HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN MANAJEMEN DIRI PADA SISWA YANG MENGALAMI PROKRASTINASI AKADEMIK DI SMA SRIJAYA PALEMBANG

SKRIPSI

OLEH:

Sonia Cahyani

06071381823054

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KOSELING

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2022

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN MANAJEMEN DIRI PADA SISWA YANG MENGALAMI PROKRASTINASI AKADEMIK DI SMA SRIJAYA NEGARA PALEMBANG

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

Oleh

Sonia Cahyani

NIM 06071381823054

Program Studi Bimbingan dan Konselin

Mengesahkan

Pembimbing,

Dr.Yosef, M.A.

NIP.19620323198803005

Mengetahui :

Ketua Jurusan

Dr. Azizah Husin, M.Pd

NIP. 196006111987032001

koordinator Program Studi

Rani Mega Putri,M.Pd.,Kons.

NIP. 198808182015042001

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN MANAJEMEN DIRI PADA SISWA YANG MENGALAMI PROKRASTINASI AKADEMIK DI SMA SRIJAYA NEGARA PALEMBANG

SKRIPSI

Oleh :

Sonia Cahyani

NIM : 06071381823054

Program Studi : Bimbingan Dan Konseling

Telah diujikan dan lulus pada:

Jumat,30 Desember 2022

TIM PENGUJI:

1. Ketua : Dr. Yosef, M.A ( )
2. Anggota : Dra.Rahmi Sofah, M.Pd., Kons. ( )

Palembang, 15 november 2022

Mengetahui,

Koordinator Program Studi

Rani Mega Putri,M.Pd.,Kons

NIP. 198808182015042001

Universitas Sriwijaya

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Sonia Cahyani
Nim : 06071381823054
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul "Hubungan Efikasi Diri Dan Manajemen Diri Pada Siswa Yang Mengalami Prokrastinasi Akademik Di SMA Srijaya Negara Palembang" ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan/atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang,
Yang membuat pernyataan,

Sonia Cahyani
NIM. 06071381823054

PRAKATA

Skripsi dengan judul "Hubungan Efikasi Diri Dan Manajemen Diri Pada Siswa Yang Mengalami Prokrastinasi Akademik di SMA Srijaya Negara Palembang" disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Yosef, M.A. sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dekan FKIP Unsri, Dr. Hartono, M.A., Ketua Jurusan FKIP, Dr.Azizah Husin,M.Pd., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Almarhumma, Dra. Harlina, M.Sc. yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini.Ucapan terima kasih juga diajukan kepada dosen penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini. Lebih lanjut penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama penulis mengikuti pendidikan. Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi ilmu pendidikan Bimbingan dan Konseling dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Palembang,
Penulis,

Sonia Cahyani
NIM. 06071381823054

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Allah SWT yang selalu memberikan nikmat, rahmat serta hidayah-Nya kepada penulis dan selalu berada dalam lindungan-Nya setiap saat dan dimana pun penulis berada. Dan tidak lupa shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW dan seluruh pengikutnya hingga akhir zaman.

Dengan rasa bangga skripsi ini ku persembahkan kepada:

- Yang pertama untuk kedua orang tuaku yang biasa aku panggil bak dan umak mereka orang yang sangat aku sayangi dan cintai, bapak kaprawi dan ibu ruhilla hariani. Hal paling aku syukuri didunia adalah menjadi putri satu satunya kalian. Bak umak terimakasih telah menjadi orang tua hebat dan telah memberikan yang terbaik untuk anak anaknya. Kalian tak henti-hentinya memberikan doa, semangat, motivasi, kasih sayang dan perhatiannya sehingga penulis mampu menyelesaikan pendidikan program sarjana ini dengan lancar walaupun dengan tertatih dan penuh derai air mata. Bak umak I love more than life.
- Untuk kedua kakak ku dan ayuk ipar ku tersayang, kang andi ayuk monik dan kang anton ayuk ella. Terimakasih atas segala bantuan yang telah diberikan baik support maupun finansial, mungkin menyampaikanya secara langsung aku gengsi intinya aku sayang kalian.
- Dosen pembimbing bapak Dr. Yosef M.A. terimakasih atas segala bantuannya, nasehat yang diberikan, bimbingan serta ilmu yang selama ini diajarkan kepada saya dengan rasa tulus dan ikhlas.
- Ibu Koordinator prodi Bimbingan dan Konseling Almarhumma Dra. Harlina, M.Sc. Dosen Bimbingan dan Konseling, Ibu Dr. Azizah Husin, M.Pd. Ibu Dra. Harlina, M.Sc. Ibu Dra, Rahmi Sofah, M.Pd., kons. Bapak Drs. Syarifuddin Gani, M.Si., Kons. Bapak Dr. Yosef, M.A. Bapak Imron A Hakim, M. S. Bapak Sigit Dwi Sucipto, M.Pd. Ibu Rani Mega Putri, M.Pd., kons. Ibu Ratna Sari Dewi, M.Pd., Ibu Risma Anita Puriani, M.Pd., Ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd. Ibu Silvia AR, M.Pd. dan Ibu Nur Wisma, S.Pdi., M.Pd. Terimakasih telah memberikan motivasi dan bimbingan serta ilmunya selama proses perkuliahan berlangsung.
- Untuk sahabatku dimasa perkuliahan helsa terimakasih selama 4 tahun ini

