

BAB VI

PEMBAHASAN

Bab ini akan membahas hasil penelitian mengenai gambaran efikasi diri, gambaran perilaku prokrastinasi akademik dan hubungan efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik dalam menyusun tugas pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Brawijaya (PSIK UB).

6.1 Efikasi Diri pada Mahasiswa PSIK UB

Berdasarkan hasil analisa data yang telah dilakukan pada 138 responden didapatkan hasil bahwa, 130 mahasiswa (94,20%) memiliki efikasi diri dalam kategori baik dan 8 mahasiswa (5,79%) memiliki efikasi diri yang kurang baik. Dalam penelitian ini didapatkan mean 41,52 dengan standard deviasi 4,794, sehingga dapat disimpulkan efikasi diri mahasiswa PSIK UB dalam kategori baik.

Berdasarkan hasil tersebut, maka terdapat beberapa analisis yang dapat dilakukan. Mahasiswa dengan efikasi diri yang baik akan meningkatkan kegigihan berusaha dengan mengatur waktu pengerjaan tugas dan mengatasi hambatan dalam pengerjaan tugas, baik hambatan karena situasi lingkungan ataupun kesulitan pengerjaan tugas. Sedangkan mahasiswa dengan efikasi diri yang kurang baik, akan memilih menghindari tantangan akademis dalam hal ini berkaitan dengan kesulitan, baik karena mahasiswa tidak yakin akan kemampuannya ataupun karena merasa sulit beradaptasi dengan situasi yang berbeda (Bandura, 1994; Haycock, dalam Dewi, 2014).

Pada tabel 5.4 menunjukkan bahwa sebagian besar sampel berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 115 mahasiswa berjenis kelamin perempuan, dimana 107 mahasiswa (77,5%) memiliki efikasi diri yang baik dan 8 mahasiswa (5,8%) memiliki efikasi diri yang kurang baik. Sedangkan pada mahasiswa berjenis kelamin laki-laki berjumlah 23 mahasiswa yang seluruhnya memiliki efikasi diri yang baik dan tidak terdapat mahasiswa laki-laki yang memiliki efikasi diri yang kurang baik.

Pintrich (dalam Shkullaku, 2013) mengatakan bahwa siswa perempuan memiliki efikasi diri yang lebih rendah, bila dibandingkan dengan siswa laki-laki, dan pada penelitian yang dilakukan Shkullaku (2013), mean efikasi diri pada laki-laki lebih tinggi yaitu 3,06, dibandingkan dengan perempuan dengan mean 2,67. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa PSIK UB, dimana pada mahasiswa laki-laki tidak terdapat mahasiswa dengan efikasi diri yang kurang baik, dan pada mahasiswa perempuan terdapat 8 mahasiswa dengan efikasi diri yang kurang baik. Dan bila ditinjau dari *mean* mahasiswa laki-laki memiliki mean lebih tinggi dari perempuan, yaitu ada mahasiswa laki-laki meannya 41,86 dan pada mahasiswa perempuan meannya 41,45.

Rentang usia mahasiswa dalam penelitian secara keseluruhan berada pada rentang usia dewasa muda, 19 tahun-23 tahun. Tabel 5,4 menunjukkan bahwa 130 mahasiswa memiliki efikasi diri yang baik dan 8 mahasiswa memiliki efikasi diri yang kurang baik. Pada penelitian ini mayoritas responden berada pada usia 21 tahun, dengan jumlah mahasiswa dengan efikasi diri baik 77 mahasiswa dan 4 mahasiswa memiliki efikasi diri yang kurang baik. Pada usia

22 tahun efikasi diri kurang baik berjumlah 2 mahasiswa, dan pada usia 23 tahun tidak terdapat mahasiswa dengan efikasi diri yang kurang baik. Hal ini berkaitan dengan sumber efikasi diri terkait dengan pengalaman masa lalu dan status psikologis yang disampaikan oleh Bandura (1994), pada usia yang lebih tinggi mahasiswa cenderung memiliki pengalaman dan kematangan psikologis lebih dibanding usia yang lebih muda, sehingga mempengaruhi efikasi diri mahasiswa.

