

**STUDI KORELATIONAL ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK DALAM PEMENUHAN MATA KULIAH PRAKTIKUM (STUDI PADA
MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNISBA)**

¹Yuli Aslamawati, ²Miftah

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung

e-mail: yuli_aslamawati@yahoo.com

Abstrak. Lebih dari 10% mahasiswa peserta mata kuliah praktikum di Fakultas Psikologi Unisba tidak lulus, dan harus mengulang. Keluhan dosen pembimbing praktikum bahwa sekitar 50% laporan praktikum acapkali pengumpulannya di akhir tenggat waktu, malah beberapa orang mahasiswa mengalami keterlambatan dengan konsekuensi pengurangan nilai. Telusuran yang melatarbelakangi keadaan tersebut adalah perilaku menunda-nunda pemenuhan tugas praktikum atau prokrastinasi, yang berhubungan dengan keyakinan mahasiswa akan ketidak-mampuannya memenuhi tugas mata kuliah praktikum atau *self-efficacy* yang rendah. Melalui alat ukur yang valid dan reliabel yang dibuat oleh peneliti mengacu pada konsep dan teori *self-efficacy* dari Bandura, dan teori Prokrastinasi dari Ferrari, didapatkan korelasi Rank Spearman dari kedua variabel di atas ($r_s = -0,359$). Artinya, terdapat keterkaitan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi dalam pemenuhan tugas mata kuliah praktikum, namun demikian dengan tingkat keeratan yang tidak begitu tinggi. Keadaan ini dapat dijelaskan karena satu dari tiga dimensi variabel *self-efficacy*, yaitu dimensi *generality* tidak berhubungan dengan prokrastinasi dalam pemenuhan tugas mata kuliah praktikum. Artinya, perilaku menunda-nunda pemenuhan tugas mata kuliah praktikum tidak berhubungan dengan keluasan dan variasi tugas, namun lebih berhubungan dengan keyakinannya akan ketidakmampuan menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang tinggi dan keyakinan akan kemampuan yang rendah dalam meningkatkan usaha dan kegigihan.

Kata kunci: *Self-efficacy, prokrastinasi, praktikum*

1. Pendahuluan

Pada saat tahun 2013 dan tahun-tahun sebelumnya, lebih dari 10% mahasiswa peserta mata kuliah praktikum di Fakultas Psikologi Unisba tidak lulus dan harus mengulang mata kuliah yang bersangkutan. Data tersebut disertai dengan keluhan dosen pembimbing praktikum bahwa sekitar 50% laporan praktikum acapkali pengumpulannya di akhir tenggat waktu. Malah beberapa orang mahasiswa mengalami keterlambatan dengan konsekuensi pengurangan nilai atau sebatas teguran sesuai dengan alasan dan waktu keterlambatan. Sejalan dengan keadaan tersebut, dosen pembimbing praktikum mengeluhkan mutu beberapa laporan praktikum yang berada di bawah standar. Keadaan ini berdampak buruk pada waktu studi mahasiswa dan pada manajemen proses pembelajaran di Fakultas Psikologi Unisba.

Telusuran yang melatarbelakangi keadaan tersebut adalah perilaku menunda-nunda pemenuhan tugas praktikum atau prokrastinasi. Prokrastinasi menjadi masalah

umum dalam kehidupan di berbagai bidang dan di berbagai lapisan masyarakat, termasuk di dunia mahasiswa. Namun demikian, hal ini menjadi menarik untuk ditelusuri lebih lanjut mengingat terdapat upaya proteksi dari Fakultas Psikologi Unisba sejak tes saringan masuk dalam penerimaan mahasiswa baru (PMB). Maksudnya di sini bahwa untuk lolos menjadi mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba, seorang calon mahasiswa harus bersaing dengan kompetitor dalam perbandingan 1:3 hingga 1:5. Selain tes yang berkenaan dengan prestasi akademik, juga dilakukan psikotes untuk memilih calon mahasiswa yang dinilai mampu menyelesaikan studi di Fakultas Psikologi Unisba dengan baik. Selanjutnya, Mahasiswa Baru (MaBa) dalam masa orientasi diarahkan pada kemampuan yang tinggi untuk mampu mengelola diri sendiri dan adaptif pada keadaan yang menekan dari sisi waktu atau tugas yang memerlukan kerja sama dengan orang lain. Program didisain oleh Bagian Kemahasiswaan, disempurnakan dengan mengadopsi saran dan masukan dari mahasiswa yang sudah lebih dulu menjalani studi di Fakultas Psikologi Unisba. Program dirancang dalam bentuk *games* yang implementasinya dibantu oleh mahasiswa semester 4 dan semester 6.

