

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI AKADEMIK DAN *ACADEMIC*  
*HELP-SEEKING BEHAVIOR* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS  
ISLAM INDONESIA



Oleh:

Nuzulatur Rohmah Syafitri

Mira Aliza Rachmawati

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
YOGYAKARTA

2018

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI AKADEMIK DAN *ACADEMIC*  
*HELP-SEEKING BEHAVIOR* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS

ISLAM INDONESIA



Dosen Pembimbing Utama

Mira Aliza Rachmawati, S. Psi., M. Psi., Psikolog

**CORRELATION BETWEEN ACADEMIC SELF-EFFICACY  
AND ACADEMIC HELP-SEEKING BEHAVIOR ON STUDENTS  
AT UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

Nuzulatur Rohmah Syafitri  
Mira Aliza Rachmawati

**ABSTRACT**

This study aimed to reveal the correlation between academic self-efficacy and academic help-seeking behavior on the students of Psychology, Faculty of Psychology and Socio-Cultural Sciences at Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. The hypothesis of this study was there is a positive correlation between academic self-efficacy and academic help-seeking behavior. The respondents in this study were 61 students of Psychology, Faculty of Psychology and Socio-Cultural Sciences at Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. The assessment tools adopted were Academic Self-Efficacy Scale developed by Butler in 2011 and Academic Help-Seeking Behavior Scale developed by Pajares, Cheong, and Oberman in 2004. The data analysis was done using Pearson's analysis technique, assisted by statistical program named SPSS 20 for Windows. The results showed that the correlation coefficient was  $r = 0.264$  with  $p$  value = 0.020 ( $p < 0.05$ ). This indicates that the higher the academic self-efficacy, the higher the academic help-seeking behavior. Similarly, the lower the academic self-efficacy, the lower the academic help-seeking behavior. Therefore, it can be concluded that there is correlation between academic self-efficacy and academic help-seeking behavior on the students. In other words, the hypothesis is accepted.

Keywords: Academic Help-Seeking, Academic Self-Efficacy, Students

**TRANSLATOR STATEMENT**

The information appearing herein has been translated  
by a Center for International Language and Cultural Studies of  
Islamic University of Indonesia  
CILACS UII Jl. DEMANGAN BARU NO 24  
YOGYAKARTA, INDONESIA.  
Phone/Fax: 0274 540 255

August 7, 2018



## I. Pengantar

Universitas merupakan salah satu sarana pendidikan yang penting dalam mendidik, membina serta mengembangkan potensi-potensi individu sebagai responden pembangunan yang akan menunjang kemajuan di masa depan (Papilaya dan Hulisen, 2016). Salah satu komponen yang turut berinteraksi dalam menunjang sistem pendidikan dalam universitas adalah mahasiswa. Mahasiswa menurut Siswoyo (2007), merupakan individu yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Dalam penelitian Abidin (2005), salah satu kunci keberhasilan pendidikan di perguruan tinggi adalah keterlibatan penuh mahasiswa dalam proses pembelajaran. Keterlibatan tersebut mencakup keterlibatan seluruh potensi mahasiswa mulai dari telinga, mata, sampai dengan aktivitasnya. Hal tersebut berbeda dengan jenjang SD, SMP atau pun SMA yang metode pembelajarannya di kelas lebih bersifat satu arah, dimana individu cenderung menjadi penerima (Harsono, 2008). Selama proses perkuliahan di kelas, mahasiswa diharapkan mampu ikut berperan aktif untuk berdiskusi dengan memberikan komentar atau pun dengan mengajukan pertanyaan dan meminta bantuan ketika merasa tidak paham dengan materi yang disampaikan atau yang disebut dengan *academic help-seeking behavior*.

