 < 0.05$  yang memaparkan bahwa variabel *Self efficacy* dan prokrastinasi memiliki hubungan yang cukup signifikan dengan besarnya korelasi 0,523. Nilai ini memiliki nilai r (**0,523**) yang ada dalam rentang (0,41 - 0,70). Rentang ini mengindikasikan jika hubungan antara variabel *Self efficacy* dan prokrastinasi tergolong pada **korelasi sedang (hubungan memadai)**.

## **PEMBAHASAN**

Penelitian ini menjabarkan hubungan *Self efficacy* dengan prokrastinasi siswa di SMP Negeri 5 Kota Jambi. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan melalui penyebaran angket kepada sampel penelitian yang telah ditentukan, yaitu siswa kelas VIII di SMP Negeri 5 Kota Jambi yang berjumlah 191 siswa. Penelitian kali ini merumuskan tiga rumusan masalah yang dipaparkan.

Penelitian yang sudah dilaksanakan di SMP Negeri 5 Kota Jambi melalui penyebaran angket kepada sampel penelitian yang telah ditentukan, yaitu siswa kelas VIII di SMP Negeri 5 Kota Jambi yang berjumlah 191 siswa. Terdapat 18 item pernyataan untuk variabel prokrastinasi (Y) dengan perolehan hasil persentase sebesar 52% yang berada dalam kategori sedang. Untuk variabel *self efficacy* (X) Terdapat 25 item pernyataan dengan perolehan hasil persentase 56% yang berada dalam kategori sedang.

Setelah dilakukan analisis data dan dari hasil penelitian di atas dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi siswa kelas VIII SMP Negeri Kota Jambi hal tersebut dibuktikan dengan hasil output uji korelasi dengan menggunakan SPSS Versi 26 Hubungan ini terbukti dari nilai sig sebesar  $0.000 < 0.05$ , menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Selain itu, hasil nilai r hitung korelasi sebesar 0,523 menunjukkan bahwa hubungan ini dapat dikategorikan sebagai mempunyai korelasi sedang atau hubungan yang memadai.

Berdasarkan hal tersebut, dapat diketahui bahwa *self efficacy* dengan prokrastinasi siswa di SMP Negeri 5 Kota Jambi mempunyai hubungan yang cukup berarti. Seperti menurut Janssen dan Cartoon (Ferrari, 2019:18) dikemukakan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh *self-consciousness, self-esteem, self efficacy, dan self-management*. Individu dengan tingkat *Self efficacy* rendah cenderung mengalami penurunan semangat atau bahkan menyerah menghadapi tantangan. Sebaliknya, individu dengan tingkat *Self efficacy* tinggi akan berusaha lebih gigih untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pada konteks ini, faktor terbesar yang berpengaruh dalam membentuk *Self efficacy* pada siswa ialah prokrastinasi akademik. Hal ini karena ketika siswa mengalami prokrastinasi akademik, tingkat *Self efficacy* mereka

cenderung menurun, bahkan menyebabkan mereka menyerah menghadapi tantangan.

Tingkat *Self efficacy* yang tinggi memicu perilaku pantang menyerah para siswa untuk menghadapi segala kesulitan-kesulitan yang ada. Kondisi ini menunjukkan bahwa menumpuk suatu pekerjaan atau tugas membuat banyaknya energi yang terkuras serta pembagian waktu yang tidak cukup sehingga menimbulkan pekerjaan yang buru-buru ataupun tergesa-gesa dan membuat siswa kurang puas atas hasil yang telah diperolehnya. Padahal mereka tahu bahwa hasil tersebut sudah sesuai dengan usaha yang telah mereka berikan. Tinggi ataupun rendahnya *Self efficacy* seorang siswa dapat terlihat dari bagaimana ia melakukan prokrastinasi akademik. Karena keyakinan siswa menjadi penentu seberapa mampu ia tetap bertahan saat melawan rintangan juga pengalaman-pengalaman penuh duka dalam pengerjaan tugas baik disekolah ataupun nanti setelah siswa-siswi menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Semakin tingginya pemahaman *Self efficacy* siswa maka semakin rajin dan tekun pula usahanya.

