

---

## HUBUNGAN ANTARA *ACADEMIC SELF EFFICACY* TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PERAN GANDA

Oleh

Adhisti Harjanto Putri<sup>1</sup>, Wahyuni Kristinawati<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga, Indonesia

Email: <sup>1</sup>[adhsthp72@gmail.com](mailto:adhsthp72@gmail.com), <sup>2</sup>[yunikristi.38@gmail.com](mailto:yunikristi.38@gmail.com)

---

### **Article History:**

Received: 09-01-2025

Revised: 26-01-2025

Accepted: 11-02-2025

### **Keywords:**

*Academic Self-Efficacy,  
Academic Procrastination,  
Dual-Role Students*

**Abstract:** *This study aims to determine the relationship between academic self-efficacy and academic procrastination among students who have dual roles of working and studying. Using a quantitative approach with a correlational design, this research involved 277 students working part-time (3-5 hours per day) aged 18-25 years. Data collection utilized the Academic Procrastination Scale (APS) to measure academic procrastination and the Academic Self-Efficacy Scale to assess academic self-efficacy. Data analysis using Pearson's product-moment correlation revealed a significant negative relationship between academic self-efficacy and academic procrastination  $r = -0.021$  and significant  $p < 0,01$ . Categorization results indicated that the majority of participants had low levels of academic self-efficacy (38.3%) and moderate levels of academic procrastination (42.2%). These findings suggest that the lower the academic self-efficacy of dual-role students, the higher their tendency for academic procrastination. This research has important implications for educational institutions to develop programs aimed at enhancing academic self-efficacy to reduce academic procrastination among part-time working students.*

---

## PENDAHULUAN

Di era globalisasi, fenomena mahasiswa yang berkuliah dan bekerja menjadi semakin lumrah. Terdapat beberapa faktor pendorong yang menjadi alasan mahasiswa memilih menjadi mahasiswa peran ganda, yaitu istilah lain untuk mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja. Mahasiswa peran ganda selain menjalankan tugas utamanya sebagai mahasiswa, juga memiliki pekerjaan lain untuk memenuhi kebutuhan hidupnya atau orang lain. Mencari pekerjaan sambilan untuk memperoleh pendapatan tambahan menjadi strategi mahasiswa dalam menghadapi peningkatan kebutuhan hidup sehari-hari mahasiswa, seperti biaya untuk makan, biaya kos, bensin, servis motor, *print* tugas, dan kebutuhan lainnya. Fenomena peran ganda mahasiswa bekerja sambil berkuliah telah banyak dijumpai (Mardelina & Muhson, 2017).

Hasil Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) Februari 2024 mencatat total penduduk yang bekerja pada Februari 2024 sebanyak 142,18 juta orang, mengalami kenaikan 3,55 juta orang dari Februari 2023. Tercatat tingkat pekerja paruh waktu pada Februari 2024, proporsi pekerja *part time* di Indonesia mencapai 34,40% dari total angkatan kerja. Secara absolut, terdapat 48,91 juta orang yang bekerja paruh waktu di Indonesia. Pekerja paruh waktu merupakan seseorang yang bekerja kurang dari jam kerja normal atau tidak melebihi 35 jam dalam seminggu (BPS, 2024). Selain itu dalam penelitian *Endsleigh and the National Union of Students* sebanyak 87% mahasiswa bekerja bertujuan untuk meringankan biaya kuliah mereka dan untuk mengembangkan keterampilan tambahan (BBC, 2014).

Berdasarkan data di atas, tentunya banyak kewajiban dan tanggung jawab yang perlu diselesaikan oleh mahasiswa. Untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik dan tugas pekerjaan, mahasiswa seringkali memiliki kecenderungan untuk mengerjakan tugas akademik dengan tertunda karena sulitnya mengalokasikan waktu dan tenaga untuk perkuliahan dan pekerjaan dengan seimbang. Dengan waktu yang terbatas, mahasiswa harus menyisihkan waktunya selama 20-34 jam setiap minggunya untuk pekerjaan. Hal ini membuat waktu yang dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa untuk kegiatan lain berkurang. Di tengah kesibukannya, mahasiswa masih sempat mengulur waktu untuk memenuhi kewajiban akademiknya tanpa alasan yang jelas. Hal ini menunjukkan minimnya tingkat kedisiplinan, yang dalam jangka panjang dapat memicu terhambatnya produksi sumber daya manusia berkualitas (Rossmann & Trolan, 2020). Kebiasaan mengulur waktu dan menunda kewajiban akademik menunjukkan ketidaksiapan mahasiswa bekerja dalam menanggung peran gandanya. Jika tidak diatasi, akan memicu pengaruh negatif utamanya pada terselesaikannya tugas dengan terlambat dan dengan hasil yang kurang maksimal. Perilaku tersebut biasa disebut dengan istilah prokrastinasi akademik.