Ames dan Lau (Nalin, Paul, Denise, Sarah, Schwandy, Cindy, Renee, Anne, , dan Jan, 2013), menjelaskan bahwa *academic help-seeking behavior* merupakan sebuah perilaku yang melibatkan pencarian dan strategi pekerjaan untuk memperoleh kesuksesan dalam belajar. Perilaku ini membantu mahasiswa

menghadapi konsep-konsep yang kompleks, dimana mahasiswa mungkin tidak sepenuhnya mampu memahaminya sendiri. Ketika mahasiswa tidak memiliki informasi yang cukup untuk memecahkan masalah secara mandiri, mencari bantuan merupakan strategi yang digunakan mahasiswa untuk menyelesaikan kesulitan yang dialami saat belajar.

Namun tidak semua mahasiswa dapat secara langsung menunjukkan perilaku *academic help-seeking* ketika mahasiswa merasa ada kesulitan atau tidak memahami materi yang didapatkannya saat belajar. Hal tersebut sering penulis temui ketika dalam proses perkuliahan, dimana mahasiswa yang mengalami ketidakpahaman tentang materi yang disampaikan dan pengajar menanyakan apakah ada yang ingin bertanya, situasi pun berubah menjadi hening seketika. Sehubungan dengan hal tersebut, pada kesempatan yang sama yaitu di salah satu ruang kelas program studi psikologi berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 10 orang mahasiswa Universitas Islam Indonesia pada 24 Maret 2016 diperoleh hasil bahwa ketika mahasiswa tidak memahami materi yang disampaikan di kelas, mereka cenderung mengabaikannya dan ketika ditanya mengapa demikian sebagian besar mahasiswa tersebut berpikir bahwa bertanya atau meminta bantuan ketika di dalam kelas atas ketidakpahaman yang dihadapinya adalah suatu hal yang tidak begitu penting, dengan kata lain mahasiswa tidak mau memberdayakan keterampilan atau strategi kognitif dalam mewujudkan tujuannya dalam belajar. Fenomena tersebut disebut oleh Oka (2010) sebagai perilaku berpikir tidak kritis.

Pada strategi pembelajaran yang aktif berpikir kritis menjadi suatu unsur yang penting, pada penelitian yang dilakukan oleh Harsono (2008) diungkapkan bahwa kemampuan berpikir kritis dapat membantu mahasiswa merespon berbagai persoalan diri dan masyarakat sesuai dengan kompetensi dan bidang keilmuan yang digelutinya dengan cara mengidentifikasi masalah, untuk kemudian dapat memberi jalan keluarnya. Kebiasaan aktif tersebut dapat dimulai dari berdiskusi dalam kelas perkuliahan, aktif mendengarkan dan menanyakan apa yang mungkin belum dipahami untuk mendapat bantuan dalam penyelesaian tugas akademik yang didapatkan atau yang disebut juga *academic help seeking behavior*. Pada penelitian Zimmerman dan Martinez (1990), dijelaskan bahwa individu dengan *academic help-seeking behavior* yang baik akan memungkinkan individu untuk terus belajar dan dapat meningkatkan prestasi akademiknya. Sedangkan bagi individu yang memiliki tingkat *academic help-seeking behavior* yang rendah, hal tersebut akan membuat individu melakukan hal yang tidak sesuai dengan norma yang berlaku dimana hal tersebut nantinya juga akan menyebabkan kerugian bagi individu tersebut selama proses belajar (Hidemasa, 2003).

Pajares, Cheong, dan Oberman (2004), menjelaskan bahwa *academic help-seeking* merupakan perilaku meminta bantuan yang muncul ketika individu termotivasi untuk mendapatkan pencapaian tertentu dalam proses belajarnya. *Academic help-seeking behavior* sendiri merupakan bentuk dari *self-regulated learning*, dimana individu sebelumnya telah menentukan tujuan, merencanakan kegiatannya, melakukan monitor dan kontrol terhadap aspek kognitif, motivasi serta tingkahlakunya dalam mencapai tujuan tersebut (Pintrich, 2003). *Academic*

