

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA KELAS XI SMAN 4 KOTA PAGAR ALAM**

SKRIPSI

Oleh

Amira Dwi Qanitha

NIM: 06071182126008

Program Studi Bimbingan dan Konseling



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2025

Universitas Sriwijaya

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA KELAS XI SMAN 4 KOTA PAGAR ALAM**

SKRIPSI

Oleh

Amira Dwi Qanitha

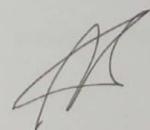
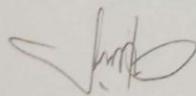
NIM: 06071182126008

Program Studi Bimbingan Dan Konseling

Mengesahkan:

Keordinator Program Studi

Dosen Pembimbing



Fadhlina Rozzqyah, M.Pd

Dr. Alrefi, M.Pd

NIP. 199301252019032017

NIP. 198912022022031004



Universitas Sriwijaya

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA KELAS XI SMAN 4 KOTA PAGAR ALAM

SKRIPSI

Amira Dwi Qanitha

NIM: 06071182126008

Telah Diujikan Dan Lulus Pada:

Hari : Kamis

Tanggal : 17 Juli 2025

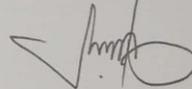
TIM PENGUJI

1. Ketua : Dr. Alrefi, M.Pd
2. Anggota : Silvia AR, M.Pd

()
()

Indralaya, 22 Juli 2025

Mengetahui,
Kordinator Program Studi



Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd
NIP. 19930125019032017

Universitas Sriwijaya

PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Amira Dwi Qanitha

Nim : 06071182126008

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul "Hubungan *Self Efficacy* Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XII SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam" ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 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 pihak lain terhadap keaslian karya saya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Indralaya, 22 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Amira Dwi Qanitha

NIM. 06071182126008

PRAKATA

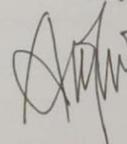
Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah Subhanahu wa ta'ala, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dalam bidang Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak.

Akan hal ini, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada Bapak Dr. Alrefi, M.Pd. selaku dosen pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan selama penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Hartono, M.A., selaku dekan FKIP Universitas Sriwijaya, ibu Prof. Dr. Sri Surmarni, M.Pd., selaku ketua jurusan Ilmu Pendidikan, ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd., selaku koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya. Selain itu, penulis juga ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh Bapak/Ibu dosen yang telah memberikan ilmu pengetahuan serta bimbingannya selama masa perkuliahan. Terima kasih juga kepada mahasiswa angkatan akhir FKIP Universitas Sriwijaya yang telah berkenan membantu dalam penelitian skripsi ini. Penulis juga mengucapkan kepada orang tua penulis yaitu bapak Harun dan ibu Aslini, keluarga, dan teman-teman yang telah memberikan dukungan kepada penulis.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi bimbingan dan konseling dan mengembangkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Indralaya, 22 Juli 2025

Penulis



Amira Dwi Qanitha

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur, penulis mengucapkan terima kasih kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala, Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan nikmat-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan *Self Efficacy* Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XII SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam”** ini dengan baik dan lancar. Dan tak lupa shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad Shallallahu ‘Alaihi Wasallam, sosok teladan sepanjang masa bagi umat manusia, yang telah membawa cahaya petunjuk menuju jalan kebenaran, kedamaian, dan kemuliaan hidup. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.

Dengan penuh rasa cinta dan syukur saya mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Kepada kedua orang tua saya Bapak Harun yang sangat saya cintai, terima kasih atas segala doa, kerja keras dan pengorbanan yang tak pernah henti demi masa depan penulis. Terima kasih juga karena telah mengusahakan apapun itu sehingga penulis bisa berada di titik ini. Dan untuk Ibu Aslini yang tercinta, meskipun saat ini kita tidak tinggal bersama tetapi saya yakin jika doa dan dukungan selalu engkau berikan untuk penulis. Semoga skripsi ini menjadi wujud kecil dari rasa terima kasih penulis atas semua pengorbanan kalian.
2. Kepada Kakek dan Nenek tercinta, Cik Erwin, Cik Ryanti, Bibi Mar, Bibi Sis, Bibi Nii, Mang Ben, dan Mang Jon. Terima kasih atas kasih sayang, doa, perhatian, dan dukungan yang tak pernah henti mengiringi langkah penulis sampai sejauh ini. Skripsi ini mungkin hanya sebuah karya akademik sederhana, tetapi setiap lembarannya lahir dari doa-doa tulus dan cinta yang kalian berikan. Semoga keberhasilan kecil ini dapat menjadi kebanggaan dan ungkapan terima kasih atas segala kebaikan yang tidak pernah bisa terbalas sepenuhnya.
3. Kepada saudaraku Fabian Rasyid Ramadhan, terima kasih atas segala bentuk dukungan, dan semangat yang diberikan kepada penulis selama masa

perkuliahan ini. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi bentuk kecil dari rasa terima kasih penulis. Dan kepada sepupu penulis Rahma Nabila, terima kasih atas bantuan dan perhatian serta motivasi yang diberikan kepada penulis selama masa penulisan skripsi ini.

