

**Self-Efficacy dan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa**

Rosmayati ✉, Sunawan, dan Sinta Saraswati

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang,
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, Indonesia**Info Artikel**

Sejarah Artikel:
Diterima 12 Desember 2017
Disetujui 15 Desember 2017
Dipublikasikan 31 Desember 2017

Keywords:
conformity; procrastination; self-efficacy

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self-efficacy dan konformitas dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang baik secara parsial maupun secara bersama-sama. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional. Sampel yang digunakan berjumlah 125 dari populasi 284 mahasiswa dengan teknik pengambilan sampel simple random sampling. Adapun teknik analisis data menggunakan regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang signifikan ($R=0,565$, $F(3,121)=18,903$, $p < 0,01$), kemudian antara konformitas dengan prokrastinasi akademik tidak memiliki hubungan yang signifikan ($R=0,030$, $F(5,116)=1,265$, $p > 0,05$). Sedangkan antara self-efficacy dan konformitas dengan prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang signifikan ($R=0,595$, $F(18,903)=7,957$, $p < 0,01$). Maka, simpulan dari hasil penelitian ini yaitu ada hubungan yang signifikan antara self-efficacy dan konformitas dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, ada hubungan negatif signifikan antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, dan tidak ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik mahasiswa.

Abstract

This study aims to determine the relationship of self-efficacy and conformity with academic procrastination of students Guidance and Counseling State University of Semarang either partially or jointly. This research used correlational quantitative design. The sample used is 125 from the population of 284 students with simple random sampling technique. The data analysis technique used regression. The results showed that there was significant relationship between self-efficacy and academic procrastination ($R=0,565$, $F(3,121)=18,903$, $p < 0,01$), and then there was not significant relationship between conformity with academic procrastination ($R=0,030$, $F(5,116)=1,265$, $p > 0,05$). There was not significant relationship between self-efficacy and conformity with academic procrastination ($R=0,595$, $F(18,903)=7,957$, $p < 0,01$). The results showed that there was a significant relationship between self-efficacy and conformity with student academic procrastination, there was a significant negative relationship between self-efficacy with student academic procrastination, and there was no significant relationship between conformity with student academic procrastination.

How to cite: Rosmayati, Sunawan & Sinta Saraswati (2017). **Self-Efficacy dan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa**. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory And Application*, 6(4), 50-56

PENDAHULUAN

Sebagai mahasiswa sudah menjadi kewajiban mengemban tugas-tugas baik dalam bidang akademik maupun non akademik. Mengelola waktu dengan baik untuk menyelesaikan tugas atau tidak menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas merupakan harapan sikap yang mesti dimiliki mahasiswa. Misalnya, tidak menunda-nunda untuk mengerjakan tugas akademik, kegiatan non akademik, dan tetap memperhatikan waktu untuk istirahat. Prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan pekerjaan secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga pekerjaan menjadi terhambat dan tidak diselesaikan tepat waktu. Ghufron (2011) juga menyatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik.

Prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa merupakan hal yang harus diselesaikan. Mengingat kegiatan akademik merupakan rutinitas keseharian mahasiswa dengan berbagai macam tugasnya. Ketika mahasiswa tidak berhasil melawan prokrastinasi tersebut maka kehidupan efektif sehari-hari akan terganggu dan dapat membuat mahasiswa tidak optimal dalam menyelesaikan studinya. Pendek kata, mahasiswa diharapkan memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah dengan harapan mahasiswa dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu, mengerjakan ulangan atau ujian dengan baik, dan tidak tertinggal untuk mengambil pengalaman pada kegiatan non akademik.

Prokrastinasi juga terjadi dikalangan mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang. Hal ini dapat dilihat dari tingkat kelulusan mahasiswa tepat waktu. Dari 120 mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2012 hanya 8 mahasiswa yang lulus tepat waktu atau 8 semester (Sikadu Unnes, 2016). Dari data tersebut dapat diartikan hanya 6,7% mahasiswa yang lulus tepat waktu dan 93,3% mahasiswa melakukan penundaan atau prokrastinasi.

