



## Minat dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mata Pelajaran Matematika

Sinta Yuniarti✉, Ninik Setyowani, Sunawan

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

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*

Diterima 10 Desember 2018  
Disetujui 17 Desember 2018  
Dipublikasikan 24 Desember 2018

*Keywords:*

self efficacy, interest,  
academic procrastination

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan minat dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika siswa kelas VIII SMP N 3 Ungaran baik secara parsial maupun secara bersama-sama. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional. Sampel yang digunakan berjumlah 172 dari populasi 342 siswa dengan teknik pengambilan sampel simple random sampling. Adapun teknik analisis data dengan regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa antara minat dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika memiliki hubungan signifikan ( $R=0,019$ ;  $F(1,1667)=19,286$ ;  $p<0,05$ ). Kemudian antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika memiliki hubungan yang signifikan ( $R = 0,837$ ,  $F(3,168) = 131,458$ ,  $p = <0,05$ ). Begitu pula antara minat dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika memiliki hubungan yang signifikan ( $R = 0,843$ ,  $F(2,169) = 207,854$ ,  $p = <0,05$ ). Berdasarkan hasil penelitian guru Bimbingan dan Konseling disarankan memberikan layanan BK untuk menurunkan prokrastinasi akademik melalui pengembangan minat dan efikasi diri.

### Abstract

*This study aims to determine the relationship of interest and self efficacy with academic procrastination on the subject of mathematic students of class VIII SMP N 3 Ungaran either partially or altogether. This research uses correlational quantitative design. The sample used amounted to 172 of the population of 342 students with a simple random sampling technique. The data analysis techniques with multiple regression. The results showed that between interest and academic procrastination on mathematic subjects had significant relation ( $R = 0,019$ ;  $F(1,1667) = 19,286$ ;  $p = <0,05$ ). Then, between self efficacy and academic procrastination on mathematic subjects have a significant relationship ( $R = 0,837$ ,  $F(3,168) = 131,458$ ,  $p = <0,05$ ). Similarly, between interest and self efficacy with academic procrastination on mathematic subjects has a significant relationship ( $R = 0.843$ ,  $F(2.169) = 207,854$ ,  $p = <0.05$ ). Based on the results of research Guidance and Counseling teachers are advised to provide Guidance and Counseling services to decrease academic procrastination on the subject of mathematic through the development of interest and self efficacy.*

**How to cite:** Yuniarti, Sinta. dkk. (2018). Minat dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mata Pelajaran Matematika. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory And Application*, 7(4), 31-38.

## PENDAHULUAN

Prokrastinasi merupakan suatu penundaan yang dilakukan seseorang ketika menghadapi tugas yang penting, berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan tidak nyaman (Solomon dan Rothblum:1984). Seseorang yang melakukan prokrastinasi disebut sebagai prokrastinator atau pelaku prokrastinasi. Seorang prokrastinator akan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan berlebihan, dan mengalami kegagalan dalam menyelesaikan tugas dalam batas waktu yang telah ditentukan. Lebih lanjut, seorang prokrastinator merupakan seseorang yang sebenarnya sadar jika sedang menghadapi tugas yang penting namun dengan sengaja menunda-nunda secara berulang-ulang berakibat pada munculnya perasaan cemas, tidak nyaman dan merasa bersalah terhadap dirinya sendiri.

Prokrastinasi merupakan perilaku yang penting untuk dihindari oleh para siswa. Menurut Steel (dalam Suridjah dan Sia, 2007) menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara prokrastinasi akademik mahasiswa dengan prestasi belajarnya. Penting sekali bagi seorang siswa mengendalikan diri untuk tidak melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini dikarenakan perilaku prokrastinasi berdampak terhadap perasaan tidak nyaman, cemas dan merasa bersalah kepada dirinya sendiri (Ghufron dan Risnawati, 2016)

Prokrastinasi dapat mengantarkan siswa kepada kegagalan jika terus menerus dilakukan, karena tugas belum dikerjakan, pada saat harus dikumpulkan siswa belum selesai dalam pengerjaannya, dan apabila sudah selesai hasil tugasnya juga belum tentu maksimal. Hal inilah yang dapat menyebabkan kegagalan siswa dalam pendidikannya.