Efikasi diri terdiri dari 3 dimensi, yaitu dimensi *level*, *generality* dan *strength*. Dimensi *level* berkaitan dengan derajat kesulitan yang dihadapi, dimensi *generality* berkaitan dengan kemampuan mengerjakan tugas dalam berbagai situasi dan dimensi *strength* berkaitan dengan kuatnya keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan yang dimiliki (Bandura, 1997). Berdasarkan 3 dimensi efikasi diri, mahasiswa PSIK UB sebagian besar berada dalam efikasi diri yang baik, namun berdasarkan dimensi efikasi diri terlihat perbedaan jumlah mahasiswa dengan efikasi diri baik dalam setiap dimensinya.

Dimensi *level* berhubungan dengan derajat kesulitan tugas yang dihadapi pada seseorang berbeda-beda (Bandura, 1997). Pada penelitian ini, jumlah mahasiswa dengan dengan dimensi *level* yang baik adalah 130 mahasiswa dan 8 mahasiswa memiliki dimensi yang kurang baik, dengan nilai *mean* 15,08, sehingga dapat disimpulkan bahwa berdasarkan dimensi yang berhubungan dengan kesulitan pengerjaan tugas, efikasi diri mahasiswa PSIK UB berada dalam kategori baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ni'mah (2014), dimana efikasi diri mahasiswa jurusan bimbingan konseling

Universitas Negeri Semarang (UNS) dalam penyusunan tugas akhir pada dimensi *level* berada pada kategori tinggi.

Dimensi *strength* berkaitan dengan keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki. Pada penelitian ini, jumlah mahasiswa dengan dimensi *strength* baik adalah 119 mahasiswa dan mahasiswa dengan dimensi *strength* kurang baik terdapat 19 mahasiswa, dengan nilai mean 20,61, sehingga dapat disimpulkan bahwa berdasarkan dimensi yang berhubungan dengan keyakinan akan kemampuannya, efikasi diri mahasiswa PSIK UB berada dalam kategori baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ni'mah (2014), dimana efikasi diri mahasiswa jurusan bimbingan konseling UNS dalam penyusunan tugas akhir pada dimensi *strength* berada pada kategori tinggi.

Dimensi *generality* berkaitan dengan keyakinan mengerjakan tugas dalam berbagai situasi (Bandura, 1997). Pada penelitian ini, jumlah mahasiswa dengan dimensi *generality* baik adalah 89 mahasiswa dan mahasiswa dengan dimensi *strength* kurang baik terdapat 49 mahasiswa, dengan nilai mean 5,82, sehingga dapat disimpulkan bahwa berdasarkan dimensi yang berhubungan dengan keyakinan pengerjaan tugas dalam berbagai situasi, efikasi diri mahasiswa PSIK UB berada dalam kategori baik. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Ni'mah (2014), dimana efikasi diri mahasiswa jurusan bimbingan konseling UNS dalam penyusunan tugas akhir pada dimensi *generality* berada pada kategori sedang. Namun jika ditinjau dari

tingkat efikasi diri mahasiswa paling rendah, penelitian ini sejalan dengan penelitian Ni'mah, yaitu terdapat pada dimensi *generality*.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri yang baik berdasarkan dimensi *level* akan mengerjakan tugas akhirnya sesulit apapun tugas yang dikerjakan, berdasarkan dimensi *strength* mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik dalam pengerjaan tugas akhir merasa yakin akan kemampuan yang dimiliki dalam mengatasi berbagai hambatan, sedangkan berdasarkan dimensi *generality*, mahasiswa dengan efikasi diri yang baik yakin dalam mengerjakan tugas dalam berbagai situasi, baik situasi tenang ataupun ramai.

6.2 Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa PSIK UB

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data yang telah dilakukan pada 138 responden didapatkan hasil bahwa mahasiswa dengan prokrastinasi ringan sebanyak 49 mahasiswa (35,5%) , mahasiswa dengan prokrastinasi sedang sebanyak 85 mahasiswa (6%) dan mahasiswa dengan prokrastinasi berat sebanyak 4 mahasiswa (2,8%). Hasil penlitian yang dilakukan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Janssen dan Carton (dalam Erlina, 2014) yang menyatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan salah satu masalah yang terjadi pada sebagian mahasiswa dan memperkirakan bahwa 95% mahasiswa melakukan perilaku prokrastinasi akademik dengan berbagai tingkatan.