4. Kepada staf kampus, terima kasih karena telah membantu semua urusan administrasi penulis selama proses pemberkasan
5. Kepada guru BK dan seluruh pihak sekolah terima kasih atas kerja sama kepada penulis selama proses uji coba sampai melakukan penelitian, dan terima kasih kepada seluruh guru kelas serta staf yang telah membantu penulis selama masa penelitian.
6. Kepada sahabat terbaik penulis Sinta, Merlina, Emy, Mutiara, dan Rani. Terima kasih atas segala kebersamaan, dukungan, dan cinta yang tulus selama perjalanan panjang ini. Kalian bukan hanya hadir sebagai teman, tetapi sebagai bagian penting dari perjalanan hidup penulis, tempat berbagi tawa, keluh kesah, dan semangat ketika langkah terasa berat. Mulai dari masa perkuliahan hingga akhirnya memasuki fase penulisan skripsi, banyak hal telah kita lewati bersama.
7. Dan yang terakhir, ucapan terima kasih untuk diri penulis sendiri. Terima kasih telah bertahan, bahkan di saat segalanya terasa begitu berat. Terima kasih sudah terus melangkah, meski lelah sering kali datang tanpa permisi. Terima kasih telah memilih untuk tidak menyerah, ketika pikiran mulai meragukan kemampuan diri sendiri. Perjalanan ini bukanlah hal yang mudah penuh dengan tantangan, air mata, dan keraguan. Namun, diri ini tetap berdiri tegak, menghadapi hari-hari sulit dengan keberanian dan keteguhan hati. Terima kasih telah menjadi kuat, telah belajar dari setiap kegagalan, dan tumbuh dari setiap keterpurukan. Skripsi ini adalah bukti nyata bahwa diri ini mampu melewati badai dan keluar sebagai pribadi yang lebih tangguh. Semoga pencapaian ini menjadi pengingat bahwa dalam setiap langkah perjuangan, diri sendiri pantas mendapatkan apresiasi, cinta, dan rasa bangga.

MOTTO

“Tidak ada keberhasilan tanpa perjuangan, tidak ada pencapaian tanpa pengorbanan”

DAFTAR ISI

PERNYATAAN.....	iv
PRAKATA.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRACT.....	xv
ABSTRAK	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 <i>Self Efficacy</i>	11
2.1.1 Pengertian <i>Self Efficacy</i>	11
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Self Efficacy</i>	13
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i>	15
2.1.4 Karakteristik <i>Self Efficacy</i> Tinggi Dan <i>Self Efficacy</i> Rendah	17
2.2 Prokrastinasi Akademik	18
2.2.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik	18
2.2.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	20
2.2.3 Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik.....	22
2.2.4 Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik.....	23
2.3 Hipotesis.....	27

BAB III METODE PENELITIAN	28
3.1 Jenis Penelitian.....	28
3.2 Variabel Penelitian	28
3.3 Definisi Operasional Variabel	29
3.3.1 <i>Self Efficacy</i>	29
3.3.2 Prokrastinasi Akademik	29
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
3.4.1 Tempat Penelitian.....	29
3.4.2 Waktu Penelitian	30
3.5 Populasi dan Sampel	30
3.5.1 Populasi.....	30
3.5.2 Sampel.....	31
3.6 Teknik Pengumpulan Data	32
3.7 Instrumen Penelitian.....	32
3.7.1 <i>Self Efficacy</i>	33
3.7.2 Prokrastinasi Akademik	33
3.8 Pengujian Instrumen.....	34
3.8.1 Uji Validitas.....	34
3.8.2 Uji Reliabilitas	38
3.9 Teknik Analisis Data	40
3.9.1 Uji Normalitas.....	40
3.9.2 Uji Linieritas	41
3.9.3 Uji Deskriptif	41
3.9.4 Uji Hipotesis	41
3.10 Hipotesis Penelitian.....	42
3.11 Kriteria Kategorisasi	42
3.11.1 Kategorisasi Gambaran Tingkatan <i>Self Efficacy</i> dengan Prokrastinasi Akademik Siswa	42
3.11.2 Kategorisasi Tingkat Koefisien Korelasional.....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	45
4.1 Tingkat <i>Self Efficacy</i> Siswa Kelas XI SMA Negeri 4 Pagar Alam	45
4.2 Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri 4 Pagar Alam.....	50

4.3	Hubungan <i>Self Efficacy</i> Dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri 4 Pagar Alam	56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		60
5.1	Kesimpulan	60
5.2	Saran.....	61
5.2.1	Bagi Siswa.....	61
5.2.2	Bagi Guru Bimbingan Dan Konseling	61
5.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya	61
DAFTAR PUSTAKA.....		62
L A M P I R A N		68