Steel (2007) berpendapat pada dasarnya, mahasiswa menyadari dampak negatif dari prokrastinasi akademik namun mereka tetap melakukannya, karena perilaku tersebut sudah menjadi kebiasaan sejak di bangku sekolah. Upaya penanggulangan prokrastinasi akademik akan berhasil apabila mahasiswa dapat memfokuskan rasa yakin dan percaya diri serta mengarahkan kemampuannya untuk melawan keinginan prokrastinasi dan memprioritaskan kegiatan yang akan membantu terselesaikannya tugas mereka dengan hasil yang semaksimal mungkin. Bandura menyebut keyakinan ini dengan istilah *self efficacy*. *Self efficacy* memiliki pengaruh kuat terhadap emosi, pikiran, dan perilaku, termasuk dalam memilih keputusan, mengerahkan usaha, dan mempertahankan keteguhan saat menghadapi hambatan (Bandura, 1993). Dalam penelitian Santrock dan Wibowo (2007) *self efficacy* mahasiswa menentukan usaha yang dikeluarkan dan daya tahan seseorang untuk bertahan dalam menghadapi rintangan dan hambatan ketika menghadapi tugas-tugas mereka. Mahasiswa dengan *self efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri dan termotivasi untuk menyelesaikan tugas akademiknya, sehingga terhindar dari prokrastinasi.

Penelitian mengenai topik *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa sudah dilakukan sebelumnya. Diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Damri et al (2017) menunjukkan bahwa *self efficacy* mendorong prokrastinasi pada akademik mahasiswa. Penelitian lain juga dilakukan oleh Ghifary et al (2022) yang mengungkapkan bahwa *self efficacy* yang didapat dari 88 responden mahasiswa memberikan pengaruh negatif kepada

prokrastinasi akademik, yang didukung oleh nilai Spearman's Rho sebesar -0,759 dengan nilai signifikansi 0,000. Hal ini mengartikan bahwa tingginya efikasi diri pada mahasiswa akan diiringi oleh rendahnya tingkat kesengajaan mereka untuk menunda pengerjaan kewajiban akademik mereka. *Self efficacy* yang tinggi akan membuat tingkat prokrastinasi mahasiswa menjadi rendah. Martono et al (2023) juga melakukan penelitian dengan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self efficacy* berpengaruh secara signifikan dengan arah negatif. Dengan kata lain semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Mahasiswa di kota Makassar memiliki indikasi apabila mahasiswa memiliki kecenderungan *self efficacy* yang tinggi dalam tugas kuliah, ia akan mengerjakan tugas sesuai rencana dan tepat waktu yang membuktikan adanya hubungan antara *self efficacy* dan prokrastinasi akademik.

Penelitian Bakar dan Khan (2016) pada 100 mahasiswa UTM Malaysia mengungkapkan beberapa temuan penting. Tingkat *self-efficacy* mahasiswa umumnya sedang, setara dengan Singapura namun lebih rendah dari Australia. Prokrastinasi akademik ditemukan umum terjadi, tetapi dengan intensitas rendah dan tanpa dampak signifikan pada prestasi. Studi ini menunjukkan korelasi antara *self-efficacy* yang memadai dan kemampuan mengelola prokrastinasi. Menariknya, banyak mahasiswa masih mencapai prestasi melalui belajar mendadak. Temuan ini menyoroti hubungan kompleks antara *self-efficacy*, prokrastinasi, dan kinerja akademik, serta menunjukkan pengaruh faktor budaya dan gaya hidup terhadap *self-efficacy* mahasiswa.

*Self efficacy* mempengaruhi prokrastinasi tetapi disisi lain, prokrastinasi sendiri tidak berdampak signifikan pada prestasi akademik, bertentangan dengan penelitian oleh Steel (2007); Bakar dan Khan (2016). Dalam *Relationships Between Self Efficacy and the Academic Procrastination Behaviour Among University Students in Malaysia: A General Perspective*. Mengutip pada Chu et al (2005) bahwa prokrastinasi tidak mempengaruhi semua mahasiswa secara sama. Hal ini dibuktikan dari studi Day et al (2000) di mana prokrastinasi akademik yang parah tidak tampak berdampak negatif pada prestasi akademik mahasiswa. Secara sederhana dikatakan bahwa hal tersebut menunjukkan bahwa perilaku procrastination adalah proses berlawanan dengan regulasi diri yang hanya terjadi ketika mahasiswa tidak mampu mengatur pembelajaran mereka sendiri. Dengan kata lain bahwa prestasi akademik mahasiswa lebih sering didapat dari sistem kebut semalam disaat terakhir alih-alih melalui perencanaan yang matang.