Hasil penelitian sebelumnya menginformasikan bahwa prokrastinasi di prediksi oleh efikasi diri dan konformitas. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Putra dan Lilim (2015), Sandra dan Asad (2013), dan Qomariyah (2016) relevan dengan penelitian ini. Putra dan Lilim (2015) dalam penelitiannya menyatakan bah-

wa terdapat hubungan negatif yang kuat antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik. Selanjutnya pada Sandra dan Asad (2013) menunjukkan bahwa self-efficacy memiliki sumbangan terhadap timbulnya perilaku prokrastinasi. Begitu pula dengan hasil penelitian Qomariyah (2016) efikasi diri (self-efficacy), memprediksi secara negatif prokrastinasi akademik mahasiswa. Menurut Santrok dalam Desy (2016) efikasi diri adalah keyakinan seseorang yang dapat menguasai situasi dan dapat memberikan hasil yang positif. Penelitian dari Ellis (dalam Desy 2016) menjelaskan self-efficacy sebagai penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu. Self-efficacy yang rendah mempengaruhi mahasiswa dalam bertindak, seperti saat menghadapi kesulitan. Mahasiswa dengan self-efficacy rendah mempunyai keraguan yang besar tentang kemampuannya sehingga akan mengurangi usaha-usahanya atau menyerah sama sekali.

Kondisi tersebut didukung dari hasil wawancara terhadap mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang angkatan 2014-2016 diperoleh informasi bahwa dalam mengerjakan tugas ataupun akan menghadapi ujian mahasiswa seringkali melakukan prokrastinasi dan menganggap prokrastinasi sebagai suatu tindakan yang wajar. Mahasiswa kurang percaya pada kemampuannya dalam mengerjakan tugas (self-efficacy), selain itu rata-rata mahasiswa menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi mereka adalah teman-temannya yang seringkali mengajak melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan dibandingkan dengan mengerjakan tugas. Dari beberapa pernyataan tersebut teridentifikasi, tampaknya self-efficacy dan konformitas teman sebaya merupakan bagian dari faktor yang mempengaruhi prokrastinasi pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang. Hal ini sesuai dengan pendapat Gufron (2011) yang menyatakan faktor yang mempengaruhi prokrastinasi dilihat dari kondisi psikis individu antara lain hubungan sosial dan motivasi terhadap diri sendiri.

Di sisi lain konformitas (conformity) merupakan perubahan dalam perilaku seseorang untuk menyelaraskan lebih dekat dengan standar kelompok (King, 2010). Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Baron, et al (Sarwono dan Eko, 2009) konformitas adalah suatu bentuk perilaku sosial dimana individu mengubah sikap

dan tingkah lakunya agar sesuai dengan norma sosial. Dengan kata lain, pengaruh sosial berperan kuat dalam tindakan konformitas individu. Konformitas membawa dampak yang baik untuk lingkungan sosial, dari konformitas tercipta keteraturan dan kesepakatan. Namun, kecenderungan untuk melakukan konformitas tidak selalu mengikuti pada hal-hal yang positif saja. Manusia juga dapat melakukan konformitas pada bentuk-bentuk perilaku negatif (Sarwono dan Eko, 2009: 109). Manusia cenderung melakukan konformitas karena faktor rasa takut tidak diterima menjadi bagian dari kelompok apabila manusia tidak sama dengan kelompok, manusia pada dasarnya ingin memperoleh persetujuan atau menghindari celaan dari kelompok.

Ramadhani (2016) menyatakan dalam penelitiannya bahwa konformitas adalah salah satu faktor yang menyebabkan prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi. Namun, pada penelitian Susanti dan Desy (2014) membuktikan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik. Lain halnya dengan penelitian Qomariyah (2016) yang sependapat dengan penelitian Ramadhani (2016) bahwa konformitas memiliki pengaruh yang tinggi terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Menilik temuan yang inkonsisten dari penelitian Ramadhani (2016) dan Susanti dan Desy (2014), maka peneliti diharapkan dapat mempertegas hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi.

Berdasarkan rujukan di atas maka penelitian ini diarahkan secara khusus untuk membuktikan hubungan antara Self-Efficacy dan Konformitas dengan Prokrastinasi Mahasiswa, khususnya mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mempertegas hubungan antara self-efficacy dan konformitas dengan prokrastinasi.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami mahasiswa terkait dengan self-efficacy, konformitas teman sebaya, dan prokrastinasi. Sehingga dapat menjadi acuan dalam pengembangan program bidang pribadi dan sosial terkait dengan prokrastinasi yang diturunkan dari sisi self-efficacy dan konformitas teman sebaya yang dapat di berikan melalui layanan dengan format individu, klasikal, atau kelompok.