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Populasi Siswa SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam	30
Tabel 3. 2 Hasil Uji Validitas Variabel X	36
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Variabel Y	37
Tabel 3. 4 Kriteria Reliabilitas	39
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur	40
Tabel 3. 6 Kategorisasi variabel <i>Self Efficacy</i>	43
Tabel 3. 7 Kategorisasi variabel Prokrastinasi Akademik.....	43
Tabel 3. 8 Interpretasi Koefisien Korelasi.....	44
Tabel 4. 1 kategorisasi Tingkat <i>Self Efficacy</i> Siswa Kelas XI SMA Negeri 4 Pagar Alam.....	44
Tabel 4. 2 Kategorisasi Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri 4 Pagar Alam.....	49
Tabel 4. 3 Correlation <i>Self Efficacy</i> dan Prokrastinasi Akademik.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Desain Penelitian.....28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 SK Pembimbing.....	69
Lampiran 1. 2 Usulan Judul Skripsi.....	71
Lampiran 1. 3 Lembar Pengesahan Proposal.....	72
Lampiran 1. 4 Surat Izin Penelitian Dari Fakultas.....	73
Lampiran 1. 5 Surat Izin Penelitian Dari Dinas Pendidikan.....	74
Lampiran 1. 6 Sk Telah Melakukan Penelitian.....	75
Lampiran 1. 7 Tabulasi Data Hasil Uji Coba Tingkat <i>Self Efficacy</i>	76
Lampiran 1. 8 Tabulasi Data Hasil Uji Coba Tingkat Prokrastinasi Akademik... 79	
Lampiran 1. 9 Output Spss Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	83
Lampiran 1. 10 Pedoman Wawancara Siswa Dan Guru Bk.....	85
Lampiran 1. 11 Instrumen Kuesioner Penelitian (Uji Coba).....	86
Lampiran 1. 12 Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	89
Lampiran 1. 13 Instrumen Penelitian.....	91
Lampiran 1. 14 Buku Bimbingan.....	94
Lampiran 1. 15 Surat Persetujuan Ujian Akhir Program.....	96
Lampiran 1. 16 Hasil Turnitin.....	97

ABSTRACT

The phenomenon of academic procrastination is increasingly common among high school students, especially during late adolescence, which is a crucial phase in the formation of self identity and academic maturity. This study was conducted to explore the relationship between keyakinan diri of individual beliefs in the ability to complete tasks with academic procrastination in class XI students at SMA Negeri 4 Pagar Alam City. keyakinan diri is thought to have an important role in reducing the tendency to postpone tasks, because individuals who believe in their abilities tend to be more resilient in the face of academic pressure. This study used a quantitative approach with a correlational method and involved 184 randomly selected respondents. The instruments used are keyakinan diri scale and academic procrastination scale which have been tested for validity and reliability. The results of the analysis showed a significant negative relationship between keyakinan diri and academic procrastination, meaning that the higher the students' keyakinan diri, the lower their tendency to postpone academic tasks. This finding confirms the importance of strengthening keyakinan diri in school guidance and counseling programs to help students manage time and tasks more effectively, and improve the quality of learning outcomes.

Keyword: Self Efficacy, Academic Procrastination, High School Students

ABSTRAK

Fenomena prokrastinasi akademik kian sering ditemukan di kalangan siswa sekolah menengah atas, terutama pada masa remaja akhir yang merupakan fase krusial dalam pembentukan identitas diri dan kematangan akademik. Penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi hubungan antara *self-efficacy* keyakinan individu terhadap kemampuan menyelesaikan tugas dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam. *Self-efficacy* diduga memiliki peran penting dalam mengurangi kecenderungan menunda tugas, karena individu yang percaya pada kemampuannya cenderung lebih tangguh dalam menghadapi tekanan akademik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional dan melibatkan 184 responden yang dipilih secara acak. Instrumen yang digunakan berupa skala *self-efficacy* dan skala prokrastinasi akademik yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik, artinya semakin tinggi *self-efficacy* siswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk menunda tugas-tugas akademik. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan *Self Efficacy* dalam program bimbingan dan konseling sekolah untuk membantu siswa mengelola waktu dan tugas secara lebih efektif, serta meningkatkan kualitas hasil belajar.

Kata Kunci: *Self Efficacy*, Prokrastinasi Akademik, Siswa SMA

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), istilah *pendidikan* berasal dari kata dasar *didik* yang diberi imbuhan *pe-* dan *-an*, sehingga membentuk arti sebagai suatu proses, metode, atau upaya dalam membimbing seseorang. Dalam pengertian yang lebih luas, pendidikan dipahami sebagai bagian integral dari kehidupan, yaitu keseluruhan proses pembelajaran yang berlangsung seumur hidup, di berbagai tempat dan kondisi, yang secara positif berkontribusi terhadap perkembangan individu. Pendidikan merupakan proses berkelanjutan (*long life education*), yang secara harfiah berarti kegiatan mendidik, di mana proses ini dilakukan oleh seorang pendidik kepada peserta didik. Tokoh pelopor pendidikan nasional, Ki Hajar Dewantara, merumuskan pedoman pendidikan yang terkenal, yaitu: *Ing ngarsa sung tulada* (di depan memberi teladan), *Ing madya mangun karsa* (di tengah membangun semangat dan kehendak), serta *Tut wuri handayani* (di belakang memberikan dorongan dan motivasi) (Ujud et al., 2023)

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan dapat diartikan sebagai suatu usaha yang dilakukan secara sadar dan terencana guna menciptakan suasana pembelajaran yang mendukung. Tujuan dari proses ini adalah untuk mendorong peserta didik agar mampu secara aktif mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya, sehingga tumbuh menjadi individu dengan kekuatan spiritual keagamaan, kemampuan pengendalian diri, kepribadian yang positif, kecerdasan, akhlak yang luhur, serta keterampilan yang berguna bagi kehidupan pribadi dan masyarakat. Maka dari itu pendidikan merupakan salah satu hal yang penting dalam kehidupan manusia, hal ini menunjukkan jika seluruh masyarakat Indonesia berhak mendapatkan pendidikan yang setara. Melalui pendidikan seseorang bisa memperoleh ilmu pengetahuan, baik itu secara formal maupun non formal, seperti yang tertulis dalam UUD 1945 pasal 31 (1) yang menyebutkan bahwa “setiap warga

negara berhak mendapatkan pendidikan”. Pendidikan merupakan usaha yang secara sadar dan terencana untuk membantu meningkatkan perkembangan potensi serta kemampuan anak yang nantinya akan bermanfaat bagi kepentingan hidupnya sebagai seorang individu dan warga negara dimasa depan. Pendidikan juga memiliki peran penting dalam meningkatkan kecerdasan dan keterampilan manusia (Riswan, 2022).

