



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING

CERMIN

Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan
Konseling

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN *SELF ESTEEM* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK MAHASISWA AKTIVIS ORGANISASI DI UNIVERSITAS NAHDLATUL
ULAMA AL GHAZALI CILACAP

Qoniatuz Zahroh¹, Lumaurreidlo², Yusuf Hasan Baharudin³

Mahasiswa UNUGHA Cilacap¹, Dosen UNUGHA Cilacap^{2,3}

qoniatuzzahro2000@gmail.com¹, lumaurreidlo@iaig.ac.id², yusufhasan.b@gmail.com³

Abstract

In addition to processing in lectures, students are also required to be able to process outside, one of which is by organizing. Not a few students who are active in organizations experience obstacles in their academics. So, students do academic procrastination. One of the factors that influence it is self-efficacy and self-esteem. The aim of this study is to determine the relationship between self-efficacy and self-esteem with academic procrastination of student organization activists at UNUGHA Cilacap.

This study uses a quantitative approach to the type of correlational research, namely by connecting one variable to another. Where self-efficacy is X1, self-esteem is X2 and academic procrastination is Y.

The population in this study were students from the UNUGHA Cilacap who were active in the BEM (Student Executive Board) organizations, both BEM U (University), and BEM F (Faculty) totaling 173 students, where the sample was taken by sampling technique and got 121 students.

The results of the study indicate that there is a negative correlation between self-efficacy and academic procrastination with a moderate level of relationship. There is a negative correlation between self-esteem and academic procrastination with a strong relationship level. The results of the calculation of the coefficient of determination obtained can be seen at 0.466. This means that 46.6% of the variation in the dependent variable or academic procrastination (Y), is determined by two independent variables, namely self-efficacy (X1) and self-esteem (X2). The rest is explained by factors other than self-efficacy and self-esteem.

Keyword: *self efficacy, self esteem, and academic procrastination*

Abstrak

Selain berproses di bangku perkuliahan, mahasiswa juga dituntut untuk bisa berproses di luar itu, salah satunya dengan berorganisasi. Tidak sedikit mahasiswa yang aktif di organisasi mengalami hambatan dalam akademiknya. Sehingga, mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Salah satu faktor yang mempengaruhinya adalah *self efficacy* dan *self esteem*. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dan *self esteem* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis organisasi di UNUGHA Cilacap.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional yaitu dengan menghubungkan antara variabel satu dengan variabel lainnya. Dimana *self efficacy* sebagai X1, *self esteem* sebagai X2 dan prokrastinasi akademik sebagai Y.

Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa UNUGHA Cilacap yang aktif di organisasi BEM (Badan Eksekutif Mahasiswa) baik BEM U (Universitas), maupun BEM F (Fakultas) yang berjumlah 173 mahasiswa, dimana sampel diambil dengan teknik sampling dan mendapatkan 121 mahasiswa.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik dengan tingkat hubungan sedang. Terdapat korelasi negatif antara *self esteem* dengan prokrastinasi akademik dengan tingkat hubungan kuat. Hasil perhitungan koefisien determinasi yang diperoleh terlihat sebesar 0,466. Artinya 46,6% variasi variabel terikat atau prokrastinasi akademik (Y), ditentukan oleh dua variabel bebas, yaitu *self efficacy* (X1) dan *self esteem* (X2). Sisanya dijelaskan oleh faktor lain selain *self efficacy* dan *self esteem*.

Kata Kunci: *self efficacy*, *self esteem*, dan prokrastinasi akademik

A. Pendahuluan

Pada era globalisasi yang semakin berkembang pesat, pendidikan menjadi sangat penting untuk mengembangkan kualitas individu. Persaingan pekerjaan yang sangat ketat membutuhkan kualitas individu yang baik sehingga mampu untuk bersaing mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan apa yang diharapkan. Menurut Nadiem Makarim (Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi) menyatakan bahwa masih banyak tantangan di masa mendatang yang harus dihadapi bagi lulusan baru yaitu disrupsi teknologi, otomasi di dunia kerja, dan munculnya berbagai jenis pekerjaan yang baru (Anjani, 2021). Oleh karena itu, setiap perguruan tinggi yang merupakan institusi pendidikan tertinggi dituntut untuk menghasilkan lulusan-lulusan yang berkualitas, berpotensi, dan memiliki keterampilan yang kompeten di bidangnya.

Mahasiswa diharapkan mampu menjalani proses pendidikan dengan baik, sehingga dapat memiliki kualitas dan daya saing untuk menjawab tantangan zaman yang semakin maju. Namun, mahasiswa dalam menjalani prosesnya tidaklah semudah membalikkan telapak tangan. Banyak sekali hambatan yang akan dihadapi oleh mahasiswa dalam menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Sebagian mahasiswa mempunyai beban terkait akademisnya. Masalah yang paling sering ditemukan adalah rasa malas, suka menunda-nunda dalam mengerjakan tugas, dan cenderung lebih suka melakukan kegiatan lainnya daripada kegiatan yang berhubungan dengan akademis (Setiawan, 2019, hal. 1).