*help-seeking behavior* memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi, salah satunya yaitu persepsi dan kepercayaan individu, persepsi dan kepercayaan ini mencakup keyakinan yang dimiliki oleh individu akan kemampuannya untuk mengatur, dan bertindak untuk memecahkan suatu permasalahan dalam mencapai tujuan selama proses belajar (Sharma dan Nasa, 2016). Berkaitan dengan hal tersebut, peneliti merujuk pada penjelasan yang diberikan oleh Nani (2015), dimana efikasi diri merupakan konstruksi sentral dalam teori kognitif sosial yang dimiliki seseorang dan akan mempengaruhi pengambilan keputusan dan pengaturan tindakan. Kemudian menurut Bouffard, Bouchard, Goulet, Denoncourt dan Couture (2005), efikasi diri akademik merupakan keyakinan individu yang mencakup fungsi kognitif dan kinerja dalam pencapaian tujuan yang dimiliki dalam belajar.

Merujuk pada beberapa penjelasan dari para ahli di atas kemudian peneliti berasumsi bahwa individu yang sebelumnya memiliki tujuan dalam belajar dan memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam mencapai tujuannya tersebut maka individu akan mengambil tindakan tertentu ketika mengalami suatu permasalahan atau kesulitan dengan salah satu tindakannya adalah meminta bantuan atau disebut juga *academic help-seeking behavior*. Sehubungan dengan hal tersebut, pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Mark (2014) menunjukkan adanya hubungan positif antara *self-efficacy belief* dengan *academic help seeking behavior* pada siswa China. Kemudian pada penelitian Sharma dan Nasa (2016) yang berjudul *association among goal orientation, academic self-efficacy, ccademic help-seeking behaviour and achievement* didapati hasil bahwa

terdapat hubungan yang positif dimana individu yang memiliki orientasi tujuan yang baik dan memiliki keyakinan yang kuat akan kemampuan akademiknya maka individu tersebut akan memunculkan perilaku *academic help-seeking* dan hal tersebut dapat membantunya dalam meningkatkan prestasi selama belajar.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri akademik dan *academic help-seeking behavior* pada mahasiswa.

## **II. Metode Penelitian**

### **A. Responden Penelitian**

Responden yang diambil dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi Psikologi fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia baik yang berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan dengan rentang usia 19 tahun sampai 25 tahun.

### **B. Metode Pengumpulan Data**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket untuk mengungkapkan atribut psikologis variabel dalam penelitian ini. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *academic help-seeking behavior* dan efikasi diri akademik. Skala *academic help-seeking behavior* diadaptasi oleh peneliti berdasarkan skala yang digunakan pada penelitian *academic help-seeking behavior* yang sebelumnya telah dilakukan oleh Pajares, Cheong, & Oberman (2004) dengan jumlah 36 aitem *favorable* yang mencakup beberapa aspek yaitu *instrumental help-seeking*, *executive*



*help-seeking*, *avoidance help-seeking*, dan *perceived benefits of help-seeking*. Skala efikasi diri akademik diadaptasi dari *academic self-efficacy scale* yang dikembangkan oleh Butler (2011) yang terdiri dari 33 aitem yang kemudian disesuaikan dengan subjek pada penelitian ini menjadi 30 aitem yang merujuk pada aspek dan teori *self-efficacy* dari Bandura. Pada skala efikasi diri akademik nilai reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0.922, dan pada skala *academic help-seeking* *Alpha Cronbach* memiliki nilai sebesar 0.953.

### **C. Metode Analisis Data**

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menganalisis data melalui analisis korelasi *product moment pearson* untuk memperoleh koefisien korelasi antara variabel bebas dengan variabel tergantung menggunakan program *SPSS 21 for windows*.