Konsep *self-efficacy* pertama kali dikemukakan oleh Albert Bandura sebagai elemen penting dalam teori kognitif sosial, yang merupakan hasil pengembangan dari teori pembelajaran sosial. Teori ini menyatakan bahwa individu terdorong untuk mempelajari suatu perilaku tertentu melalui mekanisme pengamatan dan peniruan terhadap perilaku yang mereka lihat dari orang lain. Teori ini berasumsi bahwa manusia cenderung menyesuaikan diri dengan aspek-aspek lingkungan yang dianggap positif, sekaligus berupaya mengubah kondisi yang kurang disukai. Dalam konteks teori kognitif sosial, *self-efficacy* merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tugas atau tanggung jawab yang diberikan kepadanya (Lianto, 2019).

Albert Bandura mengartikan *self-efficacy* sebagai kepercayaan individu terhadap kapasitas dirinya dalam melaksanakan suatu tugas secara efektif hingga mencapai hasil yang diharapkan. Bersama dengan tujuan yang ditetapkan oleh individu, efikasi diri menjadi salah satu indikator terkuat dalam memprediksi tingkat motivasi dan seberapa optimal seseorang akan menjalankan suatu pekerjaan. Tingkat efikasi diri seseorang berperan penting dalam menentukan seberapa besar usaha yang dilakukan, tingkat ketekunan, kemampuan dalam menyusun strategi, serta efektivitas pelatihan dan kinerja di masa mendatang. Selain memiliki sifat prediktif yang tinggi, efikasi diri juga dapat dikembangkan untuk mendukung peningkatan kinerja. Setelah dijelaskan karakteristik efikasi diri dan kaitannya dengan kinerja serta hasil kerja lainnya, pembahasan selanjutnya mencakup cara pengukuran dan sumber-sumber yang memengaruhi efikasi diri (Heslin & Klehe, 2006). Semakin tinggi tingkat *self-efficacy* seseorang, maka semakin besar pula keyakinannya terhadap kemampuan diri dalam meraih

keberhasilan. Dalam menghadapi situasi yang menantang, individu dengan *self-efficacy* yang rendah cenderung cepat kehilangan motivasi, mengurangi usahanya, atau bahkan menyerah. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* yang tinggi akan menunjukkan ketekunan yang lebih besar dan berupaya lebih maksimal dalam mengatasi hambatan yang dihadapi.

Menurut Bandura (1997), *self-efficacy* memiliki beberapa aspek utama. Pertama, terdapat aspek *magnitude* atau tingkat kesulitan, yang mengacu pada seberapa berat suatu tugas dinilai individu dan bagaimana hal tersebut memengaruhi perilakunya. Kedua, aspek *strength* atau kekuatan, yaitu sejauh mana keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki. Tingkat keyakinan ini sangat berpengaruh terhadap motivasi serta kemauan individu dalam menyelesaikan tugas. Ketiga, aspek *generality* atau generalitas, yang menggambarkan sejauh mana individu percaya bahwa dirinya mampu melaksanakan berbagai tindakan dalam situasi yang berbeda. Aspek ini menekankan pada keluasan cakupan kemampuan yang diyakini siswa dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai tugas (Erdianto & Dewi, 2020).

Terdapat tiga sumber utama yang memengaruhi pembentukan efikasi diri. Faktor yang paling dominan adalah pengalaman penguasaan diri secara langsung (*enactive mastery*), diikuti oleh pengamatan terhadap model atau contoh perilaku (*vicarious experience*), serta persuasi verbal. Pengalaman penguasaan diri secara langsung diperoleh ketika individu berhasil menyelesaikan sebagian atau seluruh bagian dari suatu tugas. Keberhasilan ini memperkuat keyakinan bahwa mereka memiliki kemampuan yang dibutuhkan untuk menghadapi tantangan serupa dengan tingkat kesulitan yang lebih tinggi. Penguasaan diri yang efektif biasanya dibangun melalui proses bertahap, yaitu dengan membagi tugas-tugas kompleks menjadi langkah-langkah kecil yang lebih mudah dikuasai, sehingga memungkinkan tercapainya keberhasilan awal secara konsisten. Individu kemudian harus diberi tugas-tugas yang semakin sulit secara progresif di mana umpan balik yang membangun diberikan dan prestasi dirayakan sebelum tugas-tugas yang semakin menantang dimulai (Heslin & Klehe, 2006).