Penelitian yang menunjukkan adanya prokrastinasi yang dilakukan oleh siswa di Indonesia. Dalam penelitian Hassanah dan Russeno (2011) sebanyak 75% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik, begitu pula penelitian Afriyeni dan Winarno (2009) juga menunjukkan adanya prokrastinasi yang dilakukan siswa di SMA N 9 Padang, sebanyak 73% siswa memiliki kecenderungan prokrastinasi sedang dan 9% siswa memiliki kecenderungan prokrastinasi tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyaknya siswa yang suka menunda-menunda dalam mengerjakan tugas.

Tugas atau tuntutan akademik seorang siswa sangatlah tinggi salah satunya pada mata pelajaran matematika. Matematika merupakan mata pelajaran wajib bagi siswa di jenjang pendidikan dasar sampai pendidikan menengah (Soedjadi, 2000). Matematika merupakan salah satu ilmu dasar yang harus dikuasai setiap manusia, terutama oleh siswa sekolah (Fathani, 2008). Matematika perlu diberikan kepada siswa untuk membekali mereka dengan kemampuan berpikir logis, analitis, sistematis, kritis, dan kreatif serta kemampuan kerjasama. Matematika sebagai mata pelajaran yang mengajarkan siswa untuk dapat meningkatkan kemampuan berpikir dan berargumentasi, sering dianggap sebagai mata pelajaran yang menyulitkan dan menakutkan. Konsep yang dipelajari dalam matematika sering kali sulit untuk dipahami sehingga terkesan membosankan sehingga kurang diminati dan menjadikan siswa tidak yakin dengan kemampuannya sendiri dalam menguasai mata pelajaran tersebut.

Menurut Fathani (2008) rendah bahkan musnahnya minat siswa untuk menekuni bidang studi matematika di antaranya karena adanya image yang mengganggu pikiran sebagian besar siswa, yaitu matematika dianggap sebagai pelajaran yang super rumit, rajanya pelajaran studi, dan jelimet sehingga berjumpa dengan pelajaran matematika seperti bertemu dengan hantu yang menyeramkan. Hal ini diperkuat dengan penuturan beberapa siswa kelas VII, yang menganggap pelajaran matematika merupakan pelajaran yang sulit. Siswa banyak yang tidak langsung memahami materi yang disampaikan oleh guru. Selain itu matematika juga dianggap sebagai mata pelajaran yang menakutkan, karena guru matematika terkenal tegas. Beberapa siswa juga menuturkan bahwa mereka kadang tidak bisa mengerjakan tugas yang diberikan guru, dan lebih memilih untuk menyontek tugas teman yang sudah mengerjakan. Rata-rata nilai yang diperoleh dalam pelajaran matematika juga tergolong rendah dibandingkan dengan nilai pada mata pelajaran yang lainnya. Karena kurangnya minat dan menganggap matematika itu pelajaran yang sulit beberapa siswa melakukan penundaan mengerjakan tugas atau yang disebut prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika tersebut.

Perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh siswa dapat dikenali dengan melihat beberapa faktor. Adapun faktor yang mempengaruhi prokrastinasi adalah minat belajar (Kurniawan, 2017). Seorang siswa yang kurang

minat pada suatu mata pelajaran akan cenderung sulit berkonsentrasi pada mata pelajaran sehingga dimungkinkan juga untuk melakukan penundaan terhadap tugas akademiknya (Kurniawan, 2017).

Selain minat, faktor lain yang juga mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa adalah self efficacy atau efikasi diri (Hassanah & Russeno, 2011). Bandura (Alwisol, 2007) menyebutkan bahwa efikasi diri merupakan persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri sendiri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. Efikasi diri berperan dalam membentuk perilaku siswa, termasuk di dalamnya perilaku prokrastinasi akademik.