telah menjadi sahabat terbaiku yang selalu ada dimasa masa sulitku, banyak hal yang kita lalui baik suka maupun duka selama diperantauan ini, ya walaupun kita banyak drama dan banyak berantemnya tapi perlu kau ketahui aku sayang sama kau dan sampai kapanpun aku bakal ingat terus kebaikan kau sa.

- Untuk andin terimakasih telah menjadi sahabat yang selalu bersedia menjadi pendengar yang baik atas keluh dan kesah ku selama ini, terimakasih untuk memilih stay disaat semua orang meninggalkanku dimasa terpurukku, terimakasih sudah memahami apapun kondisiku, selalu membersamai dalam jatuh bangun proses kehidupan, dan mengisi hari hari ku dengan penuh canda tawa. Intinya I love you more than you know.
- Untuk ridha terimakasih banyak atas bantuanya yang telah dengan rela dan ikhlas mengajari ku dalam proses mengerjakan skripsi ini.
- Untuk Almamater kebanggan UNSRI tercinta.
- Last but not least, i wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all thishard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, for just being me at all times.

MOTTO

Orang tidak akan pernah menilai apa yang kita mulai ,
Tapi orang selalu menilai apa yang kita selesaikan.

(Sonia Cahyani)

Jangan salahkan orang lain ketika kamu kecewa,
Tapi salahkan dirimu sendiri karena terlalu berharap
Sama yang belum pasti.

(Sonia Cahyani)

Sebab diujung jalan, kamu akan temui dirimu sendiri
Yang ga akan ninggalin kamu apapun yang terjadi.

(Edelenyi Laura Anna)

DAFTAR ISI

Halaman

PERNYATAAN iv

PRAKATA..... v

HALAMAN PERSEMBAHAN vi

MOTTO viii

DAFTAR ISI..... ix

DAFTAR TABEL..... xii

DAFTAR GAMBAR..... xiii

DAFTAR LAMPIRAN..... xiv

ABSTRAK xv

ABSTRACT..... xvi

BAB 1 PENDAHULUAN 1

1.1 Latar Belakang 1

1.2 Rumusan Masalah 5

1.3 Tujuan Penelitian..... 5

1.4 Manfaat penelitian..... 5

1.4.1 Manfaat Teoritis 5

1.4.2 Manfaat praktis..... 5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 7

2.1 Efikasi diri 7

2.1.1 Pengertian Efikasi Diri 7

2.1.2 Dimensi Efikasi Diri..... 8

2.1.3 Sumber Sumber Efikasi Diri 8

2.1.4 Dampak efikasi diri 9

2.1.5 Cara Mengukur Efikasi Diri 9

2.2 Manajemen Diri..... 9

2.2.1 Pengertian Manajemen Diri..... 9

2.2.2 Konsep Dasar Manajemen Diri 9

2.2.3 Tujuan Manajemen Diri 10

2.2.4 Manfaat Manajemen Diri 11

2.3 Prokrastinasi Akademik 11

2.3.1 Definisi Prokrastinasi Akademik. 11

2.3.2 Karakteristik Prokrastinasi Akademik..... 12
2.3.3 Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik..... 12
2.3.4 Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....13
2.3.5 Dampak Prokrastinasi Akademik 13
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....15
3.1. Jenis Penelitian..... 15
3.2. Variabel Penelitian 15
3.3. Definisi Operasional Variabel.....16
3.3.1 Efikasi diri 16
3.3.2 Manajemen diri..... 16
3.4. Tempat dan Waktu Penelitian 17
3.4.1 Lokasi Penelitian 17
3.4.2 Waktu Penelitian 17
3.5. Populasi Dan Sampel 17
3.5.1 Populasi 17
3.5.2 Sampel 18
3.6. Teknik pengumpulan data 20
3.7. Instrumen penelitian..... 22
3.8. Teknik analisis data 24
3.8.1 Uji Prasyarat 24
3.8.2 Uji Hipotesis 25
3.8.3 Rumusan Hipotesis 26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 28
4.1 Hasil Penelitian 28
4.1.1 Persiapan Penelitian..... 28
4.1.2 Persiapan Pengolahan Data 28
4.1.3 Deskripsi Data 29
4.1.3.1 Variabel efikasi diri 30
4.1.3.2 Variabel manajemen diri. 32
4.2 Uji Prasyarat Analisis 33