Penelitian Cerino (2014) serta Zusya dan Akmal (2016) memberikan pandangan baru tentang hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik. Cerino mengungkapkan bahwa *self-efficacy* bukanlah prediktor signifikan untuk prokrastinasi, melainkan motivasi akademik, baik intrinsik maupun ekstrinsik, yang lebih berperan. Sejalan dengan ini, studi Zusya dan Akmal pada 210 mahasiswa di Jakarta juga tidak menemukan korelasi yang kuat antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik. Menariknya, Zusya dan Akmal mengidentifikasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi. Mereka menemukan bahwa mahasiswa semester awal cenderung kurang menunda-nunda dibanding senior mereka. Perbedaan gender juga terlihat, dengan mahasiswa pria lebih cenderung melakukan prokrastinasi dibanding mahasiswi. Lingkungan tempat tinggal turut berperan; mahasiswa yang tinggal dengan orang tua menunjukkan tingkat prokrastinasi yang lebih rendah. Selain itu, keterlibatan dalam kegiatan organisasi tampaknya meningkatkan kecenderungan

prokrastinasi. Temuan-temuan ini mengarah pada kesimpulan bahwa *self-efficacy* mungkin tidak memiliki pengaruh langsung yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Lebih jauh lagi, penelitian ini menyoroti bahwa prokrastinasi tidak selalu merupakan perilaku disfungsional.

Berdasarkan uraian dan fenomena di atas peneliti ingin mengetahui lebih lanjut hubungan antara *academic self efficacy* dengan prokrastinasi akademik dengan subjek penelitian yaitu mahasiswa jenjang sarjana yang aktif berkuliah dan bekerja. Hal ini juga didasarkan masih minimnya penelitian tentang *academic self efficacy* dengan prokrastinasi akademik khususnya pada mahasiswa yang memiliki peran ganda bekerja dan kuliah. Terlebih ditunjang dengan peningkatan minat mahasiswa untuk bekerja dalam mencukupi kebutuhan sehari-hari yang semakin fluktuatif keatas. Sehingga Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk melihat ada atau tidaknya hubungan yang signifikan antara *academic self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang memiliki peran ganda.

## LANDASAN TEORI

### Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi dalam teori psikologi diidentikkan dengan kebiasaan menunda-nunda pekerjaan. Prokrastinasi didefinisikan sebagai perilaku untuk cenderung mempercayai dirinya dapat bekerja dibawah tekanan, mudah terganggu oleh hal lain atau orang lain, tidak dapat mengatur waktu, tidak mempunyai inisiatif serta bersifat malas sehingga menyebabkan dirinya menunda atau memperlambat aktivitas dan perilaku yang berkaitan dengan perkuliahan (McCloskey, 2011). Menurut Aini dan Mahardayani (2011), prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai kebiasaan pada penundaan dalam memulai dan menyelesaikan kewajiban perkuliahan yang dipicu oleh mahasiswa yang lebih memilih mengalokasikan waktunya untuk kegiatan yang percuma, sehingga kinerja dan kewajiban menjadi terhambat dan tidak dapat diselesaikan sesuai waktu yang telah ditetapkan.

Menurut McCloskey (2011) terdapat aspek yang memiliki kaitan cukup kuat dengan prokrastinasi akademik, yaitu 1) *Psychological beliefs about abilities*, mahasiswa percaya bahwa mengerjakan tugas tengah malam atau mendekati waktu pengumpulan tugas adalah metode pengerjaan yang efektif, maka semakin tinggi kemungkinannya untuk melakukan prokrastinasi. 2) *Distraction of attention*, karakteristik ini mengacu pada kecenderungan untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan tetapi kurang penting di atas tugas atau janji penting. 3) *Social factor*, faktor sosial yang dimaksud mengacu pada keluarga dan teman yang dapat menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi. 4) *Time management skill*, mahasiswa dengan kemampuan manajemen waktu rendah cenderung kurang dalam memanfaatkan waktu luang untuk mengerjakan tugas sehingga melakukan prokrastinasi akademik. 5) *Personal initiative*, kesediaan pelaku prokrastinasi untuk mulai mengerjakan tugas dengan semangat. 6) *Laziness*, kecenderungan untuk menghindari tugas meskipun mampu secara fisik.