Dengan demikian, perlu dilakukan kajian yang difokuskan pada masalah prokrastinasi mahasiswa peserta mata kuliah praktikum di Fakultas Psikologi Unisba, sehingga didapatkan data yang akurat dengan keandalan yang tinggi. Data berdasarkan kajian tersebut sangat berguna untuk penanggulangan mutu penyelenggaraan praktikum dan penyelenggaraan proses akademik secara keseluruhan.

Untuk itu dilakukan pengumpulan data awal dengan merangkum hasil wawancara dosen wali dan dosen pembimbing praktikum sehubungan dengan penundaan persiapan, pengayaan dan pengerjaan tugas, khususnya pembuatan laporan praktikum. Data tersebut adalah 1). menghindari tugas; 2). memandang tugas sebagai ancaman dan harus dihindari; 3). memandang sebagai hal yang sulit, kecil kemungkinan untuk dapat memenuhi kriteria yang ditentukan; 4). Sibuk memikirkan kekurangan-kekurangan diri mereka, gangguan-gangguan yang mereka hadapi dan semua hasil yang dapat merugikan mereka; 5). tidak berpikir bagaimana cara yang baik dalam menghadapi tugas-tugas yang sulit; 6). Mengurangi usaha-usaha dan cepat menyerah; 7).tidak yakin dapat menghadapi hal yang sulit dalam praktikum.

Sebaliknya, mahasiswa dalam klasifikasi baik dalam mengikuti praktikum, memandang tugas praktikum sebagai sesuatu yang menantang, memiliki keyakinan bahwa dirinya akan dapat mengatasi kesulitan tugas, dan memperbaiki apa yang salah atau tidak tepat dari apa yang telah dilakukannya dalam praktikum.

Albert Bandura(1997) seorang pakar dalam bidang psikologi pendidikan, menamakan kondisi di atas berkenaan dengan variabel *self-efficacy*. Artinya yang membedakan mahasiswa dengan kriteria baik dan kurang baik dalam kegiatan praktikum adalah keyakinan mengenai kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengatur dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan untuk mendapatkan hasil yang harus dicapainya.

Selanjutnya, yang perlu diketahui di sini adalah seberapa erat keterhubungan variabel *self-efficacy* dengan prokrastinasi pemenuhan tugas mata kuliah praktikum. Tinggi-rendahnya keeratan hubungan tersebut, beserta data lainnya yang menyertai tingkat keeratan hubungan, merupakan informasi berharga untuk mendisain program penanggulangan masalah penyelenggaraan praktikum di Fakultas Psikologi Unisba.

2. Metode Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian korelasional, yang bertujuan untuk menjelaskan keeratan hubungan variabel *self-efficacy* dengan prokrastinasi dalam pemenuhan mata kuliah praktikum.

Variabel *self-efficacy* dalam penelitian ini didefinisikan sebagai keyakinan mahasiswa peserta praktikum akan kemampuan yang dimilikinya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan agar mendapatkan hasil yang baik dalam mata kuliah praktikum sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan oleh Fakultas Psikologi Unisba.

Variabel prokrastinasi didefinisikan sebagai tinggi-rendahnya kecenderungan mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba yang mengambil mata kuliah praktikum untuk menunda-nunda mengerjakan tugas mata kuliah praktikum. Prokrastinasi akademik (mata kuliah praktikum) yang dimiliki mahasiswa dinyatakan dengan prokrastinasi tinggi atau rendah.

Subjek penelitian sebagai populasi adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2008, 2009, 2010, dan 2011 yang sedang mengambil mata kuliah praktikum yakni sebanyak 182 orang (perlu diketahui dalam Kurikulum Fakultas Psikologi Unisba, Mata Kuliah Praktikum diawali pada semester 3). Dari seluruh populasi tersebut diambil sampel dengan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel sumber data didasarkan atas adanya tujuan tertentu (Suharsimi Arikunto, 2006). Maksudnya adalah penelitian ini akan menggunakan sampel yang dijaring melalui pemilihan berdasarkan pertimbangan atau kriteria tertentu sehingga dapat relevan dengan tujuan penelitian. Jumlah sampel yang dari penelitian ini adalah 56 orang mahasiswa. Adapun kriteria dari subjek penelitian ini adalah 1). mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba angkatan 2008, 2009, 2010, dan 2011; 2). telah mengontrak minimal 3 mata kuliah praktikum; 3). sedang mengontrak untuk pengambilan kedua pada mata kuliah praktikum.