Suatu penundaan yang disengaja oleh individu dan dilakukan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak perlu dilakukan dalam proses mengerjakan tugas akademik

disebut dengan prokrastinasi akademik (Ghufron & Risnawita, 2010, hal. 155). Ellis dan Knaus (Ghufron & Risnawita, 2010, hal. 162) mengemukakan penyebab prokrastinasi akademik karena adanya keyakinan irasional yang dimiliki oleh seorang individu. Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya seperti *self efficacy* dan *self esteem* (Friska Putrisari, IM Hambali, & Dany M. Handarini, 2017, hal. 61).

Efikasi diri (*self efficacy*) secara umum menggambarkan suatu penilaian diri seberapa baik seseorang dapat melakukan suatu perbuatan pada situasi yang beraneka ragam (Ghufron & Risnawita, 2010, hal. 73). *Self esteem* merupakan penilaian diri yang dilakukan oleh seseorang terhadap dirinya yang didasarkan pada hubungannya dengan orang lain (Ghufron & Risnawita, 2010, hal 40).

Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Mukaromah, Mawo, dan Jamiyanti (2019) bahwa telah dilakukan penelitian korelatif dengan sampel sebanyak 51 mahasiswa, hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya dengan persentase *self efficacy* rendah sebesar 51% dan presentasi prokrastinasi akademik tinggi mencapai 78%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara *self efficacy* dengan perilaku prokrastinasi akademik. Semakin rendah nilai *self efficacy* maka semakin tinggi nilai prokrastinasi akademik (Mukaromah, Mawo, & Jamiyanti, 2019, hal. 126).

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan kepada 16 mahasiswa aktivis organisasi di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada tanggal 19-25 September 2021, hasil yang didapatkan dalam pelaksanaan observasi dan wawancara ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa aktivis organisasi melakukan prokrastinasi akademik sebanyak 62,5% atau 10 mahasiswa. Terdapat organisasi internal dengan total sekitar 18 organisasi mahasiswa (ormawa) di kampus tersebut. Sehingga, mahasiswa dapat memilih untuk mengikuti organisasi mana yang akan dijalankannya dalam mendukung proses perkembangannya semasa berkuliah. Namun beberapa mahasiswa tidak bisa menentukan skala prioritasnya, mereka cenderung lebih aktif dalam berorganisasi daripada berkuliah.

Dampak negatif dari prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa aktivis organisasi adalah berupa munculnya perasaan menyesal dan bersalah pada diri sendiri karena kebiasaan menunda mengerjakan tugas kuliah, kurang optimalnya tugas yang dikerjakan karena sedikitnya waktu untuk melakukan revisi atau perbaikan terhadap tugas yang dikerjakan, dan mahasiswa akan mendapatkan sanksi atau hukuman dari dosen mata kuliah ketika mahasiswa gagal mengerjakan dan memenuhi batas waktu yang ditentukan oleh dosen.

Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai *self efficacy*, *self esteem*, dan prokrastinasi akademik dengan tujuan untuk mengetahui korelasi diantara aspek-aspek tersebut. Dari uraian latar belakang masalah tersebut, menjadi alasan bagi peneliti untuk meneliti dan memilih judul “Hubungan *Self Efficacy* dan *Self Esteem* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Aktivistis Organisasi di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap”.

B. Metode Penelitian

Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah penelitian kuantitatif, karena penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menggunakan analisis data yang berbentuk angka (numerik) dalam mempresentasikan hasil dari pengumpulan data dan penerjemahan data tersebut. Metode kuantitatif merupakan metode yang berprinsipkan positivisme, untuk meneliti populasi dan sampel, dalam pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, kemudian melakukan analisis data yang bersifat kuantitatif atau statistik untuk menguji hipotesis yang telah dibuat (Sugiyono, 2018, hal. 111).

Lokasi dilaksanakannya penelitian ini yaitu di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap yang mengikuti organisasi Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM), baik BEM Universitas maupun BEM Fakultas dengan total 8 organisasi dan total anggota 173 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Proportional Random Sampling* dengan cara undian. Dalam *random sampling* setiap organisasi Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) memiliki kesempatan untuk menjadi sampel. Proporsional digunakan untuk menentukan jumlah sampel pada masing-masing organisasi. Sampel yang diambil berjumlah 121 mahasiswa yang terdiri dari 8 organisasi BEM baik BEM U maupun BEM F.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas atau variabel X dalam penelitian ini adalah “*self efficacy*” sebagai X1 dan “*self esteem*” sebagai X2, Sedangkan untuk variabel terikat atau variabel Y adalah “prokrastinasi akademik”. Adapun dalam pengumpulan data metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan kuesioner. Pada analisis data metode yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif, uji korelasi, dan koefisien determinasi (R^2).

