

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA SISWA DI SMP NEGERI 13 MALANG**

PROPOSAL SKRIPSI



Oleh

Viramita Tiyana

NIM. 19410133

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK
PADA SISWA DI SMP NEGERI 13 MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi satu persyaratan dalam memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

Viramita Tiyana

NIM. 19410133

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK
PADA SISWA DI SMP NEGERI 13 MALANG

SKRIPSI

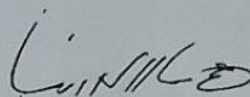
Oleh

Viramita Tiyana

NIM. 19410133

Telah disetujui oleh

Dosen Pembimbing



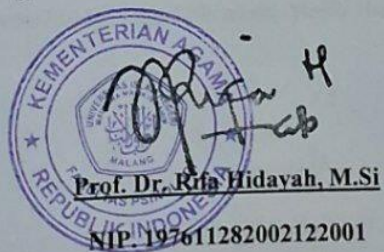
Muhammad Jamaluddin, M.Si

NIP. 198011082008011007

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 197611282002122001

HALAMAN PENGESAHAN

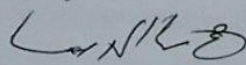
HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK
PADA SISWA DI SMP NEGERI 13 MALANG

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

pada tanggal 20 Juni 2023

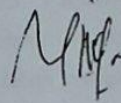
SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua Penguji



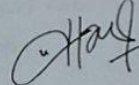
Muhammad Jamaluddin, M. Si
NIP. 198011082008011007

Penguji Utama



Dr. Muallifah, MA
NIP. 198505142019032008

Sekretaris Penguji



Selly Candra Ayu, M. Si
NIP. 19940217201911202269

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana psikologi pada tanggal 20 Juni 2023

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 197611282002122001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Viramita Tiyana

NIM : 19410133

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA DI SMP NEGERI 13 MALANG”** adalah benar-benar hasil karya saya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan Pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 1 Juni 2023

Penulis,



Viramita Tiyana

NIM. 19410133

HALAMAN MOTTO

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya
sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah:5-6)

“Raihlah ilmu dan untuk meraih ilmu, belajarlh untuk tenang dan sabar”

--Umar bin Khattab

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji syukur kepada Allah SWT. yang telah memberkan nikmat yang sangat luar biasa, memberi saya kekuatan, membekali saya dengan ilmu pengetahuan serta memperkenalkan saya dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan akhirnya saya dapat menyelesaikan tugas akhir jenjang S1. Salawat serta salam selalu tercurahkan limpahkan kepada baginda Rasulullah SAW. Dengan segala kerendahan hati, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya yang tercinta, Ayahku Tiyono dan ibuku almh. Dewi Herawati yang senantiasa memberikan doa yang luar biasa, dukungan dan kasih sayang yang besar kepada saya. Terima kasih telah menjadi orang tua yang bertanggungjawab, memberikan doa yang tidak pernah berhenti, pengorbanan, nasihat, dukungan, cinta, kasih sayang serta segala perjuangan yang engkau berikan demi cita-cita dan kebahagiaan anakmu. Semoga segala yang telah engkau berikan selama ini mendapatkan balasan dari Allah SWT.
2. Adik-adik saya yang saya sayangi, Amarchan Irfan Dwinata dan Muhamad Rasyid Bakhtiar. Terima kasih atas doa dan segala bentuk dukungan yang telah kalian berikan. Semoga kita selalu menjadi saudara yang saling menyayangi dan mengasihi. Semoga kita mampu menjadi anak-anak yang sholeh dan sholehah dan berbakti kepada kedua orang tua.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT. yang senantiasa memberikan Karunia dan Rahmat-Nya kepada kita, terutama peneliti yang selalu bersyukur kepada Allah SWT. yang telah diberikan kelancaran dalam menyusun skripsi ini. Sholawat serta Salam selalu tercurahkan kepada junjungan kita Nabi akhir zaman, Nabi Muhammad SAW. yang telah mengantar kita dari zaman gelap menuju ke zaman yang terang benderang yakni Islam dan Iman. Serta membawa kita ke kehidupan yang dipenuhi dengan cahaya keilmuan.

Terimakasih peneliti sampaikan kepada pihak-pihak yang selalu mendukung dan membantu peneliti dalam proses menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Pihak-pihak tersebut diantaranya adalah :

1. Prof Dr. Zainuddin, MA. selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Dr. Hj Rifa Hidayah, M.Si. selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Muhammad Jamaluddin, M.Si selaku dosen pembimbing I (satu) atas dukungan, arahan, serta masukan yang membangun dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Ibu Aprilia Mega Rosdiana, M.Si selaku dosen pembimbing II (dua) atas arahan dan dukungan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
5. Ayah saya, bapak Tiyono yang senantiasa memberikan doa serta dukungan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya.

6. Adik-adik saya, Amarchan Irfan Dwinata dan Muhamad Rasyid Bahktiar yang telah memberikan saya semangat dalam mengerjakan skripsi.
7. Partner saya, Herfiansyah. Terima kasih telah menemani dan mendukung peneliti saat melewati hari-hari yang tidak mudah selama proses pengerjaan skripsi. Terima kasih telah menjadi pendengar yang baik dan menjadi bagian dari perjalanan saya hingga saat ini.
8. Sahabat-sahabatku, Bella, Fistia, Vindra dan Nurul yang telah memberikan doa, dukungan dan perhatian selama peneliti mengerjakan skripsi.
9. Adik-Adikku siswa SMP Negeri 13 Malang yang telah membantu dalam memperoleh data dengan mengisi kuesioner yang dibagikan.

Skripsi ini berjudul “Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Di SMP Negeri 13 Malang”

Peneliti menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini masih terdapat hambatan-hambatan yang dilalui. Sehingga skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu peneliti mengharapkan saran serta masukan guna menyempurnakan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat sebagai salahsatu syarat menyelesaikan program studi strata satu di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Peneliti juga berharap penelitian ini nantinya akan memberikan manfaat dalam pengembangan keilmuan psikologi, bagi universitas serta bagi pembaca.

Malang, 23 Mei 2023

Peneliti

A handwritten signature in black ink, featuring the initials 'VT' and a stylized, cursive name.

Viramita Tiyana

NIM. 19410133

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK	xvi
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	18
C. Tujuan Penelitian.....	19
D. Manfaat Penelitian.....	19
BAB II.....	21
KAJIAN TEORI	21
A. Prokrastinasi Akademik.....	21
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	21
2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik	22
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	24
4. Perspektif Islam Dari Prokrastinasi Akademik.....	26
B. Kontrol Diri	27
1. Pengertian Kontrol Diri	27
2. Aspek-Aspek Kontrol Diri	28

3.	Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kontrol Diri	31
4.	Perspektif Islam Dari Kontrol diri	32
C.	Hubungan Kontrol diri Dengan Prokrastinasi Akademik.....	34
D.	Penelitian Terdahulu	36
E.	Hipotesis Penelitian.....	40
BAB III	41
METODE PENELITIAN.....	41
A.	Jenis Penelitian.....	41
B.	Identifikasi Variabel Penelitian	41
C.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	42
D.	Populasi dan Sampel.....	43
E.	Teknik Pengumpulan Data	46
F.	Validitas Alat Ukur	50
G.	Reliabilitas Alat Ukur.....	53
H.	Teknik Analisis Data	53
BAB IV.....	57
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	57
A.	Deskripsi Lokasi dan Objek Penelitian.....	57
1.	Gambaran Lokasi Penelitian	57
2.	Waktu, Tempat dan Subjek Penelitian.....	60
B.	Hasil Penelitian	60
1.	Validitas dan Reliabilitas	60
a.	Validitas	60
b.	Reliabilitas	64
2.	Analisis Data Prokrastinasi Akademik Dan Kontrol Diri	65
a.	Kategorisasi Data	65
b.	Uji Normalitas.....	70
c.	Uji Linearitas	71
d.	Uji Hipotesis	72
C.	Pembahasan.....	73
1.	Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di SMP Negeri 13 Malang	73

2. Tingkat Kontrol Diri Siswa di SMP Negeri 13 Malang.....	77
3. Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di SMP Negeri 13 Malang	80
BAB V	83
PENUTUP	83
A. Kesimpulan.....	83
B. Saran	84
DAFTAR PUSTAKA.....	87

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Terdahulu.....	37
Tabel 3. 1 Blueprint Prokrastinasi Akademik.....	47
Tabel 3. 2 Blueprint Kontrol Diri	49
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Prokrastinasi Akademik.....	50
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Kontrol Diri.....	52
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas.....	53
Tabel 3. 6 Kategorisasi	55
Tabel 4. 1 Validitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	61
Tabel 4. 2 Validitas Skala Kontrol Diri	62
Tabel 4. 3 Uji Statistik Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	64
Tabel 4. 4 Uji Statistik Skala Kontrol Diri	64
Tabel 4. 5 Tingkat Prokrstinasia Akademik	66
Tabel 4. 6 Tingkat Kontrol Diri	68
Tabel 4. 7 Uji Normalitas Kedua Variabel	70
Tabel 4. 8 Uji Linearitas Kedua Variabel	71
Tabel 4. 9 Uji Hipotesis Kedua Variabel	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Persentase Menunda Pengerjaan Tugas	6
Gambar 1. 2 Persentase Mengerjakan Tugas Mendekati Deadline	7
Gambar 1. 3 Persentase Terburu-buru Mengerjakan Tugas	9
Gambar 1. 4 Persentase Membuat Rencana yang Tidak Sesuai Kenyataan	10
Gambar 1. 5 Persentase Menunda Tugas Karena Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan	11
Gambar 4. 1 Kategorisasi Tingkat Prokrastinasi Akademik	67
Gambar 4. 2 Kategorisasi Tingkat Kontrol Diri	69

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: <i>Blueprint</i> Prokrastinasi Akademik	93
Lampiran 2: <i>Blueprint</i> Kontrol Diri	95
Lampiran 3: Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik	97
Lampiran 4: Skala Penelitian Kontrol Diri	100
Lampiran 5: Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Prokrastinasi Akademik	104
Lampiran 6: Uji Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri.....	109
Lampiran 7: Hasil Uji Normalitas.....	115
Lampiran 8: Hasil Uji Linearitas	116
Lampiran 9: Hasil Uji Hipotesis	117
Lampiran 10: Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik.....	118
Lampiran 11: Kategorisasi Skala Kontrol Diri	118

ABSTRAK

Viramita Tiyana, 19410133, Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa di SMP Negeri 13 Malang, *Skripsi*, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023.

Dosen Pembimbing : Muhammad Jamaluddin, M.Si

Siswa memiliki sikap yang beragam dalam mengerjakan tugas. Terdapat siswa yang cenderung mengulur waktu dengan cara melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan tetapi tidak ada kaitannya dengan tugas sekolah. Perilaku tersebut disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk melakukan tindakan penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan suatu tugas sampai saat-saat terakhir lalu memilih melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat. Salah satu yang dapat memberikan pengaruh kepada prokrastinasi akademik adalah kontrol diri. Kontrol diri merupakan kemampuan individu mengarahkan perilakunya melalui berbagai pertimbangan dengan tujuan mendapatkan konsekuensi yang positif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik, tingkat kontrol diri serta hubungan prokrastinasi akademik dengan kontrol diri pada siswa di SMP Negeri 13 Malang.

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif korelasional. Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* dan jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 68 siswa. Data disebar menggunakan metode kuesioner bermodel skala *semantic differensial*. Terdapat dua skala yakni skala prokrastinasi akademik dan skala kontrol diri. Data hasil penelitian dianalisis menggunakan uji korelasi *pearson product moment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil kategorisasi yang dilakukan kepada variabel prokrastinasi akademik pada kategori rendah memperoleh persentase 13,2%, kategori sedang memperoleh persentase 76,5% dan kategori tinggi memperoleh persentase 10,3%. Hasil kategorisasi yang dilakukan kepada variabel kontrol diri pada kategori sedang memperoleh persentase 47,1% dan kategori tinggi memperoleh persentase 52,9%. Hasil koefisien korelasi (r) prokrastinasi akademik dengan kontrol diri sebesar $-0,625$; $p = 0,000$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara prokrastinasi akademik dengan kontrol diri. Artinya semakin tinggi prokrastinasi akademik maka semakin rendah kontrol diri. Sebaliknya, semakin rendah prokrastinasi akademik maka semakin tinggi kontrol diri.