Penelitian ini diarahkan secara khusus untuk menguji tiga hipotesis yaitu (1) ada hubungan antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, (2) ada hubungan

antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, (3) ada hubungan antara self-efficacy dan konformitas dengan prokrastinasi akademik mahasiswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional yang dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antar variabel dan proses analisisnya menggunakan data-data numerik atau angka yang diolah dengan metode statistik. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 284 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling dari mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang. Sampel yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 125 mahasiswa.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi skala prokrastinasi akademik terdiri atas 23 item pernyataan dengan lima pilihan jawaban. Aspek dari skala ini meliputi penundaan waktu, kelambatan dalam menyelesaikan tugas, dan melakukan hal lain selain belajar (Ferrari dalam Fitriah, 2015). Pengujian validitas skala ini dilakukan dengan mengkorelasikan skor item dengan skor total. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa tingkat validitas skala berkisar antara 0,268 sampai dengan 0,612. Selain itu dilakukan juga uji reliabilitas dengan menggunakan Alpha Cronbach. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan bahwa reliabilitas skala sebesar 0,853.

Skala self-efficacy, skala konformitas, dan skala prokrastinasi akademik. Skala self-efficacy terdiri atas 23 item pernyataan dengan lima pilihan jawaban. Aspek dari skala ini meliputi magnitude, strennght, generality (Bandura, 1986). Pengujian validitas skala ini dilakukan dengan mengkorelasikan skor item dengan skor total. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa tingkat validitas skala berkisar antara 0,311 sampai dengan 0,662. Selain itu dilakukan juga uji reliabilitas dengan menggunakan Alpha Cronbach. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan bahwa reliabilitas skala sebesar 0,781.

Skala konformitas terdiri atas 38 item pernyataan dengan lima pilihan jawaban. Aspek dari skala ini meliputi kelekatan dengan anggota kelompok, perhatian terhadap kelompok, kepercayaan terhadap kelompok, kesamaan diri dengan kelompok, kerelaan bertindak sesuai dengan keinginan (Taylor, 2009). Pengujian validitas skala ini dilakukan dengan

mengkorelasikan skor item dengan skor total. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa tingkat validitas skala berkisar antara 0,217 sampai dengan 0,515. Selain itu dilakukan juga uji reliabilitas dengan menggunakan Alpha Cronbach. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan bahwa reliabilitas skala sebesar 0,787.

Proses pengumpulan data secara khusus dilakukan dalam beberapa tahap yang meliputi (1) peneliti memberikan salam dan memperkenalkan diri, (2) menjelaskan maksud dan tujuan peneliti ada di dalam kelas subyek penelitian, (3) membagikan instrumen penelitian dan lembar jawab instrument, (4) memberikan instruksi terkait dengan pengisian instrument penelitian dan meyakinkan mengenai kerahasiaan isi angket, (5) mempersilahkan mahasiswa untuk mengerjakan instrumen penelitian, (6) Instrumen penelitian yang telah selesai dikerjakan dikumpulkan ke peneliti, (7) penutup dan menyampaikan terimakasih atas kesediaan subyek mengisi instrument penelitian.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsi hasil penelitian secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel 1 yang menginformasikan tentang rata-rata, standar deviasi, dan jumlah sampel penelitian.

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa skor rata-rata perilaku prokrastinasi seluruh sampel adalah 2,668. Apabila mengacu pada range skor terendah sampai yang tertinggi, yaitu 1 sampai dengan 5 maka dapat dinyatakan bahwa tingkat perilaku menyontek siswa berada dalam kategori cukup atau sedang. Adapun Self-efficacy juga termasuk dalam kategori cukup atau sedang. Hal ini dapat dilihat pada skor rata-rata Self-efficacy menunjukkan angka 3,298. Sedangkan konformitas menunjukkan skor rata-rata 3,100 yang termasuk dalam kategori cukup atau sedang.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi sederhana dan regresi ganda. Sebelum melakukan analisis data menggunakan regresi terlebih dulu harus melakukan serangkaian uji asumsi yang meliputi uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas. Uji asumsi dan uji hipotesis dilakukan dengan bantuan SPSS versi 21.

Pengujian normalitas data dilakukan dengan menggunakan Kolmogorov Smirnov. Suatu data dikatakan normal apabila diperoleh nilai probabilitas $> 0,05$ (Ghozali, 2011).