Menurut Ferrari et al (1995) prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu: faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup keadaan fisik serta psikologis suatu individu. Kondisi fisik sering dikaitkan dengan kondisi yang melekat pada jasmani individu tersebut, sedangkan kondisi psikologis mencakup beberapa hal diantaranya:

motivasi intrinsik dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan sesuatu, kontrol diri yang mengukur kapabilitas seseorang dalam hal pengendalian diri sesuai prioritas, kesadaran diri yang mengukur sejauh mana seseorang memahami diri mereka sendiri, dan *self efficacy* atau kepercayaan diri terhadap kapabilitasnya untuk mengerjakan dan menyelesaikan kewajiban. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu yang ikut menyebabkan terjadinya kecenderungan terjadinya prokrastinasi akademik. Kondisi lingkungan yang menjadi tempat rutinitas keseharian individu dapat membuat individu tersebut terpengaruh dan terjerumus ke dalam lubang kebiasaan prokrastinasi. Dari beberapa faktor tersebut, *self efficacy* memiliki peran yang cukup dominan dalam mengendalikan kebiasaan prokrastinasi pada diri seseorang. Hal ini dikarenakan seseorang yang merasa yakin atas keberhasilan cenderung terpacu dan berusaha agar tujuannya tercapai, sehingga mereka cenderung memiliki tingkat kebiasaan menunda yang rendah, berlaku sebaliknya (Steel, 2007).

### **Academic Self Efficacy**

Menurut Dullas (2018), *academic self efficacy* diartikan sebagai keyakinan diri individu terhadap tugas-tugas akademik dengan melihat dari empat konstruk yaitu *self regulated learning*, *perceive control*, *persistence*, dan *competence*. Peneliti lain juga menjelaskan *academic self efficacy* merupakan keyakinan diri mahasiswa dalam menguasai pelajaran dan tugas-tugas akademik Chemers et al (2001). Terdapat dimensi *academic self efficacy* merupakan konstruk multidimensi yang terdiri dari empat yaitu, *Self Regulated Learning*, individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi maka juga memiliki kemampuan *self regulated learning* yang baik untuk menghadapi tantangan akademik. *Perceive Control*, keyakinan diri individu dalam mengubah perilaku yang diinginkan, dilihat dari persepsi pada kemampuannya, perbandingan sosial, atribusi, dan waktu yang tersedia dalam menyelesaikan tugas akademik. *Persistence*, keyakinan diri individu dilihat dari ketekunan dan kegigihannya dalam mencapai tujuan dan menghadapi hambatan atau tantangan ketika menyelesaikan tugas akademik. Dan terakhir *competence*, harapan dan keyakinan akan kemampuan dirinya

### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi korelasional dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *academic self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang memiliki peran ganda bekerja dan kuliah. Terdapat dua variabel yang diteliti, yaitu *academic self-efficacy* sebagai variabel bebas (X) dan prokrastinasi akademik sebagai variabel terikat (Y). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang memiliki peran ganda bekerja dan kuliah. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik sampling insidental, yaitu pemilihan subjek berdasarkan siapa saja yang kebetulan bertemu dengan peneliti dan memenuhi kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya, sehingga mereka dapat dijadikan sumber data untuk penelitian tersebut (Sugiyono, 2013). Dengan teknik tersebut maka jumlah sampel sebanyak 277 responden dengan kriteria yaitu individu dengan rentang usia 18-25 tahun, mahasiswa peran ganda berkuliah sambil bekerja dengan waktu kerja 3 sampai 5 jam per hari (*part-time*). Metode pengumpulan data dengan cara menyebarkan skala melalui *google formulir*.

Skala yang digunakan yaitu *Academic Procrastination Scale* (APS) untuk mengukur prokrastinasi akademik dan *Academic Self Efficacy Scale* untuk mengukur *academic self efficacy*. Metode analisis data yang digunakan adalah korelasi *Product Moment Pearson* yang dapat dihitung dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 25.0 for windows untuk melihat hubungan antara hubungan antara *academic self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang memiliki peran ganda bekerja dan kuliah. Sebelum uji korelasi, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas, uji linearitas dan selanjutnya uji korelasi (hipotesis).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penyebaran skala, didapatkan bahwa total partisipan adalah 277 mahasiswa bekerja yang tersebar di universitas seluruh Indonesia, yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. partisipan pada penelitian ini memiliki rentang usia 18-25 tahun dan terdapat beberapa angkatan dari 2018 sampai 2024. Dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1. Demografi**

Data Demografi	Keterangan	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	126	45,5%
	Perempuan	151	54,5%
Usia	18	3	1,1%
	19	31	11,2%
	20	42	15,2%
	21	89	32,1%
	22	77	27,8%
	23	31	11,2%
	24	3	1,1%
	25	1	0,4%
Angkatan	2018	2	0,7%
	2019	26	9,4%
	2020	59	21,3%
	2021	97	35%
	2022	54	19,5%

