

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. *Self Efficacy*

a. Pengertian *Self Efficacy*

Secara etimologi *self efficacy* terdiri dari dua kata, yaitu “*self*” sebagai unsur struktur kepribadian dan *efficacy* artinya penilaian diri, apakah dapat melakukan Tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, mampu atau tidak mampu mengerjakan sesuatu sesuai dengan yang disyaratkan. *Self efficacy* merupakan keyakinan pada kemampuan individu untuk mengatur suatu Tindakan guna mencapai hasil yang diinginkan (Bandura, 1997).

Malkoç (2018) menjelaskan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan diri mengenai kapasitas kemampuan yang dipunyai individu untuk menghasilkan suatu prestasi. Pendapat lain oleh Fadilah (2021) mengatakan *self efficacy* merupakan kepercayaan dalam diri individu untuk mengawali dan mengakhiri suatu tugas dengan kemampuan yang dimiliki. Individu yang mempunyai *self efficacy* mampu kuat dan bertahan pada suatu kondisi dan situasi sehingga dapat tercapai sesuai harapan yang diinginkan. Keyakinan tersebut bertujuan untuk menunjukkan performasi tertentu yang dapat mempengaruhi kehidupan individu (Patibang & Zubair, 2020).

Self efficacy adalah keyakinan individu dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk control terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan

kejadian dalam lingkungan (Zusya & Akmal, 2016). Efikasi diri yaitu penilaian diri, apakah dapat melakukan suatu Tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. Kemudian Ghufron (2017) mengemukakan bahwa *self efficacy* ialah suatu keyakinan individu mengenai kemampuan-kemampuannya dalam mengatasi beraneka ragam situasi yang muncul dalam hidupnya. Materi o.fl., (2021) menjelaskan bahwa adalah ekspektasi dari keyakinan mengenai seberapa jauh individu mampu melakukan suatu perilaku dalam situasi tertentu.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan diri individu atas kemampuan yang dimilikinya dalam melakukan suatu tugas untuk mencapai sebuah hasil yang diharapkan.

b. Aspek-aspek *Self Efficacy*

Menurut Bandura (1997) mengemukaan bahwa aspek-aspek *self efficacy* sebagai berikut:

1) Tingkat Kesulitan Tugas (*Level*)

Level adalah masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu. Komponen ini berjenis pada pemilihan perilaku yang akan dicoba individu berlandaskan harapan efikasi pada Tingkat kesulitan tugas. Individu akan berusaha untuk melaksanakan tugas tertentu yang ia definisikan dapat dilaksanakan dan akan menghindari situasi dan perilaku yang ia definisikan di luar batas kemampuannya.

2) Generalisasi (*Generality*)

Generality adalah hal yang berkaitan dengan tingkah laku yang dipercaya individu mampu melaksanakannya. Keyakinan individu dalam kemampuan dirinya bergantung pada pemahaman kemampuan dirinya, baik yang terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu maupun pada serangkaian aktivitas dan situasi yang lebih luas dan bervariasi.

3) Tingkat Kekuatan (*Strength*)

Strength adalah aspek yang berisi tentang kekuatan keyakinan atas kemampuan individu. Ekspektasi yang kuat dan mantap individu akan mendorong dirinya untuk mencapai tujuan walaupun mungkin belum mempunyai pengalaman yang menunjang. Sebaliknya, ekspektasi yang lemah dan ragu-ragu akan kemampuan diri akan mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak menunjang.

c. **Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Efficacy***

Adapun faktor-faktor yang memberikan pengaruh *self efficacy* menuruh Bandura (1997) sebagai berikut:

1) Budaya

Nilai dan keyakinan dalam suatu proses pengaturan diri dari budaya mempunyai fungsi sebagai penilaian dalam *self efficacy* serta konsekuensinya.

2) *Gender*

Self efficacy dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin, Bandura menemukan Wanita dengan peran di rumah sekaligus berkarir hal ini menunjukkan *self efficacy* yang lebih tinggi daripada laki-laki yang bekerja.

