

PENGARUH MOTIVASI BELAJAR DAN *SELF EFFICACY* TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA MPLB SMK

Sofia Rahmawati¹, Ruri Nurul Aeni Wulandari²

Universitas Negeri Surabaya, Pendidikan Administrasi Perkantoran

e-mail: sofiarahmawati.22020@mhs.unesa.ac.id, ruriwulandari@unesa.ac.id

Diterima: 29/07/2026; Direvisi: 09/08/2026; Diterbitkan: 11/08/2026

ABSTRAK

Prokrastinasi akademik merupakan salah satu permasalahan penting dalam pembelajaran karena kebiasaan menunda penyelesaian tugas dapat menghambat keteraturan belajar, pencapaian hasil belajar, dan pengembangan kompetensi siswa, khususnya pada pendidikan vokasi yang menuntut kedisiplinan dan tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas akademik maupun praktik. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya mengidentifikasi faktor internal yang dapat berperan dalam menekan kecenderungan prokrastinasi akademik siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh motivasi belajar dan self-efficacy terhadap prokrastinasi akademik siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain explanatory research. Penelitian dilaksanakan di SMK Ma'arif NU Driyorejo dengan subjek siswa kelas X Program Keahlian Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dengan instrumen angket tertutup berskala Likert yang telah melalui pengujian instrumen. Data dianalisis menggunakan regresi linear berganda untuk menguji pengaruh parsial dan simultan antarvariabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar dan self-efficacy secara parsial maupun simultan berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi belajar dan self-efficacy siswa, semakin rendah kecenderungan melakukan penundaan terhadap tugas akademik. Penelitian ini menegaskan bahwa penguatan motivasi belajar dan self-efficacy merupakan aspek penting dalam upaya menekan prokrastinasi akademik siswa. Oleh karena itu, guru perlu mengembangkan pembelajaran yang interaktif, memberikan penguatan positif, serta menciptakan pengalaman belajar yang dapat meningkatkan motivasi dan keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas akademik.

Kata Kunci: *Motivasi Belajar, Self-Efficacy, Prokrastinasi Akademik, Siswa SMK*

ABSTRACT

Academic procrastination is an important issue in learning because the tendency to delay academic tasks can disrupt students' learning routines, academic achievement, and competency development, particularly in vocational education, which requires discipline and responsibility in completing both academic and practical tasks. This condition highlights the importance of identifying internal factors that may help reduce students' tendency to procrastinate. This study aimed to examine the effects of learning motivation and self-efficacy on students' academic procrastination. A quantitative approach with an explanatory research design was employed. The study was conducted at SMK Ma'arif NU Driyorejo and involved tenth-grade students in the Office Management and Business Services program. Data were collected using a closed-ended Likert-scale questionnaire that had undergone instrument testing. The data were analyzed using multiple linear regression to examine the partial and simultaneous effects of the independent variables on academic procrastination. The results showed that learning motivation

and self-efficacy had significant negative effects on academic procrastination, both partially and simultaneously. These findings indicate that higher levels of learning motivation and self-efficacy are associated with a lower tendency to postpone academic tasks. The study confirms that strengthening learning motivation and self-efficacy is important for reducing academic procrastination among vocational high school students. Therefore, teachers are encouraged to implement interactive learning strategies, provide positive reinforcement, and create learning experiences that strengthen students' motivation and confidence in their ability to complete academic tasks.

Keywords: *Learning Motivation, Self-Efficacy, Academic Procrastination, Vocational High School Students*

PENDAHULUAN

Keberhasilan peserta didik dalam pendidikan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan intelektual, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis dan lingkungan yang membentuk perilaku belajar. Proses pembelajaran merupakan hasil interaksi antara faktor personal, lingkungan, dan perilaku yang ditunjukkan peserta didik selama mengikuti kegiatan pendidikan (Schunk & DiBenedetto, 2020). Kerangka tersebut dapat dijelaskan melalui *Social Cognitive Theory* (SCT) yang dikembangkan Bandura (1986) melalui konsep *triadic reciprocal determinism*, yaitu hubungan timbal balik antara faktor personal, lingkungan, dan perilaku. Dalam kerangka tersebut, motivasi belajar dan *self-efficacy* merupakan faktor internal yang berperan dalam mengarahkan perilaku individu, mempertahankan usaha ketika menghadapi kesulitan, serta mendorong pencapaian tujuan akademik (Bandura, 1997). Oleh karena itu, pemahaman terhadap faktor psikologis siswa menjadi penting dalam menjelaskan munculnya berbagai perilaku belajar, termasuk kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik.