	2023	30	10,8%
	2024	9	3,2%
Waktu kerja dalam sehari	3 jam	13	4,7%
	4 jam	29	10,5 %
	5 jam	215	77,6%
	Lebih dari 5 jam	20	7,2%

Analisis deskriptif variabel prokrastinasi akademik dan *academic self efficacy* mahasiswa peran ganda bekerja (part-time) yang dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2. Analisis Deskriptif**

	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Prokrastinasi Akademik	54	98	75,38	7,800
<i>Academic Self Efficacy</i>	58	115	78,26	11,190

Menunjukkan bahwa variabel prokrastinasi akademik memiliki skor paling rendah adalah 54 dan skor paling tinggi adalah 98. Variabel prokrastinasi akademik memiliki rata-rata 75,38 (SD = 7,800). Pada variabel *academic self efficacy* menunjukkan bahwa skor paling rendah 58 dan skor paling tinggi adalah 115. Variabel *academic self efficacy* memiliki rata-rata 78,26 (SD = 11,190).

Untuk kategorisasi variabel prokrastinasi akademik dan *academic self efficacy* mahasiswa peran ganda bekerja (part-time) dapat dilihat pada tabel 3 dan tabel 4.

**Tabel 3. Kategorisasi Prokrastinasi Akademik**

Interval	Kategori	F	Persentase
$91 \leq x < 98$	Sangat Tinggi	14	5,1%
$82 \leq x < 90$	Tinggi	42	15,2%
$73 \leq x < 81$	Sedang	117	42,2%
$64 \leq x < 72$	Rendah	89	32,1%
$54 \leq x < 63$	Sangat Rendah	15	5,4%
Jumlah		277	100%
Min = 54 ; Max = 98 ; Mean = 75,38 ; SD = 7,800			

Tabel 4. *Academic Self Efficacy*

Interval	Kategori	F	Persentase
$104 \leq x < 115$	Sangat Tinggi	7	2,5%
$93 \leq x < 103$	Tinggi	25	9,0%
$82 \leq x < 92$	Sedang	65	23,5%
$71 \leq x < 81$	Rendah	106	38,3%
$58 \leq x < 70$	Sangat Rendah	74	26,7%
Jumlah		277	100%
Min = 58 ; Max = 115 ; Mean = 78,28 ; SD = 11,190			

### Uji Asumsi

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

	KS-Z	Sig.	Keterangan
Prokrastinasi Akademik	0,05	0,096	Normal
<i>Academic Self Efficacy</i>	0,049	0,200	Normal

Dari hasil uji normalitas diperoleh nilai K-S-Z variabel *Academic Self Efficacy* sebesar 0,049 dengan sig. = 0,200 ( $p > 0,05$ ). Kemudian, nilai K-S-Z pada variabel Prokrastinasi Akademik sebesar 0,050 dengan sig. = 0,096 ( $p > 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa variabel *Academic Self Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik berdistribusi normal.

Tabel 6. Hasil Uji Linearitas

	F	Sig.	Keterangan
Deviation from linearity	1,083	0,347	Linear

Dari hasil uji linieritas antara *Academic Self Efficacy* (X) dengan Prokrastinasi Akademik (Y), diperoleh hasil uji linieritas Fhitung sebesar 1.083 dengan sig. = 0,347 ( $p > 0,05$ ) yang menunjukkan hubungan antara *Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik adalah linier.

### Uji Hipotesis

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Pearson Correlation	Sig.	Keterangan
Variabel Y-X	-0,021	0,730	$p < 0,01$ = signifikan

Dari perhitungan uji korelasi *product moment* dari Karl Pearson antara *Academic Self Efficacy* (X) dengan Prokrastinasi Akademik (Y), dengan perolehan nilai *pearson correlation* sebesar -0,021 dengan sig. = 0,730 ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang negatif antara *Academic Self Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik.

### Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima, yakni terdapat hubungan negatif antara Prokrastinasi Akademik dengan *Academic Self Efficacy* pada mahasiswa peran ganda. Koefisien korelasi antara kedua variabel tersebut

