

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Efikasi Diri

2.1.1 Definisi Efikasi Diri

Efikasi diri menurut Bandura adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Adicondro dan Purnamasari, 2011). Efikasi diri merupakan keyakinan dan kepercayaan individu akan kemampuannya dalam mengontrol hasil dari usaha yang telah dilakukan (Novariandhini *dkk.*, 2012). Sedangkan menurut Alwisol (2009), efikasi diri adalah penilaian atau persepsi diri sendiri mengenai seberapa baik diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. Efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan atau persepsi seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

2.1.2 Dimensi Efikasi Diri

Bandura (dalam Adicondro dan Purnamasari, 2011). membagi efikasi diri menjadi tiga dimensi, yaitu :

1. *Magnitude/level* (tingkat)

Dimensi *magnitude/level* berhubungan dengan tingkat kesulitan tugas pada tiap individu yang tidak akan sama. Dimensi ini berpengaruh pada pemilihan aktivitas atau pengerjaan tugas sesuai kemampuan untuk melakukannya. Misalnya, individu akan siap menghadapi berbagai tantangan bila individu merasa dirinya mampu untuk melakukannya. Dan sebaliknya individu akan menghindari aktivitas atau pengerjaan tugas jika merasa tidak mampu melakukannya.

2. *Generality* (Generalisasi)

Dimensi ini diartikan sejauh mana individu yakin terhadap kemampuannya dalam berbagai situasi tugas. Individu akan meng-generalisasikan keyakinan akan keberhasilan yang diperolehnya pada pengalaman sebelumnya, sehingga menimbulkan keyakinan bahwa keberhasilan tidak hanya pada hal tersebut tetapi bisa digunakan pada usaha lainnya. Individu dengan efikasi diri yang rendah akan berkeyakinan bahwa dirinya hanya mampu melakukan beberapa perilaku dalam situasi-situasi tertentu saja, sementara individu dengan efikasi diri yang tinggi berkeyakinan bahwa ia dapat melakukan perilaku apapun dalam kondisi dan situasi apapun.

3. *Strength* (Kekuatan atau kompetensi diri)

Dimensi ini diartikan sebagai tingkat kemantapan individu akan keyakinannya mengenai kompetensi diri yang dimiliki. Individu yang memiliki keyakinan yang kuat mengenai kemampuannya akan mempertahankan usahanya. Individu dengan tingkat kekuatan tinggi akan memiliki keyakinan yang kuat akan kompetensi diri. Sebaliknya individu yang memiliki tingkat kekuatan rendah cenderung mudah menyerah dalam menyelesaikan tugas-tugasnya.

2.1.3 Sumber Efikasi Diri

Bandura (1995) menjelaskan empat sumber-sumber yang dapat mengembangkan efikasi diri, yaitu :

1. *Performance Accomplishment* (pencapaian prestasi)

Individu yang memperoleh suatu keberhasilan atau prestasi akan cenderung meningkatkan keyakinan pada efikasi dirinya sehingga akan mendorongnya untuk menciptakan keberhasilan lagi dan mengurangi kegagalan. Kesimpulannya individu lebih mungkin untuk yakin bahwa ia dapat berhasil melaksanakan suatu tugas ketika ia telah berhasil melakukannya di masa lalu.

2. *Vicarious Experience* (pengalaman orang lain)

Pengalaman keberhasilan orang lain yang memiliki kemiripan dengan individu dalam mengerjakan suatu tugas biasanya akan meningkatkan efikasi diri seseorang dalam mengerjakan tugas yang sama. Individu akan

berpikir jika orang lain melaksanakan tugas dengan berhasil, maka ia juga pasti dapat berhasil melaksanakan tugas tersebut.

3. *Verbal Persuasion* (persuasi verbal)

Persuasi verbal yaitu individu mendapat keyakinan akan kemampuan dirinya dari bujukan atau sugesti orang lain bahwa ia dapat mengatasi masalah-masalah yang akan dihadapi. Persuasi verbal mampu mengarahkan individu untuk berusaha lebih giat dalam mencapai tujuan, namun sumber ini bersifat lemah dan biasanya tidak bertahan lama. Sumber ini dapat diperkuat dengan dengan cara menyampaikan secara terus menerus.