Hampton dan Mason (Feist & Feist, 2008) menyatakan bahwa siswa-siswa dengan kemampuan belajar rendah dapat memiliki efikasi diri yang rendah. Artinya bahwa siswa yang mempunyai kemampuan belajar rendah merasa tidak yakin dengan kemampuan dirinya, sehingga siswa yang memiliki kemampuan belajar rendah tidak mampu menyelesaikan tugas yang diberikan gurunya, dan dengan sengaja menunda dalam pengerjaannya.

Afriyeni & Winarno (2009) menyatakan bahwa efikasi diri menentukan pemilihan tingkah laku yang akan dilakukan. Individu yang dengan yakin melaksanakan suatu aktivitas yang dinilai mampu untuk dilakukannya. Sebaliknya, individu akan cenderung menghindari tugas dan situasi yang dinilai melebihi kemampuannya (Bandura: 1997).

Menurut Afriyeni & Winarno (2009) efikasi diri dalam diri seseorang akan menuntunnya untuk berperilaku. Seperti halnya dalam kegiatan di sekolah. Seorang siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan berusaha menunjukkan yang terbaik untuk sekolahnya. Sedangkan siswa dengan efikasi diri yang rendah tidak akan berusaha secara maksimal karena sudah menganggap dirinya tidak mampu untuk menyelesaikan tugasnya sendiri. Sehingga siswa dengan efikasi diri yang rendah cenderung akan menunda-nunda mengerjakan tugas, dan akhirnya mengerjakan tugas dengan tidak maksimal atau dengan menyontek pekerjaan temannya, seperti pada pernyataan Steel (2007) bahwa orang-orang yang memiliki efikasi diri rendah mungkin memiliki kepercayaan yang irrasional sehingga berpengaruh langsung pada prokrastinasi.

Minat belajar matematika dan efikasi diri yang rendah dapat berpengaruh pada munculnya berbagai masalah belajar salah satunya prokrastinasi akademik pada mata

pelajaran matematika. Seperti yang dijelaskan dalam pembahasan sebelumnya bahwa minat belajar dan efikasi diri menentukan keberhasilan siswa dalam belajar. Minat belajar akan memberikan arah dan mendorong siswa untuk mempertahankan motivasi belajarnya. Begitu pula dengan efikasi diri, siswa akan mempunyai keyakinan diri bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugasnya. Dengan minat belajar dan efikasi diri yang dimiliki siswa cenderung tidak akan menunda-nunda menyelesaikan tugas matematikanya. Keadaan tersebut membuat prestasi akademik dapat dicapai dengan baik.

Berdasarkan uraian tersebut dapat dijelaskan bahwa minat belajar dan efikasi diri siswa akan menentukan munculnya rasa senang dan perhatian serta keyakinan pada diri siswa dalam belajar matematika. Melalui rasa senang, perhatian dan keyakinan pada diri siswa dapat mendorong siswa untuk antusias mengerjakan tugas terkait mata pelajaran matematika dan dapat meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa.

Penelitian ini diarahkan secara khusus untuk menguji tiga hipotesis yaitu (1) ada hubungan antara minat dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika, (2) ada hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika, (3) ada hubungan antara minat dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika.

## METODE PENELITIAN

Berdasarkan jenisnya, penelitian ini termasuk penelitian *expost facto* yang bersifat deskriptif korelasional non experimental dengan pendekatan kuantitatif. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah minat (X1) dan efikasi diri (X2) sedangkan variabel terikat adalah prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika (Y). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP N 3 Ungaran yang berjumlah 342 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling. Sampel yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 172 siswa.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi skala prokrastinasi akademik terdiri dari 31 item pertanyaan dengan empat pilihan jawaban. Aspek dari skala ini meliputi penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas

lain yang lebih menyenangkan (Ferrari dalam Ghufron dan Risnawati, 2016). Pengujian validitas skala ini dilakukan dengan mengkorelasikan skor item dengan skor total. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa tingkat validitas skala berkisar antara 0,267 sampai dengan 0,836. Selain itu dilakukan juga uji reliabilitas dengan menggunakan Alpha Cronbach. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan bahwa reliabilitas skala sebesar 0,912.