## **PENUTUP**

Dari hasil penelitian yang sudah dilaksanakan oleh peneliti di SMP Negeri 5 Kota Jambi melalui penyebaran angket kepada siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Kota Jambi dengan jumlah responden sebanyak 191 siswa simpulan hasil penelitian tentang Hubungan *Self efficacy* dengan Prokrastinasi di SMP Negeri 5 Kota Jambi, diantaranya.

1. Pada hakikatnya tingkatan *Self efficacy* di SMP Negeri 5 Kota Jambi yang menyajikan tingkat (level), keluasaan (generality), kekuatan (strength) berada dalam kategori sedang (56%). Dalam hal ini artinya siswa memiliki keyakinan diri yang sedang namun masih perlu ditingkatkan.
2. Tingkatan prokrastinasi siswa di SMP Negeri 5 Kota Jambi yang meliputi perilaku, afektif, kognitif, dan motivasi tergolong kategori sedang (52%). Dalam hal ini artinya siswa memiliki tingkat prokrastinasi yang sedang, hal yang perlu di turunkan agar prokrastinasi tidak terjadi sehingga siswa tidak mengulang sikap penundaannya.
3. Hasil penelitian kali ini menunjukkan adanya hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi di SMP Negeri 5 Kota Jambi. Hal ini bisa diketahui daeri

hasil analisis korelasi dengan nilai Sig sebesar  $0.000 < 0.05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Tidak hanya itu, diperoleh  $r$  hitung sebesar (0,523) dan mengindikasikan sebagai korelasi sedang (hubungan memadai).

Hasil ini memaparkan bahwa semakin tinggi *Self efficacy* akan semakin rendah prokrastinasi dan sebaliknya semakin rendah *Self efficacy* akan semakin tinggi prokrastinasi di SMP Negeri 5 Kota Jambi.

## DAFTAR RUJUKAN

- Arnani, Rizki. Santosa, Hardi. & Sumiyem. 2022. "Upaya Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Lengkon tahun pelajaran 2021/2022". *Jurnal konseling pendidikan islam*. Vol. 3 No. 2, Juli ISSN: 2655-9692. EISN: 2746-5977
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: Perceived Self-Efficacy in Cognitive Development and Functioning*, *Educational Psychologist*, 117-148.
- Ferrari, J. R., et al. (1995). *Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment*. New York & London: Plenum Press.
- Firman, F., Setiyadi, B., Yanto, Y., Arief, H., & Sekonda, F. A. (2022). "Pelatihan Penulisan Buku dan Karya Ilmiah Berbasis TIK untuk Pengembangan Karir Guru". *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(5), 1465-1472.
- Irianto.A (2010). *Statistik (Konsep Dasar, Aplikasi dan Pengembangannya)*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Munawaroh. Alhadi. Saputra. (2017). "Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta". *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 2(1), 2017, 26-31
- Rasimin, R., Yusra, A., & Wahyuni, H. (2021). "Penerapan Bimbingan Belajar Berbasis Prinsip-Prinsip Belajar dalam Islam untuk Meningkatkan Etika Belajar Siswa". *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 321-332.
- Sugiyono. 2017. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutja, dkk. 2017. *Penulisan Skripsi Untuk Prodi Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Wahana Resolusi.
- TriWahyuni & Qodariah. (2022). "Hubungan Self Efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung". *Jurnal Bandung Conference Series: Psychology Science*. Volume 2, No. 1, Tahun 2022, Hal: 590-594 ISSN: 2828-219. <https://doi.org/10.29313/bcsp.v2i1.234>



**Ade Indah Sari, Yanto, Hera Wahyuni: Hubungan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Siswa di SMP Negeri 5 Kota Jambi**

Triyono. Rifai. (2019). *Self Efficacy dan Regulasi Emosi dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik*. CV Sindunata.Sukorejo. ISBN: 978-602-442-845-7. e-ISBN: 978-602-442-953-9