Berdasarkan kriteria tersebut, maka semua variabel dalam penelitian ini adalah normal (K-S prokrastinasi = 0,566, $p = 0,906$; K-S self-efficacy = 1,040, $p = 0,229$; K-S konformitas = 0,924, $p = 0,360$).

Pengujian multikolinearitas dilakukan dengan melihat nilai Tolerance dan VIF. Jika nilai Tolerance lebih dari 0,1 dan VIF kurang dari 10 maka tidak terjadi multikolinearitas (Priyatno, 2010). Hasil uji asumsi multikolinearitas dalam penelitian ini menunjukkan telah terpenuhi (Tolerance = 0,977, VIF = 1,023).

Uji asumsi berikutnya adalah heteroskedastisitas. Pengujian ini menggunakan uji Spearman's rho yaitu dengan mengkorelasikan nilai residual hasil regresi dengan masing-masing variabel independen. Jika nilai signifikansi antara variabel independen dengan residual $> 0,05$ maka tidak terjadi heteroskedastisitas (Priyatno, 2010). Hasil uji asumsi heteroskedastisitas dalam penelitian ini menunjukkan telah terpenuhi.

Pengujian hipotesis 1, 2, dan 3 dilakukan dengan menggunakan regresi ganda. Hasil uji regresi antara self-efficacy dengan prokrastinasi menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan ($R = 0,565$, $F(3,121)=18,903$, $p = <0,01$). Dengan demikian jawaban hasil uji hipotesis 1 adalah "ada hubungan negatif yang signifikan antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling".

Hasil uji regresi antara konformitas dengan prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan ($R = 0,030$, $F(5,116) = 1,265$, $p = >0,05$). Dengan demikian jawaban hasil uji hipotesis 2 adalah "tidak ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik mahasiswa".

Hasil uji hipotesis 3 menunjukkan jawaban yaitu "ada hubungan yang signifikan antara self-efficacy dan konformitas dengan prokrastinasi akademik mahasiswa" ($R = 0,595$, $F(18,903) = 7,957$, $p = <0,01$). Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,354 yang menginformasikan bahwa persentase sumbangan self-efficacy dan konformitas dalam menurunkan prokrastinasi akademik sebesar 35,4%. Sedangkan sisanya sebesar 64,6% dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti. Rangkuman hasil analisis regresi dapat dilihat pada tabel 2.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara self-efficacy dan konformitas dengan prokrastinasi akademik. Secara khusus terdapat hubungan

Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Variabel	Rata-rata	Standar Deviasi	N
Prokrastinasi	2,668	4,099	125
<i>Self-efficacy</i>	3,298	2,604	125
Konformitas	3,100	3,362	125

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis

Prediktor	β	T	R	R ²	F
Self-Efficacy			0,565	0,319	18,903***
a. <i>Magnitude</i>	-0,150	-1,391*			
b. <i>Strenght</i>	-0,336	-2,887***			
c. <i>Generality</i>	-0,138	-1,637*			
Konformitas			0,030	0,035	1,265*
a. Kelekatan dengan anggota kelompok	0,122	1,601**			
b. Perhatian terhadap kelompok	-0,008	-0,105*			
c. Kepercayaan terhadap kelompok	-0,039	-0,487*			
d. Kesamaan diri dengan kelompok	-0,010	-0,132*			
e. Kerelaan bertindak sesuai keinginan	0,073	0,871*			
Self-Efficacy dan Konformitas			0,595	0,354	18,903***

Keterangan:

* p > 0,05

** p < 0,05

*** p < 0,01

yang signifikan antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik, namun tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang telah dilakukan Asad dan Khusnul (2013) dan Putra dan Lilim (2015). Temuan kedua penelitian tersebut relatif konsisten menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik. Hal ini menjelaskan bahwa semakin tinggi self-efficacy maka semakin rendah prokrastinasi dan sebaliknya.