Menurut Solomon dan Rothblum, prokrastinasi adalah penundaan yang disengaja baik dalam memulai maupun menyelesaikan tugas. Definisi ini menegaskan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku yang dilakukan secara sadar, di mana faktor-faktor yang menyebabkan penundaan berasal dari keputusan individu itu sendiri. Selain itu, definisi ini menunjukkan bahwa pelaku prokrastinasi sebenarnya menyadari pentingnya tugas yang harus diselesaikan. Namun, meskipun disadari, prokrastinasi tetap menjadi perilaku irasional yang berdampak negatif pada kinerja seseorang (Nurjan, 2020)

Berdasarkan *Oxford English Reference Dictionary*, prokrastinasi diartikan sebagai "menunda tindakan, terutama tanpa alasan yang jelas." Steel menambahkan bahwa prokrastinasi adalah keputusan sukarela untuk menunda aktivitas yang seharusnya dilakukan, meskipun sadar akan konsekuensi buruk yang mungkin timbul akibat penundaan tersebut.

Berdasarkan definisi sebelumnya, Van Eerde menambahkan bahwa prokrastinasi melibatkan niat seseorang untuk menunda tugas. Namun, ada komponen lain yang menekankan bahwa tugas tersebut sebenarnya penting untuk dikerjakan atau dihadiri. Dalam beberapa kasus, penundaan terjadi karena seseorang memilih menyelesaikan tugas lain yang dianggap lebih prioritas. Selama manajemen waktu dilakukan dengan efisien, tugas-tugas yang tertunda masih dapat diselesaikan dengan baik.

Prokrastinasi akademik adalah fenomena kompleks yang melibatkan berbagai aspek emosional, kognitif, dan perilaku dalam lingkungan pendidikan. Meskipun tidak memiliki definisi tunggal yang disepakati, prokrastinasi ini umumnya dipahami sebagai kebiasaan menunda tugas-tugas akademik, meskipun konsekuensi negatifnya dapat diperkirakan. Kebiasaan ini sering kali mengakibatkan tugas tidak terselesaikan, memicu ketidaknyamanan psikologis, serta emosi negatif seperti kecemasan. Selain itu, prokrastinasi akademik memengaruhi kemampuan individu dalam membuat keputusan dan menyelesaikan konflik yang berkaitan dengan tanggung jawab akademis atau tekanan dari lingkungan sekitar.

Berbagai teori berusaha menjelaskan penyebab dan dampak dari prokrastinasi akademik. Dalam perspektif psikodinamik, perilaku ini dianggap sebagai mekanisme perlindungan terhadap tugas-tugas yang dirasakan mengancam identitas diri. Teori behaviorisme menjelaskan bahwa kebiasaan ini bertahan karena adanya penguatan positif atau ketiadaan konsekuensi negatif. Perspektif kognitif memandang prokrastinasi akademik sebagai akibat dari keyakinan irasional, rendahnya toleransi terhadap frustrasi, penetapan tujuan yang tidak realistis, strategi koping yang kurang efektif, serta kesulitan perencanaan terutama yang terkait dengan emosi negatif akibat keraguan terhadap kemampuan diri. Dari sudut pandang neurosains, prokrastinasi dianggap sebagai kegagalan dalam pengaturan diri yang berkaitan dengan fungsi neurologis tertentu (Fabricio et al., 2024).

Perkembangan belajar siswa di lingkungan sekolah sangat dipengaruhi oleh kondisi dan kualitas lingkungan sekolah itu sendiri. Lingkungan sekolah yang kondusif cenderung memberikan dampak positif terhadap pencapaian hasil belajar yang optimal. Meskipun demikian, dalam proses pembelajaran, tidak sedikit siswa yang menghadapi berbagai permasalahan akademik, seperti kesulitan dalam mengatur waktu belajar, kurang efektifnya metode belajar yang digunakan, hingga kendala dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah. (Nurshodiq et al., 2023). Dalam kegiatan belajar, siswa kerap menghadapi berbagai tantangan, salah satunya adalah kecenderungan untuk menunda-nunda tugas atau aktivitas belajar. Berdasarkan hasil penelitian dari *American Psychological Association*, diketahui bahwa lebih dari 70% siswa sekolah menengah atas menunjukkan perilaku prokrastinasi dalam menjalankan kewajiban akademiknya (Zul, 2022).

Prokrastinasi dan efikasi diri sangat penting karena keduanya memiliki dampak besar terhadap kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas, terutama dalam konteks pendidikan yang berperan sebagai sarana pengembangan potensi. Prokrastinasi sering menjadi hambatan untuk mencapai tujuan, meskipun seseorang menyadari pentingnya tugas tersebut. Sementara itu, efikasi diri sebagai prediktor motivasi dapat membantu individu menghadapi tantangan dengan lebih baik dan meningkatkan kinerjanya.

Dengan memahami berbagai faktor penyebab prokrastinasi serta strategi dalam meningkatkan efikasi diri, maka dapat dirumuskan upaya-upaya yang efektif untuk meminimalkan perilaku menunda penyelesaian tugas. Upaya ini selaras dengan tujuan pendidikan, yakni mendorong pengembangan potensi dan pembentukan karakter individu guna menunjang keberhasilan hidup mereka di masa yang akan datang.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Putri & Sawitri, 2020) berfokus pada analisis hubungan antara efektivitas komunikasi interpersonal antara siswa dan guru dengan tingkat prokrastinasi akademik pada siswa SMA. Temuan penelitian mengindikasikan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Artinya, semakin efektif komunikasi yang terjalin antara siswa dan guru, semakin rendah kecenderungan siswa untuk melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Self-efficacy adalah salah satu faktor yang disebutkan, tetapi variabel ini tidak menjadi subjek utama penelitian. Meskipun *self-efficacy* disebutkan secara implisit berkontribusi terhadap perilaku siswa dan kemampuan mereka untuk berkomunikasi dengan orang lain, tidak ada penelitian yang melakukan hubungan langsung antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik siswa SMA.