4. *Emotional Arousal* (gairah emosional)

Emotional arousal dapat diartikan sebagai ambang gairah emosi seseorang dalam menghadapi suatu keadaan atau situasi tertentu. Apabila ambang gairah emosi individu tinggi maka ia tidak mudah terganggu ketika sedang menghadapi suatu masalah. Ia akan berusaha tenang dan menyelesaikannya dengan baik.

2.1.4 Proses Pembentukan Efikasi Diri

Menurut Bandura (1994, dalam Sary 2012), efikasi diri terbentuk melalui empat proses psikologis dalam diri individu, yaitu:

1. Proses kognitif

Ketika individu melakukan proses berpikir memungkinkan individu untuk memprediksi kejadian dan mengembangkan cara untuk mengontrol

lingkungan yang mempengaruhi kehidupannya. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi lebih tertarik untuk memikirkan untuk kesuksesan. Tujuan personal individu juga dipengaruhi oleh penilaian tentang kemampuan dirinya. Semakin tinggi persepsi individu terhadap kemampuan dirinya, maka semakin tinggi upaya dan komitmennya dalam mencapai tujuan tersebut.

2. Proses motivasi

Tingkat motivasi individu terlihat dari upaya yang dilakukan dan kemampuan individu untuk menghadapi hambatan. Kepercayaan akan kemampuan diri dapat mempengaruhi motivasi dalam beberapa hal, antara lain menentukan tujuan yang ingin dicapai, upaya yang dilakukan serta ketahanan dalam menghadapi kesulitan dan kegagalan.

3. Proses afektif

Proses afektif adalah pengaturan kondisi emosi dan reaksi emosional individu. Persepsi efikasi diri tentang kemampuannya mengontrol sumber stress memiliki peranan penting dalam munculnya kecemasan. Individu yang memiliki keyakinan untuk mengontrol situasi tidak memikirkan hal negatif, sedangkan individu yang merasa tidak mampu mengontrol situasi memungkinkan individu untuk mengalami kecemasan yang tinggi, selalu memikirkan kekurangan dan memandang lingkungan sekitar penuh dengan ancaman.

4. Proses seleksi

Individu memiliki kecenderungan untuk menghindari aktivitas dan situasi yang tidak sesuai dengan kemampuannya. Jika individu merasa yakin bahwa ia mampu menghadapi situasi tertentu, maka ia tidak akan menghindari situasi tersebut. Selain itu, dengan adanya pilihan yang dibuat individu akan meningkatkan kemampuan, minat dan hubungan sosial individu.

2.1.5 Instrumen Penelitian Efikasi Diri

Instrumen penelitian efikasi diri dikembangkan oleh Bandura disusun berdasarkan dimensi efikasi diri yaitu *magnitude*, *generality* dan *strength*. Instrumen di adaptasi oleh Ni'mah (2014) berisi daftar pertanyaan untuk mengukur tingkat keyakinan mahasiswa dalam proses penyusunan tugas akhir, dengan nilai reliabilitas 0,96.

Daftar pertanyaan dalam instrumen ini disajikan dalam bentuk pertanyaan yang memihak obyek penelitian (*favorable*) dan pertanyaan yang tidak memihak obyek penelitian (*unfavorable*). Skoring menggunakan skala Linkert yang dimodifikasi mempunyai lima tingkatan, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Cukup Sesuai (CS), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Berikut adalah indikator pertanyaan instrumen sesuai dengan dimensi efikasi diri Bandura:

a. Dimensi *magnitude*

Dimensi *magnitude* dengan tiga indikator, yaitu:

- 1) Keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi tingkat kesulitan dalam penulisan tugas akhir
- 2) Keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi tingkat kesulitan dalam proses bimbingan tugas akhir
- 3) Keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi tingkat kesulitan dalam mencari literature dan sumber pustaka

b. Dimensi *generality*

Dimensi *generality* dengan indikator, yaitu:

- 1) Keyakinan mahasiswa untuk mengerjakan revisi tugas akhir dalam berbagai situasi

c. Dimensi *strength*

Dimensi *strength* dengan tiga indikator, yaitu:

- 1) Keyakinan mahasiswa untuk bertahan dalam mengerjakan tugas akhir dalam kurun waktu tertentu
- 2) Keyakinan mahasiswa untuk mempertahankan konsentrasi dalam mengikuti bimbingan
- 3) Keyakinan mahasiswa untuk berusaha menghadap hambatan dalam mengerjakan tugas akhir

2.2 Konsep Prokrastinasi Akademik

2.2.1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi dalam *American College Dictionary* (Fibrianti, 2009) berasal dari kata *procrastinate* yang diartikan menunda untuk melakukan sampai waktu atau hari berikutnya. Ellis dan Knaus (Fibrianti, 2009) mengatakan bahwa prokrastinasi hanya sebagai masalah emosional dimana prokrastinasi merupakan sifat atau kebiasaan yang berasal dari filosofi perusakan diri, dimana individu yang suka menunda pekerjaan atau tugas berarti mengutamakan hedonisme jangka panjang dan menghindari aktualisasi diri. Prokrastinasi merupakan pengunduran dengan sengaja dalam mengerjakan sesuatu dan biasanya disertai perasaan tidak suka untuk melakukan pekerjaan yang seharusnya (Ferrari *et.al* dalam Fibrianti, 2009).

Perilaku prokrastinasi akademik merupakan perilaku dimana mahasiswa kecenderungan secara umum untuk melakukan penundaan untuk melakukan tugas akademik dan kinerja akademik, serta penundaan dalam menyelesaikannya tepat waktu sesuatu untuk mencapai beberapa tujuan. Contoh dari perilaku prokrastinasi akademik misalnya menulis, membaca buku pelajaran, mengetik makalah, mengikuti perkuliahan, mengerjakan tugas maupun membuat karya ilmiah, misalnya skripsi atau tugas akhir (Fibrianti, 2009).

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah penundaan pengerjaan tugas akademik,

misalnya tugas akhir pada mahasiswa, yang dilakukan secara sengaja dan menimbulkan keterlambatan penyelesaian tugas tepat waktu.

2.2.2 Tingkatan Perilaku Prokrastinasi Akademik

Tingkatan perilaku prokrastinasi akademik dibagi menjadi tiga tingkatan, yaitu :

1. Perilaku prokrastinasi akademik rendah

Pada tingkatan prokrastinasi rendah dapat diatasi oleh mahasiswa sendiri dan dalam jangka waktu <1 bulan.

2. Pada tingkat sedang

Perilaku prokrastinasi akademik sedang prokrastinasi dapat diatasi mahasiswa dengan membutuhkan waktu >1 bulan dan memerlukan terapi.

3. Perilaku prokrastinasi akademik tinggi

Pada tingkatan prokrastinasi tinggi dapat di atasi dalam waktu >1 bulan dan menyebabkan seluruh aspek kehidupan mahasiswa mulai kacau.

(Bruno, 1998).

2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik ada dua macam, yaitu faktor dari dalam individu (internal) dan faktor dari luar individu (eksternal)

1. Faktor internal

Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari individu yang membentuk perilaku prokrastinasi, faktor-faktor tersebut dapat berupa faktor fisik, psikologis individu, jenis kelamin dan usia individu.

a. Kondisi fisik individu

Kondisi fisik atau kesehatan individu sangat mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik, misalnya kelelahan atau kondisi tubuh yang tidak sehat menyebabkan individu memiliki alasan untuk menunda melaksanakan tugas akhir (Ferrari, 1995).

b. Kondisi psikologis individu

Kondisi psikologis mahasiswa diantaranya dapat meliputi tipe kepribadian dan motivasi. Semakin tinggi motivasi yang dimiliki mahasiswa ketika menghadapi tugas akhir akan semakin rendah kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik, begitu juga sebaliknya (Erlina, 2014).