Salah satu perilaku belajar yang menjadi permasalahan dalam proses pendidikan adalah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan menunda secara sengaja penyelesaian tugas atau aktivitas akademik meskipun individu menyadari bahwa penundaan tersebut dapat menimbulkan konsekuensi negatif. Cerino (2014) melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan fenomena yang banyak ditemukan pada peserta didik dan berkaitan dengan berbagai konsekuensi terhadap pencapaian akademik maupun kondisi psikologis. Permasalahan tersebut juga relevan pada jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), khususnya pada bidang Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis yang menuntut ketepatan waktu, ketelitian, tanggung jawab, dan kemampuan menyelesaikan pekerjaan sesuai batas waktu. Berdasarkan kondisi awal di SMK Ma'arif NU Driyorejo, ditemukan bahwa 43,1% siswa mengaku sering menunda penyelesaian tugas akademik, sedangkan 63,9% siswa cenderung mengerjakan tugas mendekati batas waktu pengumpulan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan persoalan yang perlu mendapat perhatian karena dapat menghambat keteraturan belajar dan penyelesaian tuntutan akademik siswa.

Munculnya prokrastinasi akademik dapat berkaitan dengan kondisi internal siswa, terutama motivasi belajar dan *self-efficacy*. Motivasi belajar merupakan dorongan yang mengarahkan, mengaktifkan, dan mempertahankan perilaku siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran. Ketika motivasi belajar rendah, siswa cenderung menunjukkan kurangnya ketekunan, minat, dan dorongan untuk segera menyelesaikan tugas (Marsela & Irianto, 2024). Sementara itu, *self-efficacy* merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu (Bandura, 1997). Siswa dengan *self-efficacy* yang rendah dapat lebih mudah meragukan

kemampuannya ketika menghadapi tugas yang dianggap sulit, sehingga berpotensi menghindari atau menunda pengerjaan tugas. Sebaliknya, keyakinan terhadap kemampuan diri dapat mendorong siswa untuk menghadapi kesulitan, mempertahankan usaha, dan menyelesaikan tugas secara lebih konsisten. Dengan demikian, motivasi belajar dan *self-efficacy* secara teoritis memiliki hubungan yang relevan dengan kecenderungan prokrastinasi akademik.

Hubungan tersebut dapat dijelaskan melalui *Social Cognitive Theory* Bandura (1986, 1997), yang menempatkan faktor kognitif sebagai bagian penting dalam mengarahkan perilaku individu. Motivasi memberikan dorongan untuk melakukan dan mempertahankan aktivitas belajar, sedangkan *self-efficacy* memengaruhi keyakinan siswa mengenai kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas. Kedua faktor tersebut dapat menentukan bagaimana siswa merespons tugas yang sulit, mengelola hambatan, dan mempertahankan usaha sampai tugas selesai. Dengan demikian, rendahnya motivasi belajar dan *self-efficacy* berpotensi meningkatkan kecenderungan siswa untuk melakukan penundaan, sedangkan peningkatan kedua faktor tersebut diharapkan dapat membantu menekan prokrastinasi akademik.