Apabila dikaitkan dengan komponen self-efficacy menurut Bandura (1997) yang meliputi *magnitude*, *strenght*, dan *generality*, maka hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya komponen *strenght* yang menjelaskan prokrastinasi akademik. Sementara *magnitude* dan *generality* tidak berkorelasi secara signifikan. Temuan ini menarik mengingat pada penelitian yang dilakukan Asad dan Khus-

nul (2013) dan Putra dan Lilim (2015), hanya mengkorelasikan self-efficacy sebagai konstruk tunggal. Penelitian mengklarifikasi bahwa komponen *strenght* yang menunjukkan fenomena prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan konformitas dengan prokrastinasi akademik, dapat diketahui tidak terdapat hubungan yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Hal ini bertentangan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Qomariyah (2016) yang menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi konformitas, maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik.

Lain halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanti dan Desi (2014) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik. Selaras dengan penelitian yang telah dilakukan dan penelitian yang di-

lakukan oleh Susanti dan Desi, pada penelitian Ramadhani (2016) juga menyatakan bahwa bahwa tidak adanya korelasi dan nirsignifikan antara konformitas dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir yang tidak bekerja. Maka dapat disimpulkan, hasil penelitian ini mempertegas bahwa konformitas tidak berhubungan secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Penelitian yang telah dilakukan terdapat perbedaan dengan penelitian terdahulu, dimana ditemukan bahwa konformitas tidak berpengaruh positif secara signifikan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling Unnes. Salah satu hal yang membedakan antara penelitian yang dilakukan dengan penelitian terdahulu adalah karakteristik populasi dengan menggunakan sampel mahasiswa Bimbingan dan Konseling sedangkan penelitian yang dilakukan Qomariyah (2016) menggunakan sampel mahasiswa dari Fakultas Teknik. Mahasiswa Bimbingan dan Konseling dalam tugas perkuliahan lebih pada tugas individual, pada tugas kelompokpun dapat dikerjakan dengan cara individu, dan dalam praktik konseling pun mahasiswa dituntut untuk mencari konseli dari mahasiswa non Bimbingan dan Konseling. Beda halnya dengan mahasiswa Fakultas Teknik yang menuntut para mahasiswa menguasai suatu bidang keterampilan, dimana setiap mahasiswa tidak bisa berjalan sendiri dan harus membutuhkan teman lainnya untuk saling membantu dalam mencapai penguasaan untuk memenuhi suatu ketrampilan, hal ini menyebabkan timbulnya atmosfer kekeluargaan dan kebersamaan sangat kental di mahasiswa Fakultas Teknik. Dari perbedaan tersebut dapat dilihat perbedaan karakteristik populasi antara mahasiswa Bimbingan dan Konseling dan mahasiswa Fakultas Teknik. Oleh karena itu mahasiswa Fakultas Teknik dalam menjalankan sebagian besar aktivitas perkuliahan bersama dengan teman kelompoknya yang dapat berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa, sedangkan pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling, teman kelompok tidak terlalu berpengaruh dalam persoalan prokrastinasi akademik karena para mahasiswa mempunyai pemahaman mengenai hal-hal yang harus dicapai dalam kegiatan perkuliahan.

Prokrastinasi merupakan suatu yang lebih baik jika diturunkan oleh mahasiswa. Ghufron (2011), membagi faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dalam

dua kelompok yaitu faktor internal meliputi trait kepribadian, motivasi rendah, tidak menyukai tugas, mood yang bermasalah, pemberontak, takut gagal, masalah manajemen waktu, faktor lingkungan, menyukai bekerja dibawah tekanan, dan lebih memilih mengerjakan hal yang lebih menyenangkan, selanjutnya faktor eksternal meliputi gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Oleh karena rendahnya prokrastinasi pada mahasiswa amat penting, dalam penelitian ini dapat dilihat bahwa self-efficacy berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan konformitas tidak berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Meskipun konformitas tidak berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik dalam penelitian ini, akan tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa mahasiswa dapat terpengaruh negatif oleh teman sebayanya. Sedangkan self-efficacy yang berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa, oleh karena itu hendaknya mahasiswa dapat lebih memahami mengenai self-efficacy dan meningkatkan self-efficacy. Secara lebih spesifik mahasiswa dapat meningkatkan keyakinan dan harapan mahasiswa atas kemampuannya.