Berbagai hasil penelitian menemukan aspek-aspek pada diri individu yang mempengaruhi seseorang untuk memiliki kecenderungan perilaku prokrastinasi, antara lain rendahnya *self efficacy*, *self control*, *self conscious*, *self esteem*, dan kecemasan sosial (Janssen dan Carton dalam Ursia, et.al., 2013).

1) *Self control* atau kontrol diri

Penelitian yang dilakukan Ursia, Siaputra dan Sutanto (2013) pada 157 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi atau

tugas akhir di salah satu Fakultas Psikologi di salah satu Universitas di Surabaya, menunjukkan bahwa self control memiliki korelasi negatif dengan prokrastinasi umum dan prokrastinasi skripsi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mugista (2014) dimana terdapat hubungan negatif yang signifikan antara tingkat *self-control* dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan.

2) *Self-consciousness* atau kesadaran diri

Menurut Mackin (dalam Faridah, 2012) hal yang berhubungan dengan kesadaran diri meliputi *emotional awareness* (mengetahui emosi dan pengaruhnya), *accurate self-awareness* (mengetahui kelemahan dan kekuatan diri) serta *self confidence*. Jika mahasiswa memiliki kesadaran diri yang baik, maka mahasiswa akan cenderung menyadari kekurangan dan kelebihan, introspeksi diri, mampu belajar dari pengalaman, terbuka untuk mendapatkan *feedback*, saran dan melakukan pengembangan diri, termasuk mengembangkan diri dalam mengerjakan tugas akhir.

3) *Self esteem* atau harga diri

Pada penelitian yang dilakukan oleh Erma (2013) terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara harga diri dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi harga diri maka

semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh Mahasiswa salah satu Fakultas Psikologi di Solo.

4) *Self efficacy* atau efikasi diri

Pada penelitian yang dilakukan oleh Sandra & Djalali (2013) dengan subyek penelitian guru SMA sederajat di kota Surabaya, efikasi diri dan prokrastinasi memiliki hubungan negatif signifikan.

5) Kecemasan sosial

Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecemasan dengan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi atau tugas akhir pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir. Hubungan positif yang signifikan menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi penyusunan tugas akhir. Sebaliknya semakin rendah tingkat kecemasan maka semakin rendah pula tingkat prokrastinasi dalam penyusunan tugas akhir. (Faruqi, 2013)

c. Jenis kelamin

Pada penelitian yang dilakukan oleh Endriyanto (2015) prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas akhir pada perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, namun tidak terjadi secara signifikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan

Erlina (2014) dimana perempuan lebih tinggi tingkatan perilaku prokrastinasi akademik dibandingkan dengan laki-laki. Pada penelitian yang dilakukan oleh Akmal (2013) prokrastinasi akademik pada perempuan lebih rendah dibandingkan dengan perilaku prokrastinasi akademik pada laki-laki. Perbedaan hasil penelitian menyebabkan hubungan jenis kelamin terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa sebenarnya cukup sulit untuk diprediksi.

d. Usia individu

Dengan bertambahnya usia, maka mahasiswa akan belajar bagaimana cara untuk mengembangkan skema dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik (Steel, 2007). Hasil penelitian Cao (2012) menunjukkan bahwa usia yang lebih muda lebih menunjukkan prokrastinasi akademik dibandingkan dengan usia yang lebih tua.

2. Faktor eksternal

a. Gaya pengasuhan orang tua

Hasil penelitian yang dilakukan Elis (2002) didapatkan hasil bahwa mahasiswa yang diasuh dengan demokratis memiliki nilai tinggi dalam bidang akademik, motivasi akademik, kompetensi akademik, dan keberhasilan akademik. Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete menemukan bahwa gaya pengasuhan otoriter yang menyebabkan

munculnya kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik.