adalah -0,021 dengan sig. = 0,730 ( $p < 0,01$ ) yang berarti hubungan antara kedua variabel berada pada tingkat tinggi dengan arah hubungan yang negatif. Hal ini dapat diartikan bahwa apabila nilai prokrastinasi akademik tinggi maka *academic self efficacy* pun akan menurun dan demikian pula sebaliknya jika nilai *academic self efficacy* tinggi maka prokrastinasi akademik akan menurun pula. Hasil penelitian ini sejalan dengan Tayori et al (2024) yang menunjukkan bahwa *self efficacy* merupakan penentu dalam diri munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Dullas, (2018) mengatakan bahwa *self efficacy* merupakan sebuah keyakinan dalam diri yang menentukan usaha seseorang terhadap kekuatan emosi, pikiran, perilaku, serta dalam pertahanan diri dalam menghadapi hambatan, terlebih dalam *academic self efficacy* dimana terdiri beberapa aspek penunjang adanya efikasi dalam diri seperti pengelolaan diri dalam kemandirian (*Self Regulated Learning*), kekuatan diri dalam mengendalikan situasi (*Perceive Control*), kemampuan keyakinan dalam keterampilan (*Competence*), dan kemampuan untuk tidak mudah menyerah (*Persistence*). Sehingga dengan tingginya *academic self efficacy* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah potensi tertunda dalam menyelesaikan tugas akademik sebagai mahasiswa yang bisa disebut dengan istilah Prokrastinasi Akademik (Nur et al, 2024).

Ditinjau dari karakteristik demografis partisipan penelitian ini terdapat beberapa temuan menarik yaitu, dominasi partisipan perempuan tingginya jumlah partisipasi perempuan dalam penelitian ini mencerminkan beberapa fenomena antara lain keterlibatan dalam pendidikan tinggi menurut (Rahmawati et al, 2023), mahasiswa perempuan cenderung lebih aktif dalam mengejar pendidikan tinggi sambil mencari pengalaman kerja. Hal ini menunjukkan adanya pergeseran paradigma di mana perempuan semakin berani mengambil peran ganda untuk meningkatkan kompetensi diri. Manajemen peran ganda penelitian Fitri et al. (2023) mengungkapkan bahwa mahasiswa perempuan cenderung memiliki manajemen waktu yang lebih baik dalam mengelola peran ganda. Namun, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 26,7% partisipan memiliki *academic self-efficacy* sangat rendah, yang mengindikasikan adanya tantangan dalam menyeimbangkan peran akademik dan pekerjaan. Sedangkan pada karakteristik usia partisipan (18-25 tahun) *academic self efficacy* 26,7% partisipan memiliki tingkat *academic self efficacy* sangat rendah. Menurut Bandura (1993), pada rentang usia ini seharusnya individu sudah memiliki keyakinan diri yang lebih matang. Penelitian terbaru oleh Martono et al. (2023) menunjukkan bahwa *academic self efficacy* pada mahasiswa peran ganda cenderung rendah karena tekanan dari dua tanggung jawab berbeda. Sedangkan pada prokrastinasi akademik 42,2% partisipan berada pada kategori prokrastinasi akademik sedang. Fitriy Natallya et al. (2024) menemukan bahwa pada usia produktif 18-25 tahun yang memiliki tanggung jawab ganda cenderung mengalami prokrastinasi akademik yang lebih tinggi.

Penelitian lain terkait *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja juga telah dibahas oleh Rahmah & Putri (2022) menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan dengan  $r = -0,436$  ( $p < 0,05$ ) antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik. Sejalan dengan penelitian oleh Widarto (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja. Dengan demikian, pada penelitian ini mahasiswa berperan ganda kuliah dan bekerja yang memiliki *academic self efficacy* rendah, menyebabkan mahasiswa memiliki potensi perilaku prokrastinasi akademik yang tinggi.

Sebaliknya, jika mahasiswa dengan peran ganda tersebut memiliki kemampuan *academic self efficacy* yang tinggi, tentu potensi terjadinya perilaku prokrastinasi akademik akan rendah. Individu yang mengalami prokrastinasi akademik pada umumnya tidak dapat mengelola efikasi diri mereka dengan baik, sehingga menyebabkan timbulnya rasa malas dan menjadi mahasiswa pasif disertai keraguan dalam mengambil inisiatif atau takut untuk memulai tugas (Putri et al., 2020). Menurut Fitri et al (2023) mahasiswa membutuhkan efikasi diri yang tinggi yang akan berdampak terhadap pencapaian akademis mahasiswa terkhusus bagi mahasiswa yang memiliki peran ganda bekerja dan kuliah. Ketika mahasiswa mampu memiliki keyakinan diri dalam mencapai tanggung jawab akademik diiringi kegiatan bekerja maka individu akan memenuhi tanggung jawab utama sebagai mahasiswa tanpa kurang apapun.