4.2.1 Uji Normalitas Data..... 33
4.2.2 Uji Linearitas 34
4.2.3 Uji Hipotesis 35
4.3 Uji Koefisien Diterminasi 38
4.4 Pembahasan..... 38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 43
5.1 Kesimpulan..... 43
5.2 Saran..... 43
DAFTAR PUSTAKA 45
LAMPIRAN..... 50

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Populasi siswa kelas XI dan XII SMA srijaya palembang.....17

Tabel 3. 2 Jumlah sampel siswa kelas XI dan XII SMA srijaya palembang 19

Tabel 3. 3 Kisi – Kisi Angket efikasi diri 20

Tabel 3. 4 Kisi – Kisi Angket manajemen diri 21

Tabel 3. 5 Pedoman Penskoran Angket Dukungan efikasi diri dengan manajemen diri..... 23

Tabel 3. 6 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi Interval Koefisien Tingkat Hubungan..... 26

Tabel 4. 1 efikasi diri kelas XI dan XII yang mengalami prokrastinasi akademik SMA srijaya Negara Palembang..... 30

Tabel 4. 2 efikasi diri kelas XI dan XII yang mengalami prokrastinasi akademik SMA srijaya Negara Palembang..... 32

Tabel 4. 3 hasil uji normalitas data 34

Tabel 4. 4 Hasil Uji Linearitas 35

Tabel 4. 5 Hasil kolerasi efikasi diri kelas XI dan XII yang mengalami prokrastinasi akademik SMA srijaya Negara Palembang 36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Rumus Korelasi Pearson Product Moment.....25
Gambar 4. 1 efikasi diri kelas XI dan XII yang mengalami prokrastinasi akademik SMA srijaya Negara Palembang..... 31
Gambar 4. 2 manajemen diri kelas XI dan XII yang mengalami prokrastinasi akademik SMA srijaya Negara Palembang.....33
Gambar 4. 3 Peta Hasil Kolerasi Efikasi Diri Kelas XI Dan XII Yang Mengalami Prokrastinasi Akademik SMA Srijaya Negara Palembang.....37
Gambar 4. 4 Rumus Koefisien Determinasi 38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usul judul skripsi..... 50
Lampiran 2 SK Pembimbing..... 51
Lampiran 3 SK Penelitian 53
Lampiran 4 SK Penelitian Dari Dinas Pendidikan..... 54
Lampiran 5 Persetuajan Seminar Hasil 55
Lampiran 6 Angket Efikasi Diri Dan Manajemen Diri..... 56
Lampiran 7 Dokumentasi Penyebaran Angket Pada Siswa SMA Srijaya Negara Palembang..... 61
Lampiran 8 Wawancara Dengan Guru BK SMA Srijaya Negara Palembang 62
Lampiran 9 Tabulasi Data Efikasi Diri 63
Lampiran 10 Tabulasi Data Manajemen Diri..... 64

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN MANAJEMEN DIRI PADA SISWA YANG MENGALAMI PROKRASTINASI AKADEMIK DI SMA SRIJAYA NEGARA PALEMBANG

Oleh: Sonia Cahyani
Nim:06071381823054
Pembimbing: Dr. Yosef M.A
Program Studi Bimbingan Dan Konseling

ABSTRAK

Penelitian ini adalah suatu penelitian yang menggunakan metode deskriptif kuantatif yang memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan signifikan antara variabel efikasi diri dan manajemen diri pada siswa yang mengalami prokrastinasi akademik di SMA Srijaya Negara Palembang. teknik pengumpulan data menggunakan skala likert. Populasi dalam penelitian ini yaitu sebanyak 389 siswa dengan pengambilan sampel menggunakan teknik „*'purposive sampling''*, yang terindintifikasi mengalami prokrastinasi akademik dengan jumlah 58 siswa, subjek yang terlibat dalam penelitian ini yaitu siswa SMA Srijaya Negara Palemnbang. Instrument yang digunakan adalah skala efikasi diri dan skala manajemen diri yang disebar menggunakan angket. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus kolerasi product momen pada aplikasi SPSS versi 22. Hasil penelitian menunjukan terdapat hubungan positif signifikan antara efikasi diri dan manajemen diri rhitung > rtabel (-0,159 > 0,250). Maka dapat disimpulkan bahwa koefisien kolerasi efikasi diri dan manajemen diri signifikan, yang berarti semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi juga manajemen diri dan semakin tinggi manajemen diri maka semakin tinggi juga efikasi diri.