Tingkatan prokrastinasi akademik terbagi menjadi 3 kategori, yaitu prokrastinasi ringan, prokrastinasi sedang dan prokrastinasi berat. Prokrastinasi ringan adalah prokrastinasi yang dapat diatasi oleh mahasiswa sendiri dalam jangka waktu <1 bulan, prokrastinasi sedang adalah prokrastinasi dapat diatasi mahasiswa dengan membutuhkan waktu >1 bulan, sedangkan prokrastinasi akademik berat adalah prokrastinasi yang dapat diatasi dalam waktu >1 bulan dan menyebabkan seluruh aspek kehidupan mahasiswa mulai kacau (Bruno, 1998).

Berdasarkan hasil tersebut, maka terdapat beberapa analisis yang dapat dilakukan dan dikaitkan dengan faktor yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Faktor pertama yang mempengaruhi adalah usia responden. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mayoritas melakukan prokrastinasi akademik sedang yaitu pada mahasiswa yang berusia 21 tahun dengan jumlah 47 mahasiswa (34,1%) dan prokrastinasi berat hanya dilakukan oleh mahasiswa berusia 21 tahun sebanyak 4 mahasiswa (2,8%). Sedangkan responden berusia 22 tahun lebih sedikit melakukan prokrastinasi sedang yaitu 24 mahasiswa (17,3%) dan tidak terdapat mahasiswa dengan prokrastinasi berat. Pada mahasiswa berusia 23 tahun hanya 1 mahasiswa (0,7%) yang melakukan prokrastinasi sedang, dan tidak terdapat mahasiswa dengan prokrastinasi berat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Cao (2012) yang mengatakan bahwa usia yang lebih muda lebih menunjukkan prokrastinasi akademik dibandingkan dengan usia yang lebih tua. Sehingga dapat disimpulkan bahwa usia mahasiswa berkaitan dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan, dimana

usia yang lebih muda menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik dibandingkan dengan usai yang lebih tua.

Faktor selanjutnya yang dapat dianalisis dalam penelitian ini adalah jenis kelamin, dari hasil penelitian didapatkan data bahwa responden perempuan lebih tinggi tingkatan perilaku prokrastinasi akademik dibandingkan dengan responden laki-laki. Dalam penelitian ini 41 mahasiswa perempuan (35,6%) melakukan prokrastinasi ringan, 70 mahasiswa (60,8%) melakukan perilaku prokrastinasi akademik sedang dan 4 mahasiswa (3,4%) melakukan prokrastinasi akademik berat. Sedangkan pada mahasiswa laki-laki 8 mahasiswa (34,7%) melakukan prokrastinasi ringan, 15 mahasiswa (65,21) melakukan prokrastinasi akademik sedang dan tidak ada satupun yang melakukan prokrastinasi akademik berat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Endriyanto (2015) dan Erlina (2014) yang menyatakan bahwa tingkatan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas akhir pada perempuan lebih tinggi dari laki-laki. Sehingga dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin mahasiswa berkaitan dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan, dimana perempuan memiliki perilaku prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Prokrastinasi akademik terbagi menjadi 3 aspek, yaitu membuang waktu, menghindari tugas dan menyalahkan orang lain. Aspek membuang waktu berkaitan dengan kecenderungan untuk membuang waktu dalam pengerjaan tugas yang pada akhirnya menyebabkan penundaan, menghindari tugas berkaitan dengan kecenderungan untuk menghindari hal-hal yang dianggap

tidak menyenangkan dan menyalahkan orang lain berkaitan dengan kecenderungan menyalahkan kejadian eksternal atas penundaan yang dilakukan (Basco, 2010). Berdasarkan 3 aspek prokrastinasi akademik, mahasiswa PSIK UB memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang bervariasi, namun secara keseluruhan berada di rentang prokrastinasi sedang.

Aspek membuang waktu berkaitan dengan kecenderungan untuk membuang-buang waktu sehingga pada akhirnya melakukan prokrastinasi (Tuckman, 1991). Pada penelitian ini, jumlah mahasiswa dengan aspek membuang waktu ringan 65 mahasiswa, membuang waktu sedang 68 mahasiswa dan membuang waktu berat 5 mahasiswa, dengan nilai *mean* 6,63, sehingga dapat disimpulkan bahwa berdasarkan aspek membuang waktu, prokrastinasi akademik mahasiswa PSIK UB berada dalam kategori sedang

Pada penelitian yang dilakukan oleh Paola dan Scopa (2014), mahasiswa dengan prokrastinasi sedang dalam kaitannya membuang waktu memiliki nilai yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa dengan prokrastinasi ringan, sehingga menyebabkan performa akademik mahasiswa dengan prokrastinasi sedang menjadi tidak baik. Untuk menurunkan tingkat prokrastinasinya dapat dilakukan dengan menggunakan waktu dengan bijaksana dan menganggap waktu adalah hal yang berharga sehingga tidak dilakukan penundaan (Akinsola, et al 2007).