Kemudian skala minat yang terdiri dari 36 item pernyataan dengan empat pilihan jawaban. Aspek dari skala ini meliputi perasaan senang keterlibatan siswa, ketertarikan, dan perhatian (Slameto, 2010). Pengujian validitas skala ini dilakukan dengan mengkorelasikan skor item dengan skor total. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa tingkat validitas skala berkisar antara 0,244 sampai dengan 0,782. Selain itu dilakukan juga uji reliabilitas dengan menggunakan Alpha Cronbach. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan bahwa reliabilitas skala sebesar 0,918.

Skala efikasi diri terdiri dari 25 pernyataan dengan empat pilihan jawaban. Aspek dari skala ini meliputi tingkat, kekuatan dan generalisasi (Bandura, 1997). 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 0,660. Selain itu dilakukan juga uji reliabilitas dengan menggunakan Alpha Cronbach. Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan bahwa reliabilitas skala sebesar 0,880.

Proses pengumpulan data secara khusus dilakukan dalam beberapa tahap yang meliputi (1) peneliti memasuki kelas, (2) memperkenalkan diri, (3) menjelaskan maksud dan tujuan peneliti, (3) membagikan instrumen penelitian, (4) menjelaskan bagaimana cara menjawab instrumen penelitian, (5) mempersilahkan siswa untuk menjawab instrumen yang telah dibagikan, (6) instrumen penelitian yang telah selesai dikerjakan dikumpulkan ke peneliti, (7) peneliti mengucapkan terima kasih, (8) peneliti berpamitan dan mengakhiri pertemuan.

## HASIL

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

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa skor rata-rata prokrastinasi akademik seluruh sampel adalah 2,395. Apabila mengacu pada range skor terendah sampai yang tertinggi, yaitu 1 sampai dengan 4 maka dapat dinyatakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa berada dalam kategori rendah. Adapun minat termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat pada skor rata-rata minat menunjukkan angka 2,727. Sedangkan efikasi diri menunjukkan skor rata-rata 2,557 yang termasuk dalam kategori tinggi.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi ganda. Sebelum melakukan analisis regresi terlebih dahulu harus melakukan serangkaian uji asumsi yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas dan uji heteroskedastisitas. Uji asumsi dan uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS versi 16.

Data penelitian ini adalah berdistribusi normal (K-S prokrastinasi akademik = 0,916,  $p > 0,05$ ; K-S minat = 0,690,  $p > 0,05$ ; K-S efikasi diri = 0,802,  $p > 0,05$ ). Pengujian multikolinearitas dilakukan dengan melihat nilai Tolerance dan VIF. Hasil uji asumsi multikolinearitas dalam penelitian ini menunjukkan telah terpenuhi (Tolerance = 0312, VIF = 3,208). Uji asumsi berikutnya adalah heteroskedastisitas. Pengujian ini menggunakan uji Spearman's rho yaitu dengan mengkorelasikan nilai residual hasil regresi dengan masing-masing variabel independen. Hasil uji asumsi heteroskedastisitas dalam penelitian ini menunjukkan uji heteroskedastisitas telah terpenuhi ( $p$  minat = 0,649,  $p > 0,05$ ;  $p$  efikasi diri = 0,664,  $p > 0,05$ ).

Pengujian hipotesis 1,2, dan 3 dilakukan dengan menggunakan regresi ganda. Hasil uji regresi ganda antara minat dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan ( $R = 0,019$ ,  $F(1,167) = 19,286$ ,

**Tabel 1.** Deskripsi Data Hasil Penelitian

Variabel	Rata-rata	Standar Deviasi	Kategori
Prokrstinasi akademik	2,395	0,461	Rendah
Minat	2,727	0,430	Tinggi
Efikasi Diri	2,557	0,433	Tinggi