C. Pembahasan

Gambaran umum tingkat *self efficacy* mahasiswa aktivis organisasi di Universitas Nahdlatul Ulama, terdapat 121 mahasiswa aktivis dengan tingkat *self efficacy* kategori rendah sebesar 0,8% atau sebanyak 1 mahasiswa, kategori sedang sebesar 0,8% atau sebanyak 1 mahasiswa, kategori tinggi sebesar 41,3% atau sebanyak 50 mahasiswa, dan kategori sangat tinggi sebesar 57% atau sebanyak 69 mahasiswa. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Izzah, S. (2012) menerangkan bahwa *Self efficacy* yang tinggi mempunyai keyakinan pada dirinya bahwa ia mampu berhasil dan sukses, memiliki komitmen dalam menyelesaikan masalahnya dan tidak akan menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang selama ini dilakukan tidak berhasil. *Self efficacy* juga mempengaruhi seberapa besar usaha mahasiswa dalam menghadapi kesulitan. Berbeda dengan mahasiswa yang *self efficacy* rendah, mereka cenderung akan merasa kesulitan dalam memotivasi dirinya sehingga dapat mengurangi usahanya atau menyerah pada permulaan rintangan. Selain itu, individu juga akan mempunyai komitmen yang lemah untuk tujuan hidup yang dipilihnya (Izzah, 2012, hal. 9-11).

Gambaran umum tingkat *self esteem* mahasiswa aktivis organisasi di Universitas Nahdlatul Ulama, terdapat 121 mahasiswa aktivis dengan tingkat *self esteem* kategori rendah sebesar 18,2% atau sebanyak 22 mahasiswa, kategori sedang sebesar 81,8% atau sebanyak 99 mahasiswa. Apabila seseorang memiliki *Self esteem* yang tinggi, mereka akan mampu mengatur perilaku mereka dalam belajar. Mereka mampu mengatur stimulus sehingga mereka dapat menyesuaikan perilakunya dengan hal-hal yang lebih menunjang untuk menyelesaikan tugasnya. Sebaliknya, jika seseorang memiliki *self esteem* yang rendah maka ia tidak mampu mengarahkan perilakunya dalam belajar. Ia akan mementingkan sesuatu yang lebih menyenangkan, sehingga banyak melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas (Brown, Dutton & Cook, 2001) dalam (Rantelimbong, 2016, hal. 4-5).

Gambaran umum tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis organisasi di Universitas Nahdlatul Ulama, terdapat 121 mahasiswa aktivis dengan tingkat prokrastinasi akademik kategori rendah sebesar 42,1% atau sebanyak 51 mahasiswa, kategori sedang sebesar 57,9% atau sebanyak 59 mahasiswa. Prokrastinasi akademik dapat menimbulkan dampak negatif bagi pelakunya, menurut Solomon dan Rothblum dalam (Ursia, Siaputra, & Susanto, 2013, hal. 2) dampak negatif yang timbul diantaranya tugas tidak terselesaikan dan sekalipun tugas itu terselesaikan hasilnya tidak akan maksimal karena dikerjakan mendekati batas pengumpulan tugas (*deadline*).

Self efficacy dengan prokrastinasi akademik terdapat koefisien korelasi (r) sebesar -0,439 dengan signifikansi 0,000. Hal tersebut berarti bahwa ada korelasi negatif antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik dengan tingkat hubungan sedang, dan korelasi tersebut signifikan karena $p < 0,05$ ($0,000 < 0,05$). Korelasi negatif yang dimaksud memiliki arti dimana semakin tinggi *self efficacy* maka semakin kecil perilaku prokrastinasi akademik begitupun sebaliknya jika *self efficacy* yang dimiliki rendah maka semakin besar perilaku prokrastinasi akademiknya. Hal demikian selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Damri, Engkizar Engkizar, dan Fuady Anwar bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik. Artinya, jika tingkat *self efficacy* mahasiswa tinggi maka tingkat prokrastinasi akademiknya cenderung rendah. Sebaliknya, jika *self efficacy* mahasiswa rendah maka tingkat prokrastinasi akademiknya cenderung tinggi (Damri, Engkizar, & Anwar, 2017, hal 88).