Kata kunci: Siswa, Prokrastinasi Akademik, Kontrol Diri

ABSTRACT

Viramita Tiyana, 19410133, Relations Between Self Control with Academic Procrastination in students at Junior High School 13 Malang, *Thesis*, Faculty of Psychology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023.

Supervisor : Muhammad Jamaluddin, M.Si

Students have diverse attitudes in doing assignments. There are students who tend to buy time by doing other activities that are considered more fun but have nothing to do with schoolwork. This behavior is called academic procrastination. Academic procrastination is a tendency to delay in starting or completing a task until the last moment and then choose to do activities that are not useful. One that can have an impact on academic procrastination is self-control. Self-control is the ability of individuals to direct their behavior through various considerations with the aim of obtaining positive consequences. The purpose of this study was to determine the level of academic procrastination, the level of self-control and the relationship between academic procrastination and self-control in students at State Junior High School 13 Malang.

This study uses a type of correlational quantitative approach. Sampling used probability sampling techniques and the number of respondents in this study were 68 students. The data is distributed using a questionnaire method with a differential semantic scale model. There are two scales, namely the academic procrastination scale and the self-control scale. The research data were analyzed using the pearson product moment correlation test.

The results showed that the results of the categorization carried out on the academic procrastination variable in the low category obtained a percentage of 13.2%, the medium category obtained a percentage of 76.5% and the high category obtained a percentage of 10.3%. The results of the categorization carried out on self-control variables in the moderate category obtained a percentage of 47.1% and the high category obtained a percentage of 52.9%. The results of the correlation coefficient (r) academic procrastination with self-control of -0.625 ; $p = 0.000$. So it can be concluded that there is a negative and significant relationship between academic procrastination and self-control. This means that the higher the academic procrastination, the lower the self-control. Conversely, the lower the academic procrastination, the higher the self-control.

Keywords: Students, Academic Procrastination, Self Control

تجريدي

فيراميتا تيانا ، ٩ ١ ٤ ٣٣١٠١٤ ، العلاقات بين ضبط النفس والتسويق الأكاديمي لدى الطلاب في المدرسة الإعدادية ٣١ مالانج ، أطروحة ، كلية علم النفس جامعة الإسلام نيجيري مولانا مالك إبراهيم مالانج ، ٣٢٠٢

المشرف : محمد جمال الدين، ماجستير علوم

الطلاب لديهم مواقف متنوعة في القيام بالمهام. هناك طلاب يميلون إلى شراء الوقت من خلال القيام بأنشطة أخرى تعتبر أكثر متعة ولكن لا علاقة لها بالواجبات المدرسية. هذا السلوك يسمى التسويق الأكاديمي. التسويق الأكاديمي هو الميل إلى التأخير في بدء أو إكمال مهمة حتى اللحظة الأخيرة ثم اختيار القيام بأنشطة غير مفيدة. أحد الأشياء التي يمكن أن يكون لها تأثير على التسويق الأكاديمي هو ضبط النفس. ضبط النفس هو قدرة الأفراد على توجيه سلوكهم من خلال اعتبارات مختلفة بهدف الحصول على نتائج إيجابية. كان الغرض من هذه الدراسة هو تحديد مستوى التسويق الأكاديمي ومستوى ضبط النفس والعلاقة بين التسويق الأكاديمي وضبط النفس لدى الطلاب في مدرسة الدولة الإعدادية ٣١ مالانج.

تستخدم هذه الدراسة نوعاً من النهج الكمي الارتباطي. أخذ العينات المستخدمة تقنيات أخذ العينات الاحتمالية وكان عدد المستجيبين في هذه الدراسة ٨٦ طالبا. يتم توزيع البيانات باستخدام طريقة الاستنباط مع نموذج مقياس دلالي تفاضلي. هناك مقياسان ، وهما مقياس التسويق الأكاديمي ومقياس ضبط النفس. تم تحليل بيانات البحث باستخدام اختبار ارتباط عزم منتج بيرسون.

وأظهرت النتائج أن نتائج التصنيف الذي تم على متغير التسويق الأكاديمي في الفئة المنخفضة حصلت على نسبة ٣١.٢٪، والفئة المتوسطة على نسبة ٦٧.٥٪، والفئة العليا على نسبة ١٠.٣٪. وحصلت نتائج التصنيف الذي تم إجراؤه على متغيرات ضبط النفس في الفئة المتوسطة على نسبة ٧٤.١٪ وحصلت الفئة العليا على نسبة ٥٢.٩٪. نتائج معامل الارتباط ر (التسويق الأكاديمي مع ضبط النفس - ٠.٦٢٥) ؛ ع = ٠.٠٠٠. لذلك يمكن الاستنتاج أن هناك علاقة سلبية ومهمة بين التسويق الأكاديمي وضبط النفس. هذا يعني أنه كلما زاد التسويق الأكاديمي ، انخفض ضبط النفس. على العكس من ذلك ، كلما انخفض التسويق الأكاديمي ، زاد ضبط النفس.

الكلمات المفتاحية: الطلاب, التسويق الأكاديمي, ضبط النفس

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat melaksanakan seluruh tugas, siswa memiliki sikap yang beragam. Terdapat siswa yang mampu mengatur waktu pengerjaan tugas dengan baik namun terdapat juga siswa yang kesulitan untuk menyelesaikan tugasnya. Dalam pengerjaan tugas terdapat banyak hambatan yang sering mengganggu proses belajar siswa. Salah satu hambatan yang sering ditemui yaitu prokrastinasi akademik atau menunda untuk mengerjakan tugas (Khairi & Triyono, 2018: 59)

Adanya siswa yang tidak dapat memaksimalkan waktu dengan baik, mengulur waktu dengan cara melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan tetapi tidak bermanfaat serta penyelesaian tugas yang tidak maksimal membuat siswa mengalami kegagalan. Kegagalan terjadi bukan hanya faktor intelegensi tetapi karena terbiasa melakukan prokrastinasi. Prokrastinasi didefinisikan sebagai perilaku menunda-nunda untuk mengerjakan serta menyelesaikan sesuatu (Yaningsih, 2018: 910). Ghufroon & Risnawati (2010:156) menyatakan prokrastinasi akademik adalah “jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus”.

Solomon (dalam Ghufron & Risnawati, 2010: 157) menyebutkan jenis tugas yang sering ditunda oleh siswa yaitu tugas mengarang atau tugas menulis, belajar menjelang berbagai ujian seperti ujian mingguan, ujian tengah semester maupun ujian akhir semester. Kemudian tugas membaca buku atau referensi, kerja yang berhubungan dengan administrasi seperti mengisi daftar kehadiran, daftar peserta praktikum maupun tugas menyalin catatan. Selanjutnya yaitu menunda atau terlambat mengikuti pertemuan serta menunda mengerjakan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ferrari, dkk. (dalam Rahmadhani, 2021: 91) didapatkan bahwa sekitar 25% sampai 75% masalah prokrastinasi terjadi di lingkungan akademiknya para peserta didik. Selain itu, penelitian dari Alhadi, dkk. (2017: 27) menunjukkan bahwa 17,2 % siswa SMP di Kota Yogyakarta memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi, 77,1% berada ditingkat yang sedang dan sisanya sebanyak 5,7% memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Penelitian lainnya yang juga berkaitan dengan prokrastinasi akademik dilakukan oleh Budi, dkk. (2021: 4) mendapati bahwa sebagian besar siswa SMP di daerah Pesisir Surabaya memiliki tingkat prokrastinasi akademik pada kategori sedang yaitu sebanyak 65.5% dari responden.

Penelitian lainnya dari Gracelyta & Harlina (2021: 51) membahas mengenai persentase prokrastinasi akademik siswa di masa pandemi Covid-19 menemukan bahwa 60,87% siswa kurang mampu dalam

memperhitungkan waktu untuk menyelesaikan tugas dari guru yang memberikan akibat pada penumpukan tugas. Kemudian 60,25% siswa memiliki keinginan untuk mengerjakan tugas, tetapi tidak terlaksana dengan baik. Ditemukan juga 8,70% siswa tidak begitu merasa cemas dan panik pada saat melakukan prokrastinasi akademik. Sebanyak 81,37% siswa ditemukan tidak dapat mengekspresikan kemampuan yang dimiliki.

Bentuk-bentuk prokrastinasi akademik pada siswa yang ditemukan pada penelitian Supriyatno (2022: 185), yaitu adanya keyakinan yang tidak logis sehingga individu merasa rendah diri dan tidak memiliki kemampuan untuk mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh orang lain. Selanjutnya tugas yang mengasah kognitif membuat semangat dan daya juang dalam belajar rendah. Hal tersebut terlihat dari adanya perilaku menyontek di lingkungan pendidikan. Selain itu, siswa melakukan penundaan pada pengerjaan pekerjaan rumah (PR) karena menggantungkan tugas pada teman lainnya yang rajin. Bentuk prokrastinasi akademik terakhir yang ditemukan yaitu siswa tidak suka dengan guru dan mata pelajaran tertentu.

Faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik berdasarkan penelitian dari Purwanti, dkk. (2018: 7) adalah kondisi fisik dan kondisi psikologis. Kondisi fisik dari siswa yang menyebabkan prokrastinasi akademik seperti pening, rasa kantuk, lelah dan rasa lapar. Kemudian ditemukan kondisi psikologis yang menjadi penyebab yaitu stress, rasa cemas, terlibat perselisihan dengan teman, dan jenuh. Faktor-

faktor tersebut sangat memberikan pengaruh bagi siswa sehingga melakukan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa dapat memiliki dampak yang buruk. Siswa yang memiliki kebiasaan melakukan pengerjaan tugas mendekati batas pengumpulan dapat menjadikan tugas mereka tidak selesai ataupun hanya dapat selesai seadanya. Dampak buruknya yaitu siswa dapat memperoleh hasil belajar yang kurang maksimal. Hasil belajar tersebut menjadi tidak sesuai dengan apa yang telah diharapkan (Solomon dalam Chisan & Jannah, 2021: 221). Pernyataan tersebut dibuktikan oleh hasil penelitian dari Anisa dan Ernawati (2018: 92) terdapat hubungan antara prokrastinasi akademik dengan hasil belajar siswa. Jika prokrastinasi akademik tinggi maka hasil belajar siswa rendah, begitu juga sebaliknya. Penundaan yang dilakukan secara berulang mampu memberikan pengaruh pada hasil belajar siswa. Siswa yang mengerjakan tugas secara terburu-buru atau bahkan menyontek tugas milik teman kelasnya membuatnya sulit memahami isi dan makna yang terkandung dalam tugasnya tersebut.

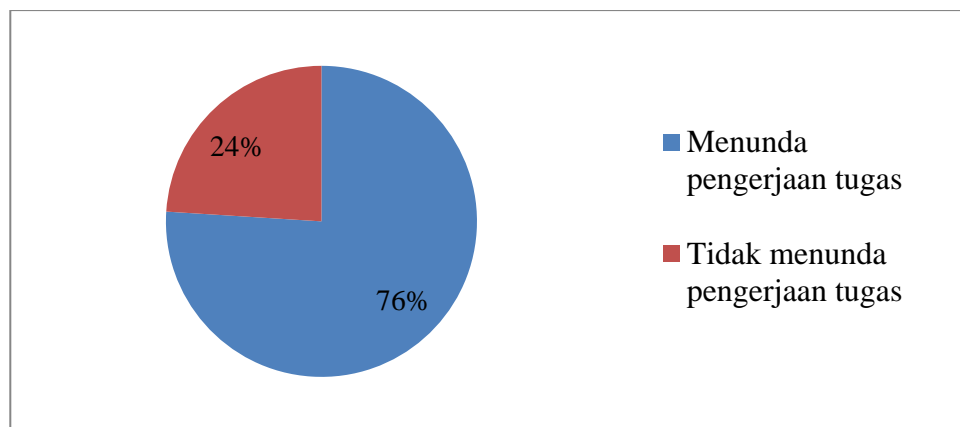
Siswa yang tidak melakukan prokrastinasi akademik dapat terhindar dari penurunan prestasi belajar. Sebagaimana hasil penelitian dari Ramadhan & Winata (2016: 158) bahwa terdapat pengaruh negatif dan signifikan variabel prokrastinasi akademik terhadap prestasi belajar siswa. Prestasi belajar siswa dapat meningkat apabila prokrastinasi akademik siswa rendah. Penelitian lain yang sejalan dilakukan oleh

Zuraida (2017: 37) yang menemukan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara variabel prokrastinasi akademik dengan variabel prestasi belajar. Hal tersebut dapat diartikan bahwa jika prokrastinasi akademik rendah maka semakin tinggi tingkat prestasi belajar. Selain itu, dengan menghindari diri dari prokrastinasi akademik siswa mendapatkan manfaat lain seperti terhindar dari perasaan-perasaan negatif. Dengan menghindari prokrastinasi akademik maka siswa terhindar juga dari perasaan bersalah, cemas, panik, tegang, merasa telah melakukan sebuah kecurangan dan rendah diri (Blinder dalam Khairi dkk., 2018: 61).