Ket: N=172

**Tabel 2.** Hasil Uji Hipotesis

Prediktor	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	F
Minat			0,019	0,031	19,286***
Perasaan senang	0,022	0,388*			
Keterlibatan siswa	-0,026	-0,390*			
Ketertarikan	-0,016	-0,209*			
Perhatian	-0,265	-4,392***			
Efikasi Diri			0,837	0,701	131,458***
Tingkat	-0,186	-2,294**			
Kekuatan	-0,320	-2,467***			
Generalisasi	-0,203	-2,795**			
Minat dan efikasi diri			0,843	0,711	207,854***

Keterangan :

\* p &gt; 0,05

\*\* p &lt; 0,05

\*\*\* p &lt; 0,01

<0,01). Dengan demikian jawaban hasil uji hipotesis 1 adalah “ada hubungan yang signifikan antara minat dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika siswa kelas VIII SMP N 3 Ungaran”.

Hasil uji regresi antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika menunjukkan adanya hubungan yang signifikan ( $R = 0,837$ ,  $F(3,168) = 131,458$ ,  $p < 0,01$ ). Dengan demikian jawaban hasil uji hipotesis 2 adalah “ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika siswa kelas VIII SMP N 3 Ungaran”.

Hasil uji hipotesis 3 menunjukkan jawaban yaitu “ada hubungan yang signifikan antara minat dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika siswa kelas VIII SMP N 3 Ungaran” ( $R = 0,843$ ,  $F(2,169) = 207,854$ ,  $p < 0,01$ ). Koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,711 yang menginformasikan bahwa persentase sumbangan minat dan efikasi diri dalam menurunkan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika sebesar 71,1%. Sedangkan sisanya sebesar 28,9% diprediksi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Rangkuman hasil analisis regresi dapat dilihat pada tabel 2.

## PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara minat dan efikasi diri dengan prokrastinasi aka-

demik pada mata pelajaran matematika. Secara khusus terdapat hubungan yang signifikan antara minat dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika, begitu pula ada hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika.

Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara minat belajar sejarah dengan prokrastinasi akademik. Artinya semakin tinggi minat semakin rendah prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran matematika. Apabila dikorelasikan lebih lanjut pada indikator-indikator minat dengan prokrastinasi akademik maka diperoleh hasil yaitu hanya indikator perhatian yang berkorelasi secara signifikan, sedangkan tiga indikator lainnya seperti perasaan senang, keterlibatan siswa, dan ketertarikan tidak berkorelasi dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika.

Perhatian siswa dinyatakan berkorelasi negatif dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Siagian (2015) menyatakan minat siswa terhadap pelajaran matematika ditandai oleh perhatian, kesukaan, kemampuan menyelesaikan tugas, motivasi, kebutuhan dan ketekunan dalam mempelajari matematika. Semakin tinggi perhatian siswa terhadap mata pelajaran matematika maka mereka cenderung menghindari prokrastinasi

akademik. Hal ini karena siswa yang memiliki perhatian pada mata pelajaran matematika akan cenderung untuk berkonsentrasi dan memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi. Sehingga, siswa yang memiliki perhatian terhadap mata pelajaran matematika cenderung tidak melakukan prokrastinasi akademik. Berbeda dengan siswa yang memiliki perhatian rendah terhadap mata pelajaran matematika maka cenderung mengabaikan apa yang disampaikan oleh guru.

Perhatian sebagai indikator minat yang memiliki korelasi yang signifikan dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika merupakan kunci untuk menghindari perilaku prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Siswa yang menaruh perhatian yang besar pada mata pelajaran matematika akan cenderung tidak akan melakukan prokrastinasi akademik karena dengan memperhatikan maka siswa akan memahami materi dan menganggap mudah materi pelajaran matematika. Sehingga dengan adanya perhatian siswa pada mata pelajaran matematika maka siswa akan menghindari prokrastinasi akademik.

Perasaan senang, keterlibatan siswa dan ketertarikan tidak memiliki korelasi dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Hal ini memberikan informasi bahwa rasa senang yang dimiliki siswa terhadap pelajaran matematika tidak cukup menjelaskan mengenai prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Sama halnya dengan keterlibatan siswa dan rasa ketertarikan juga tidak cukup menjelaskan perilaku prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika.