Berdasarkan hasil kategorisasi skala *academic self efficacy* pada 277 partisipan memiliki rata-rata sebesar 75,28 dengan sebagian besar terdapat 106 partisipan (38,3%) berada pada kategori rendah dan 74 partisipan (26,7%) berada pada kategori sangat rendah. Dapat diartikan, bahwa partisipan kurang memiliki kemampuan *academic self efficacy* dalam menjalani kehidupan terutama dalam memenuhi tanggung jawab utama mahasiswa disamping kegiatan bekerja. Hasil kategorisasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja pada 277 partisipan memiliki rata-rata sebesar 78,38 dengan sebagian besar terdapat 117 partisipan (42,2%) berada pada kategori sedang dan terdapat 42 partisipan (15,2%) berada pada kategori tinggi. Dapat diartikan, bahwa partisipan memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi. Menurut Rahmawati & Sutanto (2022) Prokrastinasi menjadi penghambat dalam memenuhi tanggung jawab utama sebagai mahasiswa, dimana individu merasa beban kerja yang diterima dapat menguras energi sehingga tidak dapat menuntaskan tugas akademik dengan baik.

Hasilnya menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan akademis mereka cenderung lebih disiplin dan termotivasi untuk menyelesaikan tugas tepat waktu. Mereka tidak hanya merasa percaya diri dalam kemampuan mereka, tetapi juga lebih mampu mengatur waktu dan mengatasi tekanan yang muncul dari pekerjaan paruh waktu. Sebaliknya, mahasiswa yang merasa kurang mampu dalam hal akademis seringkali terjebak dalam siklus prokrastinasi, menghindari tugas yang dianggap sulit, dan akhirnya mengganggu kinerja akademis mereka. Fenomena ini menjadi lebih menarik ketika mempertimbangkan peran ganda yang dijalani oleh mahasiswa. Mereka yang bekerja paruh waktu harus mengelola waktu antara kuliah dan pekerjaan, dan memiliki *self-efficacy* yang tinggi membantu mereka untuk menghadapi tantangan ini dengan lebih baik. Mahasiswa yang merasa percaya diri dapat memanfaatkan waktu yang ada secara efisien, sehingga mereka mampu memenuhi tanggung jawab akademik dan pekerjaan tanpa menunda-nunda.

Dari temuan ini, pentingnya intervensi yang berfokus pada peningkatan *academic self efficacy*. Pelatihan manajemen waktu dan teknik belajar yang efektif dapat membantu mahasiswa merasa lebih percaya diri, sehingga mereka dapat mengurangi kecenderungan untuk prokrastinasi. Dengan demikian, peningkatan *academic self efficacy* bukan hanya berkontribusi pada kinerja akademis yang lebih baik, tetapi juga membantu mahasiswa untuk lebih mampu menghadapi berbagai tuntutan dalam hidup mereka. Penelitian ini masih

memiliki beberapa keterbatasan, yaitu peneliti melakukan pengumpulan data menggunakan sistem *online* sehingga dalam penyebaran data kurang maksimal.

## KESIMPULAN

Penelitian ini mengkaji hubungan antara *academic self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang memiliki peran ganda bekerja dan kuliah. Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, penelitian melibatkan 277 mahasiswa yang bekerja part-time (3-5 jam per hari) dengan rentang usia 18-25 tahun. Hasil analisis menggunakan korelasi product moment pearson menunjukkan adanya hubungan negatif antara *academic self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik  $r = -0,021$  dan signifikan  $p < 0,01$ . Temuan menunjukkan sebagian besar partisipan memiliki tingkat *academic self-efficacy* pada kategori rendah (38,3%) dan tingkat prokrastinasi akademik pada kategori sedang (42,2%).

Hal ini mengindikasikan bahwa semakin rendah *academic self-efficacy* mahasiswa peran ganda, semakin tinggi kecenderungan prokrastinasi akademiknya. Penelitian ini memberikan implikasi penting bagi institusi pendidikan untuk mengembangkan program peningkatan *academic self-efficacy* guna mengurangi prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja *part-time*. Keterbatasan penelitian terletak pada pengumpulan data yang dilakukan secara online, sehingga disarankan penelitian selanjutnya menggunakan metode yang lebih bervariasi untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(2), 65–71.
- [2] Badan Pusat Statistik. (2024). *Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 4,82 persen dan rata-rata upah buruh sebesar 3,04 juta rupiah per bulan*. Retrieved May 11, 2024, from <https://www.bps.go.id/id/pressrelease/2024/05/06/2372/tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-4-82-persen-dan-rata-rata-upah-buruh-sebesar-3-04-juta-rupiah-per-bulan.html>
- [3] Bakar, Z. A., & Khan, M. U. (2016). Relationships between self-efficacy and the academic procrastination behaviour among university students in Malaysia: A general perspective. *Journal of Education and Learning* . 10(3), 265-274 .
- [4] Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 16(1), 57–63. <https://doi.org/10.1159/000180583>
- [5] BBC News Indonesia. (2015). *Mahasiswa yang bekerja sambil kuliah meningkat*. Retrieved August 20, 2024, from [https://www.bbc.com/indonesia/majalah/2015/08/150810\\_majalah\\_pendidikan\\_mahasiswa](https://www.bbc.com/indonesia/majalah/2015/08/150810_majalah_pendidikan_mahasiswa)
- [6] Cerino, E. S. (2014). Relationships between academic motivation, self-efficacy, and academic procrastination. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 19(4), 156–163. <https://doi.org/10.24839/2164-8204.jn19.4.156>
- [7] Chemers, M. M., Hu, L. T., & Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first-year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55–64. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.93.1.55>