Didasari oleh hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada guru bimbingan dan konseling (BK) berinisial E di SMP Negeri 13 Malang pada tanggal 12 Januari 2023 ditemukan terdapat siswa-siswi yang melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini ditandai dengan munculnya ciri-ciri seperti sering menunda untuk menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru. Guru BK sering menemukan adanya siswa yang mengerjakan pekerjaan rumah (PR) di sekolah. Pengerjaan PR dilakukan sebelum pelajaran dimulai dengan cara menyontek tugas milik temannya.

“Paling terlihat itu memang banyak siswa yang menunda-nunda tugasnya mbak. Rata-rata mereka berhasil mengumpulkan tugas karena kalo tidak ngumpulin nanti namanya dicatet di buku tatib (tata tertib). Itu efektif buat anak-anak supaya menyelesaikan tugas karna dicatat mbak tetapi, sering juga guru lihat siswa ngerjain tugas di sekolah. Jadi datang pagi-pagi trus nyontek juga ke temennya atau browsing”. (E, wawancara pribadi, 12 Januari 2023).

Setelah melakukan wawancara kepada guru bimbingan dan konseling (BK), peneliti mengadakan survei pra-penelitian tanggal 19 Januari 2023 kepada siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 13 Malang sejumlah 149 orang. Jumlah tersebut terdiri dari 107 siswa kelas VII dan 42 siswa kelas VIII. Data survei menunjukkan bahwa 76% dari 149 siswa yaitu 113 siswa menunda untuk mengerjakan tugas. Selain itu, 24% dari 149 siswa yaitu 36 siswa tidak menunda untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.



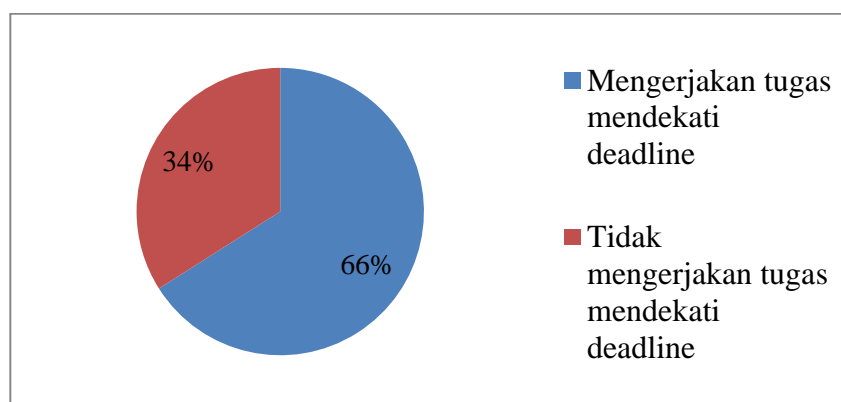
Gambar 1. 1 Persentase Menunda Pengerjaan Tugas

Data di atas diperkuat oleh wawancara yang dilakukan pada tanggal 19 Januari 2023 ke subjek NA yang menyatakan bahwa benar dirinya telah menunda-nunda untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. NA menunda tugas karena merasa malas untuk membaca. Hal tersebut sebagaimana kutipan berikut ini:

“Saya nunda tugas tertentu misal kayak bahasa Indonesia karna saya sering males untuk nulis sesuatu yang terlalu panjang, kadang-kadang juga ga terlalu suka topikny karna saya harus

baca lebih panjang lagi. Kadang saja juga harus mahamin kata-kata yang ga saya paham dan harus membaca ulang, sangat ngabisin waktu” (NA, wawancara pribadi, 19 Januari 2023).

Selain itu, hasil survei pra-penelitian tanggal 19 Januari 2023 di bawah ini menunjukkan persentase siswa yang mengerjakan tugas mendekati batas waktu pengumpulan (*deadline*). Ditemukan 66% dari 149 siswa yaitu 98 siswa mengerjakan tugas mendekati batas waktu pengumpulan tugas (*deadline*) dan 34% dari 149 siswa yaitu 51 siswa tidak mengerjakan tugas mendekati batas waktu pengumpulan atau dengan kata lain mengerjakan tugas dari jauh-jauh hari sebelum batas pengumpulan.



Gambar 1. 2 Persentase Mengerjakan Tugas Mendekati Deadline

Warsiyah (2015: 59) menambahkan bahwa seorang yang melakukan prokrastinasi akademik suka menunda hingga mendekati batas waktu pengumpulan tugas bahkan menunda juga dalam belajar.

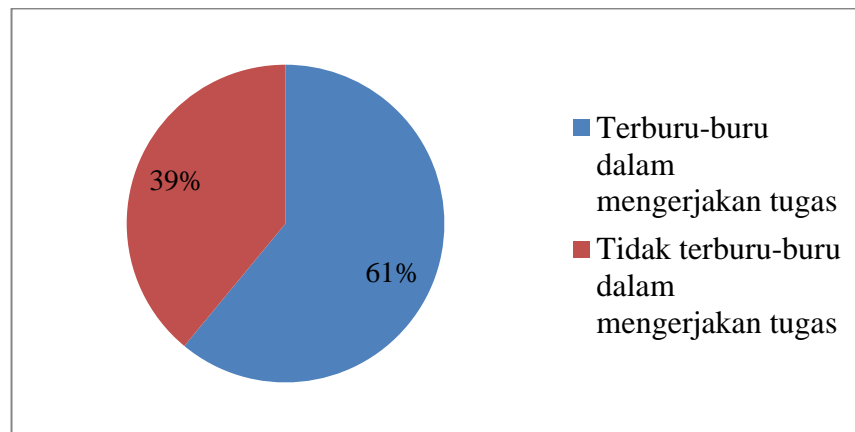
Data yang didapat dari hasil wawancara kepada subjek HM tanggal 19 Januari 2023 terkait alasan pengerjaan tugas yang mendekati batas waktu pengumpulan. Siswa menyatakan bahwa dirinya terlalu banyak bermain *handphone* sehingga lupa dengan tugasnya lalu mengerjakannya saat sudah mendekati batas pengumpulan. Sebagaimana kutipan berikut ini:

“Karna saya selalu HP-an sampai lupa sama tugas-tugas saya dan akhirnya saya mengerjakan saat mendekati deadline” (HM, wawancara pribadi, 19 Januari 2023).

Selanjutnya wawancara kepada Subjek D dilakukan tanggal 19 Januari 2023 menyatakan bahwa dirinya merasa dapat lebih rajin ketika mengerjakan tugas mendekati batas pengumpulan dan itu merupakan hal yang seru baginya.

“Entah kenapa kalo udah mendekati deadline itu kayak ngerasa rajin jadi ya ngerjainnya pas deketan sama deadline karena seru aja” (D, wawancara pribadi, 19 Januari 2023).

Gambar 1.3 menunjukkan persentase siswa yang terburu-buru dalam mengerjakan tugas. Ditemukan bahwa 61% dari 149 siswa yaitu 91 siswa terburu-buru dalam mengerjakan tugas dan 39% dari 149 siswa yaitu 58 siswa tidak terburu-buru dalam mengerjakan tugas.



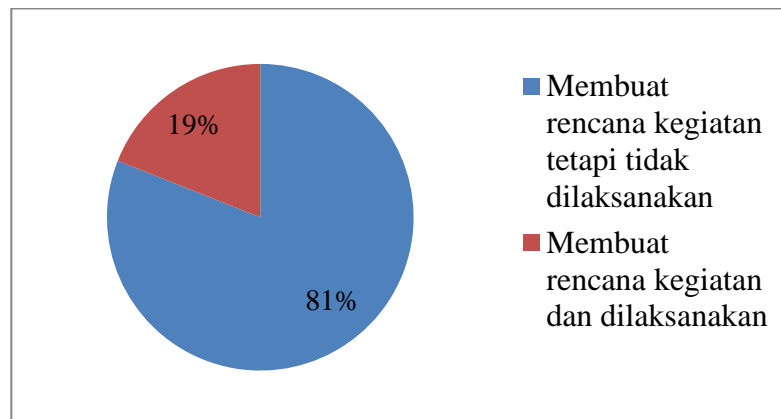
Gambar 1. 3 Persentase Terburu-buru Mengerjakan Tugas

Menurut Solomon & Rothblum (dalam Junita, dkk.: 2014: 18) individu yang terburu-buru dalam menyelesaikan tugas dapat berdampak pada beberapa hal seperti tugas yang tidak dapat diselesaikan atau tugas dapat diselesaikan dengan hasil yang tidak memuaskan.

Data diperkuat oleh hasil wawancara kepada subjek D tanggal 19 Januari 2023 yang menyatakan bahwa rasa bosan serta notifikasi dari *handphone* membuat dirinya terburu-buru dalam mengerjakan tugas agar dapat bermain *handphone*. Sebagaimana kutipan berikut ini:

“Kalo bukan karna bosan sih karna notif HP jadi pengen cepet-cepet mengerjakan tugas trus main HP atau ngga tidur” (D, wawancara pribadi, 19 Januari 2023).

Berdasarkan gambar 1.4 di bawah ini dapat dilihat bahwa 81% dari 149 siswa yaitu 121 siswa membuat rencana kegiatan yang pada akhirnya tidak terealisasi dan 19% dari 149 siswa yaitu 28 siswa membuat rencana kegiatan dan dilaksanakan.



Gambar 1. 4 Persentase Membuat Rencana yang Tidak Sesuai Kenyataan

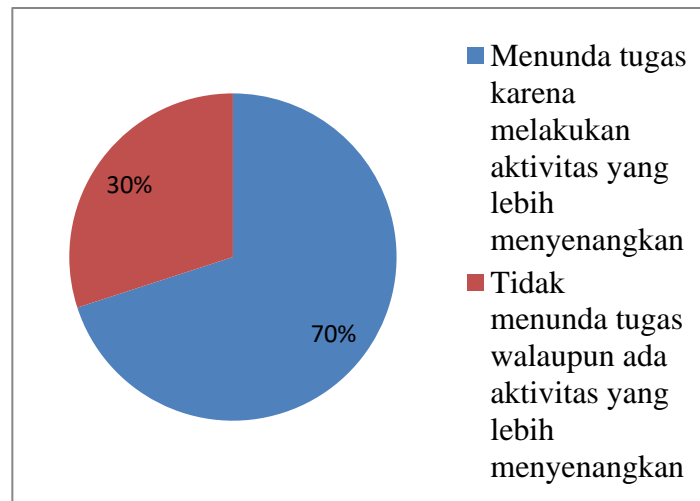
Salah satu aspek prokrastinasi akademik Ferrari, dkk (dalam Ghufron & Risnawati, 2010: 159) yaitu adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual. Seorang prokrastinator dapat menyusun rencana untuk memulai mengerjakan tugasnya namun saat waktunya tiba dia belum menjalankan kegiatan sesuai dengan rencana sebelumnya.

Kutipan berikut ini merupakan hasil wawancara tanggal 19 Januari 2023 kepada siswa SMP Negeri 13 Malang berinisial NA terkait adanya pembuatan rencana untuk mengerjakan tugas, tetapi tidak terlaksana dengan baik.

“Iya ada rencananya tapi tugas selalu datang banyak setiap hari, kadang ada acara keluarga yang ga bisa ditinggal, disuruh ibu bersihkan rumah juga” (NA, wawancara pribadi, 19 Januari 2023).

Hasil survei pra-penelitian tanggal 19 Januari 2023 pada gambar 1.5 menemukan bahwa terdapat 70% dari 149 siswa yaitu 104 siswa

menunda untuk mengerjakan tugas karena melakukan aktivitas yang dianggap lebih menyenangkan dan 30% dari 149 siswa yaitu 45 siswa tidak menunda untuk mengerjakan tugas.