Kata kunci: efikasi diri, manajemen diri, prokrastinasi akademik

THE RELATIONSHIP OF SELF-EFFICACY AND SELF-MANAGEMENT IN STUDENT IN STUDENTS WHO HAVE ACADEMIC PROCRASTINATION AT SMA SRIJAYA NEGARA PALEMBANG

by:
Sonia Cahyani
Nim: 06071381823054
Supervisor: Dr. Yosef M.A.
Guidance and Counseling Study Program

ABSTRACT

This research is a research that uses quantitative descriptive method which aims to determine the significant relationship between self-efficacy and self-management variables in students who experience academic procrastination at SMA Srijaya Negara Palembang. data collection techniques using a Likert scale. The population in this study was 389 students with purposive sampling using the "purposive sampling" technique, identified as experiencing academic procrastination with a total of 58 students, the subjects involved in this study were Srijaya Negara Palemnbang High School students. The instrument used is a self-efficacy scale and a self-management scale that is distributed using a questionnaire. The data analysis technique in this study used the product moment correlation formula in the SPSS version 22 application. The results showed that there was a significant positive relationship between self-efficacy and self- management rcount > rtable (-0.159 > 0.250). It can be concluded that the correlation coefficient of self-efficacy and self-management is significant, which means that the higher the self-efficacy, the higher the self-management and the higher the self- management, the higher the self-efficacy.

Keywords : self-efficacy, self management, academic procrastination

BAB 1
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tingkat pembelajaran menurut Indrajat (2018:45) Maksimal adalah kinerja yang diharapkan siswa dalam pembelajaran, pembelajaran tidak dapat tercapai. Mencapai hasil belajar yang maksimal merupakan cita-cita yang dicita-citakan setiap siswa dalam proses pembelajaran. Siswa tidak dapat mencapai keberhasilan yang maksimal. Siswa membutuhkan metode pembelajaran yang efektif untuk mencapai efisiensi belajar yang maksimal. Siswa harus mampu mengatur dirinya sendiri dalam proses pembelajaran dan menyelesaikan tugas-tugas pembelajaran. Siswa diharapkan mencapai hasil belajar yang maksimal ketika mereka tahu bagaimana mengatur perilaku mereka, belajar dengan urutan yang benar, memprioritaskan waktu, dan tidak menunda pekerjaan rumah. Praktik menunda atau mengulur waktu penyelesaian tugas akademik mahasiswa sering disebut dengan prokrastinasi akademik.

Menurut Munavaroh (2017), hal ini menunjukkan bahwa 17,2% siswa di SMP Muhammadiyah 9 Yogyakarta mengalami keterlambatan akademik tinggi, 77,1% sedang, dan 5,7% rendah. Pada penelitian ini, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru pembimbing di SMP Negeri 4 Purwokerto, siswa cenderung menunda-nunda mengerjakan tugas akademik. Keterlambatan mengumpulkan tugas dan kurang konsentrasi saat belajar seringkali menjadi tanggung jawab siswa.

Tiga alasan utama penundaan adalah:1) Keterlambatan dalam hal yang dianggap tidak nyaman. 2) keengganan untuk mengurus sesuatu karena rendah diri; 3) Penundaan karena mudah teralihkan (tidak fokus). Perilaku menunda-nunda dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, salah satunya mempengaruhi Anda, menurut Nopita dan kawan-kawan (2021:13-14).

Prokrastinasi Akademik oleh Kadafi dkk (2018:181-182) adalah kegiatan di mana suatu tugas atau pekerjaan yang seharusnya didahulukan ditunda tanpa alasan yang jelas. Prokrastinasi akademik memiliki dampak yang kuat pada kinerja siswa. Penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi skor prokrastinasi

akademik, semakin rendah kinerja semesternya. juga menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik menjadi salah satu penyebab menurunnya prestasi siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa prokrastinasi adalah hal yang penting untuk dipelajari agar siswa terus berhasil. Dalam pendidikan tinggi, penundaan akademik sering terjadi di kalangan mahasiswa yang sedang menulis tesis mereka. Hal yang sama juga terjadi di universitas tempat kami belajar, dari 116 mahasiswa yang menulis skripsi, 70 mahasiswa yaitu. 60%, terlambat dengan akademik.

Penundaan didefinisikan sebagai ketika kegiatan akademik tidak selesai pada waktu yang diinginkan atau penyelesaian tugas tertunda sampai akhir kegiatan. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa provokasi akademik memiliki efek negatif pada kesuksesan akademik, dan kinerja akademik juga menghasilkan hubungan negatif yang signifikan dengan self-efficacy. Siswa dengan kecenderungan akademik yang lebih tinggi memiliki self-efficacy yang rendah dan berkinerja buruk.

Menurut Tuckman (2015:7) Penundaan akademik adalah perilaku di mana pelaksanaan atau penyelesaian tugas ditunda atau dihindari.

Menurut Rothblum (2015:9) Penundaan akademik mengacu pada penundaan perilaku dan stres psikologis, yang merupakan salah satu perilaku buruk mengingat besarnya hubungan antara penundaan dan hasil psikologis, yang dianggap ketidaknyamanan emosional, rasa bersalah, depresi, kecemasan atau stres. Menurut Steel (2007), procrastination itu sendiri adalah penundaan yang disengaja dalam suatu tugas, meskipun kita tahu itu akan berdampak negatif. Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas inilah yang menyebabkan siswa tertinggal (Akinsola et al. 2007).

