

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan istilah bagi pelajar yang sedang menempuh pendidikan di tingkat perguruan tinggi.<sup>1</sup> Mahasiswa memiliki aktivitas yang berkaitan dengan akademik maupun non akademik.<sup>2</sup> Menurut Solomon dan Rothblum terdapat enam tugas akademik yang harus dikerjakan oleh mahasiswa, yaitu tugas membuat laporan/paper, tugas belajar dalam menghadapi ujian, tugas membaca berita terkini, tugas administratif, tugas kehadiran, dan tugas akademik secara umum.<sup>3</sup> Pada tingkatan Strata I di perguruan tinggi diharuskan bagi mahasiswa menyelesaikan tugas akhirnya guna mendapatkan gelar sarjana (S1) yaitu skripsi.<sup>4</sup>

Skripsi ialah kumpulan karya ilmiah dalam suatu bidang studi yang ditulis mahasiswa program sarjana (S1). Karya ilmiah ini ialah salah satu persyaratan guna menuntaskan program studi mahasiswa yang ditulis berdasarkan sumber pada hasil riset lapangan ataupun hasil studi kepustakaan. Skripsi wajib berkenaan dengan disiplin keilmuan yang ditekuni dalam program studinya.<sup>5</sup>

---

<sup>1</sup> Abdullah, Sri Mulyati, dan Dyah Ayu Noor Wulandari, "Prokastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi", *Humaniora*, Vol. 5, No. 1, (2014).

<sup>2</sup> Vivi Putri Lestari, Damajanti Kusuma Dewi, "Hubungan Efikasi Diri dan Kontrol Diri dengan Prokastinasi Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan", *Character*, 05, 03, (2018).

<sup>3</sup> Sutanto, Nadia, Nela Regar Ursia, dan Ide Bagus Siaputra, "Prokastinasi Akademik dan Self-control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Univeritas Surabaya", *Makara Seri Social Humaniora*, Vol. 17, No. 1, (2013), hlm. 1.

<sup>4</sup> Vivi Putri Lestari, Damajanti Kusuma Dewi, "Hubungan Efikasi Diri. . .", *Character*, 05, 03, (2018).

<sup>5</sup> Tim Penyusunan Karya Tulis Ilmiah STAIN Kediri, *Pedoman Karya Tulis Ilmiah* (Kediri: STAIN Press, 2013), hlm. 59.

Begitu panjang serta rumitnya proses pengerjaan skripsi pastinya memerlukan pengeluaran, tenaga, waktu serta atensi yang tidak sedikit. Pada umumnya mahasiswa diberikan waktu guna menuntaskan skripsi dalam jangka waktu satu semester alias kurang lebih 6 bulan. Namun pada realitasnya, banyak mahasiswa yang membutuhkan waktu lebih dari 6 bulan guna mengerjakan skripsi.<sup>6</sup> Apabila mahasiswa tidak mempunyai ketertiban terhadap dirinya terlebih lagi tidak dapat mengendalikan waktunya dengan baik hingga tugas tersebut tidak akan tuntas dengan tepat waktu sehingga menyebabkan penundaan dalam kelulusannya. Mayoritas mahasiswa lebih mempunyai kecenderungan untuk mendahulukan kesenangan semacam menonton Youtube, menghabiskan waktu memandangi Instagram, dan sebagainya sehingga mengakibatkan timbulnya kasus prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Ketidaksiplinan tersebut menyebabkan mahasiswa sangat kerap melaksanakan prokrastinasi akademik.<sup>7</sup>

Seseorang yang cenderung menunda tugas atau pekerjaan disebut dengan prokrastinasi. Menurut Ferrari, prokrastinasi merupakan penundaan tugas atau pekerjaan baik dengan atau tanpa alasan tertentu.<sup>8</sup> Pada penelitian Kholid Mawardi menunjukkan bahwa mahasiswa sebagian besar melakukan prokrastinasi. mahasiswa yang berada pada tingkatan sangat

---

<sup>6</sup>Aliya Noor Aini et.al, “ Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi Mahasiswa Universitas Muria Kudus”, Psikologi Pitutur,2 (Juni,2011),65.