Sama halnya dengan minat, efikasi diri juga memiliki korelasi yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian (Khotimah, Radjah, Handarini, 2016) menyatakan bahwa konsep diri akademik, efikasi diri akademik dan harga diri memiliki hubungan negatif terhadap prokrastinasi akademik dan secara bersama-sama ketiga variabel tersebut berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan lebih mampu menghadapi tugas akademik dengan penuh keyakinan sehingga motivasi dan level energi yang dimiliki akan lebih tinggi dari pada yang memiliki efikasi diri rendah. Sementara itu, siswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung kurang gigih dalam proses belajar, lebih suka menghindari tugas, dan mudah putus

asa. Jika dikorelasikan lebih lanjut pada indikator-indikator efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika, maka diperoleh hasil ketiga indikator efikasi diri yang meliputi tingkat, kekuatan dan generalisasi berkorelasi negatif secara signifikan dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika.

Tingkat kesulitan tugas ketika individu mampu untuk melakukannya berkorelasi secara negatif dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Hal ini berarti kemampuan siswa dalam mengerjakan tugas dengan tingkat kesulitan yang berbeda akan menghasilkan perilaku yang berbeda pula. Siswa yang yakin dengan kemampuannya dalam menghadapi tugas cenderung akan menghindari prokrastinasi akademik, dan sebaliknya siswa yang merasa tidak mampu dengan kemampuannya dalam menghadapi tugas maka cenderung melakukan prokrastinasi akademik. Selaras dengan pendapat Afriyeni & Winarno (2009) menyatakan apabila siswa merasa mampu dalam melakukan berbagai tugas matematika dengan tingkat kesulitan tugas mulai dari agak sulit hingga sangat sulit, maka siswa cenderung tidak akan melakukan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Berbeda dengan siswa yang tidak mampu dalam melakukan berbagai tugas matematika dengan tingkat kesulitan yang berbeda maka siswa akan cenderung melakukan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika.

Kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuan diri yang dimiliki siswa dinyatakan berkorelasi negatif dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Semakin tinggi kekuatan atau pengharapan individu mengenai kemampuan diri yang dimiliki siswa maka mereka akan cenderung menghindari prokrastinasi akademik. Wicaksono (2015) menyatakan bahwa individu yang memiliki pengharapan yang mantap, akan bertahan dalam usaha untuk mencapai tujuan yang telah direncanakan. Hal ini karena siswa yang memiliki kekuatan atau pengharapan tinggi akan gigih dalam menghadapi berbagai rintangan maupun situasi yang sulit serta selalu berusaha untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Sehingga siswa yang memiliki kekuatan atau pengharapan tinggi cenderung tidak melakukan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Berbeda dengan siswa yang memiliki kekuatan atau pengharapan rendah, mereka

cenderung mudah menyerah dan tidak yakin bisa mencapai tujuan yang diinginkan. Sehingga, siswa dengan kekuatan atau pengharapan rendah cenderung akan melakukan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika.

Generalisasi terhadap kemampuan diri yang dimiliki siswa dinyatakan berkorelasi negatif dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Semakin tinggi generalisasi terhadap kemampuan diri yang dimiliki siswa maka mereka cenderung menghindari prokrastinasi akademik. Hal ini karena siswa yang memiliki generalisasi tinggi maka akan menganggap sama situasi yang sedang dihadapi. Sehingga siswa yang memiliki generalisasi tinggi cenderung tidak akan melakukan prokrastinasi akademik. Berbeda dengan siswa yang memiliki generalisasi rendah, mereka cenderung menganggap suatu situasi atau aktivitas berbeda, sehingga kemampuan menghadapi situasi menjadi berbeda. (Khotimah, Radjah, Handarini, 2016) menyatakan bahwa efikasi diri menentukan seberapa besar usaha yang diberikan seseorang dalam melakukan aktifitasnya, seberapa lama mereka dapat bertahan menghadapi kesulitan dan seberapa fleksibel mereka dapat menghadapi sesuatu yang berlawanan dengan keyakinan mereka. Sehingga siswa yang memiliki generalisasi terhadap kemampuan diri yang rendah cenderung pesimis, enggan berusaha dan melakukan prokrastinasi akademik.