Setiap siswa di sekolah memiliki kemungkinan untuk melakukan perilaku tersebut karena pertimbangan mengingat banyaknya tugas atau beban kerja yang dimiliki siswa sebagai siswa, sebagai anggota organisasi sekolah, dan lain-lain. Ketika seorang siswa tidak tahu bagaimana menggunakan waktunya dengan baik, sering menunda-nunda kegiatan yang tidak bermanfaat, membuang-buang waktu, melalaikan tugas dan tidak menyelesaikan tugas dengan maksimal, hal ini dapat menghambat keberhasilan siswa tersebut. Ghufron dan Kawan (2010):9).

Hasil wawancara dengan Srijaya Negara Palembang, Kelas XI II SMA, menunjukkan bahwa siswa tersebut sering mengaku menunda-nunda dalam mengerjakan tugas dan lebih memilih melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan karena tugas yang diberikan terlalu sulit. Para siswa ini mengetahui dampak yang dirasakan dari penundaan tugas seperti B. Kelelahan karena harus menyelesaikan banyak tugas dalam waktu terbatas dengan hasil yang tidak memuaskan.

Menurut Yuana dan Neti (2015), faktor eksternal yang mempengaruhi keberhasilan remaja merupakan perilaku teman sebayanya, kelompok teman sebaya berperan penting dalam kehidupan dan perkembangan remaja. Masa remaja adalah masa pencarian jati diri. Saat mencari jati diri, remaja biasanya mencari figur jati dirinya melalui lingkungan sosialnya, terutama melalui teman sebaya. Interaksi dengan teman sebaya merupakan salah satu faktor eksternal yang dapat mempengaruhi prestasi akademik remaja. Memiliki rekan-rekan yang berprestasi lebih tinggi di kelas dapat berbagi keterampilan akademik. Selain faktor eksternal, terdapat faktor internal yang dapat mempengaruhi prestasi akademik remaja yaitu self-efficacy dan self-management.

Menurut Yapono (2013:208) Remaja membutuhkan self-efficacy untuk tantangan seperti menyelesaikan tugas kuliah, pekerjaan, peningkatan karir, dan menemukan dan mengembangkan hubungan pernikahan yang baik. Orang-orang muda yang mampu memecahkan berbagai masalah yang dihadapinya dari satu masalah ke masalah lainnya mendapatkan rasa kepuasan dan meningkatkan rasa percaya diri mereka untuk menghadapi masalah dan menyelesaikannya nanti. Pengalaman berhasil dari satu masalah ke masalah lainnya mengubah efikasi diri dalam tugas-tugas tertentu menjadi tugas-tugas yang lebih umum.

Menurut Rosalie (2015:65) Self-efficacy mengacu pada keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melakukan serangkaian tindakan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Beradaptasi dengan lingkungan akademik dipengaruhi oleh seberapa besar kemampuan dan kepercayaan diri yang dimilikinya untuk mengemban tugas dan peran baru sebagai mahasiswa, atau disebut dengan academic self-efficacy. Self-efficacy juga merupakan prediktor

Menurut Amir (2016:336) Efikasi diri merupakan faktor pendukung yang sangat penting dalam proses belajar mengajar, karena mempengaruhi keberhasilan belajar. Kemudian menurut Hidayat (2011), self-efficacy adalah penilaian diri terhadap kemampuan seseorang untuk mengatur dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu aktivitas tertentu. Self-efficacy adalah dasar dari motivasi, kesejahteraan, dan pencapaian pribadi seseorang. Ini terjadi karena mereka percaya bahwa tindakan mereka akan membuahkan hasil yang mereka inginkan, meskipun mereka memiliki sedikit motivasi untuk bertindak atau bertahan menghadapi kesulitan. Self-efficacy mempengaruhi hampir setiap aspek kehidupan seseorang, apakah mereka berpikir secara produktif, pesimis atau optimis, seberapa baik mereka memotivasi diri mereka sendiri dan mengatasi kesulitan, ketahanan mereka terhadap stres atau depresi, dan pilihan hidup yang mereka buat.