3) Sifat dari Tugas yang Dihadapi

Persepsi seorang individu terhadap kemampuan diri dapat dipengaruhi oleh sulitnya tugas yang dihadapi. Semakin tinggi kesulitan tugas yang dihadapi maka semakin rendah penilaian atas bakat individu. Begitu pula sebaliknya, semakin mudah tugas yang dihadapi maka akan semakin tinggi individu menilai kemampuan yang dimilikinya.

4) Intensif Eksternal

Intensif eksternal adalah pujian dan pengakuan dari orang lain sebagai perwujudan mengerjakan sesuatu dengan baik. Semakin banyak dan sering individu menerima intensif eksternal, maka *self efficacy* individu terkait juga meningkat. Status Individu dalam Lingkungan. Status individu yang tinggi dalam lingkungan akan berpengaruh terhadap dirinya sehingga muncul kekuatan yang lebih besar. Hal ini berpengaruh pada peningkatan *self efficacy* pada diri individu tersebut.

5) Informasi Mengenai Kemampuan Diri

Informasi yang positif tentang kemampuan individu akan berpengaruh pada meningkatnya *self efficacy*, begitu pula sebaliknya, informasi yang negatif akan berpengaruh pada rendahnya *self efficacy* dalam diri individu.

d. Proses *Self Efficacy*

Setiap tingkah laku individu dipengaruhi oleh *self efficacy*. Hal ini sejalan dengan pendapat Bandura (1997) *self efficacy* mempengaruhi tingkah laku individu dengan melalui berbagai proses sebagai berikut:

1) Proses Kognitif (*Cognitive Process*)

Perilaku yang dilakukan individu dalam membangun pikiran. *Self efficacy* berpengaruh untuk menangkap situasi sekitarnya, kegiatan prediksi yang akan diambil dan membuat rencana.

2) Proses Motivasi (*Motivational Processes*)

Motivasi individu dilihat dari kognitifnya. Individu memotivasi diri berdasarkan informasi yang didapatinya. Dengan keyakinan, individu dapat melakukan sesuatu akan memotivasi individu terkait untuk tugas dengan seluruh kemampuannya. Proses Afeksi (*Affective Processes*)

Self efficacy berpengaruh pada afeksi individu. Semakin individu yakin akan kemampuannya maka akan merasa damai. Maksudnya adalah *self efficacy* mempengaruhi pengendalian emosi melalui perilaku yang dapat mengatasi masalah.

3) Proses Seleksi (*Selection Processes*)

Self efficacy berpengaruh pada individu dalam mengambil atas perbuatan dan lingkungan yang dipilih untuk menghadapi tugas tertentu. Individu dengan *self efficacy* rendah akan menyerah dan menghindari tugas yang di luar batas kemampuan dan lingkungannya. Begitupun sebaliknya.

2. Prokrastinasi Akademik

a. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi akademik berasal dari Bahasa lain *procrastination* dengan awalan “pro” yang artinya mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “crastinus” yang artinya Keputusan hari esok. Jika digabungkan

menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya. Gultom et al., (2018) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku untuk menunda pekerjaan dibidang akademik. Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan suatu pekerjaan yang dapat berakibat keterlambatan dalam menyelesaikan tugas bahkan bisa sampai kegagalan penyelesaian pekerjaan akademik tersebut (Suryo & Christella, 2017).

Ferrari (1995) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda yang dilaksanakan dengan sengaja terhadap suatu tugas akademik. Prokrastinasi ini sebagai suatu kebiasaan yang dilakukan oleh murid terhadap tugas, biasanya disertai dengan adanya keyakinan-keyakinan yang irasional. (Ghufron & Risnawati, 2017) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Kemudian Schraw (dalam seker 2015) mengartikan *“procrastination as not completing or avoiding completing the tasks that is required to be completed”* yaitu tidak menyelesaikan atau menghindari tugas yang harus diselesaikan. Kecenderungan untuk menunda aktivitas sampai batas waktu terakhir atau bahkan tidak melakukannya sama sekali (Afra o.fl., 2022).

Prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa dikarenakan berbagai macam etika, seperti siswa suka mengulur tugas sampai batas waktu pengumpulan (*deadline*), tidak memenuhi janji dalam pengumpulan tugas

dan meminta waktu tambahan, melakukan kegiatan yang mereka sukai seperti, jalan jalan, dan sebagainya. Dengan begitu, perilaku prokrastinasi adalah bentuk perilaku yang buruk dan membawa pengaruh etika dalam kegiatan akademik (Zusya & Akmal, 2016). Apabila perilaku prokrastinasi terus berlanjut akan menimbulkan dampak yaitu dapat mengganggu pembelajaran siswa, banyaknya waktu yang terbuang, pengabaian tugas, dan jika tugas terselesaikan hasilnya kurang memuaskan (Triyono & Khairi, 2018). Dari berbagai sudut pandang beberapa ahli, disimpulkan mengenai pengertian prokrastinasi akademik yaitu perilaku menunda nunda yang dilakukan guna menyelesaikan tugas tertentu atau pekerjaan terkait bidang akademik.

b. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik atau perilaku menunda nunda menyelesaikan tugas akademik memiliki 4 aspek yang dapat diukur dan diamati dari ciri-ciri tertentu Ferrari (1995):

1) Penundaan dalam menyelesaikan tugas

Individu yang mendapatkan tugas akademik, paham bahwa tugas tersebut adalah tanggung jawab yang harus segera diselesaikan. Akan tetapi individu terkait lebih memilih melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan,

2) Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas

Individu pelaku prokrastinasi akan membutuhkan waktu lebih banyak dan lama dalam mengerjakan tugasnya. Keterlambatan yang dimaksud disini adalah lambatnya kerja individu dalam mengerjakan suatu pekerjaan atau tugas.

3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Pelaku prokrastinasi sering mengalami kesulitan untuk memenuhi ketentuan batas waktu untuk penyelesaian tugas. Biasanya individu terkait merencanakan waktu untuk penggeraan tugas yang telah diberikan. Akan tetapi ketika waktunya tiba, individu yang bersangkutan tidak melaksanakan apa yang direncanakan. Akibat dari perbuatan ini adalah tugas yang terlambat dikerjakan dan bahkan tidak maksimal dalam penggerjaanya.

4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Individu yang melakukan prokrastinasi seringkali sengaja tidak segera mungkin untuk menyelesaikan tugas yang diberikan, demi melakukan kegiatan yang menurut mereka lebih menyenangkan seperti, bermain *gadget*, pergi berlibur, dan lain sebagainya.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Ferrari (1995) mengatakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik ada 2 macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

a) Kondisi Fisik

Kondisi fisik individu dapat mempengaruhi timbulnya prokrastinasi akademik. Individu dengan kondisi fisik yang kurang sehat akan cenderung malas untuk melakukan sesuatu sehingga ia mempunyai alasan untuk menunda-nunda suatu pekerjaan.

b) Kondisi Psikologis

Kondisi psikologis yang dimiliki individu dapat mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, contohnya sifat kemampuan sosial yang tercermin dalam regulasi diri dan Tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Sifat kepribadian merupakan organisasi psikologis yang ada dalam setiap individu dan struktur kepribadian terdiri dari tipe kepribadian yang merupakan Gambaran mengenai sifat-sifat individu. Apek lain dalam diri individu yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah harga diri, *self efficacy*, *self conscious*, *self control*, dan *self critical* (Ferrari o.fl., 1995).

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang terdapat di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Factor-faktor tersebut berupa faktor SES (Status Ekonomi Sosial), keluarga atau pola asuh orangtua, *peer group*, sibuk bekerja, sarana dan prasarana untuk menyelesaikan tugas, kurangnya informasi yang diperoleh, kurang atau

tidaknya dukungan moral dan spiritual dari *significant others* dan sebagainya.

d. Bentuk-bentuk Prokrastinasi Akademik

Ferrari (1995) membagi prokrastinasi akademik menjadi dua, yaitu:

- a) *Functional Procrastination* adalah penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat.
- b) *Disfunctional Procrastination* adalah penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek dan menimbulkan masalah. Ada dua bentuk prokrastinasi akademik berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan, yaitu:
 - 1) *Decisional Procrastination* adalah suatu penundaan dalam mengambil Keputusan. Bentuk prokrastinasi ini merupakan sebuah anteseden kognitif dalam menunda untuk memulai melakukan suatu pekerjaan dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stress. Jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, kemudian menimbulkan konflik dalam individu sehingga individu menunda untuk memutuskan masalah.
 - 2) *Avoidance procrastination* adalah suatu penundaan dalam perilaku tampak. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit dilakukan. Prokrastinasi dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan tugas yang akan datang. Bentuk ini berhubungan dengan tipe *self presentation*, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang dan *impulsiveness* (Ferrari o.fl., 1995).