Meskipun penelitian mengenai motivasi belajar, *self-efficacy*, dan prokrastinasi akademik telah dilakukan, kajian yang secara simultan menguji pengaruh motivasi belajar dan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMK, khususnya Program Keahlian Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis, masih relatif terbatas. Perbedaan karakteristik pendidikan kejuruan dengan pendidikan umum menjadi alasan penting untuk menguji kembali hubungan tersebut. Siswa SMK tidak hanya menghadapi tuntutan akademik, tetapi juga dituntut mempersiapkan kompetensi yang relevan dengan dunia kerja, sehingga kemampuan mengelola waktu, menyelesaikan tugas, dan mempertahankan usaha menjadi semakin penting. Kondisi tersebut menjadi dasar dilakukannya penelitian pada siswa Program Keahlian Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis di SMK Ma'arif NU Driyorejo.

Berdasarkan permasalahan dan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh motivasi belajar dan *self-efficacy*, baik secara parsial maupun simultan, terhadap prokrastinasi akademik siswa Program Keahlian Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis di SMK Ma'arif NU Driyorejo. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkuat penerapan *Social Cognitive Theory* dalam menjelaskan perilaku prokrastinasi akademik siswa. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi guru dan sekolah dalam merancang pembelajaran yang mendorong peningkatan motivasi belajar dan *self-efficacy*, sehingga siswa lebih mampu mengelola tugas akademik dan mengurangi kecenderungan melakukan penundaan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain explanatory research untuk menganalisis pengaruh motivasi belajar dan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik siswa. Penelitian dilaksanakan di SMK Ma'arif NU Driyorejo dengan subjek siswa kelas X dan XI Program Keahlian Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis (MPLB). Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas X dan XI MPLB. Sampel ditentukan menggunakan teknik proportional random sampling agar keterwakilan responden dari setiap kelas tetap proporsional. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% sebagai berikut.

$$n = N / (1 + N(e^2))$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

Copyright (c) 2026 SECONDARY: Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah

 <https://doi.org/10.51878/secondary.v6i4.14693>

N = jumlah populasi

e = tingkat kesalahan (0,05)

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh sebanyak 140 siswa sebagai sampel penelitian. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tertutup dengan skala Likert yang disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel, yaitu motivasi belajar, self-efficacy, dan prokrastinasi akademik. Instrumen terlebih dahulu melalui pengujian validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam pengumpulan data penelitian. Seluruh proses pengolahan dan analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 32. Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu analisis statistik deskriptif, uji asumsi klasik, regresi linear berganda, uji hipotesis, dan koefisien determinasi. Statistik deskriptif digunakan untuk menyajikan gambaran data masing-masing variabel melalui nilai mean, standar deviasi, frekuensi, persentase, nilai minimum, dan nilai maksimum.

Sebelum analisis regresi dilakukan, model terlebih dahulu diuji melalui uji asumsi klasik yang meliputi normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas. Uji normalitas dilakukan menggunakan Normal P-P Plot dan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Data residual dinyatakan memenuhi asumsi normalitas apabila titik-titik pada grafik mengikuti garis diagonal dan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Uji multikolinearitas dilakukan dengan melihat nilai Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF), dengan kriteria Tolerance > 0,10 dan VIF < 10. Uji heteroskedastisitas dilakukan menggunakan Uji Glejser dengan kriteria nilai signifikansi masing-masing variabel independen > 0,05. Pengujian pengaruh motivasi belajar (X_1) dan self-efficacy (X_2) terhadap prokrastinasi akademik (Y) dilakukan menggunakan analisis regresi linear berganda dengan persamaan:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + e$$

Keterangan:

Y = prokrastinasi akademik

α = konstanta

β_1, β_2 = koefisien regresi

X_1 = motivasi belajar

X_2 = self-efficacy

e = error

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji t dan uji F pada tingkat signifikansi 5%. Uji t digunakan untuk menguji pengaruh motivasi belajar dan self-efficacy terhadap prokrastinasi akademik secara parsial. Hipotesis dinyatakan didukung apabila nilai signifikansi < 0,05 atau nilai absolut t hitung > t tabel. Uji F digunakan untuk menguji pengaruh kedua variabel independen secara simultan terhadap prokrastinasi akademik. Model dinyatakan signifikan apabila nilai signifikansi < 0,05 atau F hitung > F tabel.