Peneliti juga melaksanakan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah terkait untuk memperoleh informasi mengenai fenomena prokrastinasi akademik di kalangan siswa. Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa di sekolah tersebut tergolong tinggi. Selain itu, wawancara juga dilakukan dengan salah satu guru di SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam pada tanggal 6 Februari 2025, yang mengungkapkan bahwa tingkat kedisiplinan belajar siswa cukup beragam. Terdapat siswa yang menunjukkan kedisiplinan tinggi, namun masih banyak pula yang menghadapi kesulitan dalam mempertahankan kedisiplinan dalam belajar. Beberapa diantaranya cenderung menunda-nunda tugas atau belajar ketika mendekati ujian. Ia juga menyatakan jika kebiasaan siswa dalam menunda tugas terbilang cukup sering terjadi pada siswa kelas XI hal ini disebabkan oleh kurangnya

motivasi siswa untuk mengerjakan tugas tepat waktu dan kurangnya keyakinan dalam diri mereka jika mereka mampu dalam mengerjakan tugas yang telah diberikan, dan prokrastinasi akademik ini banyak dilakukan oleh siswa dengan alasan jika tugas terlalu sulit dan sebagainya. Guru tersebut juga mengungkapkan bahwa sebagian siswa menunjukkan karakteristik prokrastinasi akademik, yang terlihat dari kebiasaan mengumpulkan tugas melewati batas waktu yang telah ditentukan serta sering menyelesaikan tugas dengan tergesa-gesa. Sebaliknya, siswa yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi cenderung menunjukkan rasa percaya diri dalam menyelesaikan tugas yang diberikan. Mereka juga memiliki kesadaran akan tanggung jawab untuk menuntaskan tugas-tugas akademik secara tepat waktu. Sebaliknya pada siswa yang memiliki efikasi diri yang rendah mereka cenderung ragu untuk menyelesaikan tugas yang diberikan dengan alasan tugas yang terlalu sulit dan akhirnya memutuskan untuk menunda menyelesaikan tugas tersebut.

Efikasi diri merujuk pada kepercayaan individu terhadap kapasitas yang dimilikinya untuk melaksanakan dan menyelesaikan tugas-tugas yang menjadi tanggung jawabnya secara efektif. Seseorang yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi akan mampu mengenali kapasitas dirinya dan cenderung tidak menunjukkan perilaku prokrastinasi. Kepercayaan terhadap kemampuan pribadi, disertai harapan akan tercapainya keberhasilan, mendorong individu untuk berupaya secara optimal dalam meraih tujuan, sehingga menghindarkan diri dari kecenderungan menunda pekerjaan.

Beberapa peneliti menyatakan jika tinggi ataupun rendahnya *Self Efficacy* berpengaruh pada prokrastinasi. Menurut hasil studi sebelumnya yang dilakukan oleh (Nurshodiq et al., 2023) menyatakan jika peran *self-efficacy* cukup besar dalam memengaruhi kecenderungan individu untuk menunda tugas, penelitian (Erdianto, 2020) menunjukkan adanya keterkaitan yang signifikan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik.

Jadi peneliti menyimpulkan jika *Self Efficacy* menentukan sejauh mana tingkat prokrastinasi akademik pada individu. Hasil penelitian ini menunjukkan

bahwa terdapat hubungan yang berbanding terbalik antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi tingkat *self-efficacy* seseorang, maka semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* yang rendah cenderung memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi.

Pemilihan SMA Negeri 4 Pagar Alam sebagai lokasi penelitian dikarenakan sekolah ini memiliki jumlah siswa kelas XI yang cukup besar, yakni sebanyak 340 siswa. Tak hanya itu lokasi sekolah yang strategis dan mudah dijangkau oleh peneliti turut menjadi faktor pendukung dalam pemilihan tempat, hal ini penting untuk efisiensi waktu dan biaya, terutama dalam proses observasi lapangan dan pengambilan data. Peneliti juga mempertimbangkan bahwa hingga saat ini belum ditemukan penelitian sebelumnya yang secara khusus menelusuri korelasi antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik di lingkungan SMA Negeri 4 Pagar Alam. Oleh karena itu, studi ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah yang bernilai, baik bagi pihak sekolah sebagai bahan evaluasi dan pengembangan, maupun dalam memperkaya khasanah ilmu pengetahuan khususnya di bidang Bimbingan dan Konseling.

Melalui pemaparan latar belakang yang telah dijelaskan, penelitian ini dipandang penting untuk dilakukan karena tingginya tingkat kejadian prokrastinasi akademik yang masih sering ditemukan di kalangan siswa SMA. Oleh karena itu, studi ini difokuskan untuk mengeksplorasi **“HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI DI SMA NEGERI 4 PAGAR ALAM”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Seberapa besar tingkat *self-efficacy* siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam?
2. Seberapa besar tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam?