3. Jenis Kelamin (*Gender*)

a) Definisi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin adalah pembagian secara biologis terhadap jenis kelamin individu yang terdapat pada jenis kelamin tertentu (Harahap, 2019). Jenis kelamin adalah perbedaan laki-laki dan Perempuan yang ditentukan dengan melihat bentuk fisik, biologis, dan karakteristik fisiologis (Astuti o.fl., 2021). Jadi dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin merupakan identifikasi dari laki-laki dan perempuan dilihat dari fisik, karakter fisiologis maupun biologis. Laki-laki dan perempuan mempunyai perbedaan pada bentuk, perbedaan jenis kelamin, berat badan dan struktur organ reproduksi.

b) Karakteristik Perbedaan Sifat pada Jenis Kelamin

Salah satu aspek yang membedakan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan adalah adanya perbedaan jenis kelamin (Nirwana, 2020). Adanya perbedaan jenis kelamin laki-laki dan perempuan mempunyai relasi yang berbeda sesuai dengan mental dan karakter fisik sendiri-sendiri. Secara fisik laki-laki mempunyai struktur kuat, organ-organ kuat sehingga faktor tersebut menjadikan laki-laki sebagai individu yang mempunyai mental mandiri, lebih menantang dan lebih rasional. Sedangkan perempuan mempunyai sifat lemah lembut dari pada laki-laki, mempunyai Rahim dan payudara yang Ketika mempunyai anak harus merelakan waktunya bertahun-tahun untuk merawat anak. Sehingga hal ini menjadi faktor yang dapat mempengaruhi mental perempuan yang lebih emosional, lembut dan kasih sayang (Ahmadi, 2016).

B. Kajian Penelitian yang Relevan

- 1) Penelitian oleh Syahroni dan Rohmatun (2021) dengan judul “Hubungan antara *Self Efficacy* dengan Stres Akademik pada Siswa SMA N 1 Lasem” menyatakan bahwa adanya hubungan negatif dan signifikan antara *self efficacy* dengan stres akademik dengan koefisien korelasi sebesar -0,245 dengan nilai signifikansi 0.000 dan sumbangan efektif variabel *self efficacy* sebesar 6,002%. Ini artinya semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah stres akademik pada siswa, dan sebaliknya. Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel terikat. Penelitian ini dengan variabel stres akademik sedangkan penulis menggunakan prokrastinasi akademik.
- 2) Penelitian Dirga dan Arman (2023) dengan judul “Hubungan antara *Self Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik Siswa” menyatakan bahwa adanya hubungan negatif dan signifikan sebesar -0,475. Artinya semakin tinggi *self regulated learning* maka semakin rendah prokrastinasi akademik sebaliknya, semakin tinggi prokrastinasi akademik maka semakin rendah *self regulated learning*. Perbedaan penelitian ini terdapat pada variabel bebas. Penelitian ini menggunakan variabel *self regulated learning* sedangkan penulis menggunakan *self efficacy*.
- 3) Penelitian Al Ghifary dan Herlan (2022) dengan judul “peran efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin”. Hasil dari penelitian ini menghasilkan hubungan negatif dan signifikan dengan nilai korelasi sebesar -0,759 yang menyatakan bahwa semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin rendah

efikasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik. Perbedaan penelitian ini terdapat pada subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa sedangkan penulis menggunakan subjek siswa Tingkat SMA/MA sederajat.