Koefisien determinasi menggunakan nilai Adjusted R Square untuk mengetahui proporsi variasi prokrastinasi akademik yang dapat dijelaskan oleh motivasi belajar dan self-efficacy dalam model regresi. Nilai tersebut digunakan sebagai dasar untuk melihat kemampuan model dalam menjelaskan perubahan pada variabel dependen. Analisis dalam penelitian ini mengacu pada prosedur analisis regresi linear berganda sebagaimana digunakan dalam penelitian kuantitatif (Ghozali, 2021; Sugiyono, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Statistik Deskriptif

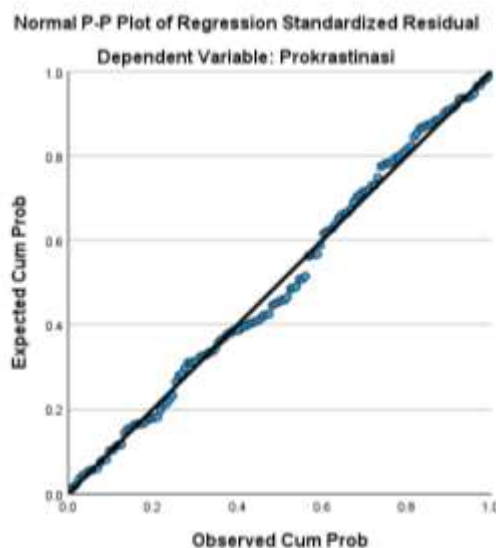
Tabel 1. Descriptive Statistics

Variabel	N	Descriptive Statistics			
		Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Motivasi Belajar	140	38	93	71,78	10.751
<i>Self Efficacy</i>	140	29	62	47,26	7.280
Prokrastinasi Akademik	140	25	73	47,26	11.236
Valid N	140				

Berdasarkan Tabel 1, variabel Motivasi Belajar memiliki nilai minimum sebesar 38 dan nilai maksimum sebesar 93, dengan nilai rata-rata (*mean*) sebesar 71,78 serta standar deviasi sebesar 10,751. Variabel *Self-Efficacy* memiliki nilai minimum sebesar 29 dan nilai maksimum sebesar 62, dengan *mean* sebesar 47,26 dan standar deviasi sebesar 7,280. Sementara itu, variabel Prokrastinasi Akademik memiliki nilai minimum sebesar 25 dan nilai maksimum sebesar 73, dengan *mean* sebesar 47,26 serta standar deviasi sebesar 11,236. Nilai standar deviasi pada seluruh variabel lebih kecil daripada nilai rata-ratanya, sehingga menunjukkan bahwa penyebaran data relatif homogen dan mampu merepresentasikan kondisi responden dengan baik.

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas



Gambar 1. Hasil Uji Probability Plot

Berdasarkan Gambar 1, titik-titik residual menyebar di sekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonal dari kiri bawah menuju kanan atas. Pola tersebut menunjukkan bahwa residual model regresi berdistribusi normal sehingga asumsi normalitas telah terpenuhi dan model regresi layak digunakan untuk analisis lebih lanjut.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Parameter / Keterangan	Detail Parameter	Unstandardized Residual
N		140
Normal Parameters ^a ^b	Mean	.0000000
	Std. Deviation	9.74418034
Most Extreme Differences	Absolute	.056
	Positive	.056
	Negative	-.041
Test Statistic		.056
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.	.338
	99% Confidence Interval - Lower Bound	.326
	99% Confidence Interval - Upper Bound	.350

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai *Test Statistic* sebesar 0,056 dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200 dan *Monte Carlo Sig. (2-tailed)* sebesar 0,338. Kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga residual model regresi dinyatakan berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas telah terpenuhi.