Variable *self-efficacy* diukur melalui kuesioner. Alat ukur didasarkan pada spesifikasi variabel *self-efficacy*. Pada penelitian ini, peneliti mengonstruksikan alat ukur berdasarkan teori *self-efficacy* dari Bandura (1997). Menurut Bandura, *self-efficacy* ditunjukkan melalui tiga indikator. Pertama *level*, mengacu pada taraf kesulitan tugas; kedua *generality*, berkaitan dengan derajat keluasan dan variasi dari tugas; ketiga *strength*, menekankan pada tingkat kekuatan dan kemantapan seseorang terhadap keyakinannya akan kemampuannya.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert, model skala Likert ini merupakan penskalaan pernyataan yang menggunakan distribusi respons sebagai dasar penentuan nilai skalanya yang dapat dipergunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu gejala atau fenomena. Pada setiap item skala memiliki empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Nilai untuk alternatif jawaban pada pernyataan positif (*favorable*) bergerak dari empat sampai satu dan untuk pernyataan negatif (*unfavorable*) bergerak dari satu sampai empat. Skor tinggi menunjukkan tingkat *self-efficacy* yang tinggi. Artinya, mahasiswa peserta praktikum berkeyakinan akan kemampuan yang dimilikinya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan agar mendapatkan hasil yang baik dalam mata kuliah praktikum sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan oleh Fakultas Psikologi Unisba. Skor rendah menunjukkan tingkat *self-efficacy* yang rendah. Artinya mahasiswa peserta praktikum berkeyakinan akan rendahnya kemampuan yang dimilikinya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan agar mendapatkan hasil yang baik dalam mata kuliah praktikum sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan oleh Fakultas Psikologi Unisba.

Alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data prokrastinasi akademik mahasiswa berupa skala yang didasarkan pada spesifikasi variabel prokrastinasi akademik pada mata kuliah praktikum. Pada penelitian ini, peneliti mengonstruksikan alat ukur berdasarkan teori prokrastinasi akademik dari Ferrari (1995). Menurut Ferrari, prokrastinasi ditandai dengan indikator: 1). menunda untuk memulai mengerjakan tugas; 2). Menunda untuk menyelesaikan tugas yang telah diselesaikan sebelumnya; 3). kelambanan dalam menyelesaikan atau mengerjakan tugas; 4). kesenjangan waktu antara rencana dan tindakan nyata dalam mengerjakan tugas, 5). melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Skala yang digunakan untuk variabel prokrastinasi adalah skala Likert, seperti yang dilakukan untuk variabel *self-efficacy*. Pada setiap item skala memiliki empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Nilai untuk alternatif jawaban pada pernyataan positif (*favorable*) bergerak dari empat sampai satu dan untuk pernyataan negatif (*unfavorable*) bergerak dari satu sampai empat. Skor tinggi menunjukkan tingkat prokrastinasi yang tinggi. Artinya, mahasiswa peserta praktikum memiliki kadar yang tinggi dalam menunda-nunda tugas. Dan skor yang rendah menunjukkan tidak ada penundaan pengerjaan tugas, atau penundaan pengerjaan tugas dalam taraf rendah atau berkonotasi positif, demi untuk tercapainya kualitas kerja yang baik.

Uji validitas untuk ke dua alat ukur menggunakan metode *construct related*. Metode validasi ini dilakukan melalui proses analisis untuk menemukan hubungan instrumen khususnya item dalam instrumen itu dengan *construct teoritik* tentang atribut psikologis yang akan diukur dengan alat ukur tersebut (Hasanuddin Noor, 2009). Langkah-langkah dalam menggunakan metode *construct related* dilakukan melalui dua tahapan, yaitu analisis kualitatif dan analisis kuantitatif.

Analisis kualitatif dinyatakan dalam suatu konstruk dalam rumus definisi konseptual berdasar konsep teoritik tertentu yaitu alat ukur *self-efficacy* dalam pemenuhan tugas mata kuliah praktikum dan alat ukur prokrastinasi dalam pemenuhan tugas mata kuliah praktikum. Analisis kuantitatif dengan cara uji korelasi skor item dengan skor total. Perhitungan validitas alat ukur menggunakan program *SPSS Version 22 for Windows*. Jika $r_s > 0,3$ maka item tersebut valid, dan jika $r_s \leq 0,3$ maka item tersebut dikatakan tidak valid. Pada alat ukur *self-efficacy* pemenuhan mata kuliah praktikum, satu item dari 30 item tidak valid. Demikian pula untuk alat ukur prokrastinasi dalam pemenuhan mata kuliah praktikum, satu item dari 31 item tidak valid. Selanjutnya, item-item yang tidak valid ini tidak akan dipergunakan dalam analisis berikutnya, yaitu dalam uji reliabilitas.

Uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *single administration method* dengan *split half* atau belah dua. Cara pengelompokannya random, yaitu melalui metode pengukuran tunggal yang dilaksanakan dengan hanya satu kali proses membagi skor subjek menjadi dua bagian. Penggunaan metode ini dinilai lebih efisien dibandingkan *test retest* atau pengukuran pengulangan. Satu kali pengukuran dimaksudkan agar subjek ukur tidak mengalami kelelahan dan terjadi perubahan *performance* karena latihan, perkembangan dan kematangan yang disebabkan dua kali pengukuran (Hasanuddin Noor :2009). Dengan menggunakan teknik korelasi Pearson yang dilakukan menggunakan bantuan *SPSS Version 22 for Windows*. Alat ukur *self-efficacy* dalam pemenuhan mata kuliah praktikum, nilai reliabilitasnya tinggi, yaitu 0,90; begitu pula untuk alat ukur prokrastinasi pemenuhan mata kuliah praktikum nilai reliabilitasnya tinggi, yaitu 0,89.

Tabel 1 Kriteria Tingkat Korelasi Guilford

Koefisien	Derajat Korelasi
< 0,20	Tidak ada korelasi
0,21–0,40	Korelasi rendah
0,41–0,70	Korelasi tinggi
0,71–1,00	Korelasi tinggi sekali

Teknik analisis data menggunakan statistik inferensial melalui analisis korelasional dalam upaya mendapatkan kejelasan hubungan *self-efficacy* dalam pemenuhan mata kuliah praktikum dengan prokrastinasi dalam pemenuhan mata kuliah praktikum. Statistik uji yang digunakan adalah uji korelasi *Rank Spearman* karena kedua data adalah data ordinal.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil korelasi rank spearman melalui SPSS Versi 22 for Windows, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 2 Korelasi Rank Spearman *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi dalam Pemenuhan Mata Kuliah Praktikum

Correlations			SE	Prokr
Spearman's rho	SE	Correlation Coefficient	1.000	-.359**
		Sig. (2-tailed)	.	.007
		N	56	56
Prokr	Prokr	Correlation Coefficient	-.359**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.007	.
		N	56	56

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dalam penelitian ini juga dihitung masing-masing korelasi antara ke tiga dimensi dari *self-efficacy* dengan Prokrastinasi dalam pemenuhan mata kuliah praktikum.

Tabel 3 Korelasi Rank Spearman *Self-Efficacy* Dimensi *Level* dengan Prokrastinasi dalam Pemenuhan Mata Kuliah Praktikum

Correlations			Level	Prokr
Spearman's rho	Level	Correlation Coefficient	1.000	-.271*
		Sig. (2-tailed)	.	.043
		N	56	56
Prokr	Prokr	Correlation Coefficient	-.271*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.043	.
		N	56	56

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel 4 Korelasi Rank Spearman *Self-Efficacy* Dimensi *Generality* dengan Prokrastinasi dalam Pemenuhan Mata Kuliah Praktikum

Correlations			Prokr	Generality
Spearman's rho	Prokr	Correlation Coefficient	1.000	-.196
		Sig. (2-tailed)	.	.148
		N	56	56
Generality	Generality	Correlation Coefficient	-.196	1.000
		Sig. (2-tailed)	.148	.
		N	56	56

Tabel 5 Korelasi Rank Spearman *Self-Efficacy* Dimensi *Strength* dengan Prokrastinasi dalam Pemenuhan Mata Kuliah Praktikum

Correlations			Strength	Prok
Spearman's rho	Strength	Correlation Coefficient	1.000	-.463**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	56	56
	Prokr	Correlation Coefficient	-.463**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	56	56

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dapat dilihat bahwa nilai koefisien korelasi spearman antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi dalam pemenuhan tugas mata kuliah praktikum adalah signifikan pada tingkat 0,01 dengan nilai korelasi sebesar -0,359. Artinya, korelasi kedua variabel berada pada tingkat kepercayaan yang tinggi (ketat). Tanda minus pada nilai korelasi menginformasikan bahwa semakin rendah tingkat *self-efficacy* mahasiswa, semakin tinggi tingkat prokrastinasi dalam pemenuhan tugas mata kuliah praktikum. Nilai korelasi -0,359 pada kriteria korelasi Guilford termasuk kedalam derajat korelasi rendah. Dengan demikian, bahwa kedua variabel tersebut memiliki keterhubungan yang tidak begitu erat.