Selain itu, faktor internal lainnya adalah manajemen diri, Palupi et al. (2018:4). adalah teknik pembelajaran yang memungkinkan seorang individu untuk secara bertanggung jawab mengarahkan, mengontrol dan mengevaluasi perilaku mereka sendiri dan kemampuan untuk berpikir sendiri dan mengambil tindakan yang diperlukan, dan fisik, emosional, mental, spiritual dan spiritual untuk dapat mengontrol berbagai sumber daya. dan untuk menciptakan realitas kehidupan tujuan hidup seseorang dan sesuai dengan tujuan. Siswa mandiri yang baik tahu bagaimana membagi waktunya antara pekerjaan rumah, tugas sekolah dan waktu bermain, menyiapkan peralatan yang diperlukan di rumah sebelum pergi ke sekolah, menyelesaikan semua tugas yang diberikan guru di rumah, dan siap mengambil pelajaran yang diterima . diberikan oleh guru di sekolah. Sebaliknya, siswa dengan pengendalian diri yang rendah biasanya tidak dapat membagi waktunya antara pekerjaan rumah, tugas sekolah, dan waktu bermain, tidak mempersiapkan peralatan yang diperlukan dari rumah sebelum berangkat ke sekolah, dan cenderung menunda menyelesaikan tugas yang diberikan. seorang guru yang tidak mengerjakan pekerjaan rumah di rumah tetapi menyelesaikan tugas sedangkan guru mata pelajaran lain menjelaskan materi, menyalin pekerjaan teman (Stiawan, 2013).

Namun, hambatan belajar siswa tidak dapat dipungkiri. Manajemen diri yang kurang baik merupakan salah satu kendala dalam belajar, masalah belajar meliputi keterlambatan belajar, kecepatan belajar, belajar sangat lambat, kurang

motivasi belajar, sikap dan kebiasaan belajar yang kurang baik. Penundaan pekerjaan akademik merupakan salah satu masalah pembelajaran. Keterlambatan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik sering disebut dengan prokrastinasi akademik. Penundaan akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan dalam tugas formal yang berhubungan dengan pekerjaan, seperti sekolah atau tugas kelas.

Dari pernyataan tersebut dapat diketahui bahwa manajemen diri sangat penting pada siswa SMA. Karena saat ini orang sedang mencari jati diri dan kebanyakan labil. Individu dengan kontrol diri yang rendah mudah terpengaruh oleh keadaan di sekitarnya, menyebabkan mereka tidak fokus pada apa yang dimaksudkan semula dan menunda-nunda atau mengabaikan tugas atau pekerjaan mereka. Pada saat siswa SMK menerima pelajaran praktikum di bengkel, siswa harus menyiapkan persyaratan yang harus dipenuhi dalam praktik, seperti: B. Mengenakan pakaian pengepakan dan mengumpulkan laporan dari latihan sebelumnya sebelum menyelesaikan latihan berikutnya. Menurut Khotimah dkk (2016), penelitian sebelumnya berjudul "Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Harga Diri Akademik, Kepercayaan Diri Akademik dan Keterlambatan Akademik pada Siswa SMA di Kota Malang". skala efikasi diri akademik, skala prokrastinasi akademik diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara prokrastinasi akademik secara bersama-sama variabel tersebut berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Selanjutnya dalam penelitian Amir (2016), "Korelasi Pengaruh Faktor Self-Efficacy dan Self-Management Terhadap Motivasi Berprestasi Mahasiswa Pendidikan Kimia Universitas Bengkulu". Penelitian dilakukan dengan sampel sebanyak 104 orang dan data diolah menggunakan SPSS 16. Hasil penelitian secara umum menunjukkan bahwa self-efficacy dan self-management berpengaruh signifikan terhadap motivasi berprestasi siswa SMA. . Ini berarti bahwa self-efficacy dan self-management bekerja sebagian atau bersama-sama secara signifikan dan linier. Berdasarkan uraian tersebut, self efficacy dan self management siswa yang rendah merupakan faktor internal penyebab prokrastinasi akademik siswa. Oleh karena itu, mengingat peran penting yang dimainkan oleh self-efficacy dan self-management dalam pembelajaran siswa,

ada kebutuhan untuk menyelidiki hubungan antara self-efficacy dan self-management pada siswa yang mengalami keterlambatan akademik.

Berdasarkan fenomena di lapangan dan hasil wawancara langsung dan guru yang dilakukan dan dikontrol oleh siswa SMA 2 Srijaya Negara Palembang pada 20/07/2022, kedua siswa tersebut sebelumnya ditetapkan mengalami keterlambatan akademik. Mereka biasanya tidak memiliki komitmen yang kuat terhadap manfaat dan juga terhadap tindakan yang dilakukan, mereka cepat kehilangan kepercayaan diri dan ketika dihadapkan pada tugas yang sulit mereka cenderung merasa bahwa itu di luar kemampuan mereka. Tidak ada siswa yang sepenuhnya mengidentifikasi dengan apa yang mereka miliki, mengandalkan motivasi diri, pengaturan diri dan pengendalian diri. Hal ini sesuai dengan penelitian Jumarin (2012) yang menunjukkan bahwa siswa tersebut memiliki self-efficacy dan self-management yang rendah. Dalam hal ini peran guru pembimbing sangat penting dalam proses pembelajaran, guru mata pelajaran dan guru pembimbing berperan sangat penting dalam membantu siswa untuk mengembangkan potensi yang dimiliki setiap siswa. Berdasarkan fenomena tersebut maka perlu adanya penelitian dengan judul "Hubungan Self-Efficacy dengan Self-Management pada Siswa yang Mengalami Keterlambatan Akademik di SMA Srijaya Negara Palembang" karena dapat diketahui pentingnya self-efficacy dan self-efficacy yang baik. . -manajemen adalah kepemimpinan dapat dimulai sejak usia muda. Ketika self-efficacy dan kepemimpinan didorong dengan baik di masa muda, kepercayaan diri yang baik terbentuk dan berakar dan juga menjadi dasar untuk kehidupan selanjutnya.