- [8] Chu, A. H. C., & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of “Active” procrastination behavior on attitudes and performance. *Journal of Social Psychology*, 145(3), 245–264. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=s3h&AN=17158868&site=ehost-live&scope=site>
- [9] Damri, Engkizar, & Anwar, F. (2017). Hubungan self-efficacy dan prokrastinasi. *Jurnal Edukasi Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 74–95.
- [10] Day, V., Mensink, D., & O’Sullivan, M. (2000). Patterns of academic procrastination. *Journal of College Reading and Learning*, 30(2), 120–134. <https://doi.org/10.1080/10790195.2000.10850090>
- [11] Dullas, A. R. (2018). The development of academic self-efficacy scale for Filipino Junior High School Students. *Frontiers in Education*, 3(April), 1–14. <https://doi.org/10.3389/educ.2018.00019>
- [12] Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance*. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6>
- [13] Fitri, V. Y., Hartati, R., & Fadhli, M. (2023). Bagaimana efikasi diri bisa meningkatkan work-life balance pada mahasiswa yang bekerja? *Psychopolytan : Jurnal psikologi*, 6(2), 52–59. <https://doi.org/10.36341/psi.v6i2.3168>
- [14] Fitry Natallya, D., Saragih, S., & Prasetyo, Y. (2024). Prokrastinasi akademik pada mahasiswa pekerja: bagaimana peran stres kerja? (pp. 58–68). *Jurnal Psikologi Indonesia*. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa/article/view/10387/6591>
- [15] Ghifary, A. M. U., Pratikto, H., & Suhadianto. (2022). Peran efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(1), 75–86.
- [16] Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201. <https://doi.org/10.21831/economia.v13i2.13239>
- [17] Martono, P. N., Minarni, M., & Zubair, A. G. H. (2023). Pengaruh self efficacy terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 660–665. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.3504>
- [18] McCloskey, J. (2011). *Finally, my thesis on academic procrastination*. The University of Texas.
- [19] Nur, A., Retno Purwandari, & Muhammad, R. (2024). The relationship between self-efficacy and academic procrastination in the undergraduate nursing student program at the University of Jember. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 15(01), 1–15. <https://doi.org/10.26740/jptt.v15n01.p1-15>
- [20] Putri, E. T., Widyanta, M. N., Wahyuningdias, K., & Rannu, A. R. A. D. (2020). Efektivitas pelatihan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 9(1), 46. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i1.2541>
- [21] Rahmah, D. N., & Putri, D. E. (2022). Hubungan self-efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Riset Psikologi*, 2(1), 27–34.
- [22] Rahmawati, D., Hasanah, M., & Amelasasih, P. (2023). Self regulated learning pada mahasiswa yang bekerja. *Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Attanwir*. <http://eprints.umg.ac.id/10652/2/Jurnal.pdf>

- [23] Rossmann, P. D., & Trolan, T. L. (2020). Working with others: Student employment and interactions with diversity in college. *Journal of Student Affairs Research and Practice*, 57(2), 182–196. <https://doi.org/10.1080/19496591.2019.1643356>
- [24] Santrock, J. W., & Wibowo, T. (2007). *Psikologi pendidikan* (2nd ed.). Kencana.
- [25] Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- [26] Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan RND* (1st ed.). Penerbit Alfabeta. Retrieved from <https://digilib.stekom.ac.id/ebook/view/METODE-PENELITIAN-KUANTITATIF-KUALITATIF-DAN-RND>
- [27] Tayori, A., Klementina, J., Febriyanti, I., Ilyas, M., Isaputra, S. A., & Giofanny Jessica Kaparang. (2024). Hubungan antara self-efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa baru. *Wacana*, 16(2), 100–109. <https://jurnal.uns.ac.id/wacana/article/view/83756/pdf>
- [28] Widarto, M. (2020). Self-efficacy dan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 27(2), 57-67.
- [29] Zusya, A. R., & Akmal, S. Z. (2016). Hubungan self efficacy akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 191–200. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.900>

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN