BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan aspek yang penting dalam meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas dengan mengembangkan keterampilan kognitif, afektif, dan psikomotorik siswa. Dalam lingkungan pendidikan saat ini, siswa diharapkan tidak hanya mencapai hasil akademik yang tinggi, tetapi juga mampu mengelola diri sendiri, waktu, dan bertanggung jawab kepada tugas tugasnya. Namun, pada kenyataannya ada beberapa hambatan psikologis yang masih berdampak pada pembelajaran siswa, salah satunya adalah prokrastinasi. Penelitian yang dilakukan oleh katarius dkk pada siswa kelas delapan di SMP Negeri 2 Gunungsitoli Utara menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik secara signifikan berdampak pada prestasi akademik dan rasa tanggung jawab siswa. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa prokrastinasi bukan hanya kebiasaan, tetapi juga fenomena psikologis yang secara signifikan mempengaruhi kualitas pendidikan.[1]

Prokrastinasi adkademik mengacu pada kecenderungan seseorang untuk menunda pengerjaan atau penyelesaian tugas-tugas sekolah, meskipun menyadari konsekuensi negatif yang akan ditimbulkan oleh penundaan tersebut. Fenomena ini sering terlihat pada mahasiswa tingkat

[1] Katarius Irfan et al., "Hubungan Efikasi Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII Di UPTD Smp Negeri 2 Gunungsitoli Utara," *Jurnal Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran (JPPP)* 5, no. 3 (2024): 309–19, https://doi.org/10.30596/jppp.v5i3.21070.

akhir dengan beban studi yang berat, dimana kecenderungan untuk menunda dikaitkan dengan stress psikologis dan kecemasan tentang prestasi akademik.[2] Prokrastinasi tidak hanya menyebabkan keterlambatan pengumpulan tugas, tetapi juga berkontribusi pada stres, perasaan bersalah, dan penurunan prestasi akademik. Oleh karena itu, penundaan akademik merupakan isu penting yang harus ditangani dalam penelitian psikologi pendidikan.

Berdasarkan fenomena prokrastinasi akademik yang terjadi, dapat dipahami bahwa perilaku prokrastinasi tidak hanya dipengaruhi oleh faktor dari luar individu, tetapi juga oleh faktor yang berasal dalam diri siswa. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan munculnya prokrastinasi akademik adalah efikasi diri. Efikasi diri merupakan kepercayaan yang dimiliki individu terhadap kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik. Siswa dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih percaya diri, mampu mengatasi kesulitan, dan tekun dalam menyelesaikan tugas. Disisi lain, siswa dengan tingkat efikasi diri rendah sering kali meragukan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas mereka dan lebih suka menunda tugas yang mereka anggap sulit. Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri memainkan peran penting dalam memengaruhi munculnya penundaan akademik.[3]

---

[2] Sita Aprilia, Nur Zairina, and Katrim Alifa Putrikita, "Hubungan Antara Kecemasan Masa Depan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Semester Akhir," 2024, 400–407.

[3] Dewita Karema Sarajar Esi Lacosta, "Hubungan Self Efficacy Dan Kecemasan Menghadapi SNBT 2023," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 8, no. 3 (2024): 1694–1705, https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.6155.

Salah satu faktor internal yang diyakini berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik adalah efikasi diri. Efikasi diri adalah kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan tertentu. Penelitian yang dilakukan Grace dkk pada mahasiswa baru di Fakultas Kedokteran Universitas Patimura menunjukkan korelasi negatif yang signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik ($r= -0,594$; $p<0,001$).[4] Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri seseorang, semakin kecil kemungkinan mereka untuk menunda-nunda. Seseorang dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih efektif dalam mengelola waktu dan mengatasi tantangan akademik tanpa menunda-nunda.

Hasil serupa juga ditemukan dalam sebuah studi terhadap mahasiswa baru di universitas yang memprioritaskan nilai-nilai keagamaan, yang menunjukkan korelasi negatif signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik ($r=-0,229$; $p<0,001$).[5] Hal ini menegaskan bahwa efikasi diri merupakan faktor pelindung terhadap penundaan. Secara teoritis, individu dengan efikasi diri tinggi cenderung memiliki motivasi intrinsik, ketahanan terhadap stres, dan keterampilan pengaturan diri yang lebih baik, sehingga mereka cenderung tidak menund-nunda tugas akademik.

---

[4] Galih Persada Putra Tjandra Grace Latuheru, Johan B Bension, "Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Baru Di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura," *Jurnal Kesehatan Tambusai* 5, no. 1 (2024): 2826–33.

[5] Allegra Tayori et al., "Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Baru The Relationship Between Self-Efficacy and Academic Procrastination in Freshman-Year Students" 16, no. 2 (2024): 100–109.

Selain efikasi diri, faktor psikologis lain yang turut berperan dalam munculnya prokrastinasi akademik adalah kecemasan akademik. Siswa yang mengalami kecemasan akademik cenderung merasa khawatir, takut gagal, dan tertekan ketika menghadapi tuntutan akademik seperti tugas, ujian, maupun penilaian belajar. Perasaan cemas yang berlebihan dapat mengganggu konsentrasi serta menurunkan kemampuan siswa dalam mengelola tugas akademiknya, sehingga mendorong munculnya perilaku menunda pengerjaan maupun penyelesaian tugas. Oleh karena itu, kecemasan akademik juga menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan dalam upaya memahami terjadinya prokrastinasi akademik pada siswa.

Kecemasan akademik adalah kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan khawatir, takut gagal, dan cemas ketika menghadapi tuntutan akademik. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat mengganggu konsentrasi dan mengurangi motivasi siswa untuk belajar. Dalam kondisi ini, siswa cenderung menghindari tugas dengan menunda-nunda. Oleh karena itu, kecemasan akademik diduga berhubungan dengan munculnya prokrastinasi akademik.[6]

Selain efikasi diri, faktor emosional seperti kecemasan akademik juga berkontribusi terhadap prokrastinasi. Berdasarkan hasil penelitian Aprilia dkk menunjukkan bahwa kecemasan dan prokrastinasi akademik

[6] Itsar Bolo Rangka, Sisca Folastri, and Afriyadi Sofyan, "Kecemasan Akademik Siswa Di Sekolah: Suatu Tinjauan Singkat," *Jurnal of Learning and Instructional Studies* 2, no. 3 (2022): 107–14.

memiliki korelasi positif yang signifikan ($r = 0{,}476$; $p < 0{,}001$).[7] Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat kecemasan seseorang, semakin besar kemungkinan mereka menunda-nunda. Hal ini terjadi karena orang yang cemas cenderung menghindari tanggung jawab yang mereka anggap berisiko atau berpotensi menyebabkan kegagalan.

Hubungan antara kecemasan dan prokrastinasi semakin diperkuat oleh penelitian yang menemukan korelasi positif yang signifikan antara kecemasan dan prokrastinasi akademik di kalangan siswa ($r = 0{,}419$; $p < 0{,}05$). Kecemasan ekstrem menyebabkan individu mengalami kesulitan berkonsentrasi, penurunan harga diri, dan munculnya perilaku menghindar. Dalam konteks akademik, perilaku menghindar ini didefinisikan sebagai prokrastinasi.[8]

Dengan demikian penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa efikasi diri dan kecemasan akademik adalah dua variabel psikologis yang memainkan peran berbeda namun saling terkait dalam memengaruhi prokrastinasi akademik. Efikasi diri berfungsi sebagai faktor kognitif yang memperkuat kepercayaan diri dalam mengambil tindakan, sedangkan kecemasan berperan sebagai faktor emosional yang dapat menghambat tindakan. Sebuah studi sebelumnya yang meneliti hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi dikalangan mahasiswa ekonomi dan pendidikan di Universitas Sriwijaya menemukan pengaruh yang signifikan, meskipun

[7] Aprilia, Zairina, and Putrikita, "Hubungan Antara Kecemasan Masa Depan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Semester Akhir."

[8] Rahma Agustini Cahyani, Anni Suprapti, and Mayang T Afriwilda, "Hubungan Antara Kecemasan Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa," *Jurnal Ilmiah BK* 6, no. 3 (2023): 60–69.

kontribusinya relatif kecil (2,75 %).[9] Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi adalah fenomena multidimensional dan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis.

Meskipun berbagai penelitian telah membuktikan bahwa efikasi diri maupun kecemasan akademik memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik, hasil penelitian mengenai pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik masih menunjukkan temuan yang belum sepenuhnya konsisten. Sebagian penelitian menemukan bahwa efikasi diri berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik, sehingga semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kecenderungan siswa melakukan prokrastinasi akademik. Namun demikian, terdapat penelitian lain yang menunjukkan bahwa efikasi diri belum tentu menjadi faktor utama yang mampu menurunkan perilaku prokrastinasi akademik karena masih dipengaruhi oleh faktor lain, seperti regulasi diri, manajemen waktu, motivasi belajar, maupun kondisi lingkungan belajar. Sementara itu, penelitian mengenai kecemasan akademik cenderung menunjukkan hasil yang lebih konsisten, yaitu semakin tinggi kecemasan akademik maka semakin tinggi pula kecenderungan siswa melakukan prokrastinasi akademik. Perbedaan temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara efikasi diri, kecemasan akademik, dan prokrastinasi akademik masih perlu dikaji lebih lanjut, khususnya pada karakteristik siswa madrasah.

[9] Jurnal Economic Edu, Pendidikan Ekonomi, and Universitas Muhammadiyah, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Sriwijaya," *Jurnal Economic Edu* 6, no. 2 (2026): 296–305.

Meskipun banyak penelitian telah mengkaji hubungan antara efikasi diri dan prokrastinasi, serta antara kecemasan dan prokrastinasi, sebagian besar penelitian ini dilakukan pada mahasiswa yang memiliki karakteristik perkembangan, beban akademik, dan tuntutan kemandirian yang berbeda dengan siswa sekolah. Penelitian pada siswa sekolah menengah atas (MA), masih sangat terbatas. Siswa madrasah memiliki karakteristik unik, seperti kombinasi beban kerja akademis dengan konten keagamaan dan jumlah siswa yang tinggal di pesantren. Kondisi ini menghasilkan dinamika psikologis yang berbeda dibandingkan dengan siswa sekolah negeri.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara dengan guru bimbingan dan konseling (BK) di MAN 1 Kota Kediri menunjukkan bahwa beberapa siswa cenderung menunda pengumpulan tugas, terutama menjelang ujian. Prokrastinasi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti partisipasi dalam organisasi, kegiatan di pesantren, dan kurangnya minat pada mata pelajaran tertentu. Meskipun siswa secara umum dianggap memiliki kemampuan akademis yang baik, beberapa perilaku menunda-nunda masih diamati, yang menyebabkan keterlambatan pengumpulan dan nilai yang lebih rendah. Fenomena ini menunjukkan kemungkinan adanya faktor internal yang belum teridentifikasi secara empiris.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik pada siswa MAN 1 Kota Kediri tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti padatnya aktivitas organisasi maupun kegiatan di pesantren, tetapi juga diduga berkaitan dengan kondisi psikologis yang

dimiliki oleh masing-masing siswa. Adanya perbedaan tingkat keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya serta perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi tuntutan akademik menunjukkan bahwa efikasi diri dan kecemasan akademik berpotensi memberikan pengaruh terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mampu membuktikan secara empiris bagaimana pengaruh kedua variabel tersebut terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 1 Kota Kediri.

Berdasarkan uraian diatas, hasil penelitian terdahulu serta fenomena yang ditemukan di MAN 1 Kota Kediri, masih terdapat kesenjangan penelitian yang menunjukkan perlunya pengkajian lebih lanjut mengenai pengaruh efikasi diri dan kecemasan akademik terhadap prokrastinasi akademik pada siswa madrasah. Selain itu, penelitian ini memiliki kebaruan karena menguji pengaruh efikasi diri dan kecemasan akademik secara simultan pada siswa MAN 1 Kota Kediri yang memiliki karakteristik berbeda dengan subjek penelitian sebelumnya, Serta adanya pengaruh positif dari efikasi diri ke prokrastinasi akademik. Siswa MAN 1 Kota Kediri tidak hanya mengikuti pembelajaran akademik, tetapi juga menjalani aktivitas keagamaan, organisasi, dan sebagian tinggal di lingkungan pesantren, sehingga diduga memiliki dinamika psikologis yang berbeda dalam menghadapi tuntutan akademik. Kondisi tersebut menjadi alasan penting dilakukannya penelitian ini untuk memperoleh bukti empiris mengenai pengaruh efikasi diri dan kecemasan akademik terhadap

prokrastinasi akademik siswa MAN 1 Kota Kediri. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Efikasi Diri dan Kecemasan Akademik Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 1 Kota Kediri"

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian diatas, dapat dilihat bahwa masalah penundaan akademik masih terjadi dikalangan siswa MAN 1 Kota Kediri. Fenomena ini bermanifestasi dalam kecenderungan sebagian siswa untuk menunda penyelesaian dan pengumpulan tugas, terutama pada periode tertentu, seperti menjelang ujian atau ketika beban kerja meningkat. Penundaan ini tidak hanya menyebabkan keterlambatan pengumpulan tugas tetapi juga dapat mengganggu hasil belajar siswa. Menariknya, fenomena ini juga ditemukan pada siswa yang sebenarnya memiliki kemampuan akademik yang memadai, namun tetap menunjukkan sikap untuk menunda. Situasi ini menunjukkan bahwa penundaan akademik tidak hanya dipicu oleh faktor-faktor yang berkaitan dengan kemampuan tetapi juga berkaitan dengan faktor psikologis internal.

Salah satu faktor yang diduga memiliki pengauh signifikan adalah efikasi diri atau kepercayaan siswa terhadap kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas akademik. Rendahnya kepercayaan diri dapat menimbulkan keraguan pada mahasiswa dan pada akhirnya menyebabkan mereka menunda pengumpulan tugas. Selain itu, kecemasan akademik yang ditandai dengan perasaan cemas, takut gagal, dan tekanan untuk memenuhi

tuntutan akademik, diduga turut berkontribusi. Disisi lain, faktor eksternal seperti partisipasi dalam organisasi sekolah atau kegiatan di pesantren juga berkontribusi terhadap keterlambatan siswa dalam menyelesaikan tugas. Namun, belum jelas sejauh mana efikasi diri dan kecemasan akademis mempengaruhi penundaan tugas siswa, sehingga penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menguji hubungan ini secara empiris.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 1 Kota Kediri?
2. Apakah terdapat pengaruh kecemasan akademik terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 1 Kota Kediri?
3. Apakah terdapat pengaruh efikasi diri dan kecemasan akademik secara simultan terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 1 Kota Kediri?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 1 Kota Kediri.
2. Untuk mengetahui pengaruh kecemasan akademik terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 1 Kota Kediri.

3. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dan kecemasan akademik secara simultan terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 1 Kota Kediri.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan bimbingan dan konseling, khususnya dalam hal pemahaman efikasi diri siswa, kecemasan akademik, dan prokrastinasi. Selanjutnya, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya studi teoritis dibidang bimbingan dan konseling, khususnya dalam hal pemahaman faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi prokrastinasi siswa, sehingga dapat menjadi dasar dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling disekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Sebagai salah satu bahan pertimbangan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan mengurangi perilaku menunda-nunda dalam pengerjaan tugas akademik dikalangan siswa.

b. Bagi Guru BK

Sebagai dasar untuk merancang layanan bimbingan dan konseling yang tepat guna meningkatkan efikasi diri siswa dan mengelola kecemasan akademik.

c. Bagi Siswa

Sebagai refleksi untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya meningkatkan kepercayaan diri, mengurangi kecemasan dan merubah perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi dan bahan kajian untuk peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan variabel efikasi diri, kecemasan akademik, dan prokrastinasi akademik

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini bertujuan untuk mempersempit topik penelitian agar lebih berfokus. Penelitian ini mendalami pengaruh efikasi diri dan kecemasan akademik terhadap perilaku prokrastinasi siswa. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa di MAN 1 Kota Kediri dan variabel yang diteliti adalah efikasi diri sebagai independen pertama (X1), kecemasan

akademik sebagai variabel independen kedua (X2), serta prokrastinasi akademik sebagai variabel dependen (Y). Penelitian ini secara khusus menguji pengaruh kedua variabel independen tersebut terhadap variabel dependen, tanpa mempertimbangkan faktor eksternal lainnya. Selain itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pengumpulan data melalui kuesioner yang dibagikan kepada siswa.

G. Penegasan Variabel

Penegasan dalam variabel ini bertujuan untuk memberikan batasan yang jelas bagi variabel yang diteliti, sehingga menghindari kesalahpahaman dalam pemahamannya.

1. Efikasi Diri (X1)

Efikasi diri merupakan salah satu variabel bebas (X_1) dalam penelitian ini. Efikasi diri diartikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi situasi tertentu. Menurut Bandura, efikasi diri berperan penting dalam menentukan bagaimana seseorang berpikir, bertindak, memotivasi diri, serta bertahan ketika menghadapi berbagai tantangan. Dalam konteks penelitian ini, efikasi diri diartikan sebagai keyakinan siswa MAN 1 Kota Kediri terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan berbagai tugas akademik secara optimal. Semakin tinggi keyakinan siswa terhadap kemampuannya, maka akan

semakin memengaruhi cara siswa dalam menghadapi tuntutan akademik yang diberikan.

Mengacu pada teori Bandura, efikasi diri memiliki tiga aspek utama yang dijadikan dasar dalam penyusunan instrument penelitian. Ketiga aspek tersebut meliputi *magnitude* (level), *strength* (kekuatan keyakinan), dan *generality* (generalisasi). Adapun aspek dan indikator efikasi diri dalam penelitian ini disajikan pada tabel berikut

Tabel 1.1 Aspek dan Indikator Efikasi Diri

Aspek	Indikator
Magnitude (Level)	Keyakinan dalam menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang berbeda
	Keyakinan dalam menghadapi hambatan atau kesulitan selama mengerjakan tugas akademik
Strength (Kekuatan Keyakinan)	Memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas akademik
	Tidak mudah menyerah ketika mengalami kegagalan atau kesulitan belajar
Generality (Generalisasi)	Mampu menerapkan kemampuan yang dimiliki pada berbagai situasi akademik
	Memiliki keyakinan dalam menyelesaikan berbagai jenis tugas akademik

2. Kecemasan Akademik (X2)

Kecemasan akademik merupakan variabel bebas (X_2) dalam penelitian ini. Kecemasan akademik adalah kondisi emosional yang ditandai dengan munculnya rasa khawatir, takut, tegang, dan tidak nyaman ketika individu menghadapi aktivitas akademik, misalnya menghadapi ujian. Menurut Cassady dan Johnson, kecemasan akademik dapat memengarruhi proses berpikir, konsentrasi, serta kemampuan siswa dalam menyelesaikan tugas akademik secara optimal. Oleh karena itu, semakin tinggi tingkat kecemasan akademik yang dimiliki siswa, maka semakin besar kemungkinan siswa mengalami hambatan dalam proses belajar.

Berdasarkan teori Cassady dan Johnson, kecemasan akademik terdiri atas empat aspek, yaitu kognitif, afektif, fisiologis, dan perilaku. Keempat aspek tersebut menjadi dasar dalam penyusunan instrument penelitian sehingga indikator yang digunakan mampu menggambarkan kondisi kecemasan akademik siswa secara menyeluruh.

Tabel 1.2 Aspek dan Indikator Kecemasan Akademik

Aspek	Indikator
Kognitif	Sulit berkonsentrasi ketika belajar atau mengerjakan tugas
	Muncul pikiran negatif dan rasa takut gagal dalam menyelesaikan tugas akademik
Afektif	Khawatir terhadap hasil belajar atau nilai yang diperoleh
	Merasa gelisah ketika menghadapi tugas atau ujian

Fisiologis	Mengalami gejala fisik seperti jantung berdebar, tangan berkeringat, atau tubuh bergetar saat menghadapi kegiatan akademik
	Merasakan ketegangan fisik ketika mengikuti ujian atau mengerjakan tugas
Perilaku	Menghindari tugas yang dianggap sulit
	Menunda pengerjaan tugas karena merasa takut atau cemas

3. Prokrastinasi Akademik (Y)

Prokrastinasi merupakan variabel terikat (Y) dalam penelitian ini. Pokrastinasi sendiri adalah kecenderungan individu untuk menunda memulai maupun menyelesaikan tugas akademik secara sengaja, meskipun mengetahui bahwa prokrastinasi tersebut dapat menimbulkan konsekuensi negatif. Menurut Ferrari, prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda yang dilakukan secara sadar terhadap tugas akademik sehingga menyebabkan keterlambatan penyelesaian pekerjaan dan menurunnya efektivitas belajar siswa. Dalam penelitian ini, prokrastinasi akademik difokuskan pada perilaku siswa dalam menunda mengerjakan maupun menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan teori Ferrari, prokrastinasi akademik memiliki empat aspek utama, yaitu menunda memulai atau menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana dan pelaksanaan, serta melakukan aktivitas lain yang lebih

menyenangkan. Keempat aspek tersebut dijadikan dasar dalam penyusunan indikator penelitian yang dipaparkan pada tabel berikut

Tabel 1.3 Aspek dan Indikator Proksrastinasi Akademik

Aspek	Indikator
Menunda memulai atau menyelesaikan tugas	Menunda memulai mengerjakan tugas akademik
	Menunda menyelesaikan tugas meskipun batas waktu semakin dekat
Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	Terlambat menyelesaikan atau mengumpulkan tugas
	Membutuhkan waktu lebih lama dalam menyelesaikan tugas dari waktu yang telah ditentukan
Kesenjangan antara rencana dan pelaksanaan	Tidak melaksanakan jadwal belajar yang telah dibuat
	Sulit konsisten terhadap rencana penyelesaian tugas akademik
Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Lebih memilih melakukan aktivitas yang dianggap lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas
	Mengutamakan kegiatan lain dibandingkan menyelesaikan kewajiban akademiknya

H. Sistematika Penulisan

Struktur penelitian ini disajikan dalam enam bab yang menguraikan setiap tahapan secara sistematis dengan uraian sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN pada bab ini dijelaskan mengenai latar belakang masalah yang menjadi dasar dilakukannya penelitian, identifikasi masalah,

rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel, serta sistematika penulisan.

BAB II KAJIAN TEORI pada bab ini dipaparkan landasan teori yang berkaitan dengan seluruh variabel penelitian, yaitu efikasi diri, kecemasan akademik, dan prokrastinasi akademik. Selain itu, bab ini juga memuat penelitian terdahulu yang relevan, kerangka berpikir penelitian, serta hipotesis penelitian.

BAB III METODE PENELITIAN pada bab ini dijelaskan secara sistematis mengenai pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, variabel dan pengukuran penelitian, populasi dan sampel penelitian, teknik sampling, instrument penelitian, teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian.

BAB IV HASIL PENELITIAN pada bab ini disajikan hasil penelitian berdasarkan data yang telah diperoleh dan dianalisis menggunakan teknik statistic yang sesuai.

BAB V PEMBAHASAN ini menjelaskan pembahasan hasil penelitian yang berkaitan dengan teori dan penelitian terdahulu.

BAB VI PENUTUP pada bab terakhir ini berisi kesimpulam dari hasil penelitian yang telah dilakukan serta saran yang diberikan kepada pihak terkait maupun peneliti selanjutnya.