3. Apakah terdapat keterkaitan yang signifikan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengukur tingkat *Self Efficacy* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam
2. Untuk mengukur seberapa besar tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam
3. Untuk menganalisis hubungan *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memberikan kontribusi baik dari sisi teoritis maupun praktis. Adapun uraian manfaatnya disajikan sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan serta wawasan mengenai hubungan antara *Self-efficacy* dan prokrastinasi pada siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa

Sebagai bahan refleksi diri dalam memahami pentingnya *self-efficacy* dalam mendukung keberhasilan belajar. Dengan mengetahui bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri dapat mengurangi kecenderungan untuk menunda tugas, siswa diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri mereka melalui pengalaman belajar yang positif dan pengelolaan waktu yang efektif.

b. Bagi guru Bimbingan dan Konseling

Sebagai informasi tambahan, penelitian ini juga memiliki tujuan untuk memberikan dorongan dan imbauan kepada para guru serta orang tua agar lebih memperhatikan tanggung jawab akademik yang diberikan oleh pihak sekolah. Dengan demikian, diharapkan siswa dapat lebih memfokuskan diri pada penyelesaian tugas-tugas tersebut secara optimal.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam bentuk informasi dan pemahaman yang lebih mendalam terkait hubungan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi di kalangan siswa kelas XI SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, A. (2015). Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58. <https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4835>
- Albert Bandura. (1997). Albert Bandura *Self-efficacy: The Exercise of Control*. In *W.H Freeman and Company New York* (Vol. 43, Issue 9, pp. 1–602).
- Alqudah, M. F., Alsubhien, A. M., & Al Heilat, M. Q. (2014). The Relationship between the Academic Procrastination and Self - Efficacy among Sample of King Saud University Students. *Journal of Education and Practice*, 5(16), 101–112. www.iiste.org
- Balaka, M. Y. (2022). Metode penelitian Kuantitatif. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kualitatif*, 1, 130.
- Bertills, K., Granlund, M., & Augustine, L. (2021). Student *Self-efficacy* and Aptitude to Participate in Relation to Perceived Functioning and Achievement in Students in Secondary School With and Without Disabilities. *Frontiers in Psychology*, 12(May), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.607329>
- Creswell, John W. (2018). A Mixed-Method Approach. In *Writing Center Talk over Time*. <https://doi.org/10.4324/9780429469237-3>
- Deniz, M. E., Traş, Z., & Aydoğan, D. (2009). An investigation of academic procrastination, locus of control, and emotional intelligence. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(2), 623–632.
- Erdianto, A. A., & Dewi, D. K. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 32–43. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41668>
- Fabricio, X., Trelles, R., Israel, P., Cevallos, A., Paola, K., Torres, C., & Galarzappa, J. N. (2024). Journal Pre r f. *HELIYON*, e40787. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e40787>
- Ferrari, J. R. (1995). *Procrastination and Task Avoidance Theory, Research, And Treatment*.
- Flammer, A. (2015). *Self-efficacy*. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition*, March 2015, 504–508. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.25033-2>
- Hadiwinarto, H. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X Ips Di Sma Negeri 2 Mukomuko. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.33369/consilia.v3i1.8288>
- Heslin, P. A., & Klehe, U. C. (2006). *Self-efficacy* how *self-efficacy* affects

- performance and well-being. *Encyclopedia of Industrial/Organizational Psychology*, 2, 705–708. <http://ssrn.com/abstract=1150858>
- Hikmah, J. (2020). Paradigm. *Computer Graphics Forum*, 39(1), 672–673. <https://doi.org/10.1111/cgf.13898>
- Hinduja, P., Fakir Mohammad, R., & Siddiqui, S. (2024). Factors Influencing Students' Academic *Self-efficacy* in Related Domains. *SAGE Open*, 14(4), 1–24. <https://doi.org/10.1177/21582440241289738>
- Honicke, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic *self-efficacy* on academic performance: A systematic review. *Educational Research Review*, 17, 63–84. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.11.002>
- Ismail, I. (2016). Iriani Ismail Jurnal Manajemen Bisnis Indonesia Vol. 4, Nomor 1, Oct 2016 PERAN. *Iriani Ismail Jurnal Manajemen Bisnis Indonesia Vol. 4, Nomor 1, Oct 2016 Peran Self Efficacy Dalam Meningkatkan Kinerja Koperasi Indonesia*, 4, 35–50.
- Khoirunnisa, R. N., Jannah, M., Dewi, D. K., & Satiningsih, S. (2021). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(3), 278. <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p278-292>
- Kiran Esen, B., Duygu Özcan, H., & Sezgin, M. (2017). *European Journal of Education Studies High School Students' Cognitive Flexibility Is Predicted By Self-efficacy And Achievement*. 3, 143–151. <https://doi.org/10.5281/zenodo.244470>
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low *self-efficacy* to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(4), 915–931. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2007.07.001>
- Lianto, L. (2019). *Self-efficacy: A Brief Literature Review*. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Mahmudi, M. H., & Suroso, S. (2014). Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02), 183–194. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i02.382>
- McInerney, D. M. (2012). The motivational roles of cultural differences and cultural identity in self-regulated learning. *Motivation and Self-Regulated Learning: Theory, Research, and Applications*, January 2008, 369–400. <https://doi.org/10.4324/9780203831076>
- Milosevic, I. (2015). *Self-efficacy Theory. Phobias: The Psychology of Irrational Fear*, 346–348.
- Mohammadi Bytamar, J., Saed, O., & Khakpoor, S. (2020). Emotion Regulation Difficulties and Academic Procrastination. *Frontiers in Psychology*,