Uji Multikolinearitas

Tabel 3. Hasil Uji Multikolinearitas

Model	Variabel	Unstandardized Coefficients (B)	Unstandardized Coefficients (Std. Error)	Standardized Coefficients (Beta)	t	Sig.	Collinearity Statistics (Tolerance)	Collinearity Statistics (VIF)
1	(Constant)	91.570	6.576		13.924	<.001		
	Motivasi Belajar	-.302	.085	-.289	-3.558	<.001	.830	1.205
	Self Efficacy	-.468	.126					

Berdasarkan Tabel 3, variabel Motivasi Belajar dan *Self-Efficacy* masing-masing memiliki nilai *Tolerance* sebesar 0,830 (>0,10) dan nilai *Variance Inflation Factor (VIF)* sebesar 1,205 (<10,00). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinearitas antarvariabel independen sehingga model regresi memenuhi asumsi multikolinearitas.

Uji Heteroskedastisitas

Tabel 4. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Mo del	Variab el	Unstandar dized Coefficient s (B)	Unstandar dized Coefficient s (Std. Error)	Standard ized Coefficie nts (Beta)	t	Si g.	Collinea rity Statistic s (Tolera nce)	Collinea rity Statistic s (VIF)
1	(Const ant)	9.609	3.756		2.5 58	.01 2		
	Motiva si Belajar	-.058	.049	-.111	- 1.1 92	.23 5	.830	1.205
	Self Efficac y	.053	.072	.069	.73 6	.46 3	.830	1.205

Berdasarkan Tabel 4, hasil uji Glejser menunjukkan bahwa variabel Motivasi Belajar memiliki nilai signifikansi sebesar 0,235, sedangkan variabel *Self-Efficacy* sebesar 0,463. Seluruh nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa model regresi tidak mengalami gejala heteroskedastisitas. Dengan demikian, model regresi memenuhi asumsi homoskedastisitas.

Analisis Regresi Linier Berganda

Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Linier Berganda

Mode l	Variabel	Unstandardize d Coefficients (B)	Unstandardize d Coefficients (Std. Error)	Standardize d Coefficients (Beta)	t	Sig.
1	(Constant)	91.570	6.576		13.92 4	<.00 1
	MotivasiBelaj ar	-.302	.085	-.289	- 3.558	<.00 1
	SelfEfficacy	-.468	.126	-.303	- 3.725	<.00 1

Berdasarkan Tabel 5, diperoleh persamaan regresi linier berganda sebagai berikut.

$$Y = 91,570 - 0,302X_1 - 0,468X_2 + e$$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa konstanta sebesar 91,570 mengindikasikan nilai Prokrastinasi Akademik ketika Motivasi Belajar dan *Self-Efficacy* bernilai konstan. Koefisien regresi Motivasi Belajar sebesar -0,302 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan Motivasi Belajar akan menurunkan Prokrastinasi Akademik sebesar 0,302 satuan dengan asumsi variabel lain tetap. Sementara itu, koefisien regresi *Self-Efficacy* sebesar -0,468 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan *Self-Efficacy* akan menurunkan Prokrastinasi Akademik sebesar 0,468 satuan. Kedua koefisien yang bernilai negatif mengindikasikan bahwa semakin tinggi Motivasi Belajar dan *Self-Efficacy*, maka semakin rendah tingkat Prokrastinasi Akademik siswa.

Copyright (c) 2026 SECONDARY: Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah

 <https://doi.org/10.51878/secondary.v6i4.14693>

Uji Hipotesis

Uji Hipotesis Secara Parsial (*Uji t*)

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis Secara Parsial (*Uji t*)

Model	Variabel	Unstandardized Coefficients (B)	Unstandardized Coefficients (Std. Error)	Standardized Coefficients (Beta)	t	Sig.
1	(Constant)	91.570	6.576		13.924	<.001
	Motivasi Belajar	-.302	.085	-.289	-3.558	<.001
	Self Efficacy	-.468	.126	-.303	-3.725	<.001

Berdasarkan Tabel 6, variabel Motivasi Belajar memiliki koefisien regresi sebesar $-0,302$ dengan nilai t hitung sebesar $-3,558$ dan nilai signifikansi $<0,001$. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari $0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa Motivasi Belajar berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik. Artinya, semakin tinggi Motivasi Belajar siswa, semakin rendah tingkat Prokrastinasi Akademik. Pada Tabel 6 juga terlihat bahwa variabel *Self-Efficacy* memiliki koefisien regresi sebesar $-0,468$ dengan nilai t hitung sebesar $-3,725$ dan nilai signifikansi $<0,001$. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari $0,05$, H_0 ditolak dan H_2 diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *Self-Efficacy* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik. Dengan demikian, peningkatan *Self-Efficacy* akan diikuti oleh penurunan tingkat Prokrastinasi Akademik.