## **III. Hasil Penelitian**

Pada penelitian ini, peneliti mengambil responden sebanyak 61 orang mahasiswa program studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. Sebelum dilakukan analisis terhadap data penelitian, peneliti melakukan analisis deskripsi terlebih dahulu terkait dengan responden penelitian dan data penelitian. Berikut merupakan hasil deskripsi pada subyek penelitian dan data penelitian:

**Tabel 1*****Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin***

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Prosentase</b>
Laki-laki	17	27.9%
Perempuan	44	72.1%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

**Tabel 2*****Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Usia***

<b>Usia</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Prosentase</b>
19	2	3.3%
20	10	16.4%
21	18	29.5%
22	22	36.1%
23	7	11.5%
24	1	1.6%
25	1	1.6%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

**Tabel 3*****Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Tahun Angkatan***

<b>Tahun Angkatan</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Prosentase</b>
2013	4	6.6%
2014	34	55.7%
2015	8	13.1%
2016	13	21.3%
2017	2	3.3%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

**Tabel 4*****Deskripsi Data Penelitian***

<b>Variabel</b>	<b>Hipotetik</b>				<b>Empirik</b>			
	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	<i>SD</i>	<i>Mean</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	<i>SD</i>	<i>Mean</i>
Efikasi Diri Akademik	27	108	13.5	67.5	58	100	9.114	76.84
<i>Academic Help-Seeking Behavior</i>	36	144	18	90	64	117	11.551	88.82

Keterangan:

Min= Skor total minimum

Max= Skor total maksimal

Berdasarkan deskripsi data penelitian di atas dapat dilihat bahwa variabel efikasi diri akademik dan *academic help-seeking* responden tergolong sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, atau sangat tinggi yaitu dengan membuat kategorisasi masing-masing pada variabel. Kategorisasi dibuat untuk mengetahui keadaan kelompok responden pada variabel yang diteliti dan digolongkan dalam lima kategori sebagai berikut :

**Tabel 5**  
**Rumus Kategorisasi**

Kategorisasi	Rumus Norma
Sangat Rendah	$\leq (\mu - 1.8 \sigma)$
Rendah	$(\mu - 1.8 \times \sigma) - (\mu - 0.6 \sigma)$
Sedang	$(\mu - 0.6 \times \sigma) - (\mu + 0.6 \times \sigma)$
Tinggi	$(\mu + 0.6 \times \sigma) - (\mu + 1.8 \times \sigma)$
Sangat Tinggi	$\geq (\mu + 1.8 \times \sigma)$

a. Efikasi Diri Akademik

Pada variabel Efikasi Diri Akademik dapat dilihat sebaran hipotetiknya untuk mengetahui keadaan kelompok responden penelitian pada tabel berikut ini:

**Tabel 6**  
**Kategorisasi Variabel Efikasi Diri Akademik**

Variabel	Rentang Nilai	Kategorisasi	Frekuensi	Prosentase
Efikasi Diri Akademik	$X < (\mu H - 43.2 \sigma H)$	Sangat Rendah	0	0%
	$(\mu H - 43.2 \sigma H) \leq X \leq (\mu H - 59.4 \sigma H)$	Rendah	2	3.3%
	$(\mu H - 59.4 \sigma H) < X \leq (\mu H + 75.6 \sigma H)$	Sedang	21	34.4%
	$(\mu H + 75.6 \sigma H) < X \leq (\mu H + 91.8 \sigma H)$	Tinggi	36	59%
	$X > (\mu H + 91.8 \sigma H)$	Sangat Tinggi	2	3.3%

Berdasarkan kategorisasi efikasi diri akademik pada tabel 6 tersebut, dapat dilihat bahwa terdapat sebanyak 59% responden pada penelitian ini berada pada kategori tinggi.

b. *Academic Help-Seeking*

Pada variabel *Academic Help-Seeking* dapat dilihat sebaran hipotetiknya untuk mengetahui keadaan kelompok responden penelitian pada tabel berikut ini:

**Tabel 7**  
**Kategorisasi Variabel *Academic Help-Seeking***

Variabel <i>Academic Help-Seeking Behavior</i>	Rentang Nilai	Kategorisasi	Frekuensi	Prosentase
	$X < (\mu H - 57.5\sigma H)$	Sangat Rendah	0	0%
	$(\mu H - 57.6\sigma H) \leq X \leq (\mu H - 79.2\sigma H)$	Rendah	14	22.95%
	$(\mu H - 79.2\sigma H) < X \leq (\mu + 100.8\sigma H)$	Sedang	37	60.65%
	$(\mu H + 100.8\sigma H) < X \leq (\mu + 122.4\sigma H)$	Tinggi	10	16.4%
	$X > (\mu H + 122.4\sigma H)$	Sangat Tinggi	0	0%