Selain itu, dapat dijelaskan di sini berdasarkan korelasi dari ketiga dimensi *self-efficacy* bahwa perilaku menunda-nunda tugas mata kuliah praktikum, berkaitan dengan keyakinan individu (mahasiswa) akan ketidak-mampuannya meningkatkan usaha dan kegigihan ketika menghadapi hambatan, juga keyakinan akan ketidakmampuannya untuk mengerjakan tugas praktikum yang dihadapinya. Hal tersebut didasarkan hasil korelasi yang tinggi antara dimensi *strength* dengan prokrastinasi dalam pemenuhan tugas mata kuliah praktikum. Dinamika keyakinan akan kemampuan yang rendah dalam meningkatkan usaha dan kegigihan yang menjadikan perilaku menunda-nunda pemenuhan tugas praktikum ini juga dikuatkan dengan korelasi dimensi *level* dengan prokrastinasi. Artinya, adanya keyakinan bahwa mahasiswa yang menunda-nunda pemenuhan pengerjaan tugas adalah mahasiswa yang meyakini bahwa mereka tidak mampu menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang tinggi. Dimensi *generality* tidak berhubungan dengan prokrastinasi, artinya mahasiswa yang menunda-nunda pemenuhan tugas praktikum tidak ada hubungannya dengan keluasan dan variasi dari tugas yang dihadapinya.

4. Simpulan dan Saran

Dapat disimpulkan di sini bahwa terdapat keterkaitan antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi dalam pemenuhan tugas mata kuliah praktikum, namun demikian dengan

tingkat keeratan yang tidak begitu tinggi. Keadaan ini dapat dijelaskan karena satu dari tiga dimensi variabel *self-efficacy*, yaitu dimensi *generality* tidak berhubungan dengan prokrastinasi dalam pemenuhan tugas mata kuliah praktikum. Artinya, perilaku menunda-nunda pemenuhan tugas mata kuliah praktikum, tidak berhubungan dengan keluasan dan variasi tugas, namun lebih berhubungan dengan keyakinannya akan ketidakmampuan menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang tinggi dan keyakinan akan kemampuan yang rendah dalam meningkatkan usaha dan kegigihan.

Oleh karena itu sebagai upaya agar mahasiswa tidak melakukan prokrastinasi atau tidak menunda-nunda pemenuhan tugas pada mata kuliah praktikum, perlu diberi kesempatan untuk memiliki pengalaman berhasil atau pengalaman sukses dan menghindarkannya dari mengalami kegagalan. Keadaan ini menurut Bandura mampu mengikis emosi negatif yang muncul selama menjalani mata kuliah praktikum, di samping meningkatkan keyakinan individu akan kemampuan yang dimilikinya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan agar mendapatkan hasil yang baik. Sejalan dengan hal itu meningkatkan *self-efficacy* juga dipengaruhi oleh pengalaman individu lain, sehingga contoh keberhasilan teman-temannya yang dinilai sepadan dengan dirinya sangat penting untuk dikemukakan. Kedua cara di atas dapat dirancang oleh dosen mata kuliah atau dosen pembimbing praktikum sebagai upaya meningkatkan keyakinan mahasiswa akan kemampuannya dalam pemenuhan tugas praktikum.

Daftar Pustaka

- A.Olubusayo A. Academic Procrastination in Mathematics: Causes, Dangers and Implications of Counselling for Effective Learning. International Education Studies. Nigeria. 2010; Vo.3 (3)Nigeria.
- Arikunto Suharsimi. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi). Jakarta: PT. Rineka Cipta; 2006.
- Bandura Albert. Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman; 1997
- Burka JB, Yuen LM. Procrastination: "Why do it and what to do about it. Perseus Books. New York; 2008.
- Ferrari JR, Johnson JL, McCown WG. Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research and Treatment. New York: Plenum Press; 1995
- Noor Hasanuddin. Psikometri Aplikasi dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku, Bandung: Penerbit Fakultas Psikologi Unisba; 2009
- Ormrod JE. Educational psychology: Developing learners (5th ed.). Upper Saddle River NJ: Pearson/Merrill Prentice Hall; 2006.
- Yong FL. A Study on the Assertiveness and Academic Procrastination of English and Communication Students at a Private University. American Journal of Scientific Research. 2010; 62-72. Leturer Swinburne University of Technology: Sarawak.