Uji Hipotesis Secara Simultan (*Uji F*)

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis Secara Simultan (*Uji F*)

Model	Source	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4349.303	2	2174.652	22.574	<.001 ^b
	Residual	13197.918	137	96.335		
	Total	17547.221	139			

Berdasarkan Tabel 7, diperoleh nilai F hitung sebesar $22,574$ dengan nilai signifikansi $<0,001$. Nilai tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi $0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_3 diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa Motivasi Belajar dan *Self-Efficacy* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Prokrastinasi Akademik.

Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Tabel 8. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.498 ^a	.248	.237	9.815

Berdasarkan Tabel 8, diperoleh nilai R sebesar $0,498$ yang menunjukkan hubungan sedang antara Motivasi Belajar dan *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik. Nilai R^2 sebesar $0,248$ menunjukkan bahwa sebesar $24,8\%$ variasi Prokrastinasi Akademik dapat

dijelaskan oleh Motivasi Belajar dan *Self-Efficacy*, sedangkan sisanya sebesar 75,2% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian.

Pembahasan

Pengaruh Motivasi Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik

Hasil uji t menunjukkan motivasi belajar berpengaruh negatif dan signifikan secara parsial terhadap prokrastinasi akademik siswa MPLB di SMK Ma'arif NU Driyorejo ($B = -0,302$, $t = -3,558$, $p < 0,001$). Hubungan yang berbanding terbalik ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi motivasi belajar siswa, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya. Nilai tertinggi berada pada indikator "Dorongan untuk Memulai Kegiatan Belajar" dan "Keaktifan Mengikuti Proses Pembelajaran" (rata-rata 3,89 pada item nomor 4 dan 5), yang mencerminkan inisiatif serta kesiapan mandiri siswa yang sangat baik sebelum pembelajaran dimulai. Temuan ini memperkuat Social Cognitive Theory dari Albert Bandura, di mana motivasi mengarahkan dan mempertahankan tindakan siswa untuk menyelesaikan tugas tanpa menunda.

Sebaliknya, kurangnya motivasi memicu kemalasan yang mendorong perilaku menunda tugas (Nitami et al., 2015) serta membuat siswa mudah terdistraksi (Schunk & Maria K. DiBenedetto, 2020). Hasil ini sejalan dengan penelitian (Tamara & Dewanto, 2024), (Kholifah et al., 2022), serta (Alfian & Roesminingsih, 2024) yang menegaskan bahwa penguatan motivasi belajar efektif memangkas kebiasaan buruk prokrastinasi akademik pada siswa.

Pengaruh *Self Efficacy* terhadap Prokrastinasi Akademik

Hasil uji t menunjukkan *self-efficacy* (X2) berpengaruh negatif dan signifikan secara parsial terhadap prokrastinasi akademik siswa MPLB di SMK Ma'arif NU Driyorejo ($B = -0,468$, $t = -3,725$, $p < 0,001$). Koefisien negatif ini menjelaskan bahwa semakin kuat keyakinan diri siswa terhadap kemampuan akademisnya, semakin rendah tingkat perilaku menunda tugas sekolah. Indikator tertinggi dicapai pada aspek "*Generality*" dengan rata-rata *mean* 3,92 (item nomor 13), yang mencerminkan tingginya keyakinan siswa dalam beradaptasi serta menyelesaikan berbagai variasi tugas, baik mandiri maupun kelompok.