Berdasarkan kategorisasi efikasi diri akademik pada table 7 di atas, dapat dilihat bahwa terdapat sebanyak 60.65% responden pada penelitian ini berada pada kategori sedang.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui penyebaran data penelitian yang terdistribusi dalam sebuah populasi. Uji

normalitas dilakukan dengan menggunakan *kolmogorof-smirnov test*. Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan dengan menggunakan *komogorof-smirnov test* didapati hasil bahwa pada variabel efikasi diri akademik nilai signifikansinya sebesar 0.260 ( $p>0.05$ ), sedangkan pada variabel *academic help-seeking behavior* nilai signifikansinya sebesar 0.446 ( $p>0.05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa data yang diperoleh dari kedua variabel adalah data yang normal, atau dalam kata lain kedua variabel dalam penelitian ini memiliki sebaran data yang normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui linearitas garis regresi antar kedua variabel, dengan kata lain pada uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah antara kedua variabel terdapat hubungan yang linier atau tidak. Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa angka signifikansi *linearity* sebesar 0.045 ( $p<0.05$ ) dengan F hitung 4.355, dan angka signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0.536 ( $p>0.05$ ) dengan F hitung sebesar 0.964. Berdasarkan hasil tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa kedua variabel pada penelitian ini memiliki hubungan yang linier.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui status hipotesis yang diajukan apakah dapat diterima ataukah tidak. Berdasarkan uji asumsi yang mencakup uji normalitas dan uji linearitas yang telah dilakukan mendapatkan hasil bahwa sebaran data kedua variabel adalah

normal dan memiliki hubungan yang linier, maka uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Pearson*. Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan pada penelitian ini, diperoleh hasil angka signifikansi sebesar 0.020 ( $p < 0.05$ ) dengan koefisien korelasi sebesar 0.264 ( $r = 0.264$ ). Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu ada hubungan positif antara efikasi diri akademik dan *academic help-seeking behavior* **diterima**. Hal tersebut membuktikan bahwa semakin tinggi efikasi diri akademik yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin tinggi juga tingkat *academic help-seeking behavior* yang dimiliki mahasiswa tersebut. Begitu juga sebaliknya.

#### IV. Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri akademik dan *academic help-seeking behavior* pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. Sehubungan dengan hal tersebut berdasarkan proses analisis data penelitian yang sudah dilakukan didapatkan hasil bahwa data dalam penelitian ini memiliki sebaran data yang normal dan terdapat hubungan yang *linear* antara efikasi diri akademik dan *academic help-seeking behavior*, berdasarkan analisis tersebut kemudian melakukan uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *pearson*. Pada uji hipotesis menunjukkan hasil bahwa nilai signifikansi korelasi dari kedua variabel yaitu Efikasi Diri Akademik

dan academic help-seeking behavior adalah sebesar 0.020 ( $p < 0.05$ ) dengan koefisien determinasi  $r^2 = 0.264$ . Hal tersebut berarti bahwa terdapat korelasi positif antara efikasi diri akademik dan *academic help-seeking behavior*. Adanya korelasi antara efikasi diri akademik dan *academic help-seeking behavior* berdasarkan analisis data tersebut membuktikan bahwa hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan penelitian dimana pada hipotesis tersebut peneliti menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri akademik dan *academic hel-seeking behavior* pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. Hal tersebut berarti semakin tinggi tingkat efikasi diri akademik yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin tinggi pula tingkat kemunculan perilaku *academic help-seeking*.