Self esteem dengan prokrastinasi akademik terdapat koefisien korelasi (r) sebesar -0,679 dengan signifikansi 0,000. Hal tersebut berarti bahwa ada korelasi negatif antara *self esteem* dengan prokrastinasi akademik dengan tingkat hubungan kuat, dan korelasi tersebut signifikan karena $p < 0,05$ ($0,000 < 0,05$). Korelasi negatif yang dimaksud memiliki arti dimana semakin tinggi *self esteem* maka semakin kecil perilaku prokrastinasi akademik begitupun sebaliknya jika *self esteem* yang dimiliki rendah maka semakin besar perilaku prokrastinasi akademiknya. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Rantelimbong dan Rensi Nari bahwa hubungan antara *self esteem* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa FIK UKSW Salatiga, diperoleh kesimpulan bahwa tidak ada hubungan negatif signifikan antara kedua variabel. Hal ini menunjukkan bahwa *self esteem* bukan merupakan salah satu faktor utama yang mempunyai pengaruh besar terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa FIK UKSW Salatiga. Sebagian besar responden memiliki *self esteem* yang berada pada kategori tinggi dan sebagian besar responden mengalami prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang (Rantelimbong, 2016, hal. 15).

Koefisien determinasi yang diperoleh terlihat sebesar 0,466. Artinya 46,6% variasi variabel terikat atau prokrastinasi akademik (Y), ditentukan oleh dua variabel bebas, yaitu *self efficacy* (X_1) dan *self esteem* (X_2). Sisanya dijelaskan oleh faktor lain selain *self efficacy* dan *self esteem*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Friska Putrisari, IM Hambali, dan Dany M. Handarini (2017), menerangkan bahwa hubungan antara *self efficacy* dan *self esteem* memiliki hubungan secara signifikan dengan nilai $p = ,000$. Hubungan antar variabel termasuk kedalam

kriteria sedang dengan nilai $R = ,432$. *Self efficacy* dan *self esteem* menyumbang sebesar 18,7% pengaruh terhadap perilaku prokrastinasi siswa madrasah aliyah negeri di Malang Raya (Putrisari, Hambali, & Handarini, 2017, hal 66).

D. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut: Tingkat *self efficacy* mahasiswa aktivis organisasi di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap yaitu sebesar 0,8% kategori rendah dan sedang, sebesar 41,3% kategori tinggi, dan sebesar 57% kategori sangat tinggi. Tingkat *self esteem* mahasiswa aktivis organisasi di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap yaitu sebesar 18,2% kategori rendah dan sebesar 81,8% kategori sedang. Tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa aktivis organisasi di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap yaitu sebesar 42,1% kategori rendah, dan sebesar 57,9% kategori sedang.

Terdapat korelasi negatif antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik dengan tingkat hubungan sedang. Terdapat korelasi negatif antara *self esteem* dengan prokrastinasi akademik dengan tingkat hubungan kuat. Hasil perhitungan koefisien determinasi yang diperoleh terlihat sebesar 0,466. Artinya 46,6% variasi variabel terikat atau prokrastinasi akademik (Y), ditentukan oleh dua variabel bebas, yaitu *self efficacy* (X1) dan *self esteem* (X2). Sisanya dijelaskan oleh faktor lain selain *self efficacy* dan *self esteem*.

Daftar Pustaka

- Anjani, A. (2021, Juni 02). *Nadiem : Komposisi Naker Lulusan Perguruan Tinggi Hanya 10,18 Persen*. Retrieved from detikcom: <https://www.detik.com/edu/peguruan-tinggi/d-5591173/nadiem--komposisi-naker-lulusan-perguruan-tinggi-hanya-1018-persen>
- Damri, D., Engkizar, E., & Anwar, F. (2017). Hubungan self-efficacy dan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 74-95. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/1415>
- Ghufron, M., & Risnawita, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media Group.
- Izzah, S. (2012). Perbedaan tingkat self-efficacy antara mahasiswa Fakultas Psikologi dan Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/2231/>
- Mukaromah, R. S., Mawo, K. E., & Jamiyanti, A. (2019). Hubungan Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan Ekstensi yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKes Bhakti Kencana Bandung. *Jurnal Medika Cendikia*, 126-136. <https://jurnalskhg.ac.id/index.php/medika/article/view/114>

- Putrisari, F., Hambali, I. M., & Handarini, D. M. (2017). Hubungan self efficacy, self esteem dan perilaku prokrastinasi siswa madrasah aliyah negeri di Malang Raya. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 60-68. <https://core.ac.uk/download/pdf/143976603.pdf>
- Rantelimbong, R. N. (2016). Hubungan antara Self Esteem dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UKSW. *Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga*. <https://adoc.pub/hubungan-antara-self-esteem-dengan-prokrastinasi-akademik-pa.html>
- Setiawan, W. (2019). *Hubungan Self Esteem dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*. Skripsi thesis, Universitas Islam Indonesia. <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/17533>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Ursia, Siaputra, & Susanto. (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora*, 1-18. <http://repository.ubaya.ac.id/23848/>