Gambar 1. 5 Persentase Menunda Tugas Karena Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan

Menurut Ferrari, dkk (dalam Ghufon & Risnawati, 2010: 160) seorang yang melakukan prokrastinasi akademik dapat dengan sengaja tidak memberikan konsentrasinya untuk melaksanakan tugasnya. Dia lebih memilih melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan seperti membaca majalah, menonton film, mengonrol, mendengarkan musik dan lain sebagainya.

Data di atas diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 19 Januari 2023 pada subjek D yang menyatakan bahwa dirinya sudah mengumpulkan niat, tetapi terdapat aktivitas lain yang

dianggap lebih menyenangkan untuk dilakukan daripada mengerjakan tugas yaitu main handphone dan main bersama teman.

“Udah mengumpulkan niat tapi sangat males”

“Aktivitas yang buat seneng main sama temen dan main HP” (D, wawancara pribadi, 19 Januari 2023)

Sesuai dengan data yang telah dijelaskan di atas dapat terlihat bahwa 76% siswa memilih untuk menunda dalam mengerjakan tugas, 66% siswa mengerjakan tugas ketika sudah mendekati batas pengumpulan, 61% siswa terburu-buru saat mengerjakan tugas, 81% siswa membuat rencana kegiatan meskipun kenyataannya tidak sesuai rencana serta 70% siswa menunda tugasnya karena melakukan aktivitas yang dianggap lebih menyenangkan. Dampak negatif yang dapat terjadi pada siswa yang melakukan prokrastinasi yaitu menurunkan prestasi belajar. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan & Winata (2016: 158) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang negatif serta signifikan antara prokrastinasi akademik terhadap prestasi belajar siswa.

Hasil penelitian Muhid (2009: 10) menemukan adanya beberapa aspek dalam diri individu yang memberikan pengaruh kepada individu tersebut untuk memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik yaitu rendahnya kontrol diri, kesadaran diri, rendahnya harga diri, efikasi diri serta kecemasan sosial. Penelitian tersebut sejalan dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Steel bahwa terdapat beberapa aspek yang turut memberikan pengaruh pada prokrastinasi akademik, tetapi salah satu

aspek yang paling melekat dengan prokrastinasi akademik adalah aspek kontrol diri (Chisan & Jannah, 2021: 221).

Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan individu dalam kepekaan membaca situasi diri serta lingkungannya. Kontrol diri juga dikatakan sebagai kemampuan untuk mengontrol perilaku, kecenderungan untuk menarik perhatian, membuat orang lain menjadi senang, selalu sesuai dengan orang lain dan menutupi perasaannya (Ghufron & Risnawati, 2010: 21-22). Pendapat lainnya diungkapkan oleh Colhoun & Acocella (dalam Marsela & Supriatna, 2019: 66) bahwa kontrol diri merupakan pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku individu atau dengan kata lain satu rangkaian proses yang membentuk diri individu.

Faktor yang memberikan pengaruh kepada kontrol diri menurut Baumeister & Boden (dalam Marsela & Supriatna, 2019: 66), yaitu orang tua dan faktor budaya. Orang tua disarankan untuk mengajarkan anak mandiri. Anak dapat memiliki kontrol diri karena mereka diberi kesempatan untuk mengambil keputusan. Kemudian faktor budaya tidak dapat dilepaskan karena setiap individu yang bertempat di suatu wilayah maka akan terikat dalam budaya di lingkungan tersebut.

Siswa yang berada di jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) telah memasuki usia remaja. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Menurut Mappiare (dalam Ali & Asrori,

2004: 9) masa remaja berlangsung antara usia 12 tahun hingga usia 21 tahun bagi wanita dan usia 13 tahun hingga 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu remaja awal dan remaja akhir.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada guru bimbingan dan konseling SMP Negeri 13 Malang pada tanggal 12 Januari 2023 ditemukan bahwa prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa memiliki hubungan dengan kontrol diri. Sebagaimana kutipan berikut ini:

“Bisa dikatakan siswa suka susah mengontrol dirinya jadi konsentrasi mudah teralihkan. Trus secara pengamatan kasat mata saja ya mbak itu dari penggunaan HP. HP ini kan bisa mecah fokus apalagi kalo di rumah suka ada tugas tertentu kan semua anak juga pasti punya HP sendiri. Di kelas saja anak-anak kalau di kasih tugas ada yang memang langsung dikerjakan tapi ada juga yang tidak mengerjakan buru-buru” (E, wawancara pribadi, 12 Januari 2023).

Pada aspek kontrol diri yang dikemukakan oleh Tangney, dkk (dalam Chaq, dkk, 2018: 24) terdapat aspek disiplin diri. Hal tersebut diartikan bahwa individu mampu membuat dirinya fokus dalam mengerjakan tugas. Individu dengan disiplin diri mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya. selain itu, menurut Sari, dkk (2020: 102) remaja dengan kontrol diri yang tinggi maka cenderung mampu mengendalikan diri dalam penggunaan *handphone* dan dapat menggunakan *handphone* sesuai dengan kebutuhan sehingga mendatangkan dampak positif dari penggunaannya.

Peneliti melakukan wawancara ke beberapa siswa terkait kontrol diri pada tanggal 23 Maret 2023. Subjek NA menyatakan bahwa dirinya merasa sulit untuk berkonsentrasi karena ada faktor dari luar yang mengganggunya seperti keadaan kelas yang ramai dan kejahilan teman. Selain itu, NA juga mengaku suka melamun. Hal tersebut sebagaimana kutipan berikut ini:

“Merasa sulit konsentrasi kalo di kelas. Kadang kelas ramai atau ada kejahilan temen karena pada saat saya sedang mengerjakan tugas atau memahami materi pelajaran yang di jelaskan oleh guru jika ada teman yang ramai atau jahil bisa bikin konsentrasi saya menurun. Itu bisa membuat saya sedikit kesal. Trus kalo hal lainnya sih suka melamun juga.” (NA, wawancara pribadi, 23 Maret 2023).

Selanjutnya peneliti mewawancarai subjek M pada tanggal 23 Maret 2023 terkait dengan perilaku menolak suatu yang dapat memberikan dampak buruk bagi dirinya. M menyatakan bahwa dirinya telah menolak ajakan dari temannya untuk melakukan kebohongan kepada orang tua karena hal tersebut dapat berdampak buruk. Sebagaimana kutipan berikut ini:

“Saya nolak ajakan temen yang ngasih dampak buruk. Contohnya aja pas disuruh berbohong sama orang tua. Harus izinnya kerja kelompok padahal main. Saya ga mau karena saya lebih memilih patuh pada orang tua karna itu pasti yang terbaik.” (NDA, wawancara pribadi, 23 Maret 2023).

Hal tersebut berbeda dengan hasil wawancara kepada subjek M pada tanggal 23 Maret 2023 yang memilih untuk menerima ajakan teman untuk bermain saat akan mengerjakan tugas. Sebagaimana kutipan berikut ini:

“Saya mau mengerjakan tugas tapi ada teman saya yang mengajak untuk bermain dan saya kadang lebih memilih untuk ikut bermain bersama teman saya.” (M, wawancara pribadi, 23 Maret 2023).

Individu dengan kebiasaan baik akan menolak suatu hal yang dapat memberikan dampak buruk bagi dirinya walaupun hal tersebut sangat menyenangkan. Individu dengan kebiasaan baik akan lebih mengutamakan hal yang membawa dampak positif baginya meskipun dampak tersebut tidak langsung diterima olehnya (Tangney, dkk dalam Chaq, dkk, 2018: 24).

Pada wawancara tanggal 23 Maret 2023 kepada subjek KV mengenai aspek keandalan atau kekonsistensian dalam mengatur perilakunya agar setiap rencananya dapat terwujud. KV menyatakan bahwa dirinya kesulitan untuk konsisten mengerjakan suatu hal sesuai rencana sebelumnya. Hal tersebut sebagaimana kutipan berikut ini:

“Emang sulit konsisten ngerjain sesuatu sesuai jadwal. Saya bukan orang yang berkonsisten tinggi. Meskipun saya suka mengerjakan suatu hal dengan fokus tetapi tetap mengalami gangguan buat ngerjain suatu hal. Contohnya saat saya lomba pada bulan januari, rencana H-1 saya harus siap semuanya tapi malah berimajinasi tentang apa yang terjadi nantinya. Itu bikin saya ga konsisten melakukan kegiatan.” (KV, wawancara pribadi, 23 Maret 2023).

Selanjutnya terdapat kutipan hasil wawancara kepada subjek NA pada tanggal 23 Maret 2023 terkait aspek non impulsif. Aspek tersebut diartikan sebagai kecenderungan untuk melakukan pertimbangan dan bersikap tidak tergesa-gesa. Hasil wawancara dengan NA menemukan

bahwa NA tergesa-gesa dalam mengambil keputusan karna panik dan dihadapkan dengan keterbatasan waktu.

“Saya biasanya tergesa-gesa dalam mengambil keputusan karna sulitnya berpikir di waktu yang mepet sehingga membuat saya panik duluan dan biasanya langsung mengambil keputusan.”
(NA, wawancara pribadi, 23 Maret 2023).

Kemampuan dalam mengontrol diri dapat berkembang seiringan dengan bertambahnya usia. Remaja memiliki beberapa tugas perkembangan yang harus dikuasai diantara menelaah apa yang diinginkan kelompok darinya serta bersedia membentuk perilakunya supaya sepadan dengan harapan sosial tanpa perlu dipandu, diawasi, didorong dan ditakut-takuti layaknya hukuman yang dialami saat masa anak-anak (Ghufron & Risnawati, 2010: 28). Pertanyaan tersebut sejalan dengan Kay (dalam Yusuf, 2001: 72-73) yang mengungkapkan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yaitu “memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup (*Weltanschauung*)”. Individu dengan kontrol diri yang rendah memiliki kecenderungan untuk berperilaku menyimpang dari kaidah-kaidah dan aturan-aturan yang ada termasuk melanggar tata tertib di sekolah. Individu kurang memiliki keterampilan dalam menahan keinginan dan bertingkah laku sesuai dengan normal sosial (Gul & Pesendorfer, dalam Rahardjo & Rianti, 2014: 20).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmaniah (2019: 17) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan

prokrastinasi akademik siswa SMP Negeri 1 Tanete Riaja dengan besar hubungan keduanya adalah 0,4 yang berarti memiliki hubungan yang sangat kuat. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Chisan & Jannah (2021: 224) yang mendapati bahwa variabel kontrol diri dan prokrastinasi akademik memiliki hubungan negatif yang kuat. Semakin besar kontrol diri yang dimiliki oleh siswa maka prokrastinasi akademik siswa akan rendah. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dimunculkan oleh siswa.

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan bagian yang penting dalam prokrastinasi akademik. Dengan adanya kontrol diri yang baik maka siswa tidak lagi menunda tugas yang diberikan oleh guru. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian berjudul “Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa di SMPN 13 Malang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan mengenai latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat prokrastinasi akademik siswa di SMP Negeri 13 Malang?
2. Bagaimana tingkat kontrol diri siswa di SMP Negeri 13 Malang?

3. Apakah terdapat hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa di SMP Negeri 13 Malang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui tingkat prokrastinasi akademik siswa di SMP Negeri 13 Malang.
2. Mengetahui tingkat kontrol diri siswa di SMP Negeri 13 Malang.
3. Mengetahui hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa di SMP Negeri 13 Malang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis berupa:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi untuk memperkaya wawasan dan mengembangkan pengetahuan. Kemudian sebagai bahan kajian ataupun masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya psikologi mengenai hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMP Negeri 13 Malang.

- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang berarti untuk digunakan sebagai bahan pertimbangan penelitian bagi peneliti berikutnya terkait kontrol diri dan prokrastinasi akademik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang berarti dalam kontrol diri agar siswa tidak melakukan prokrastinasi akademik yang menyebabkan kerugian.

b. Bagi orangtua dan guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan agar para orangtua serta guru dapat lebih memperhatikan dan memberikan dukungan agar dapat meningkatkan kontrol diri siswa.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Solomon & Rothblum (dalam Aini & Mahardayani, 2011: 65) menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan untuk menunda ketika memulai ataupun menyelesaikan suatu tugas secara keseluruhan demi melakukan aktivitas lain yang tidak bermanfaat sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu dan sering terlambat menghadiri pertemuan. Santrock (dalam Khairi & Triyono, 2018: 59-60) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan tindakan penundaan dalam belajar yang dilakukan oleh individu untuk sebuah ujian sampai pada menit terakhir dan menyalahkan bahwa kegagalan tersebut karena waktu yang diberikan sedikit. Individu yang melakukan prokrastinasi disebut dengan prokrastinator. Pernyataan tersebut sejalan dengan Wolter (dalam Muyana, 2018: 47) bahwa prokrastinasi akademik adalah sebuah kegagalan dalam pengerjaan tugas akademik sehingga melewati batasan waktu yang ditetapkan. Dengan kata lain, adanya perilaku menunda-nunda pengerjaan tugas hingga saat-saat terakhir. Kemudian terdapat pernyataan dari Steel (dalam Budi, dkk., 2021: 2) bahwa prokrastinasi akademik merupakan

sebuah tindakan untuk sengaja menunda-nunda suatu tugas walaupun telah memperkirakan adanya dampak buruk dari penundaan tersebut.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk melakukan tindakan penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan suatu tugas sampai saat-saat terakhir kemudian memilih melakukan kegiatan lain yang tidak bermanfaat serta menghambat kinerja meskipun individu telah memperkirakan adanya dampak buruk dari penundaan tersebut.

2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari, dkk. (dalam Ghufroon & Risnawati, 2010: 158-160) sebagai berikut:

a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Individu yang melakukan prokrastinasi telah mengetahui bahwa dirinya harus segera menyelesaikan tugas-tugas tetapi, individu tersebut lebih suka menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda penyelesaian tugas hingga tuntas. Warsiyah, (2015: 59) menambahkan bahwa seorang prokrastinator suka menunda hingga mendekati batas waktu pengumpulan tugas bahkan menunda juga dalam belajar. Belajar hanya dilakukan semalam sebelum ujian berlangsung.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Individu yang melakukan prokrastinasi menghabiskan waktu yang lebih lama untuk mengerjakan tugas. Hal tersebut terjadi karena prokrastinator berlebih-lebihan dalam menghabiskan waktu untuk mempersiapkan diri. Selain hal tersebut, prokrastinator juga melakukan hal-hal yang menyita waktu dan tidak ada kaitannya dengan penyelesaian tugas tanpa memperkirakan keterbatasan waktu yang dimiliki. Akibat dari perilakunya tersebut, prokrastinator dapat terlambat atau bahkan tidak berhasil dalam menyelesaikan tugasnya secara penuh. Ciri utama dalam prokrastinasi akademik yaitu adanya kelambanan dalam melakukan suatu tugas.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Prokrastinator merasa sulit untuk dapat memenuhi suatu tugas sesuai dengan batasan waktu yang sebelumnya telah ditentukan oleh orang lain maupun dirinya sendiri. Individu bisa saja telah menyusun rencana untuk mulai mengerjakan tugasnya tetapi, saat waktu pengerjaannya tiba dia masih belum menjalankan aktivitasnya sesuai dengan rencana yang sebelumnya. Jadwal yang tidak dijalankan dengan baik mengakibatkan individu terlambat atau bahkan gagal untuk menyelesaikan tugas secara maksimal.

d. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Prokrastinator dapat dengan sengaja tidak memfokuskan diri untuk melaksanakan tugasnya. Dia lebih memilih melakukan aktivitas lain yang menurutnya lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Hal yang dipandang lebih menyenangkan seperti membaca majalah atau buku cerita, menonton film, mengobrol, jalan-jalan, mendengarkan musik, bermain game dan aktivitas lainnya yang dapat menyita waktu.

Berdasarkan penjabaran di atas maka dapat disimpulkan bahwa aspek prokrastinasi akademik terdiri dari empat aspek, yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja actual serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik

Faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik menurut Ferrari, dkk. (dalam Nurjan, 2020: 72), yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor-faktor internal yang menjadi pemicu timbulnya prokrastinasi dalam diri individu, meliputi kondisi kodrati yang seperti jenis kelamin anak, umur, dan urutan kelahiran. Kecenderungan dalam keluarga dapat memicu individu berperilaku prokrastinasi. Misalkan anak yang pertama lebih diperhatikan,

dilindungi, sedangkan anak terakhir lebih dimanja terlebih jika selisih usia lebih jauh. Oleh karena itu kesenjangan dari sisi keluarga dapat memicu prokrastinasi terbentuk untuk mencari perhatian. Kemudian terdapat faktor dari kondisi fisik dan kondisi kesehatan. Kondisi fisik dan kondisi kesehatan individu memiliki pengaruh ke prokrastinasi akademik, misalnya individu yang mengalami kondisi dimana dirinya selalu merasa lelah, lesu dan tidak bertenaga (*fatigue*) maka memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi akademik jika dibandingkan dengan individu yang tidak mengalami *fatigue*. Selanjutnya terdapat kondisi psikologis, seperti kepribadian individu dan perfeksionis. Kepribadian individu salah satunya kemampuan sosial dan tingkat kecemasan dalam hubungan sosial. Sedangkan perfeksionis dapat menyebabkan individu melakukan prokrastinasi lebih tinggi. Hal ini dikarenakan tugas yang dikerjakan harus sebagus dan sesempurna mungkin sehingga tidak menghiraukan batas waktu yang ditentukan. Berbeda jika individu memiliki motivasi yang tinggi, cenderung rendah melakukan prokrastinasi akademik.

b. Faktor Eksternal.

Faktor eksternal ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam diri individu. Terutama lingkungan yang memberikan toleransi bagi individu yang

mengalami prokrastinasi sehingga lama kelamaan cenderung semakin meningkat daripada lingkungan yang penuh dengan pengawasan. Kemudian faktor pola asuh, lingkungan keluarga dan masyarakat. Prokrastinasi juga dilakukan karena membutuhkan bantuan orang lain untuk mengerjakannya, malas, kesulitan mengatur waktu dan tidak menyukai tugasnya.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat faktor internal dan eksternal yang memberikan pengaruh kepada prokrastinasi akademik. Faktor internal terdiri dari kondisi kodrati, kondisi fisik dan kondisi psikologis sedangkan faktor eksternal terdiri gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan.

4. Perspektif Islam Dari Prokrastinasi Akademik

Agama Islam merupakan agama yang benar-benar menganjurkan para umatnya agar senantiasa menghargai waktu dan sungguh-sungguh dalam mengerjakan segala sesuatu. Bila individu melangsungkan hidup tanpa memperhatikan waktu yang terus bergulir maka dapat mengalami kerugian karena waktu adalah hal yang sangat penting (Warsiyah, 2015: 63). Sebagaimana salah satu hadist Rasulullah Muhammad SAW di bawah ini:

اعْتَبِرُوا حَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ: شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَصِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَغِنَاءَكَ
وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَحَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ قَبْلَ فُقْرِكَ،

Artinya: “Persiapkanlah lima hal sebelum datang lima hal; hidupmu sebelum matimu, sehatmu sebelum sakitmu, kesempatanmu sebelum datang kesempitanmu, masa mudamu sebelum masa tuamu dan masa kayamu sebelum masa fakirmu” (Samarqandi dalam Warsiyah, 2015: 63).

Kemudian terdapat ayat yang mengingatkan individu untuk segera mengerjakan tugas yang ada dan apabila tugas tersebut selesai maka segera mengerjakan tugas yang lainnya. Dalam mengerjakan tugas individu harus bersungguh sungguh (Rohmatun, 2021: 103).

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ

Artinya: “Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan) tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)”. (Q.S. Al-Insyirah [94], 7 dalam terjemahan Kemenag hlm. 596).

B. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri adalah salah satu kemampuan yang mempunyai kemungkinan untuk dapat dikembangkan dan digunakan oleh individu dalam berproses di kehidupannya. Kontrol diri memiliki pengaruh yang besar terhadap tingkah laku individu (Rahmaniah, 2019: 12). Hurlock (dalam Aisy & Sugiyo, 2021: 159) menyatakan bahwa kontrol diri adalah suatu kemampuan individu dalam membimbing, mengatur serta mengarahkan bentuk-bentuk perilakunya melalui pertimbangan

kognitif yang mampu membawa ke arah yang positif. Pendapat lainnya dikemukakan oleh Ghufron & Risnawati (2010: 21-22) menyatakan bahwa kontrol diri dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam kepekaan membaca situasi diri serta lingkungannya. Kontrol diri juga dikatakan sebagai kemampuan untuk mengontrol perilaku, kecenderungan untuk menarik perhatian, membuat orang lain menjadi senang, selalu sesuai dengan orang lain dan menutupi perasaannya. Sejalan dengan hal tersebut, Goldfried & Marbaum (dalam Muhiid, 2009: 2) berpendapat bahwa kontrol diri merupakan keterampilan individu untuk dapat menyusun, membimbing, mengatur, serta mengarahkan bentuk perilakunya dengan tujuan mendapatkan konsekuensi yang positif. Setiap individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda-beda. Individu dengan kontrol diri yang tinggi dapat mengarahkan dirinya kepada konsekuensi yang positif.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu mengarahkan, membimbing, mengatur, menyusun perilakunya dalam berproses di kehidupannya melalui berbagai pertimbangan kemudian memiliki kepekaan membaca situasi diri dan lingkungan dengan tujuan mendapatkan konsekuensi yang positif.

2. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Aspek kontrol diri menurut Tangney, dkk (dalam Chaq, dkk, 2018: 24-25) dibagi menjadi lima aspek, yaitu:

a. Disiplin Diri (*Self-discipline*)

Aspek ini mengacu pada kemampuan individu dalam kedisiplinan diri. Hal ini berarti individu mampu membuat dirinya fokus dalam mengerjakan tugas. Individu dengan disiplin diri mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.

b. Non impulsif (*Deliberate/nonimpulsive*)

Non impulsif dapat dikatakan sebagai kecenderungan individu dalam melakukan sesuatu dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu sehingga mempunyai sifat hati-hati serta tidak tergesa-gesa. Saat individu sedang mengerjakan sesuatu, dirinya cenderung tidak mudah untuk dapat teralihkan. Individu yang memiliki *nonimpulsive* mampu bersikap tenang dalam bertindak serta mengambil suatu keputusan.

c. Kebiasaan Baik (*Healthy habits*)

Aspek ini merupakan kemampuan individu mengatur pola perilaku sehingga menjadi suatu kebiasaan yang baik. Individu dengan kebiasaan baik akan menolak suatu hal yang dapat memberikan dampak buruk bagi dirinya walaupun hal tersebut sangat menyenangkan. Individu dengan kebiasaan baik akan lebih mengutamakan

hal yang membawa dampak positif baginya meskipun dampak tersebut tidak langsung diterima olehnya.

d. Etos Kerja (*Work ethic*)

Aspek ini memiliki kaitan dengan penilaian individu tentang regulasi atau pengaturan diri dari etika individu dalam melakukan suatu aktivitas. Individu dengan etos kerja mampu mengatur perilakunya sehingga dapat menyelesaikan tugas dengan maksimal tanpa dipengaruhi oleh hal-hal dari luar walaupun hal tersebut bersifat menyenangkan. Individu tersebut mampu memberikan konsentrasinya terhadap tugas yang sedang dikerjakan.

e. Keandalan (*Reliability*)

Aspek ini terkait dengan penilaian individu tentang kemampuan dirinya dalam membuat suatu rancangan rencana demi mencapai tujuan tertentu. Individu ini akan terus konsisten mengatur segala perilakunya untuk dapat mewujudkan setiap rencana miliknya.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri memiliki lima aspek yaitu kedisiplinan diri, non impulsif, kebiasaan baik, etos kerja dan keandalan.