Pada penelitian Greenhum, Graham dan Scales (Butler, 2011) menemukan bahwa individu dengan efikasi diri akademik memiliki karakteristik berikut; individu dengan efikasi diri akademik mampu memberikan bimbingan dorongan dan dukungan kepada orang lain, individu dengan efikasi diri akademik mereka bisa menerima dan memahami apa saja yang menjadi kelemahannya dan bagaimana cara mengatasinya agar tidak mengganggu proses belajar, individu dengan efikasi diri akademik memiliki tingkat ketekunan yang tinggi dalam belajar, keyakinan yang dimiliki akan kemampuan individu dengan efikasi diri akademik sangat tinggi dan mereka meyakini bahwa mereka mampu mengatasi hambatan apapun yang dihadapinya dalam mencapai tujuan tertentu dalam keperluan belajar mereka.

Beberapa karakteristik yang dimiliki oleh individu dengan efikasi diri akademik tersebut juga menunjukkan bahwa individu yang memiliki efikasi diri akademik yang baik mereka mampu menyadari kelemahan apa saja yang dimiliki dan mereka yakin akan kemampuannya dalam melakukan banyak hal, termasuk menyelesaikan semua kesulitan yang dirasakan demi terwujudnya tujuan individu tersebut selama proses belajar. Pada saat mengalami kesulitan selama belajar, individu yang memiliki efikasi diri akademik akan berusaha menyelesaikannya salah satunya dengan meminta bantuan atau disebut juga *academic help-seeking*. Hal tersebut sejalan dengan penelitian dari Sharma dan Nasa (2016), yang menyatakan bahwa *academic help-seeking behavior* salah satu faktor yang mempengaruhinya adalah adanya persepsi dan kepercayaan individu, persepsi dan kepercayaan ini mencakup keyakinan yang dimiliki oleh individu akan kemampuannya untuk mengatur, dan bertindak untuk memecahkan suatu permasalahan dalam mencapai tujuan selama proses belajar. Sehubungan dengan hal tersebut Nani (2015), menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan konstruksi sentral dalam teori kognitif sosial yang dimiliki seseorang akan kemampuan dirinya yang kemudian akan mempengaruhi pengambilan keputusan dan pengaturan tindakan dalam pencapaian tujuan.

Sedangkan Nelson-Le Gall (Howley, 2015) menjelaskan bahwa ketika individu yang memiliki kemampuan kognitif yang baik dalam memantau strategi yang dapat mendukung kemajuannya maka individu tersebut akan mampu menyadari ketika mereka mengalami masalah dan membutuhkan bantuan dalam proses belajar, dengan kata lain individu tersebut akan memunculkan perilaku



*academic help-seeking* untuk menyelesaikan kesulitan yang tengah dihadapinya. Berdasarkan beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa dengan adanya kemampuan efikasi diri akademik yang baik akan membantu individu dalam memahami kelemahan yang dimiliki dan menentukan tindakan dan berusaha penyelesaian permasalahan atau kesulitan yang sedang dihadapinya selama belajar sesuai kemampuan yang dimiliki salah satunya adalah dengan munculnya perilaku *academic help-seeking* dengan harapan tercapainya suatu tujuan tertentu selama proses belajarnya. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan dari Mark (2014), yang menyatakan bahwa individu dengan efikasi diri akademik yang tinggi cenderung akan berusaha keras, bertahan dan mencari bantuan dengan cara yang adaptif.

Pada penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan seperti kurangnya waktu persiapan selama proses pelaksanaan penelitian. Penelitian ini juga kebetulan dilaksanakan pada bulan Ramadhan dimana waktu belajar mengajar dalam kelas dipadatkan sehingga peneliti terpaksa menggunakan *Google Form* untuk pengumpulan data, hal tersebut membuat jumlah responden pada penelitian ini tergolong sedikit. Pada penelitian ini juga masih kurang data-data pendukung permasalahan sehingga dasar penelitian dirasa kurang kuat, dan masih banyak lagi.