<sup>7</sup> A’yunina, Hilma, dan Abdurrohman, “Hubungan Stress Akademik dan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang”, Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) 2, hlm. 890.

<sup>8</sup> Ghufroon, M. Nur, dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 154.

tinggi dalam melakukan prokstinasi sebesar 13%, di tingkat tinggi sebesar 20%, di tingkat sedang sebesar 57%, ditingkat rendah sebesar 10% dan sangat rendah hanya 0%.<sup>9</sup> Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan melakukan tindakan prokstinasi.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Siti Muyana pada mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling menunjukkan tingkat prokstinasi Mahasiswa tergolong kategori tinggi. Dimana hasil penelitiannya adalah 6% mahasiswa melakukan prokstinasi pada tingkatan sangat tinggi, 81% berada pada tingkat tinggi, 13% berada pada tingkatan sedang, sedangkan ditingkatan rendah dan sangat rendah hanya 0%. Aspek-aspek yang mempengaruhi perilaku prokstinasi pada mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling terbagi atas beberapa aspek antara lain keyakinan akan kemampuan, gangguan perhatian, faktor sosial, manajemen waktu, inisiatif, pribadi, dan kemalasan.<sup>10</sup>

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tanggal 28 Maret 2021 dengan wawancara yang tidak terstruktur kepada salah satu mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri dengan inisial AAJ yang mana wawancara tersebut berisi tentang pertanyaan seputar perilaku dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Subjek merupakan mahasiswa semester 10 mengatakan bahwa belum menyelesaikan skripsi karena memang sengaja tidak melanjutkan. Karena saat itu dia tidak bisa fokus menyelesaikannya.

---

<sup>9</sup> Mawardi, Kholid, "Tingkat Prokstinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Aktivistis", *Insania*, vol. 24, No. 1, (2019), hlm. 128.

<sup>10</sup> Muyana, Siti, "Prokstinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling", *Ilmiah Counsellia*, Vol. 8, No. 1, (2018), hlm. 45.

Dia sedang mengerjakan bab IV namun berhenti untuk melanjutkan karena tidak bisa fokus pada pengerjaan skripsi.<sup>11</sup> Pada wawancara tersebut mahasiswa sudah berada pada titik pengerjaan bab IV namun ia memilih untuk menunda hingga ia benar-benar dapat fokus dalam menyelesaikan skripsi. Hal ini sesuai dengan indikator prokastinasi penundaan untuk memulai atau menyelesaikan tugas dimana subjek melakukan penundaan untuk menyelesaikan tugasnya.

Selain wawancara dengan mahasiswa berinisial AAJ, peneliti juga melakukan wawancara tidak terstruktur pada dua mahasiswa semester 10 berinisial RK dan MAF yang juga belum menyelesaikan skripsinya. Mereka merasa dosen pembimbing 2 mempersulit proses pengerjaan skripsinya. Dia tidak bisa menyelesaikan tepat waktu bukan hal yang disengaja. Saat semester 9, waktu pemilu gubernur, dia turut andil sebagai (Panitia Pemungutan Suara) PPS. Awalnya mereka mengira bakal tetap bisa mengerjakan skripsi dan bimbingan, ternyata kondisi lapangan membuatnya kesulitan dalam tugas sebagai PPS dan bimbingan skripsi. Akhirnya memilih lebih mengutamakan PPS karena lebih menguntungkan dan menghasilkan uang.<sup>12</sup> Pada hasil wawancara diatas subjek dituntut memilih untuk menyelesaikan skripsi atau fokus pada sebagai penyelenggara pemungutan suara. Subjek lebih memilih untuk fokus pada pemilu tersebut karena lebih menguntungkan. Dengan ini tindakan subjek merupakan

---

<sup>11</sup> AAJ, Wawancara Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri, Media WhatsApp. 30 Maret 2021.

<sup>12</sup> RK dan MAF, Wawancara Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri, Media WhatsApp. 05 Mei 2021.

indikator prokastinasi dimana subjek lebih memilih hal yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugasnya untuk menyelesaikan skripsi.