Temuan ini memvalidasi teori *self-efficacy* dari (Bandura, 1997) bahwa efikasi diri membantu individu mengatur dan menyelesaikan tugas dengan baik. Menurut (Schunk & Maria K. DiBenedetto, 2020), siswa dengan efikasi diri optimal akan memandang tugas-tugas rumit perkantoran sebagai tantangan, bukan ancaman. Sebaliknya, siswa ber-efikasi diri rendah cenderung menggunakan prokrastinasi sebagai mekanisme pertahanan diri untuk menghindari cemas dan takut gagal (Ainiyah & Nugrahani, 2025). Temuan ini juga didukung secara empiris oleh riset (Tamara & Dewanto, 2024), (Kholifah et al., 2022) serta (Alfian & Roesminingsih, 2024) yang menyimpulkan bahwa penguatan *self-efficacy* berkorelasi langsung dengan penurunan penundaan tugas.

Pengaruh Motivasi Belajar dan *Self Efficacy* terhadap Prokrastinasi Akademik

Hasil Uji F membuktikan bahwa motivasi belajar (X1) dan *self-efficacy* (X2) secara simultan berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik siswa MPLB di SMK Ma'arif NU Driyorejo. Nilai *Adjusted R-Square* sebesar 0,248 (24,8%) menunjukkan bahwa variasi prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh kedua variabel tersebut secara bersama-sama, sedangkan 75,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor luar seperti manajemen waktu, dukungan orang tua, dan kecanduan media sosial. Temuan ini sesuai dengan model *Triadic Reciprocal Determinism* dalam *Social Cognitive Theory* (Bandura, 1986) yang menyatakan bahwa perilaku terbentuk akibat hubungan timbal balik antara faktor individu dan lingkungan.

Secara konseptual, motivasi belajar berfungsi sebagai penyuplai energi, sementara *self-efficacy* menjadi kemudi kognitif yang meyakinkan siswa untuk menuntaskan tugas (Kholifah et al., 2022). Kombinasi keduanya membentuk *self-regulated learning* yang mencegah prokrastinasi. Sebaliknya, hilangnya motivasi dan rendahnya keyakinan diri membuat tugas terasa berat sehingga siswa memilih menundanya (Usman & Yuniarti, 2020), yang juga berakar dari kegagalan mengelola waktu akibat lemahnya kedua aspek tersebut (Akhsin & Rahmawati, 2023). Hasil simultan ini didukung oleh riset terdahulu (Aminah et al., 2026), (Tamara & Dewanto, 2024), (Kholifah et al., 2022), (Alfian & Roesminingsih, 2024) dan menegaskan pentingnya program bimbingan integratif di sekolah untuk meningkatkan semangat sekaligus rasa kompeten siswa secara bersamaan. Sehingga untuk mengatasi masalah penundaan tugas siswa MPLB di SMK Ma'arif NU Driyorejo, program bimbingan dari guru harus dirancang secara integratif, yaitu meningkatkan semangat belajar siswa sekaligus membangun rasa kompeten mereka dalam menuntaskan tugas secara mandiri dan tepat waktu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh motivasi belajar dan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik siswa Program Keahlian Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis di SMK Ma'arif NU Driyorejo, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar dan *self-efficacy* secara parsial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi motivasi belajar siswa, semakin rendah kecenderungan siswa menunda penyelesaian tugas akademik. Demikian pula, semakin tinggi *self-efficacy* siswa, semakin rendah kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa motivasi belajar dan *self-efficacy* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik, sehingga kedua variabel tersebut secara bersama-sama berperan dalam menekan kecenderungan siswa melakukan penundaan terhadap tugas akademik.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan motivasi belajar dan *self-efficacy* perlu menjadi perhatian dalam upaya mengurangi prokrastinasi akademik siswa. Guru dapat mendukung hal tersebut melalui pembelajaran yang mendorong keterlibatan siswa, pemberian umpan balik yang konstruktif, penguatan positif, serta pendampingan dalam penyelesaian tugas agar siswa lebih yakin terhadap kemampuannya dan terdorong menyelesaikan tugas secara tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainiyah, H. R., & Nugrahani, R. F. (2025). Peran *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa: Pendekatan regresi linear sederhana. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(5), 1245–1252. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i5.8537>
- Anwar, M. S., & Dwiyantri, R. (2021). The effect of *self-regulated learning* (SRL) on academic procrastination in class XI students of Senior High School 2 Purbalingga, Indonesia. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 156–164. <https://doi.org/10.32923/psc.v3i2.1855>
- Ardini, D. (2017). Hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(4), 510–520. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i4.4469>
- Azizah, N. A. N., Purwandari, R., & Nur, K. R. M. (2024). The relationship between *self-efficacy* and academic procrastination in the undergraduate nursing student program at the University of Jember. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 15(01),