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kontrol Diri

Faktor kontrol diri menurut Baumeister & Boden (dalam Marsela & Supriatna, 2019: 66), yaitu:

a. Orang tua

Hubungan anak dengan orang tua memberi bukti bahwa ternyata orang tua dapat memberikan pengaruh kepada kontrol diri anak-anaknya. Orang tua yang mendidik anaknya dengan keras dan otoriter dapat membuat kemampuan anak dalam mengendalikan diri kurang serta kurang peka dengan keadaan yang dihadapi. Disarankan sejak dini orang tua sudah mengajarkan kepada anak untuk mandiri dengan membiarkan anak memiliki kesempatan untuk keputusannya sendiri. Dengan cara seperti itu, anak dapat memiliki kontrol diri yang baik.

b. Faktor Budaya

Setiap individu yang bertempat di suatu wilayah maka akan terikat dalam budaya di lingkungan tersebut. Pada setiap lingkungan memiliki budaya yang beraneka ragam dan memiliki budaya yang berbeda dengan lingkungan lainnya. Hal demikian turut memberikan pengaruh kepada individu sebagai anggota lingkungan tersebut.

Menurut Ghufron & Risnawati (2010: 32) faktor yang dapat memberikan pengaruh kepada kontrol diri individu yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

- a. Faktor internal terdiri dari faktor usia. Faktor usia turut andil terhadap kontrol diri karena semakin bertambah usia, maka semakin baik kontrol diri individu.
- b. Faktor eksternal diantaranya adalah lingkungan keluarga. Jika orang tua mempraktikkan sikap disiplin secara terus-menerus kepada anak sejak dini dan orang tua konsisten kepada semua konsekuensi yang dilakukan oleh anak bila melanggar dari yang telah ditetapkan, maka sikap kekonsistensian tersebut akan dihayati dan menjadi kontrol diri baginya di kemudian hari.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang ikut andil memberikan pengaruh terhadap kontrol diri individu yaitu faktor usia kemudian faktor keluarga yang utama adalah orang tua serta faktor budaya.

4. Perspektif Islam Dari Kontrol diri

Kontrol diri dalam pandangan Islam merupakan bagian dari kesabaran. Kontrol diri termasuk pada tingkat yang paling tinggi jika dibandingkan dengan bentuk kesabaran yang lain. Menurut Al-Jauziyah, derajat kesabaran yang paling berat yaitu meninggalkan

larangan yang secara umum adalah sesuatu yang disenangi, dalam hal ini individu bersikap sabar untuk menjauhi kesenangan yang bersifat sementara di dunia demi kesenangan di masa mendatang (Alaydrus, 2017: 19).

Berkaitan dengan hal tersebut, Allah SWT berfirman dalam surah Al- Mu'min sebagai berikut:

يَقَوْمِ إِنَّمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا مَتَّعَ وَإِنَّ الْآخِرَةَ هِيَ دَارُ الْقَرَارِ

Artinya: Wahai kaumku! Sesungguhnya kehidupan dunia ini hanyalah kesenangan (sementara) dan sesungguhnya akhirat itulah negeri yang kekal (Q.S. Al-Mu'min [40], dalam terjemahan Kemenag hlm. 471).

Pada hakikatnya, individu harus menjadikan agama sebagai sebuah pedoman atau petunjuk yang mengarahkan kemana harus berlabuh. Kontrol diri dikatakan penting supaya individu tidak terjebak dalam kesenangan dan kenikmatan dunia yang sementara kemudian abai kepada persiapan kehidupan di akhirat kelak. Dengan adanya kontrol diri maka individu dapat mencapai tujuan hidupnya yang sebenarnya. Kontrol diri dalam perspektif Islam adalah bagaimana keterampilan individu dalam memprosesikan dirinya serta perilakunya agar sejalan dengan perintah Allah SWT, kemudian menjadikan Al-Quran dan hadist sebagai pedoman perilakunya (Casmini, 2022: 7).

C. Hubungan Kontrol diri Dengan Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi didefinisikan sebagai perilaku menunda-nunda untuk mengerjakan serta menyelesaikan sesuatu (Yaningsih, 2018: 910). Ghufron & Risnawati (2010:156) menyatakan prokrastinasi akademik adalah “jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus”. Monks (dalam Aini & Mahardayani, 2011: 66) menyatakan bahwa remaja mengalami krisis yang terlihat paling jelas pada penggunaan waktu luangnya sendiri. Hal ini dapat dicatat bahwa remaja mengalami lebih banyak kesulitan dalam memanfaatkan waktu luang yang dimilikinya.

Steel menyatakan bahwa terdapat beberapa aspek yang turut memberikan pengaruh pada prokrastinasi akademik tetapi, salah satu aspek yang paling melekat dengan prokrastinasi akademik adalah aspek kontrol diri (Chisan & Jannah, 2021: 221). Pertanyaan tersebut sejalan dengan Kay (dalam Yusuf, 2001: 72-73) yang mengungkapkan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yaitu “memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup (*Weltanschauung*)”. Individu dengan kontrol diri yang rendah memiliki kecenderungan untuk berperilaku menyimpang dari kaidah-kaidah dan aturan-aturan yang ada termasuk melanggar tata tertib di sekolah. Individu kurang memiliki keterampilan dalam menahan keinginan dan bertingkah laku sesuai dengan norma sosial. Kontrol diri

telah menjadi hal yang penting bagi remaja (Gul & Pesendorfer, dalam Rahardjo & Rianti, 2014: 20).

Goldfried & Marbaum (dalam Muhid, 2009: 2) mengartikan kontrol diri sebagai keterampilan individu untuk dapat menyusun, membimbing, mengatur, serta mengarahkan bentuk perilakunya dengan tujuan mendapatkan konsekuensi yang positif. Setiap individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda-beda. Individu dengan kontrol diri yang tinggi dapat mengarahkan dirinya kepada konsekuensi yang positif. Sedangkan individu dengan kontrol diri rendah kurang memiliki keterampilan bertingkah laku sesuai norma sosial.

Zacks & Hen (dalam Chisan & Jannah, 2021: 224) memaparkan bahwa siswa perlu mengerti bagaimana cara untuk memakai strategi kontrol diri secara adaptif guna berhasil dalam proses pembelajaran. Kurangnya pembelajaran terkait dengan kontrol diri siswa berakibat pada adanya siswa yang tidak memiliki strategi untuk memungkinkan mereka mengatur proses pembelajaran. Ketika siswa tidak dapat mengontrol dirinya saat terdapat godaan maka secara perlahan tugas tersebut akan ditinggal dan siswa mengalihkan dirinya pada aktivitas lain. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmaniah (2019: 17) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa SMP Negeri 1 Tanete Riaja dengan besar hubungan keduanya adalah 0,4 yang berarti memiliki hubungan yang sangat kuat. Kemudian penelitian dari Aisy & Sugiyo (2021: 171) menemukan bahwa

adanya hubungan yang berlawanan arah antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Hubungan antar variabel tersebut merupakan hubungan yang negatif. Semakin besar kontrol diri yang dimiliki oleh siswa maka prokrastinasi akademik siswa akan rendah. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dimunculkan oleh siswa.

D. Penelitian Terdahulu

Peneliti telah menemukan beberapa penelitian dengan judul serupa kemudian menganalisis setiap persamaan maupun perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini. Berikut merupakan daftar identitas penelitian terdahulu:

1. Berjudul hubungan kontrol diri dalam penggunaan sosial media dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir, diteliti tahun 2022. Peneliti bernama Shelvia Nurul Fahira dan Isnaya Arina Hidayati.
2. Berjudul hubungan antara kontrol diri dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMAIT Raflesia Depok, diteliti tahun 2021. Peneliti bernama Risma Widyaningrum dan Tanti Susilarini

3. Berjudul prokrastinasi akademik ditinjau dari kontrol diri pada siswa-siswi SMA Swasta Ar-Rahman Medan, diteliti tahun 2020. penelitiannya Widyastari, dkk.
4. Berjudul Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di SMP Negeri 1 Tanete Riaja, diteliti tahun 2019. Peneliti bernama Rahmaniah

Tabel di bawah ini memaparkan secara rinci mengenai persamaan serta perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu.

Tabel 2. 1 Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Terdahulu

NO	Persamaan	Perbedaan
1	Meneliti terkait hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik	<ol style="list-style-type: none"> a. Subjek dalam penelitian merupakan mahasiswa yang mengambil mata kuliah skripsi di salah satu universitas di Surakarta. Pada penelitian saya subjeknya siswa SMPN 13 Malang. b. Menggunakan aspek prokrastinasi akademik Tuckman (2022). Pada penelitian saya menggunakan aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari, dkk. (dalam Ghufron & Risnawati, 2010: 158-160) c. Menggunakan aspek kontrol diri Averill (1973). Pada penelitian saya menggunakan aspek kontrol diri Tangney dkk. yaitu kedisiplinan diri, non impulsif, kebiasaan baik,

		<p>etos kerja dan keandalan.</p> <p>d. Metode pengumpulan data yang digunakan ialah skala likert dengan 4 pilihan jawaban. Pada penelitian saya menggunakan Skala <i>semantic differensial</i> dengan respon angka berupa '1-9'.</p>
2	<p>Menggunakan aspek Prokrastinasi Akademik mengacu pada pendapat Ferrari, dkk (dalam Ghufron & Risnawati, 2017).</p>	<p>a. Terdapat tiga variabel yaitu kontrol diri, efikasi diri dan prokrastinasi akademik. Pada penelitian saya hanya ada dua variabel yaitu kontrol diri dan prokrastinasi akademik.</p> <p>b. Subjek dalam penelitian yaitu siswa SMAIT di Depok. Pada penelitian saya subjeknya siswa SMPN 13 Malang.</p> <p>c. Aspek kontrol diri mengutip pendapat Averill dalam Sunaryo (2016) yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan. Pada penelitian saya menggunakan aspek kontrol diri Tangney dkk. yaitu kedisiplinan diri, non impulsif, kebiasaan baik, etos kerja dan keandalan.</p> <p>d. Metode pengumpulan data yang digunakan ialah skala likert. Pada penelitian saya menggunakan Skala <i>semantic differensial</i> dengan respon angka berupa '1-9'.</p>
3	<p>Aspek Prokrastinasi Akademik mengacu pada pendapat Ferrari, dkk (dalam Ghufron &</p>	<p>a. Subjek dalam penelitian merupakan siswa SMA di Medan. Pada penelitian saya subjeknya siswa SMPN 13</p>

<p>Risnawati, 2016).</p>	<p>Malang.</p> <p>b. Aspek kontrol diri mengutip pendapat Averill dalam Sunaryo (2016) yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan. Pada penelitian saya menggunakan aspek kontrol diri Tangney dkk. yaitu kedisiplinan diri, non impulsif, kebiasaan baik, etos kerja dan keandalan.</p> <p>c. Jumlah sampel diambil berdasarkan ketentuan yang diungkap oleh Isaac dan Michael (Sugiyono, 2016). Penelitian saya menggunakan rumus slovin karena dalam penarikan sampel jumlahnya <i>representative</i> agar hasil penelitian dapat di generalisasikan dan perhitungannya tidak memerlukan tabel jumlah sampel, namun dengan rumus perhitungan sederhana.</p>
<p>4 Subjek dalam penelitian sama-sama siswa SMP.</p>	<p>a. Lokasi penelitian berbda yakni di SMP Negeri 1 Tanete Riaja. Pada penelitian saya lokasinya di SMPN 13 Malang.</p> <p>b. Teknik pengambilan sampel berpatokan pada penentuan yang dilakukan oleh arikunto (2002). Sampel sebanyak 10% dari populasi. Penelitian saya menggunakan rumus slovin karena dalam penarikan sampel jumlahnya</p>

representative agar hasil penelitian dapat di generalisasikan dan perhitungannya tidak memerlukan tabel jumlah sampel, namun dengan rumus perhitungan sederhana. Jumlah sampel yaitu 68.

- e. Aspek kontrol diri mengutip pendapat Averill dalam Sunaryo (2016) yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan. Pada penelitian saya menggunakan aspek kontrol diri Tangney dkk. yaitu kedisiplinan diri, non impulsif, kebiasaan baik, etos kerja dan keandalan.
-

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis alternatif (H_a) : Terdapat hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi pada siswa di SMP Negeri 13 Malang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian kuantitatif dilakukan dengan mengumpulkan data yang berupa angka-angka atau data berupakan kata-kata atau kalimat yang diubah menjadi data berupa angka. Kemudian data berupa angka-angka diolah serta dianalisis dengan tujuan mendapatkan informasi ilmiah di balik angka-angka tersebut (Martono, 2019: 20).