## **V. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dijabarkan sebelumnya, dengan angka signifikansi sebesar 0.020 ( $p < 0.05$ ) koefisien korelasi

sebesar 0.264 ( $r = 0.264$ ) yang didapat dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Efikasi Diri Akademik* dan *academic help-seeking behavior* pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. Hal tersebut memiliki arti bahwa semakin tinggi tingkat *Efikasi Diri Akademik* yang dimiliki oleh mahasiswa, maka akan semakin tinggi pula tingkat *academic help-seeking behavior*-nya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *Efikasi Diri Akademik* yang dimiliki oleh mahasiswa, maka *academic help-seeking behavior* pada mahasiswa akan semakin rendah.

## VI. Saran

### 1. **Bagi Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.**

Pada penelitian ini *Efikasi Diri Akademik* mahasiswa menunjukkan nilai yang tinggi, namun mayoritas *academic help-seeking behavior* menunjukkan nilai yang tergolong sedang. Sehingga diajarkan untuk mahasiswa agar bisa lebih *aware* ketika mengalami kesulitan selama proses belajar dan mencari tahu cara penyelesaiannya sehingga dapat membantu pencapaian tujuan yang dikehendaki pada akhir proses belajar nantinya.

## 2. **Bagi Peneliti Selanjutnya**

- a. Perhitungkan waktu dan lakukan persiapan jauh-jauh hari sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik dan mengurangi kemungkinan kegagalan selama proses pengambilan data.
- b. Mengkaji referensi yang digunakan secara mendalam sangat perlu dilakukan dalam mendukung pemilihan alat ukur yang digunakan untuk penelitian.
- c. Hendaknya mencari lebih banyak informasi atau data pendukung sebagai penguat dasar dilakukannya penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bouffard, T., Bouchard, M., Goulet, G., Denoncourt, I., & Couture, N. (2005). Influence of Achievement Goals and Self Efficacy on Students' Self-regulation and Performance. *International Journal of Psychology*, 40, 373-384. DOI: 10.1080/02188791.2000.10600183.
- Butler, L. (2011). Secondary transition experiences: Analyzing perceptions, Efikasi Diri Akademik, academic adjustment and GPA for college students with learning disabilities pursuing post-secondary education. *Disertasi*. (Tidak diterbitkan).
- Hidemasa, N. (2003). Pengaruh Tujuan Niat Siswa dan Pengakuan Kompetensi Pada Permintaan Bantuan Akademik: Validasi Proses dengan Sikap Penindasan. *Studi Psikologi Pendidikan*. Vol. 51, 141 – 153,
- Howley, I. (2015). Leveraging Educational Technology to Overcome Social Obstacles to Help Seeking. *Disertasi*. (Tidak Diterbitkan),
- Khoshbakht. (2012). A Study of Elementary Students Academic Help Seeking Behaviors in Math Class: The Role of Questioning in Class Interactions. *Studies in Learning & Instruction Journal*. Vol. 3, No. 2,
- Mark, Ng. (2014). Self-efficacy Beliefs and Academic Help Seeking Behavior of Chinese Students. *Journal of Education Science and Psychology*. Vol. IV (LXVI), No. 1, 17-31,
- Nalin, P., Paul O. G., Denise, R., Sarah E. Norman., Schwanda, K. F., Cindy D. S., Renee M. D., Anne, P., & Jan K. H. (2013). Academic Help-Seeking Behavior Among Student Pharmacists. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 77(1): 7. doi: 10.5688/ajpe7717,
- Nani, K. L. (2015). Kemampuan Penalaran Statistis, Komunikasi Statistis dan Academic Help-seeking Mahasiswa dalam Pembelajaran Berbasis Proyek Berbantuan ICT. *Chapter2*. Retrieved from <http://perpustakaan.upi.edu>,
- Oka, A. A. (2010). Pengaruh Penerapan Belajar Mandiri Pada Materi Ekosistem Terhadap Keterampilan Berpikir Kritis dan Kemampuan Memecahkan Masalah Siswa SMA di Kota Metro. *Jurnal Pendidikan Biologi*. Vol. 1, No. 2,
- Pajares, F., Cheong, Y. F. & Oberman, P. (2004). Psychometric analysis of computer science help seeking scales. *Educational and Psychological Measurement*, 64, 496-513. doi: 10.1177/0013164403258447,