1.2 Rumusan Masalah

Bedasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan manajemen diri pada siswa yang mengalami prokrastinasi akademik di SMA Srijaya Negara Palembang?

1.3 Tujuan Penelitian

1. mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan manajemen diri pada siswa yang mengalami prokrastinasi akademik di SMA Srijaya Negara Palembang.

1.4 Manfaat penelitian

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dapat menambah wawasan pengetahuan dan berkontribusi dalam berpikir positif, memberikan referensi untuk mengembangkan pengetahuan terkait manejemen diri terhadap proktinasi akademik.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi sekolah, yaitu penelitian ini bisa dipakai menjadi pertimbangan & upaya menindak lanjuti pemahaman peserta didik yang ada berkaitan dengan manajemen diri terhadap proktinasi akademik peserta didik
2. Bagi peneliti, yaitu menambah pengetahuan & wawasan tentang kemamampuan peserta didik terhadap proktinasi akademik.
3. Bagi guru BK pada sekolah, yaitu menjadi bahan liputan pada memecahkan permasalahan peserta didik yang berhubungan dengan kemampuan memajemen diri terhadap proktinasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

Adinugraha, F., Jansen, N. G., & Suhalim, N. C. (2018). Pengaruh Efikasi Diri Siswa SMA terhadap Jiwa Kewirausahaan (Entrepreneurship). *Journal for Business and Entrepreneur, 2*(1), 30-41.

Afriyeni, N. (2014). Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA negeri 9 padang. *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya, 16*(2).

Agung, Setiawan. (2013). Pengaruh Disiplin Kerja dan Motivasi Terhadap Kinerja Karyawan pada Rumah Sakit Umum Daerah Kanjuruan Malang. *Jurnal ilmu manajemen*. 1 (4).11-12. https://doi.org/10.32493/jjsdm.v3i1.3365

Akinsola, T, & Tella. (2007). Correlates of academic procrastination and mathematics achievement of university undergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 3(4), 363- 370

Amir, H. (2016). Korelasi pengaruh faktor efikasi diri dan manajemen diri terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa pendidikan kimia Unversitas Bengkulu. *Manajer Pendidikan, 10*(4).

Ardini, D. (2017). Hubungan Manajemen Diri dan Orientasi Masa Depan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Aktif Kuliah dan Organisasi. *Jurnal Psikologi*, *5*(4), 874-888.

Astarina, E. T., & Rohmatun. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional pada Kelas XII di SMA Negeri 10 Semarang. Prosiding *Konferensi ilmiah mahasiswa unissula (kimu) 3*, (hal. 279-285). Semarang.

Cinthia, R. R. (2017). Hubungan antara Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Empati*. 6(2): 31-37.

Departemen Pendidikan dan kubudayaan/Pusat Bahasa. 2001. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*(Edisi ke-3). Jakarta: Balai Pustaka. https://doi.org/10.26499/mab.v3i1.97

Deviyanthi, N. M., & Widiasavitri, P. N. (2016). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Komunikasi dalam Mempresentasikan Tugas di Depan Kelas. *Jurnal Psikologi Udayana., 3*(2), 342-353. doi: https://doi.org/10.24843/JPU.2016.v03.i02.p16.

Dewi dan Yudiantara. (2015). Hubungan Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi kurikulum berbasis kompetensi *Unika Soegijapranata Semarang. Jurnal Psikodimensia* Vol. 14/2 2015 (960104) ISSN: 1411-6073

Fikriyani, N., Lestari, S. M., Fitriani, D., & Utari, E. M. (2020). Hubungan Efikasi Diri dan Kecemasan dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa. *Indonesia Journal Of Learning Education and Counseling, 2*(2), 224-231. doi: https://doi.org/10.31960/ijolec.v2i2.413.

Fitri, N. F., & Firman. (2020). The Relationship of Academic Anxiety with Self Efficacy. *Jurnal Neo Konseling, 2*(2), 1-7.

Geon, S. A. (2016). Hubungan Antara Efikasi Diri dan Determinasi Diri Siswa Kelas X SMA Charitas. *Jurnal Psiko-Edukasi, 14*, 28-38.

Ghufron dkk. (2010). Efikasi Diri Dan Hasil Belajar Matematika:M Meta-Analisis. *Islamic Teacher Journal* 3(2).9. Https://Doi.Org/10.31970/Gurutua.V4i2.74

Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2011). *Teori-Teori Psikologi.* yogyakarta: Ar- Ruzz Madia.