Dalam konteks bimbingan dan konseling penelitian ini memiliki implikasi peran minat dan efikasi diri yang dapat digunakan untuk mengurangi tingkat prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Dalam upaya mengurangi tingkat prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika dapat dilakukan dengan meningkatkan minat siswa khususnya perhatian siswa terhadap mata pelajaran matematika. Selain dengan meningkatkan minat, upaya untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika dapat dilakukan dengan meningkatkan efikasi diri siswa. Tingkat efikasi diri siswa dapat dilihat dari bagaimana siswa melihat tingkat kesulitan suatu tugas, kekuatan dari keyakinannya, dan bagaimana siswa menggeneralisasikan kemampuan dirinya.

## SIMPULAN

Simpulan dari hasil penelitian ini yaitu ada hubungan yang signifikan minat dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran

matematika siswa kelas VIII, ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika siswa kelas VIII, dan ada hubungan yang signifikan antara minat dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika siswa kelas VIII.

Berdasarkan hasil penelitian guru BK disarankan untuk berkolaborasi dengan guru matematika untuk meningkatkan minat efikasi diri siswa terhadap mata pelajaran matematika sehingga siswa dapat menghindari perilaku prokrastinasi akademik pada mata pelajaran matematika. Bagi peneliti lanjutan disarankan untuk menggunakan hasil sebagai bahan pertimbangan untuk mengadakan penelitian lanjutan, melakukan penelitian pada setting yang berbeda, menggunakan variabel minat dan efikasi diri secara lebih spesifik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2007. Psikologi Kepribadian. Malang: UMM Press.
- Afriyeni, N & Winarno H.M. 2009. Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 9 Padang. *Jurnal*: 191-199
- Bandura, A. 1997. Efikasi diri: The Exercise of Control. New York: Freeman and Company
- Fathani, Abdul Halim. 2009. Matematika, Hakikat & Logika. Yogyakarta: Ar Ruzz Media
- Feist, J & Feist, G.J. 2008. Theories of Personality. Yogyakarta: Pustaka pelajar
- Ghufron, M.N & Rini Risnawati. 2016. Teori-teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-ruz Media.
- Hassanah, L.N & Russeno Arjanggi. 2011. Self Efficacy dan Motivasi Berprestasi Sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Vol. I* 29-41.
- Khotimah dkk. 2016. Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang: *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Vol.1, No.2, 2016*, hal 61-67.
- Kurniawan, Andri dan Corry Liana. 2017. Hubungan Minat Belajar dengan Prokrastinasi akademik pada Mata Pelajaran Sejarah Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Ngimbang. Universitas Negeri Surabaya: *E-Journal Pendidikan Sejarah Volume 5*
- Siagian, R.E.F. 2015. Pengaruh Minat dan Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar. *Jurnal Formatif. 2(2)* Hal 122-131.
- Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology, 31(4)*, 503-509.

- Soedjadi. 2000. Kiat Pendidikan Matematika di Indonesia: Konstatasi Keadaan Masa Kini dan Harapan Masa Depan. Jakarta: Dirjen Dikti Departemen Pendidikan Nasional.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: a Meta-Analytic and Theoretical of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bullerin*, 133(1), 65-94. (Diunduh, 21 Maret 2017).
- Surijah, E.a & Sia Tjundjing. 2007. Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conciousness. Fakultas Psikologi Universitas Surabaya: Anima Indonesia *Psychological Journal* Vol. 22, No. 4, 352-374.
- Wicaksono, K.A. 2015. Hubungan Antara Self Efficacy dan Self regulation dengan Perencanaan Karir pada Mahasiswa Semester 8 Universitas Negeri Semarang. Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.