- 4) Penelitian Mellyzar dan Unaida (2022) dengan judul “hubungan *self efficacy* dan kemampuan literasi numerasi siswa ditinjau berdasarkan *gender*”. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self efficacy* dengan kemampuan literasi numerasi siswa dengan nilai korelasi 0,495 artinya semakin tinggi *self efficacy* maka kemampuan literasi numerasi juga semakin tinggi. Perbedaan penelitian ini adalah pada variabel terikat. Penelitian ini menggunakan kemampuan literasi numerasi sedangkan penulis menggunakan prokrastinasi akademik.
- 5) Penelitian Ashari (2022) dengan judul “Hubungan antara *academic self efficacy* dan *academic burnout* pada siswa kelas XII di SMA N 4 Surakarta ditinjau jenis kelamin”. Hasil penelitian ini terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *academic self efficacy* dengan *academic burnout* pada siswa SMA N 4 Surakarta dengan sumbangan efektif sebesar 26,8%. Perbedaan penelitian ini terdapat pada variabel terikat. Penelitian ini menggunakan *academic burnout* sedangkan penulis menggunakan prokrastinasi akademik.
- 6) Penelitian Iskandar dan Aspin (2020) dengan judul “Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Tongauna” hasil penelitian ini dengan nilai $r = -0,519$ yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas

IX SMAN 1 Tongauna artinya semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik. Perbedaan pada penelitian ini adalah penulis menggunakan perbedaan pada *gender* atau jenis kelamin.

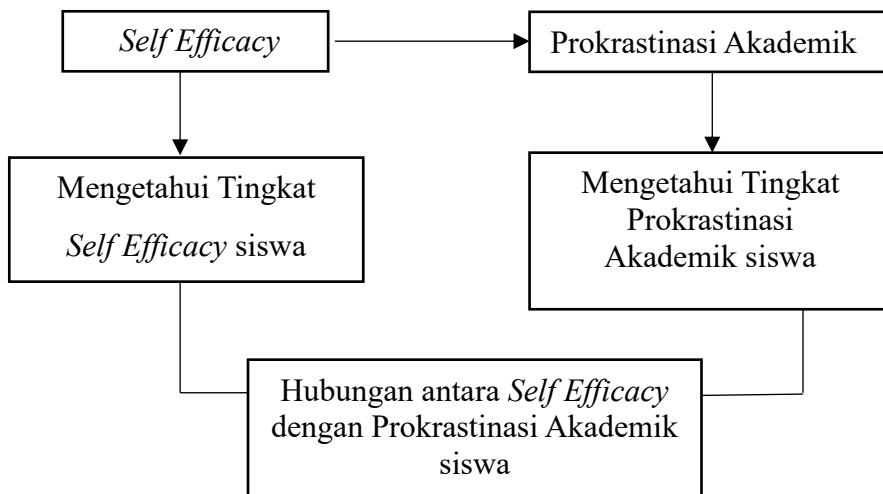
- 7) Penelitian Zahrah dan Herdi (2022) dengan judul “Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik siswa SMP”. Hasil penelitian ini mendapatkan nilai signifikan sebesar $0,955 > 0,05$ dengan nilai derajat hubungan R sebesar 0,024 oleh karena tidak adanya hubungan antara efikasi diri dengan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Perbedaan penelitian ini adalah pada variabel dukungan sosial dan subjek siswa. Penulis menggunakan 1 variabel saja dan pada subjek Tingkat Menengah Atas.

C. Kerangka Pikir

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan suatu pekerjaan yang dapat berakibat keterlambatan dalam menyelesaikan tugas bahkan bisa sampai kegagalan penyelesaian pekerjaan akademik. Siswa yang mempunyai *self efficacy* mampu kuat dan bertahan pada suatu kondisi dan situasi sehingga dapat tercapai sesuai harapan yang diinginkan.

Berdasarkan uraian tersebut, diduga *self efficacy* mempunyai hubungan dengan prokrastinasi akademik siswa serta jenis kelamin dapat mempengaruhi *self efficacy* dan prokrastinasi akademik. Berikut ini adalah kerangka berpikir dalam penelitian ini.

Gambar. 1 Kerangka Pikir *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik



D. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini diterapkan untuk menjawab provisorial berdasarkan teori. Hipotesis membutuhkan verifikasi untuk membuktikan kebenarannya dengan melakukan pengujian data lapangan. Tujuan dari hipotesis yaitu untuk menentukan apakah terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik serta pengaruh jenis kelamin terhadap *self efficacy* dan prokrastinasi akademik siswa MA MINAT Kesugihan.

Ha : Adanya hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik siswa MA MINAT Kesugihan

Ho : Tidak ada hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik siswa MA MINAT Kesugihan.