- 1–15. <https://doi.org/10.26740/jptt.v15n01p1-15>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
https://openlibrary.org/works/OL3356973W/Social_Foundations_of_Thought_and_Action
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
<https://openlibrary.org/works/OL4489283W/Self-efficacy>
- Cerino, E. S. (2014). Relationships between academic motivation, self-efficacy, and academic procrastination. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 19(4), 156–163.
<https://doi.org/10.24839/2164-8204.JN19.4.156>
- Fathoni, A. R., & Indrawati, E. (2021). Pengaruh self-regulated learning dan motivasi berprestasi terhadap prokrastinasi akademik siswa. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 2(10), 1631–1640. <https://jiss.publikasiindonesia.id/index.php/jiss/article/view/646>
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariete dengan program IBM SPSS 23* (Edisi 8). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Marsela, & Irianto, A. (2024). Pengaruh motivasi belajar, manajemen waktu, dan self-efficacy terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8, 9251–9259.
<https://doi.org/10.31004/jptam.v8i1.13797>
- Munawwaroh, N., Indreswari, H., & Hotifah, Y. (2023). Analisis hubungan manajemen waktu dan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik siswa SMA. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori dan Praktik Kependidikan*, 7(2), 108–118.
<https://doi.org/10.17977/um027v7i22022p108-118>
- Nadilla Aggahra, & Zul Afdal. (2025). The influence of time management skills and learning motivation on student academic procrastination. *Andragogi: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(2), 32–43. <https://doi.org/10.31538/adrg.v5i2.2322>
- Qanitha, A. D., & Alrefi. (2025). Hubungan self efficacy dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMA Negeri 4 Kota Pagar Alam. *EduTech: Jurnal Teknologi Pendidikan*, 24(3), 1511–1520. <https://doi.org/10.17509/e.v24i3.87594>
- Sarijanah, H., Islamy, F. J., & Meilani, R. I. (2025). Regulasi diri dan prokrastinasi akademik: Studi kuantitatif di kalangan siswa SMK. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran (JP Manper)*, 10(2), 187–200.
<https://ejournal.upi.edu/index.php/jpmanper/article/view/74583>
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology*, 60, Article 101832.
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>
- Sholehah, S., Sangka, K. B., & Hamidi, N. (2019). Pengaruh self-regulated learning dan motivasi berprestasi terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret. *Jurnal "Tata Arta" UNS*, 5(1), 32–44.
<https://jurnal.uns.ac.id/tata/article/view/39826>
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (D. I. Sutopo, Ed.; Cet. ke-2). Alfabeta.
- Usman, O., & Yuniarti, A. D. (2020). Influence of self-efficacy, academic motivation and school environment on academic procrastination. *SSRN Electronic Journal*.
https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3636751
- Venanda, Y. A. (2022). Hubungan efikasi diri (self efficacy) dengan prokrastinasi akademik



SECONDARY: Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah

Vol. 6, No. 4, Agustus-Oktober 2026

e-ISSN : 2774-5791 | p-ISSN : 2774-8022

Online Journal System : <https://jurnalp4i.com/index.php/secondary>



dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(4), 40–55. <https://doi.org/10.26905/jpt.v17i1.8090>

Widhita, Z. D. Y., Indriayu, M., & Wardani, D. K. (2023). Pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar mahasiswa Pendidikan Ekonomi di masa pandemi. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 11(3), 288–296. <https://doi.org/10.26740/jupe.v11n3.p288-296>