(Gufron, 2003)

b. Tingkat atau level pendidikan

Tingkat pendidikan juga akan mempengaruhi prokrastinasi, hal ini dapat dilihat dari kecenderungan mahasiswa melakukan prokrastinasi yang meningkat seiring dengan semakin lama waktu kuliah di perguruan tinggi. Pada penelitian yang dilakukan oleh Hill menemukan bahwa terdapat peningkatan sekitar 50% perilaku prokrastinasi pada perubahan mahasiswa baru ke mahasiswa tingkat empat selama lebih dari tiga tahun masa perkuliahan (Fibrianti, 2009).

c. Beban tugas akhir

Beban tugas adalah bagaimana karakter atau sifat tugas yang akan dikerjakan. Jika terlalu sulit, cenderung mahasiswa akan menunda mengerjakan tugas tersebut (Ghufron, 2003). Pada penelitian yang dilakukan Catrunada (2008) didapatkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa menganggap tugas akhir merupakan tugas yang sulit. Beban tugas akhir yang dirasa sulit dalam masa yang singkat mampu memicu mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademik (Fibrianti, 2009).

d. Kondisi lingkungan

Prokrastinasi akademik cenderung dilakukan dalam lingkungan yang pengawasannya rendah dibandingkan dengan lingkungan dengan pengawasan penuh (Ghufron, 2003).

2.2.4 Aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Tuckman (1991), prokrastinasi terdiri atas 3 aspek yaitu :

1. Membuang waktu

Seorang procrastinator memiliki kecenderungan untuk membuang waktu hingga pada akhirnya melakukan prokrastinasi.

2. *Task avoidance* (menghindari tugas)

Task avoidance merupakan keadaan dimana seseorang cenderung menghindar dalam mengerjakan tugas dikarenakan mengalami kesulitan ketika melakukan hal yang dianggap tidak menyenangkan. Keyakinan diri seseorang dalam menyelesaikan suatu pekerjaan mempengaruhi seseorang dalam melakukan penundaan atau prokrastinasi.

3. *Blaming others* (menyalahkan orang lain)

Blaming others adalah kecenderungan menyalahkan kejadian eksternal atau orang lain untuk setiap konsekuensi dari prokrastinasi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi biasanya cenderung menyalahkan orang lain. Hal tersebut kemungkinan akibat dari prokrastinasi yang dilakukan

menyebabkan kegagalan dan adanya ketidakpercayaan diri sehingga cenderung menyalahkan orang lain.

2.2.5 Ciri-ciri dalam Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari *et.al*, ciri-ciri pelaku perilaku prokrastinasi akademik terdiri dari :

1. Adanya penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas
Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik mengetahui bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi dia menunda-nunda untuk memulai mengerjakan ataupun menyelesaikan sampai tuntas jika ia sudah memulai mengerjakan sebelumnya.
2. Kelambanan dalam mengerjakan tugas
Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik memerlukan waktu yang lebih lama dari waktu yang dibutuhkan orang lain pada umumnya dalam menyelesaikan tugas, misalnya apabila mahasiswa memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga dia merasa lebih aman untuk menunda pekerjaan untuk memperoleh hasil yang maksimal.
3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual
Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi merasakan kesulitan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Mahasiswa tersebut mungkin merencanakan untuk memulai mengerjakan tugas pada waktu yang ditentukan, akan

tetapi hingga batas waktu yang ditentukan habis ia belum juga melakukan pekerjaan tersebut.

4. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik dengan sengaja menunda pekerjaannya dan melakukan kegiatan lain yang menyenangkan dan mendatangkan hiburan seperti menonton televisi, membaca koran, mengobrol dan jalan-jalan.

2.2.6 Instrumen Pengukuran Perilaku Prokrastinasi

1. *Tuckman Procrastination Scale (TPS)*

TPS dikembangkan oleh Tuckman pada tahun 1990 dengan nilai *Chronbach Alpha* sebesar 0.832. Kuisisioner ini dikembangkan untuk mendeteksi apakah mahasiswa memiliki kecenderungan melakukan perilaku prokrastinasi akademik atau tidak. Indikator data TPS antara lain:

- a. Membuang waktu
- b. *Task avoidance*
- c. *Blaming others*

2. *Procrastination Assesment Scale for Student (PASS)*

PASS disusun oleh Solomon dan Rothblum pada tahun 1984, PASS dikembangkan untuk mengkaji bagaimana individu membuat keputusan dalam menghadapi situasi, khususnya kecenderungan individu untuk membuat keputusan menunda.