11(November), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.524588>

- Nafeesa, N. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial Dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)*, 4(1), 53. <https://doi.org/10.24114/antro.v4i1.9884>
- Nurjan, S. (2020). Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Muaddib : Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 1(1), 61. <https://doi.org/10.24269/muaddib.v1i1.2586>
- Nurshodiq, W., Tagela, U., & Windrawanto, Y. (2023). Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 6(2). <https://doi.org/10.24176/jpp.v6i2.9739>
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas Ix Di Mts Al Hikmah Brebes. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 13(2), 51–68. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-04>
- Putri, K. A., & Sawitri, D. R. (2020). Hubungan Antara Efektivitas Komunikasi Interpersonal Siswa Dan Guru Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sma Negeri “X.” *Jurnal EMPATI*, 7(1), 165–174. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20174>
- Riswan. (2022). Faktor Penyebab Anak Putus Sekolah Di Desa Sonuo Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *Jurnal Ilmiah Society, Volume 2*.
- Rozenal, A., Forsström, D., Hussoon, A., & Klingsieck, K. B. (2022). Procrastination Among University Students: Differentiating Severe Cases in Need of Support From Less Severe Cases. *Frontiers in Psychology*, 13(March), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.783570>
- Sintia, I., Pasarella, M. D., & Nohe, D. A. (2022). Perbandingan Tingkat Konsistensi Uji Distribusi Normalitas Pada Kasus Tingkat Pengangguran di Jawa. *Prosiding Seminar Nasional Matematika, Statistika, Dan Aplikasinya*, 2(2), 322–333.
- Slamet, R., & Wahyuningsih, S. (2022). Validitas Dan Reliabilitas Terhadap Instrumen Kepuasan Ker. *Aliansi : Jurnal Manajemen Dan Bisnis*, 17(2), 51–58. <https://doi.org/10.46975/aliansi.v17i2.428>
- Soumeya, M., Abdelhalim, M., & Mahassin, I. (2024). *Self-Regulation , Self-efficacy , And Academic Procrastination Educational Administration : Theory and Practice Self-Regulation , Self-efficacy , And Academic Procrastination. December*. <https://doi.org/10.53555/kuey.v30i11.8893>
- Sperling, a rayne. (2002). Measures of Children’s Knowledge and Regulation of Cognition. *Contemporary Educational Psychology*, 27(1), 51–79. <https://doi.org/https://doi.org/10.1006/ceps.2001.1091>

- 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>
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*, *51*(1), 36–46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Sunyoto, D. (2015). *Penelitian Sumber Daya Manusia*. *2*(2), 61–67.
- Svartdal, F., Dahl, T. I., Gamst-Klaussen, T., Koppenborg, M., & Klingsieck, K. B. (2020). How Study Environments Foster Academic Procrastination: Overview and Recommendations. *Frontiers in Psychology*, *11*(November), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.540910>
- Tas, Y., Demiral-Uzan, M., & Uzan, E. (2023). *Self-efficacy* for Research: Development and Validation of a Comprehensive Research *Self-efficacy* Scale (C-RSES). *International Journal on Social and Education Sciences*, *5*(2), 275–294. <https://doi.org/10.46328/ijonses.472>
- Ujud, S., Nur, T. D., Yusuf, Y., Saibi, N., & Ramli, M. R. (2023). Penerapan Model Pembelajaran Discovery Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sma Negeri 10 Kota Ternate Kelas X Pada Materi Pencemaran Lingkungan. *Jurnal Bioedukasi*, *6*(2), 337–347. <https://doi.org/10.33387/bioedu.v6i2.7305>
- Usher, E. L., & Pajares, F. (2008). Sources of *Self-efficacy* in school: Critical review of the literature and future directions. *Review of Educational Research*, *78*(4), 751–796. <https://doi.org/10.3102/0034654308321456>
- Waddington, J. (2023). *Self-efficacy*. *77*(January), 237–240.
- Widiasmadi, N. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, *4*(3), 1349–1358. <https://doi.org/10.30829/alirsyad.v13i2.18097>
- Wonu, N., & Amekauma VICTOR-EDEMA, U. (2021). Test Of Significance Of Correlation Coefficient In Science And Educational Research. *International Journal of Mathematics and Statistics Studies*, *9*(2), 53–68.
- Yapono, F. (2013). Konsep-Diri, Kecerdasan Emosi Dan Efikasi-Diri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, *2*(3), 208–216. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i3.136>
- Yusuf, M. (2014). *METODE PENELITIAN Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. https://fliphtml5.com/qtbt/jmol/Metode_Penelitian_Kuantitatif%2C_Kualitatif_Penelitian_Gabungan_by_Prof._Dr._A._Muri_Yusuf%2C_M.Pd/
- Zheng, C. (2024). A Review of Research on Academic *Self-efficacy*. *International Journal of New Developments in Education*, *6*(6), 209–213. <https://doi.org/10.25236/ijnde.2024.060632>

Zul, F. (2022). Peran Efikasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMA X Bukittinggi pada Masa Pandemi Covid-19. *PAKAR Pendidikan*, 20(2), 38–49. <https://doi.org/10.24036/pakar.v20i2.259>