Gracinia, J., & Mulyani, Y. (2013). *Kemampuan Fisik, Seni, dan Manajemen Diri*. Elex Media Komputindo.

Ilham, Mahardika (2019). Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Prestasi Belajar Kimia Siswa di SMA Negeri 6 Kota Tanggerang Selatan. *Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*.

Ilyas, M., & Suryadi. (2017). Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Islam Terpadu (IT) *Boarding School* Abu Bakar Yogyakarta. *Jurnal Pemikiran Islam.* 41(1): 71-82.

Iskandar, I. (2017). Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri dan Konsep Diri Terhadap Hasil Belajar Mata Kuliah Manajemen Pendidikan. *JTP-Jurnal Teknologi Pendidikan*, *19*(3), 175-190.

Jazimah, H. (2014). Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa dalam Pendidikan Islam. *MUDARRISA: Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, *6*(2), 221-250. https://doi.org/10.18326/mdr.v6i2.221-250

Jumarin, M. (2012). Model Bimbingan Dan Konseling Manajemen-Diri (Bkmd) Untuk Meningkatkan Kompetensi Dan Efikasi-Diri Dalam Belajar Siswa Sekolah Menegah Atas (Doctoral Dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).

Kadafi, A., Mardiyah, R. R., & Rahmawati, N. K. (2018). Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Bimbingan Kelompok Islami. *Journal Bimbingan Konseling*. 4(2): 181-193.

Kadafi, Asroful, dkk. (2018). Upaya Menurunkan Proktinasi Akademik Mahasiswa Melalui Bimbingan Kelompok islami. *Jurnal Edukasi Jurnal Bimbingan Konseling* 4 (2),181-182. https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v5i1.4482

Khotimah, R. H., Radjah, C. L., & Handarini, D. M. (2016). Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri dan Prokrastinasi Akademik pada siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, *1*(2), 60-67.

Kunwijaya, Indrajati, dkk. (2018). Meruduksi Proktinasi Akademik Siswa SMP Melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Self Management. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory And Application*, 7(3), 45. https://doi.org/10.15294/ijgc.v8i1.25961

Laura, A.King. (2010). *Psikologi Umum.* Jakarta Selatan: Salemba Humanika.

Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Diversita*, *4*(2), 90-98.

Monika, & Adman. (2017). Peran Efikasi Diri dan Motivasi Belajar dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran, 2*(2), 219-226.

Nopita, dkk. (2021). Analisis Perilaku Proktinasi Akademik Siswa SMPS Abdi Agape singkawang. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*. 6 (1),13-14. https://doi.org/10.26737/jbki.v6i1. 1958

Palupi, G. R. P., Agustin, R. W., & Satwika, P. A. (2018). Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa FK UNS dalam Menyelesaikan Skripsi. *Wacana, 10*(2).

Putri, I. A. (2018). Efektivitas Teknik Cinematherapy untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 1 Jenar Sragen.

Rahmadini, I. F. (2016). Gaya Berpikir, Lokus Pengendalian, Efikasi Diri, dan Distres Psikologis pada Usia Poduktif. *Skripsi*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.

Rahmayati, T. E., & Lubis, Z. (2013). Hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA, 5*(2), 43-49.

Rambe, Y. S. (2017). Hubungan Sellf Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer (UNBK) di SMK Swasta PAB 12 Saentis. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA, 9(1), 60-68.*

Rozali, Y. A. (2015). Hubungan efikasi diri akademik dan dukungan sosial orangtua dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa UEU Jakarta. *Jurnal Psikologi Esa Unggul, 13*(02), 126455.

Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (1995). The General Self-Efficacy Scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user‟s portfolio. Causal and control beliefs.

Utami, L. H., & Nurjati, L. (2017). Hubungan Self-Efficacy, Belief Dan Motivasi Dengan Kecemasan Mahasiswa Dalam Pembelajaran Bahasa

Inggris. PSYMPATHIC: *Jurnal Ilmiah Psikologi*, *4*(2), 219-238. doi: https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1447.

Wahdaniah, W., Rahman, U., & Sulateri, S. (2017). Pengaruh Efikasi Diri, Harga Diri Dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar Matematika Peserta Didik Kelas X Sma Negeri 1 Bulupoddo Kab. Sinjai. *MaPan: Jurnal Matematika Dan Pembelajaran*, *5*(1), 68-81.

Wulandari, S. (2013). Pengaruh efikasi diri terhadap minat berwirausaha pada siswa kelas XII di SMK Negeri 1 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Tata Niaga (JPTN)*, *1*(1).

Yapono, F. (2013). Konsep-Diri, Kecerdasan Emosi Dan Efikasi-Diri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, *2*(3).

Zahra, Yuana, Dkk.(2015). proktinasi akademik menghambat peningkatan prestasi akademik remaja diwilayah perdesaan. *jurnal bimbingan konseling indonesia* 8 (3),2. https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v10i1.22890