PASS memiliki 44 item yang menggunakan skala Linkert (1-5). PASS terdiri dari dua bagian, yaitu :

- a. Kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik di dalam 6 area, yaitu; menulis makalah, belajar untuk ujian, membaca tugas, melakukan tugas administrasi, menghadiri rapat dan mekukan tugas akademik secara umum.
 - b. Identifikasi penyebab dari perilaku prokrastinasi akademik, yaitu; kecemasan, perfeksionisme, kesulitan mengambil keputusan, tidak mandiri, rasa benci kepada tugas, kurangnya kenyamanan, kemalasan, kurangnya ketegasan, ketakutan untuk sukses, kecenderungan untuk gembira yang berlebihan dan manajemen waktu yang kurang, pemberontakan terhadap pengendalian, pengambilan resiko, dan pengaruh teman sebaya.
3. *Procrastination Assesment Scale of Student-Skripsi (PASS-S)*

PASS-S dikembangkan oleh Sia T.D pada tahun 2010. Skala ini terdiri dari 15 butir yang terbagi dalam 3 aspek, yaitu :

- a. Frekuensi prokrastinasi
- b. Kebermasalahan
- c. Keinginan mengurangi penundaan

2.3 Hubungan Efikasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik

Efikasi diri berfungsi untuk menentukan pilihan tingkah laku serta menentukan seberapa besar individu memahami dan melaksanakan tugasnya

(Hjelle dan Ziegler, dalam Amalia 2008). Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki individu, individu akan merasa mampu mengerjakan sesulit apapun tugas, mampu melaksanakan tugas dalam situasi apapun dan memiliki keyakinan akan kemampuan yang dimiliki. Sebaliknya semakin rendah efikasi diri yang dimiliki individu, individu akan merasa tidak mampu melaksanakan tugas, dan hanya mampu melaksanakan tugas dalam waktu tertentu (Bandura, 1977).

Tugas akhir merupakan karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa secara individu sebagai bagian persyaratan akhir pendidikan akademisnya (Astyadi, 2015). Dalam mengerjakan tugas akhir mahasiswa menganggap penyusunan tugas akhir merupakan tugas yang sulit, sehingga mahasiswa melakukan tindakan prokrastinasi (Endriyanto, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Janssen dan Carton (dalam Ursia, *et.al.*, 2013) menunjukkan adanya hubungan positif antara tugas yang sulit dengan perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa.

Dimensi pertama dalam efikasi diri merupakan *magnitude* atau tingkat keyakinan individu dalam menghadapi kesulitan mengerjakan tugas, semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki oleh individu maka semakin siap mereka dalam mengerjakan tugas yang dianggap sulit sekalipun (Bandura, 1977). Salah satu penyebab prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa adalah beban tugas akhir, yaitu tingginya tingkat kesulitan dalam pengerjaan tugas (Mastura, *et.al.*, dalam Erlina, 2014).

Dimensi yang kedua dari efikasi diri adalah *generality* atau generalisasi, seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki keyakinan yang tinggi

bahwa ia mampu mengerjakan tugas dalam berbagai situasi. Dalam pengerjaan tugas akhir mahasiswa dituntut untuk mengerjakan skripsi dalam waktu yang singkat (Febrianti, 2009) dan dituntut untuk tetap mengikuti perkuliahan, khususnya pada mahasiswa keperawatan Universitas Brawijaya dimana pengerjaan tugas akhir diikuti dengan perkuliahan blok dengan jadwal perkuliahan yang padat (Erlina, 2014).

Dimensi ketiga dari efikasi diri adalah *strength* atau kekuatan, individu dengan efikasi diri yang tinggi memiliki keyakinan yang kuat akan kemampuannya sedangkan individu yang tidak yakin akan kemampuan dirinya cenderung mudah menyerah dalam penyelesaian tugas (Bandura 1977).