Secara umum, temuan dalam penelitian ini menginformasikan bahwa tidak semua indikator dalam satu variabel memiliki keterkaitan dengan prokrastinasi akademik. Mengingat Self-efficacy menurut Feist & Feist (2010: 211) memiliki arti sebagai keyakinan individu bahwa mereka mampu untuk melakukan suatu tindakan yang akan menghasilkan sesuatu yang diharapkan, atau dapat disimpulkan bahwa self-efficacy adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk bertindak dalam mengambil keputusan sehingga tujuan yang diharapkan dapat tercapai. Jika dipahami lebih lanjut mengenai keterkaitan antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik, maka akan diperoleh suatu pola yang menarik yaitu bentuk prokrastinasi akademik yang melibatkan keyakinan dan harapan pada individu atas kemampuannya berkorelasi dengan prokrastinasi akademik, sedangkan bentuk prokrastinasi akademik yang menghubungkan derajat kesulitan suatu yang akan dihadapi atau persepsi individu terhadap bidang yang ia yakini tidak berkorelasi dengan prokrastinasi akademik. Sehingga, bagi peneliti lanjutan hasil temuan ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk menggunakan variabel self-efficacy dalam mengungkap prokrastinasi akademik.

SIMPULAN

Simpulan dari hasil penelitian ini yaitu ada hubungan yang signifikan antara self-efficacy dan konformitas dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Namun, jika dilihat lebih spesifik maka dapat dijelaskan ada hubungan negatif signifikan antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa dan tidak ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Sehingga dosen BK disarankan untuk memberikan motivasi kepada mahasiswa yang berkaitan dengan penurunan prokrastinasi akademik dan memberikan layanan BK untuk menurunkan prokrastinasi akademik melalui pengembangan self-efficacy dan konformitas. Bagi peneliti lanjut disarankan untuk melakukan penelitian dengan setting yang berbeda seperti SD, SMP, dan SMA/ SMK, melakukan penelitian kualitatif agar dapat memahami lebih mendalam tentang prokrastinasi akademik mahasiswa, dan menggunakan variabel self-efficacy dalam mengungkap prokrastinasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Feist & Feist. (2010). *Teori Kepribadian (Edisi 7)*. Terjemahan Sjahputri. Jakarta: Salemba Humanika.
- Fitriah, Zahrotul. (2015). *Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Unnes*. Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Ghufron & Risnawita. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: AR-Ruzz Media.
- Ghozali, Imam. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 19*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- King, Lura A. (2010). *Psikologi Umum*. Terjemahan Dian Marwensdy. Jakarta: Salemba Humanika.
- Purwanto, Edi. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Putra, Jimmi & Lilim H. (2015). *Hubungan antara Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Pendidikan Agama Islam di Universitas Islam 45 Bekasi*. *Prosiding Penelitian Sivitas Akademika Unisba (Sosial dan Humaniora)*. Bandung 4 Oktober 2014.
- Qomariyah, Nunung. (2016). *Efikasi Diri, Ketidaknyamanan Terhadap Tugas, dan Konformitas Teman Sebaya Sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik*. Tesis. Surakarta: Program Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ramadhani, Aprilina. (2016). *Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Tidak Bekerja di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman Samarinda*. *Jurnal Psikologi Unimul*. 4(3), 507-517.
- Sandra, K.I & As'ad D. (2013). *Manajemen Waktu, Efikasi-Diri, dan Prokrastinasi*. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 2(3), 217-222.
- Solomon, L. J & Esther D. R. (1984). *Academic Procrastination: Frequency and Cognitive Behavioral Correlates*. *Journal of Counseling Psychology*. 31(4), 503-509.
- Sutoyo, Anwar. (2012). *Pemahaman Individu*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Taylor, Shelley E., Letitia A.P, & David O. Sears. (2012). *Psikologi Sosial*. Terjemahan Tri Wibowo. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- interpersonal pada remaja putus sekolah.(3).1.
- Rakhmat, Jalaluddin. 2005. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Septiani,Widyawati.2017. *Hubungan Pola Asuh Demokratis dan Konsep Diri terhadap Perkembangan Kecerdasan Emosional*. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 6(3).22-26.
- Sobur, Alex. 2013. *Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sugiyono. 2005. *Komunikasi AntarPribadi*. Semarang: Unnes Press.
- Suranto. 2011. *Komunikasi Interpersonal*. Graha ilmu. Yogyakarta
- Syam. Nina W. 2014. *Psikologi Sosial Sebagai Akar Ilmu Komunikasi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Wonodihadrjo, Felicia. 2014. *Komunikasi Kelompok Yang Mempengaruhi Konsep Diri Dalam Komunitas Cosplay "COSURA" Surabaya*. *Jurnal E--Komunikasi*.(2).3.