Aspek menghindari tugas berkaitan dengan kecenderungan menghindari tugas karena dianggap tidak menyenangkan dan menganggap tugas sulit dan kurang penting untuk dikerjakan (Tuckman, 1991). Pada penelitian ini, jumlah

mahasiswa dengan aspek menghindari tugas ringan 47 mahasiswa, sedang 86 mahasiswa dan aspek menghindari tugas berat 5 mahasiswa, dengan nilai mean 11,13, sehingga dapat disimpulkan bahwa berdasarkan aspek menghindari tugas, prokrastinasi akademik mahasiswa PSIK UB berada dalam kategori sedang.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Paola dan Scopa (2014), mahasiswa dengan prokrastinasi sedang berefek pada peningkatan 3% kemungkinan *drop out* dari universitas, sedangkan pada mahasiswa dengan prokrastinasi berat meningkatkan kemungkinan *drop out* 10% lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dengan prokrastinasi rendah. Untuk mengatasi prokrastinasi dalam aspek menghindari tugas, hal yang perlu dilakukan terlebih dahulu adalah menentukan penyebab mahasiswa merasa tugas menjadi sulit dan kurang penting. Apabila hal tersebut dirasakan karna mahasiswa merasa dirinya tidak kompeten, maka dapat diatasi dengan meningkatkan kompetensi personal yang dimiliki mahasiswa, yang terdiri dari 5 aspek yaitu kekuatan emosional, pikiran yang terarah, manajemen waktu, kontrol tingkah laku dan kemampuan menyelesaikan tugas (Akinsola, et al 2007)

Aspek menyalahkan orang lain berkaitan dengan kecenderungan menyalahkan kejadian eksternal atau orang lain untuk setiap konsekuensi dari prokrastinasi. Pada penelitian ini, jumlah mahasiswa dengan aspek menyalahkan orang lain ringan 91 mahasiswa, menyalahkan orang lain sedang 45 mahasiswa dan menyalahkan orang lain berat 2 mahasiswa, dengan nilai mean 4,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa berdasarkan aspek yang

berhubungan dengan meyalahkan orang lain mahasiswa PSIK UB berada dalam kategori sedang. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Endriyanto, dimana menyalahkan orang lain dalam hal ini dosen yang sulit ditemui menjadi hambatan paling tinggi dalam pengerjaan tugas akhir dengan presentase 33,02% dibandingkan hambatan yang lain.

6.3 Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa PSIK UB yang Sedang Menyusun Tugas Akhir

Hasil dari analisis mengenai hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik didapatkan nilai signifikansi (α) $<0,05$ yaitu 0,000 yang menunjukkan bahwa hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik adalah signifikan. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,608 sehingga nilai koefisien determinasi sebesar 36,96%, yang menunjukkan bahwa efikasi diri memberi pengaruh 36,96% terhadap prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa dan sisanya 63,03% dipengaruhi oleh variabel yang tidak termasuk dalam penelitian. Koefisien korelasi dalam penelitian ini juga menunjukkan arah negatif, hal ini menjelaskan bahwa hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik adalah berbanding terbalik, yang artinya semakin tinggi efikasi diri mahasiswa maka perilaku prokrastinasi akademik akan semakin tinggi, atau sebaliknya.

Pada penelitian Muktyaningtyas (2013) menyatakan hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Purwodadi artinya semakin

tinggi efikasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya atau sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik seseorang. Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haljoo (2014) yang menyatakan bahwa prokrastinasi memiliki hubungan negatif dengan efikasi diri, dimana mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi memiliki prokrastinasi yang rendah, begitu sebaliknya.

Dalam penelitian ini juga dapat terlihat, ketika efikasi diri mahasiswa baik maka prokrastinasi yang terjadi cenderung dalam kategori ringan dan sedang, dimana jumlah mahasiswa dengan efikasi diri baik yang memiliki prokrastinasi ringan 48 mahasiswa (36,9%), prokrastinasi sedang 80 mahasiswa (61,5%) dan prokrastinasi berat hanya 2 mahasiswa atau hanya 1,5% dari presentase mahasiswa dengan efikasi diri yang baik. Sedangkan untuk kategori efikasi diri kurang baik, mahasiswa cenderung berada dalam kategori sedang dan berat, dimana jumlah mahasiswa dengan prokrastinasi ringan hanya 1 mahasiswa (12,5%) , prokrastinasi sedang 5 mahasiswa (62,5%) dan 2 mahasiswa atau 25% dari presentase mahasiswa dengan efikasi diri kurang baik memiliki prokrastinasi berat.

Prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa PSIK UB cenderung berada dalam kategori sedang, penelitian yang dilakukan oleh Akinsola, et.al (2007) menyatakan bahwa dampak dari prokrastinasi pada pencapaian akademik mahasiswa yang memiliki prokrastinasi sedang tidak berbeda dengan mahasiswa dengan prokrastinasi berat yang diukur menggunakan nilai GPA (*Grade Point Average*), dimana nilai GPA prokrastinasi

ringan 3,44, prokrastinasi sedang 2,65 dan prokrastinasi berat 2,53. Selain itu pada penelitian yang dilakukan oleh Paola dan Scopa (2014) yang menyatakan bahwa prokrastinasi menyebabkan performa akademik yang buruk dan prokrastinasi dapat meningkatkan kemungkinan *drop out* 3%-10% pada mahasiswa. Dari hasil penelitian di atas dikhawatirkan apabila mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik dalam pengerjaan tugas akhir, menyebabkan pencapaian akademik dalam hal ini pengerjaan tugas akhir menjadi tidak baik dan pada akhirnya akan menyebabkan keterlambatan kelulusan (Endriyanto, 2015)

Prokrastinasi akademik yang dilakukan seseorang dipengaruhi oleh aspek psikologis, salah satu aspek psikologis yang mempengaruhi adalah efikasi diri (Janssen dan Carton *dalam* Ursia, *et.al.*, 2013). Jika mahasiswa memiliki keyakinan diri atau efikasi diri yang tinggi, mahasiswa akan siap menghadapi pengerjaan tugas akhir dalam berbagai situasi karena mahasiswa yakin akan kemampuan yang dimilikinya. Namun jika mahasiswa memiliki keyakinan diri yang rendah, mahasiswa cenderung menghindari tugas yang dianggap sulit dan tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya sehingga mahasiswa menjadi mudah menyerah dan pada akhirnya melakukan penundaan atau prokrastinasi (Bandura, 1994).

6.4 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya adalah:

1. Kurangnya pembahasan prokrastinasi per aspek dan efikasi diri per dimensi dalam penelitian ini, dikarenakan kurangnya tinjauan teori atau penelitian sejenis terkait hal tersebut
2. Penggunaan teori atau sumber pustaka yang lebih dari 10 tahun banyak terdapat pada penelitian ini, dikarenakan tidak terdapat teori terbaru mengenai variabel yang digunakan.

6.5 Implikasi Terhadap Pendidikan Keperawatan

Adanya hubungan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik yang negatif signifikan menunjukkan jika efikasi diri tinggi, maka kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi berat menurun, sehingga efikasi diri perlu mendapatkan perhatian lebih oleh *educator*, dalam hal ini berkaitan dengan dosen pembimbing. Hal pertama yang dapat dilakukan oleh pembimbing adalah mengidentifikasi tingkat efikasi diri mahasiswa bimbingannya, apabila efikasi diri mahasiswa kurang baik maka perlu dilakukan peningkatan efikasi diri mahasiswa.

Cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan efikasi diri pada mahasiswa adalah mengarahkan untuk berfikir positif, yakni menekankan pada sudut pandang dan emosi yang positif, baik terhadap diri sendiri, dan orang lain maupun situasi yang dihadapi (Dwitanyanov, dkk., 2010) Selain itu cara untuk meningkatkan efikasi diri adalah dengan melaksanakan pelatihan harapan, yaitu

pelatihan yang bertujuan untuk membantu mahasiswa agar dapat menentukan strategi mencapai tujuan yang diinginkan serta meningkatkan motivasi untuk mengawali dan mempertahankan strategi tersebut. Pelatihan harapan dilakukan dalam 135 menit pada setiap pertemuannya. Materi pelatihan disusun berdasarkan komponen harapan yang terdiri dari *goal thinking* yaitu target yang akan dicapai, *pathways thinking* yaitu kapasitas dalam merancang strategi yang dilakukan dan *agency thinking* yaitu kapasitas individu untuk menerapkan strategi yang telah dirancang (Alvinda, dkk., 2014).