Selain mahasiswa diatas, mahasiswa dengan inisial MMAP juga belum menyelesaikan skripsinya, ia mengatakan bahwa saat ini dia akan melakukan penelitian, semester kemaren belum sempat menyelesaikan skripsi karena belum ada *mood* untuk mengerjakan skripsi. Sebelum seminar proposal juga berencana semester 9 sudah wisuda, ternyata untuk mengerjakan skripsi saja masih malas. Mungkin semester ini akan terselesaikan.<sup>13</sup> Berdasarkan wawancara pada mahasiswa MMAP, ia mengatakan bahwa sebenarnya ia berkeinginan untuk menyelesaikan skripsi kurang lebih pada semester 9 sudah selesai, namun sampai saat ini subjek masih belum menyelesaikan skripsinya. Hal ini serupa dengan indikator prokastinasi mengenai rancangan dan aktual waktu dalam penyelesaian tugas.

Prokastinasi menurut Ferrari sebagaimana dikutip oleh Alwisol terbagi menjadi dua yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan psikologis pada individu tersebut. Faktor eksternal meliputi pola asuh orangtua maupun lingkungan sekitar. Pada faktor internal dari segi kondisi fisik yaitu *fatigue* atau kelelahan. Hal ini bisa terjadi apabila mahasiswa telah melakukan berbagai aktivitas yang

---

<sup>13</sup> MMAP, Wawancara Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri, Media WhatsApp. 05 Mei 2021.

dilakukan diluar kampus maupun di kampus.<sup>14</sup> Efikasi diri merupakan salah satu faktor psikologis terjadinya prokastinasi. Seperti pada penelitian Desriyanti Iskandar yang menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan negatif terhadap prokastinasi akademik. Dengan ini memiliki arti bahwa semakin rendah efikasi diri maka akan dibarengi dengan semakin tinggi prokastinasi akademik. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi efikasi diri maka akan dibarengi dengan semakin rendah perilaku prokastinasi akademik.

Bagi Bandura dalam kutipan Alwisol mengatakan kalau efikasi diri ialah anggapan diri sendiri mengenai seberapa bagus diri sendiri bisa berperan dalam suasana tertentu. Efikasi diri berhubungan dengan keyakinan jika diri mempunyai keahlian melaksanakan tindakan yang diharapkan.<sup>15</sup> Pada kalangan mahasiswa tidak sedikit bila terdapat tugas untuk mengerjakannya ketika sudah mendekati deadline, sehingga hasil yang diperoleh kurang optimal. Perihal tersebut pula dipengaruhi oleh efikasi diri mahasiswa yang rendah sebab dirinya tidak percaya atas kemampuannya dalam mengerjakan tugas tersebut, akhirnya menunda- nunda dalam mengerjakan tugas serta terkadang cenderung untuk menyontek teman.

Efikasi diri merupakan evaluasi diri, apakah bisa melaksanakan kegiatan yang baik ataupun buruk, tepat ataupun salah, bias ataupun tidak bias mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. Dalam kehidupan

---

<sup>14</sup> Fauziah, Hana Hanifah, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djari Bandung", *Psymphatic*, Vol. 2, No. 2, (Desember, 2015), hlm. 128.

<sup>15</sup> Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2007), hlm. 287.

sehari- hari orang membuat keputusan guna melaksanakan bermacam kegiatan serta seberapa lama mengalami kesulitan- kesulitan. Efikasi diri menimbulkan keterlibatan aktif dalam aktivitas akan menekan pertumbuhan potensi. Kebalikannya efikasi diri yang memusatkan orang buat menjauhi daerah serta aktivitas akan memperlambat pertumbuhan kemampuan serta melindungi persepsi diri yang negatif dari transformasi yang membangun.<sup>16</sup>

Mahasiswa yang mempunyai efikasi diri yang besar, tidak akan pantang menyerah dalam mengalami rintangan-rintangan. Perihal ini ditegaskan untuk mahasiswa yang dalam tiap perkuliahannya mempunyai beban tugas yang menumpuk sehingga memerlukan banyak tenaga, waktu yang termanagemen, dan kerap kali kesusahan dalam mendapati tugas-tugasnya. Hingga kepercayaan mahasiswa yang memutuskan sebesar apa dia hendak bertahan dalam menghadapi rintangan dari tugas perkuliahannya termasuk menyelesaikan skripsi. Semakin kuat efikasi diri mahasiswa maka akan menumbuhkan prokastinasi yang negatif atau akan semakin rajin dan tekan usahanya.

Penelitian Mita Wulandari menunjukkan bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi prokastinasi. Hasil penelitian Mita Wulandari mengungkapkan bahwa efikasi diri mahasiswa tergolong rendah. Hal ini membuktikan bahwa rata-rata mahasiswa memiliki keyakinan diri yang kurang baik dalam menyelesaikan tugas dan memilih untuk menunda

---

<sup>16</sup> Yuniarti, Sinta, dkk., “Minat dan Efikasi Diri dengan Prokastinasi Akademik pada Mata Pelajaran Matematika”, *IJGC*, Vol. 7, No. 4, (2018), hlm. 33.

tugasnya. Dan pada penelitian ini mendapati adanya pengaruh yang negatif antara efikasi diri dan prokstinasi. dengan ini menunjukkan bahwa semakin rendah efikasi diri maka tingkat prokstinasi akan tinggi. Begitu juga sebaliknya, jika semakin tinggi efikasi diri maka tingkat perilaku prokstinasi akan menjadi rendah.<sup>17</sup>

Pada penelitian Sinta Yuniarti, Ninik Setyowani dan Sunawan mengungkapkan bahwa efikasi diri dan prokstinasi memiliki hubungan yang signifikan. Dimana menjelaskan bahwa jika minat dan efikasi diri yang rendah maka tindakan prokstinasi akademik akan tinggi. Begitu pula sebaliknya, jika minat dan efikasi diri tinggi maka tindakan prokstinasi akademik akan menjadi rendah.<sup>18</sup>

Selain efikasi diri, prokstinasi juga dapat disebabkan oleh kontrol diri. Menurut Lazarus dalam kutipan Syamsul Bachri Thalid menjelaskan bahwa kontrol diri menggambarkan suatu keputusan individu dalam mempertimbangkan perilaku melalui kognitif seseorang guna memperoleh hasil dan tujuan tertentu.<sup>19</sup> Dalam penelitian Zahraningsih dkk. Tangney menjelaskan bahwa kontrol diri dipengaruhi oleh emosi moral yang artinya emosi berpotensi mendominasi guna mengendalikan diri seseorang.<sup>20</sup>

---

<sup>17</sup> Wulandari, Mita, dkk., "Pengaruh Efikasi Diri dan Kontrol Diri terhadap Prokstinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda", *Motiva: Jurnal Psikologi*, Vol. 3, No. 1, (2020)

<sup>18</sup> Yuniarti, Sinta, dkk., "Minat dan Efikasi Diri dengan Prokstinasi Akademik pada Mata Pelajaran Matematika", *IJGC*, Vol. 7, No. 4, (2018).

<sup>19</sup> Thalid, Syamsul Bachri, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. (Jakarta: Kencana), hlm. 107.

<sup>20</sup> Zahraningsih, Ichdha Sausan, dan Abdurrohlim, "Hubungan Antara Kontrol Diri dan Konformitas dengan Prokstinasi Akademik pada Siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang", *Prosiding*, (Oktober, 2019), hlm. 422.

Seseorang yang memiliki kontrol diri akan mampu mengontrol segala tindakan dan dapat menghadapi tantangan-tantangan yang akan dihadapi.

Sebagai sifat kepribadian, kontrol diri individu berbeda. Beberapa orang memiliki kontrol diri yang rendah dan beberapa orang memiliki kontrol diri yang tinggi. Individu dengan tingkat kontrol diri yang tinggi mampu mengubah peristiwa atau situasi dan menjadi agen utama dalam mengubah perilaku primer yang mengubah pada konsekuensi atau perilaku positif. Secara umum, orang dengan kontrol diri yang tinggi menggunakan waktu mereka lebih efisien dan mengarah pada perilaku yang lebih utama. Jika ia adalah mahasiswa tingkat akhir dengan kewajiban untuk menyelesaikan skripsi, jika ia memiliki kontrol diri yang tinggi, mereka akan dapat mengarah pada perilaku positif seperti menyalakan menyelesaikan skripsi.

Dengan kontrol diri yang bijak, hal ini dapat berpengaruh pada perilaku prokstinasi seseorang. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Rahmaniah yang berjudul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokstinasi Akademik Siswa Di SMP Negeri 1 Tenate Riaja”. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara kontrol diri dengan prokstinasi.<sup>21</sup>

Pada penelitian lain juga menunjukkan bahwa kontrol diri dapat mempengaruhi prokstinasi pada mahasiswa. Seperti pada penelitian Aliya

---

<sup>21</sup> Rahmaniah, “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokstinasi Akademik Siswa Di Smp Negeri 1 Tanete Riaja”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 6, No. 2, (Oktober, 2019), hlm. 10.

Noor Aini dan Iranita Hervi Mahardayani yang menunjukkan adanya hubungan negative antara kontrol diri dan prokastinasi yang berbunyi semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokastinasi, begitu juga sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi prokastinasi.<sup>22</sup>

Pada penelitian Yusuf Syaifulloh, Santi Susanti dan Mardi menunjukkan bahwa Kontrol diri menunjukkan hasil uji hipotesis pada angka -5,197 dengan signifikan 0,000, maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh langsung yang negatif antara kontrol diri dan prokastinasi. Dalam arti, apabila semakin tingginya tingkat kontrol diri maka akan semakin rendah tingkat prokastinasi pada individu. Begitu juga sebaliknya, apabila semakin rendah tingkat kontrol diri maka akan semakin tinggi tingkat prokastinasi pada individu.

Berdasarkan paparan permasalahan diatas, maka perlu dilaksanakan penelitian yang empiris. Hal inilah yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian terkait **“Hubungan Efikasi Diri dan Kontrol Diri dengan Prokastinasi Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri dalam Menyelesaikan Tugas Skripsi”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan paparan latar belakang diatas, dapat diambil rumusan masalah yang akan disajikan dalam penelitian ini.

---

<sup>22</sup> Aini, Noor Aliya, “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus”, *Psikologi Pitutur*, Vol. 1, No. 2, (Juni, 2011), hlm. 70.

1. Adakah hubungan antara efikasi diri dengan prokstinasi pada mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam menyelesaikan tugas skripsi?
2. Adakah hubungan antara kontrol diri dengan prokstinasi pada mahasiswa Psikologi angkatan 2016 dalam menyelesaikan tugas skripsi?
3. Adakah hubungan antara efikasi dan kontrol diri dengan prokstinasi pada mahasiswa Psikologi angkatan 2016 dalam menyelesaikan tugas skripsi?

### **C. Tujuan Penelitian**

Dari paparan Rumusan masalah yang ada, maka dapat diketahui tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui adanya hubungan antara efikasi diri dengan prokstinasi pada mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam menyelesaikan tugas skripsi.
2. Untuk mengetahui adanya hubungan kontrol diri dengan prokstinasi pada mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam menyelesaikan tugas skripsi.
3. Untuk mengetahui adanya hubungan efikasi diri dan kontrol diri dengan prokstinasi pada mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam menyelesaikan tugas skripsi.

### **D. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini diharapkan memberikan dua kegunaan yaitu kegunaan secara teoritis maupun praktis.

1. Kegunaan teoritis dalam penelitian ini adalah hasil yang diperoleh pada penelitian diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi dan bidang Pendidikan tentang hal-hal yang mempengaruhi prokstinasi yang berkaitan dengan efikasi diri dan kontrol diri.
2. Sedangkan kegunaan praktis dalam penelitian ini mencakup beberapa hal yaitu:
  - a. Bagi Dosen agar dapat merendahkan tingkat prokstinasi pada mahasiswa dan dapat memberikan dukungan yang maksimal dan positif agar dalam proses belajar dapat menjadikan mahasiswa nyaman dengan tugas yang diberikan.
  - b. Bagi mahasiswa diharapkan dapat mendorong efikasi diri dan kontrol diri agar menjadi mengarah kearah positif sehingga menurunkan tingkat prokstinasi pada diri.

#### **E. Hipotesis Penelitian**

1.  $H_a$  : Ada hubungan negatif efikasi diri dengan prokstinasi mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam mengerjakan tugas skripsi  
 $H_o$  : Tidak ada hubungan negatif efikasi diri dengan prokstinasi mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam mengerjakan tugas skripsi
2.  $H_a$  : Ada hubungan negatif kontrol diri dengan prokstinasi mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam mengerjakan tugas skripsi

$H_0$  : Tidak ada hubungan negatif kontrol diri dengan prokstinasi mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam mengerjakan tugas skripsi

3.  $H_a$  : Ada hubungan efikasi diri dan kontrol diri dengan prokstinasi mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam mengerjakan tugas skripsi

$H_0$  : Tidak ada hubungan efikasi diri dan kontrol diri dengan prokstinasi mahasiswa psikologi angkatan 2016 dalam mengerjakan tugas skripsi

#### **F. Asumsi Penelitian**

Umumnya prokstinasi dapat naik turun. Tentunya hal ini tidak terlepas oleh faktor-faktor yang mempengaruhinya, diantaranya faktor internal atau faktor eksternal.

Salah satu faktor internal adalah efikasi diri, karena apabila seseorang memiliki keyakinan dapat melalui tugas-tugas yang diterimanya, maka ia akan segera menyelesaikannya. Namun jika seseorang meyakini bahwa dia tidak memiliki daya dalam menuntaskan tugas-tugas yang diterimanya, ia akan menunda-nunda, bisa jadi meminta bantuan temannya, dan lebihnya lagi dapat mendorong seseorang untuk menyontek hasil tugas temannya. Faktor lain yang dapat membuat seseorang melakukan prokstinasi adalah kontrol diri, karena jika seseorang memiliki kontrol diri yang rendah maka dalam melakukan sesuatu dia akan mengitu hasratnya tanpa memperdulikan kewajibannya sebagai mahasiswa.

Dengan demikian dalam penelitian ini berasumsi bahwa semakin rendah efikasi diri dan kontrol diri maka prokstinasi semakin tinggi, begitu

juga sebaliknya semakin tinggi efikasi diri dan kontrol diri maka prokastinasi semakin rendah.

## **G. Telaah Pustaka**

Dari beberapa referensi yang didapatkan oleh peneliti dari berbagai sumber, baik sumber yang berasal dari buku maupun dari literasi yang didapat dari internet. Selain itu, referensi yang didapatkan oleh peneliti juga diperoleh dari jurnal yang relevan dengan judul yang diangkat oleh peneliti, diantaranya:

1. Penelitian Mita Wulandari, Siti Khumaidatul Umaroh, dan Silvia Eka Mariskha yang berjudul “Pengaruh Efikasi Diri dan Kontrol Diri terhadap Prokastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda” dalam *Motiva: Jurnal Psikologi*, Vol. 3, No. 1, 2020. Penelitian ini meneliti pengaruh efikasi diri dan kontrol diri terhadap prokastinasi akademik pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Hasil dari penelitian ini terhadap pengaruh negatif yang signifikan antara efikasi diri dan kontrol diri dengan perilaku prokastinasi pada Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Dengan kata lain semakin tinggi efikasi diri dan kontrol diri maka semakin rendah perilaku prokastinasi pada Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda, begitu juga sebaliknya semakin rendah efikasi diri dan

kontrol diri maka semakin tinggi perilaku prokastinasi pada Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda.<sup>23</sup>

Perbedaan dengan penelitian yang saya lakukan adalah pada tugas yang dikerjakan. Pada penelitian yang saya lakukan lebih difokuskan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan untuk penentuan sampel juga menggunakan karakteristik tertentu.

2. Penelitian Aliya Noor Aini dan Iranita Hervi Mahardayani yang berjudul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus” dalam *Junal Psikologi Pitutur*, Vol. 1, No. 2, Juni 2011. Penelitian ini meneliti hubungan antara kontrol diri dengan prokastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Muria Kudus. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negative yang signifikan antara kontrol diri dengan prokastinasi dalam menyelesaikan skripsi. Hal ini berarti semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokastinasi dalam menyelesaikan skripsi, begitu juga sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi prokastinasi dalam menyelesaikan skripsi.<sup>24</sup>

---

<sup>23</sup> Wulandari, Mita, dkk., “Pengaruh Efikasi Diri dan Kontrol Diri terhadap Prokastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda”, *Motiva: Jurnal Psikologi*, Vol. 3, No. 1, (2020)

<sup>24</sup> Aliya Noor Aini dan Iranita Hervi Mahardayani, “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus”, *Psikologi Pitutur*, Vol. 1, No.2, (Jun, 2011)

.Letak perbedaan dengan penelitian saya adalah saya meneliti mengenai hubungan antara efikasi diri dan kontrol diri dengan prokastinasi mahasiswa psikologi yang sedang menyelesaikan tugas skripsi.

3. Penelitian Kholid Mawardi yang berjudul “Tingkat Prokastinasi Akademik dalam menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Aktivistis”. Penelitian ini ingin mengungkap seberapa besar tingkat prokastinasi akademik pada mahasiswa aktivis yang sedang menyelesaikan skripsi. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa tingkat prokastinasi mahasiswa tergolong kategori sedang dengan berdasarkan kategorisasi prokastinasi sebagai berikut: 13% berada pada level sangat tinggi, 20% berada pada level tinggi, 57% berada pada level sedang, 10% berada pada level rendah dan 0% berada pada level sangat rendah.<sup>25</sup>

Perbedaan dengan penelitian saya adalah pada penelitian Kholid Mawardi menjelaskan kategorisasi prokastinasi pada mahasiswa, sedangkan pada penelitian saya bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara efikasi diri dan kontrol diri dengan prokastinasi mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas skripsi.

4. Penelitian Sinta Yuniarti, Ninik Setyowani dan Sunawan yang berjudul “Minat dan Efikasi Diri dengan Prokastinasi Akademik pada Mata Pelajaran Matematika” dalam *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, Vol. 7, No. 4 tahun 2018

---

<sup>25</sup> Kholid Mawardi, “Tingkat Prokastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Aktivistis”, *Insania*, Vol. 24, No. 1, (Juni, 2019)

mengungkapkan bahwa efikasi diri dan prokastinasi memiliki hubungan yang signifikan. Dimana menjelaskan bahwa jika minat dan efikasi diri yang rendah maka tindakan prokastinasi akademik akan tinggi. Begitu pula sebaliknya, jika minat dan efikasi diri tinggi maka tindakan prokastinasi akademik akan menjadi rendah.<sup>26</sup>

Letak perbedaan dengan penelitian saya adalah penelitian saya meneliti mahasiswa yang melakukan prokastinasi saat menyelesaikan tugas skripsi dan untuk korelasi yang saya gunakan menghubungkan antara efikasi diri dan kontrol diri dengan prokastinasi mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas skripsi.

5. Penelitian Ruhil Safiinatunnajah dan Zulian Fikry yang berjudul “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokastinasi Akademik pada Siswa Pengguna Media Sosial” dalam Jurnal Pendidikan Tambusai, Vol. 5, No. 1 Tahun 2021 yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan prokastinasi akademik pada siswa pengguna media sosial. Dalam arti, semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin rendah tingkat prokastinasi. Begitupula sebaliknya, jika semakin rendah kontrol diri maka akan semakin tinggi terjadinya prokastinasi. berdasarkan temuan ini, disarankan agar siswa mampu mempertahankan kemampuan

---

<sup>26</sup> Yuniarti, Sinta, dkk., “Minat dan Efikasi Diri dengan Prokastinasi Akademik pada Mata Pelajaran Matematika”, *IJGC*, Vol. 7, No. 4, (2018).

kontrol diri yang dimiliki pada siswa pengguna sosial dengan memfokuskan diri pada tugasnya sebagai peserta didik.<sup>27</sup>

Perbedaan dengan penelitian yang saya lakukan adalah variabel efikasi diri sebagai x1, variabel kontrol sebagai x2 dan prokstinasi sebagai variabel y. Pada penelitian yang saya lakukan untuk menguji hipotesis menggunakan regresi berganda yang menghubungkan x1 dan x2 secara bersama-sama terhadap variabel y.

---

<sup>27</sup> Safiinattunnajah, Ruhil dan Zulian Fikry “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokstinasi Akademik pada Siswa Pengguna Media Sosial”, *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 5, No. 1, (2021)