Darmansyah, dkk (2018: 12) menjelaskan bahwa “penelitian korelasional adalah penelitian yang menyelidiki ada tidaknya hubungan/korelasi antara dua atau lebih variabel”. Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMP Negeri 13 Malang.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan pusat perhatian dalam metode penelitian kuantitatif. Variabel dapat didefinisikan secara singkat sebagai konsep yang mempunyai variasi atau mempunyai lebih dari satu nilai (Martono, 2019: 59).

Variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel. Variabel-variabel tersebut adalah:

1. Variabel bebas atau *independent variabel*

Variabel bebas adalah variabel yang dipandang sebagai penyebab terjadinya perubahan dari variabel terikat. Pada umumnya berada dalam urutan tata waktu yang terjadi lebih dulu. Variabel bebas biasanya disimbolkan dengan variabel “X” (Martono, 2019: 61). Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah Kontrol Diri.

2. Variabel terikat atau *dependent variabel*

Variabel terikat adalah variabel yang dipandang sebagai variabel yang dipengaruhi oleh adanya variabel bebas. Variabel terikat biasanya disimbolkan dengan variabel “Y” (Martono, 2019: 61). Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah Prokrastinasi Akademik.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk melakukan tindakan penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan suatu tugas sampai saat-saat terakhir kemudian memilih melakukan kegiatan lain yang tidak bermanfaat serta menghambat kinerja meskipun individu telah memperkirakan

adanya dampak buruk dari penundaan tersebut. Aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari, dkk (dalam Ghufron & Risnawati, 2010: 158-160) terdiri dari empat aspek yaitu, penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

2. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan individu mengarahkan, membimbing, mengatur, menyusun perilakunya dalam berproses di kehidupannya melalui berbagai pertimbangan kemudian memiliki kepekaan membaca situasi diri dan lingkungan dengan tujuan mendapatkan konsekuensi yang positif. Aspek kontrol diri menurut Tangney, dkk. (dalam Chaq, dkk, 2018: 24-25) dibagi menjadi lima aspek yaitu kedisiplinan diri, non impulsif, kebiasaan baik, etos kerja dan keandalan.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sukandarrumidi (2006: 47) populasi merupakan keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari benda nyata, abstrak, peristiwa atau gejala yang merupakan sumber data dan memiliki karakter tertentu yang sama. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan dari Martono (2019: 76) bahwa populasi adalah seluruh objek ataupun

subjek yang ada di suatu wilayah serta memenuhi syarat-syarat tertentu berhubungan dengan masalah penelitian. Dalam penelitian ini populasi yang dimiliki adalah 210 siswa SMP Negeri 13 Malang, jumlah tersebut terdiri dari 150 siswa kelas 7 dan 60 siswa kelas 8.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang mempunyai sifat serupa dari objek yang merupakan sumber data Sukandarrumidi (2006: 50). Sedangkan Martono (2019: 76-77) menyatakan bahwa “sampel dapat didefinisikan sebagai anggota populasi yang dipilih dengan menggunakan prosedur tertentu sehingga diharapkan dapat mewakili populasi”. Penelitian ini menggunakan rumus slovin karena dalam penarikan sampel jumlahnya *representative* agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dan perhitungannya tidak memerlukan tabel jumlah sampel, namun dengan rumus perhitungan sederhana. Masing-masing kelas diambil beberapa sampel dengan taraf kesalahan 10% dengan rumus berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

Keterangan:

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

e : Persentasi (%). Toleransi ketidaktelitian karena kesalahan dalam pengambilan sampel.

Berdasarkan rumus tersebut, maka jumlah sampel yang diambil dalam penelitian adalah:

$$n = \frac{210}{1 + 210 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{210}{1 + 210 (0,01)}$$

$$n = \frac{210}{1 + 2,1}$$

$$n = \frac{210}{3,1}$$

$$n = 67,7$$

Sesuai dengan hasil perhitungan di atas maka ditentukan 67,7 dibulatkan menjadi 68 orang. Kemudian penentuan jumlah sampel pada kelas VII dan VIII dilakukan dengan menggunakan rumus alokasi proportional sebagai berikut:

$$N = \frac{n}{S} \times n$$

Keterangan:

N : Jumlah sampel tiap kelas

n :Jumlah populasi tiap kelas

S : Total populasi

n : Total sampel

Hasil yang didapatkan dari perhitungan *proportionate random sampling* adalah sebagai berikut:

$$\text{Kelas VII} \quad N = \frac{150}{210} \times 68 = 48,57 \text{ dibulatkan menjadi } 49$$

$$\text{Kelas VIII} \quad N = \frac{60}{210} \times 68 = 19,42 \text{ dibulatkan menjadi } 19$$

Peneliti menggunakan teknik *probability sampling* dalam proses pengambilan sampel karena semua anggota populasi dapat kesempatan yang sama agar terpilih sebagai sampel. Jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *proportionate random sampling*.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Skala

Sekaran menyatakan bahwa “skala pengukuran adalah serangkaian aturan yang dibutuhkan untuk menguantitatifkan data dari pengukuran suatu variabel” (Julianita & Sarjono, 2011: 5). Tujuan penggunaan skala dalam penelitian ini untuk mengukur kontrol diri serta prokrastinasi akademik pada siswa di SMP Negeri 13 Malang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini dibuat dengan model skala *semantic differensial*. Pada skala tersebut responden diminta untuk menjawab atau memberikan penilaian pada suatu konsep

tertentu. Skala *semantic differential* berisikan serangkaian karakteristik bipolar (dua kutub) sehingga menunjukkan suatu keadaan yang saling bertentangan seperti sering dilakukan – tidak pernah dilakukan, panas – dingin, buruk – baik dan sebagainya (Riduwan, 2005: 18-19). Dalam penelitian ini respon angka berupa ‘1-9’.

Penelitian ini menggunakan dua skala psikologi yaitu skala prokrastinasi akademik dan skala kontrol diri. Adapun rincian dari setiap skala sebagai berikut:

a. Skala Prokrastinasi Akademik

Pengukuran prokrastinasi akademik pada penelitian ini menggunakan aspek-aspek yang dinyatakan oleh Ferarri, dkk (dalam Ghufron & Risnawati, 2019: 158-160), yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Sebagai mana rincian skala prokrastinasi akademik pada tabel berikut ini:

Tabel 3. 1 Blueprint Prokrastinasi Akademik

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
1	Penundaan untuk memulai dan	Menunda untuk mulai mengerjakan	1	5	2

	menyelesaikan tugas				
		Menunda mengerjakan tugas hingga tuntas	3	7	2
2	Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	Butuh waktu lama untuk mempersiapkan diri	9	12	2
		Melakukan hal menyita waktu tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu	11, 13	10, 18	4
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Ketidaksesuaian rencana dengan tindakan	17, 19	15, 18	4
		Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu pengumpulan tugas	14	16	2
		Gagal menyelesaikan tugas	21	2	2
4	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	Melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas	6, 8	4, 20	4
		Total	11	11	22

b. Skala Kontrol Diri

Pengukuran kontrol diri pada penelitian ini menggunakan aspek-aspek yang dinyatakan Tangney, dkk. (dalam Chaq, dkk, 2018:

24-25) dibagi menjadi lima aspek yaitu, disiplin diri, non impulsif, kebiasaan baik, etos kerja dan keandalan.

Tabel 3. 2 Blueprint Kontrol Diri

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
1	Disiplin diri	Memiliki sikap disiplin	2, 9	4, 14	4
		Fokus dalam mengerjakan tugas	20	11	2
		Mampu menahan diri dari hal yang mengganggu konsentrasi	15, 26	1, 21	4
2	Non impulsif	Berpikir sebelum bertindak/mengambil keputusan	6, 36	17, 30	4
		Mampu tenang dalam bertindak/mengambil keputusan	19, 32	16, 29	4
3	Kebiasaan baik	Menolak hal berdampak buruk meskipun menyenangkan	12	28	2
		Mengutamakan hal dengan dampak positif	22, 35	24, 33	4
4	Etos kerja	Mampu mengatur perilaku untuk menyelesaikan tugas	3, 27	8, 23	4
5	keandalan	Kemampuan dalam membuat rencana untuk	13, 34	18, 31	4

	suatu tujuan			
	Konsisten mewujudkan setiap rencana	5, 10	7, 25	4
	Total	18	18	36

F. Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sampai sejauh mana suatu alat ukur didalam melakukan fungsinya memiliki ketepatan dan kecermatan atau mampu memberikan gambaran terkait perbedaan yang sekecil-kecilnya (Azwar, 2007: 5-6). Uji validitas pada penelitian ini menggunakan metode korelasi pearson yaitu dengan cara mengorelasikan skor item dengan skor total item. Selanjutnya pengujian signifikansi dilakukan dengan kriteria menggunakan r tabel pada tingkat signifikansi 0,05 dengan uji 2 sisi. Bila nilai positif dan r hitung \geq r tabel maka item dapat dinyatakan valid, bila r hitung $<$ r tabel maka item dinyatakan tidak valid (Priyatno, 2012: 110).

Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Prokrastinasi Akademik

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Valid	Gugur	
1	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Menunda untuk mulai mengerjakan tugas	1, 5	-	2
		Menunda mengerjakan tugas hingga tuntas	3, 7	-	2

2	Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	Butuh waktu lama untuk mempersiapkan diri	9, 12	-	2
		Melakukan hal menyita waktu tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu	10, 11, 13	18	4
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Ketidaksesuaian rencana dengan tindakan	15, 17, 18	19	4
		Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu pengumpulan tugas	14, 16	-	2
		Gagal menyelesaikan tugas	2, 21	-	2
4	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	Melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas	6, 8, 20	4	4
Total			19	3	22

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa skala prokrastinasi akademik di awal penelitian memiliki 22 aitem, kemudian setelah dilakukan uji validitas menggunakan SPSS for windows menunjukkan terdapat 19 aitem yang valid dan 3 aitem yang gugur.

Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Kontrol Diri

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Valid	Gugur	
1	Disiplin diri	Memiliki sikap disiplin	2, 2, 9, 14	-	4
		Fokus dalam mengerjakan tugas	11, 20	-	2
		Mampu menahan diri dari hal yang mengganggu konsentrasi	1, 15, 21	26	4
2	Non impulsif	Berpikir sebelum bertindak/mengambil keputusan	6, 17, 30, 36	-	4
		Mampu tenang dalam bertindak/mengambil keputusan	19, 29, 32	16	4
3	Kebiasaan baik	Menolak hal berdampak buruk meskipun menyenangkan	12, 28	-	2
		Mengutamakan hal dengan dampak positif	22, 33, 35	24	4
4	Etos kerja	Mampu mengatur perilaku untuk menyelesaikan tugas	3, 8, 23	27	4
5	keandalan	Kemampuan dalam membuat rencana untuk suatu tujuan	13, 18, 31, 34	-	4
		Konsisten mewujudkan setiap rencana	5, 7, 10, 25	-	4
Total			32	4	36

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa skala kontrol diri di awal penelitian memiliki 36 aitem, kemudian setelah dilakukan uji validitas menggunakan SPSS for windows menunjukkan terdapat 32 aitem yang valid dan 4 aitem yang gugur.

G. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang memiliki asal kata *rely* dan *ability*. Nama lainnya dari reliabilitas yaitu keterpercayaan, konsistensi, keajegan, keterandalan, kestabilan dan lain sebagainya. Secara singkat, reliabilitas adalah sejauh mana suatu hasil pengukuran mampu dipercaya (Azwar, 2007: 2). Pada uji reliabilitas, semua *item* yang valid dimasukkan sedangkan item yang tidak valid maka tidak dimasukkan. Guna menentukan suatu instrumen reliabel atau tidak maka dapat menggunakan batas nilai Alpha 0,6. Menurut Sekaran (dalam Priyatno, 2012: 187) reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan bila di atas 0,8 adalah baik.

Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Alpha	Keterangan
Prokrastinasi Akademik	0.682	Reliabel
Kontrol Diri	0.752	Reliabel

H. Teknik Analisis Data

1. Kategorisasi

Bertujuan untuk mengetahui tingkat kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada siswa di SMP Negeri 13 Malang maka penentuan kategorisasinya sebagai berikut:

a. Mencari Mean Hipotetik

$$\mu = \frac{1}{2}(X_{max} + X_{min})$$

Keterangan:

μ : Rerata hipotetik

X_{max} : Skor maksimal aitem

X_{min} : Skor minimal aitem

b. Mencari Standar Deviasi Hipotetik

$$\sigma = \frac{1}{6}(\chi_{max} - \chi_{min})$$

Keterangan:

σ : Standar deviasi hipotetik

χ_{max} : Skor maksimal subjek

χ_{min} : Skor minimal subjek

c. Menentukan Kategorisasi

Penentuan kategorisasi berdasarkan model distribusi normal menurut Azwar (2007: 109) dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 3. 6 Kategorisasi

Kategori	Kriteria jenjang
Tinggi	$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$
Sedang	$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$
Rendah	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini digunakan untuk menguji kenormalan distribusi data. Uji Kolmogorov Smirnov digunakan untuk menentukan suatu distribusi sebaran suatu sampel. Ketentuan penolakan atau penerimaan hipotesis yaitu bila signifikansi dibawah atau sama dengan 0,05 maka H_a diterima dan H_0 ditolak (Sugiono & Wibowo, 2004: 131).

3. Uji Linearitas

Uji linearitas ditujukan untuk mengetahui linearitas data, yaitu apakah dua variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak. Pengujian pada SPSS dengan menggunakan *Test for Linearity* pada taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang linear jika signifikansi kurang dari 0,05 (Purnomo, 2016: 94).

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu uji korelasi *product moment*. Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui keeratan hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain. Adapun ketentuan pengujian hipotesis yaitu bila signifikansi dibawah atau sama dengan 0,05 maka H_a diterima. Dengan kata lain terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel penelitian (Sugiono & Wibowo, 2004: 175).

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi dan Objek Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 13 Malang yang bertempat di jalan Sunan Ampel II, RT.09/RW.02, Dinoyo, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65144. SMP Negeri 13 Malang mulai dirintis pada tahun 1994 dan memiliki visi dan misi, diantaranya:

a. Visi Sekolah

Terwujudnya sdm berkarakter luhur, berprestasi, dan berbudaya lingkungan

Indikator Visi:

- 1) Unggul dalam prestasi akademik dan non akademik
- 2) Unggul dalam pembinaan karakter dan budaya luhur
- 3) Unggul dalam pengelolaan lingkungan
- 4) Mengikutsertakan orang tua dalam pendidikan keluarga

b. Misi Sekolah

- 1) Mengembangkan pembelajaran yang kreatif dan inovatif
- 2) Meningkatkan prestasi akademik secara intensif dan berkelanjutan
- 3) Meningkatkan kompetensi pendidik dan tenaga pendidikan secara professional

- 4) Melakukan pembinaan kegiatan ekstrakurikuler secara intensif
- 5) Meningkatkan penghayatan dan pengamalan nilai-nilai agama dan budaya bangsa
- 6) Meningkatkan upaya pembinaan karakter pada peserta didik
- 7) Meningkatkan peran serta seluruh warga sekolah dan pengelolaan lingkungan sekolah yang sehat

c. Tujuan Sekolah

- 1) Tercapainya peningkatan keimanan, ketaqwaan melalui kegiatan keagamaan (Pembiasaan dos, sholat berjamaah, peringatan hari besar keagamaan)
 - 2) Tercapainya peningkatan perilaku santun, disiplin, patuh dan taat pada peraturan
 - 3) Tercapainya kemandirian sesuai dengan potensi yang dimilikinya
 - 4) Terlaksananya komunikasi dan interaksi secara efektif dan santun
 - 5) Terwujudnya nilai-nilai kebersamaan dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara demi terwujudnya persatuan dalam negara kesatuan Republik Indonesia
 - 6) Terlaksananya kegiatan pembelajaran yang kreatif, inovatif dengan berbagai media dan sumber
 - 7) Tercapainya peningkatan nilai rata-rata US, UN setiap tahun
- 0,2

- 8) Tercapainya peningkatan profesionalisme pendidik dan tenaga kependidikan melalui berbagai kegiatan (Diklat, Workshop, Seminar, MGMP, Penelitian)
- 9) Tercapainya peningkatan prestasi kegiatan ekstrakurikuler Paskibra, Pramuka dan Drumband
- 10) Terwujudnya peran serta seluruh warga sekolah dalam pengelolaan lingkungan secara mandiri
- 11) Terlaksananya peran serta seluruh warga sekolah dalam kegiatan perlindungan lingkungan dan sumber daya alam melalui penghijauan
- 12) Terlaksananya peran serta seluruh warga sekolah dalam kegiatan pelestarian lingkungan dan sumber daya alam, melalui kegiatan perawatan tanaman, pengelolaan tanah dan air
- 13) Terlaksananya peran serta seluruh warga sekolah dalam kegiatan pencegahan kerusakan lingkungan dan sumber daya alam melalui (3R) *Reduce, Reuse dan Recycle*
- 14) Terwujudnya sekolah adiwiyata mandiri
- 15) Terwujudnya kelestarian kebudayaan local
- 16) Tercapainya peningkatan kemampuan TIK warga sekolah
- 17) Terwujudnya sekolah ramah anak
- 18) Terwujudnya sekolah sahabat keluarga

2. Waktu, Tempat dan Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada hari Rabu, 19 April 2023 menggunakan angket skala penelitian. Penyebaran skala dilakukan secara *online* ke siswa SMP Negeri 13 Malang kelas VII dan VIII. Pada kolom survei disertakan identitas peneliti, tujuan peneliti, kriteria responden yang dituju, penulisan data subjek serta petunjuk pengerjaan. Seluruh subjek telah menyatakan setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian ini yang dibuktikan dengan kesediaan responden untuk mengisi kuesioner dan melengkapi identitas secara jujur yang terdiri dari nama atau inisial dan kelas. Kemudian responden mengisi seluruh pernyataan dalam skala penelitian prokrastinasi akademik dan kontrol diri yang terdiri dari 22 aitem dan 36 aitem.

B. Hasil Penelitian

1. Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

Hasil analisis perhitungan validitas aitem menggunakan korelasi pearson, aitem dinyatakan valid apabila r hitung $>$ r tabel (0,238). Dari hasil uji validitas yang dilakukan pada skala prokrastinasi akademik maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Validitas Skala Prokrastinasi Akademik

Aitem	r-hitung	r-tabel	Validitas
1	0,461	0,238	Valid
2	0,550	0,238	Valid
3	0,525	0,238	Valid
4	0,213	0,238	Invalid
5	0,603	0,238	Valid
6	0,669	0,238	Valid
7	0,683	0,238	Valid
8	0,548	0,238	Valid
9	0,486	0,238	Valid
10	0,441	0,238	Valid
11	0,307	0,238	Valid
12	0,500	0,238	Valid
13	0,443	0,238	Valid
14	0,595	0,238	Valid
15	0,328	0,238	Valid
16	0,574	0,238	Valid
17	0,321	0,238	Valid
18	0,110	0,238	Invalid
19	0,072	0,238	Invalid
20	0,355	0,238	Valid
21	0,490	0,238	Valid
22	0,581	0,238	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas menggunakan SPSS 23.0 for *windows Statistical Program Series*, terdapat 3 aitem gugur. Diantaranya aitem nomor 4 dengan r-hitung 0,213, aitem nomor 18 dengan r-hitung 0,110 dan aitem nomor 19 dengan r-hitung 0,072. Dengan demikian terdapat 19 aitem yang valid dari skala prokrastinasi akademik.

Tabel 4. 2 Validitas Skala Kontrol Diri

Aitem	r-hitung	r-tabel	Validitas
1	0,261	0,238	Valid
2	0,353	0,238	Valid
3	0,516	0,238	Valid
4	0,636	0,238	Valid
5	0,516	0,238	Valid
6	0,266	0,238	Valid
7	0,506	0,238	Valid
8	0,690	0,238	Valid
9	0,559	0,238	Valid
10	0,690	0,238	Valid
11	0,392	0,238	Valid
12	0,313	0,238	Valid
13	0,397	0,238	Valid
14	0,474	0,238	Valid
15	0,309	0,238	Valid
16	0,115	0,238	Invalid

17	0,318	0,238	Valid
18	0,566	0,238	Valid
19	0,315	0,238	Valid
20	0,581	0,238	Valid
21	0,393	0,238	Valid
22	0,560	0,238	Valid
23	0,432	0,238	Valid
24	-0,336	0,238	Invalid
25	0,456	0,238	Valid
26	0,188	0,238	Invalid
27	0,142	0,238	Invalid
28	0,245	0,238	Valid
29	0,523	0,238	Valid
30	0,584	0,238	Valid
31	0,529	0,238	Valid
32	0,555	0,238	Valid
33	0,549	0,238	Valid
34	0,522	0,238	Valid
35	0,745	0,238	Valid
36	0,582	0,238	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas menggunakan SPSS 23.0 for *windows Statistical Program Series*, terdapat 4 aitem gugur. Diantaranya aitem nomor 16 dengan r-hitung 0,115, aitem nomor 24 dengan r-hitung -0,336, aitem nomor 26 dengan r-hitung 0,188

dan aitem nomor 27 dengan r-hitung 0,142. Dengan demikian terdapat 32 aitem yang valid dari skala kontrol diri.

b. Reliabilitas

Reliabilitas analisis skala dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif melalui pendekatan konsistensi internal menggunakan koefisien *Cronbach Alpha*. Analisis hasil uji reliabilitas butir-butir skala dalam penelitian ini memanfaatkan bantuan komputer yang disediakan oleh SPSS versi 23 *for windows*.

Tabel 4. 3 Uji Statistik Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik

Cronbach's Alpha	N of Items
0,682	19

Hasil uji pada skala prokrastinasi akademik adalah 0,682. Maka dapat dikatakan reliabel karena mencapai nilai cronbach alpha > 0,6.

Tabel 4. 4 Uji Statistik Skala Kontrol Diri

Cronbach's Alpha	N of Items
0,752	32

Hasil uji pada skala kontrol diri adalah 0,752. Maka dapat dikatakan reliabel karena mencapai nilai cronbach alpha > 0,6.

2. Analisis Data Prokrastinasi Akademik Dan Kontrol Diri

a. Kategorisasi Data

Kategorisasi data adalah pengelompokan data masing-masing subjek pada tingkat tertentu. Pada penelitian ini, peneliti bertujuan mencari tingkat kategorisasi pada variabel prokrastinasi akademik dan kontrol diri.

1) Prokrastinasi Akademik

Tingkat prokrastinasi akademik pada siswa di SMP Negeri 13 Malang terbagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah.

$$X_{\min} = 1 \times 19 = 19$$

$$X_{\max} = 9 \times 19 = 171$$

$$\text{Mean} = \frac{X_{\max} + X_{\min}}{2} = \frac{171 + 19}{2} = 95$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min} = 171 - 19 = 152$$

$$\text{Standar Deviasi} = \frac{\text{range}}{6} = \frac{152}{6} = 25,33$$

Skala prokrastinasi akademik memiliki skor terendah 1 dan skor tertinggi 9 dengan jumlah aitem 19, terdapat kemungkinan skor tertinggi 171 dan skor terendah 19 dengan mean hipotetik 95, range 152 serta standar deviasi 25,33. Setelah mendapatkan nilai mean

dan standar deviasi, maka langkah selanjutnya yaitu pengkategorian data.

Tabel 4. 5 Tingkat Prokrstinasi Akademik

Kategorisasi	Kriteria
Tinggi	$(95 + 25,33) \leq X$
	$120,33 \leq X$
Sedang	$(95 - 25,33) \leq X < (95 + 25,33)$
	$69,67 \leq X < 120,33$
Rendah	$X < (95 - 25,33)$
	$X < 69,67$

Kategorisasi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rendah	9	13.2	13.2	13.2
Sedang	52	76.5	76.5	89.7
Tinggi	7	10.3	10.3	100.0
Total	68	100.0	100.0	



Gambar 4.1 Kategorisasi Tingkat Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil diagram 4.1 di atas menunjukkan bahwa frekuensi dan persentase tingkat prokrastinasi akademik siswa SMP negeri 13 Malang mayoritas memiliki tingkat prokrastinasi akademik sedang. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh yaitu sebesar 76.5% memiliki tingkat prokrastinasi akademik sedang dengan jumlah frekuensi 52 siswa. Kemudian sebesar 13.2% memiliki tingkat prokrastinasi akademik rendah dengan jumlah frekuensi 9 siswa. Selanjutnya sebesar 10.3% memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi dengan jumlah frekuensi 7 siswa.

2) Kontrol diri

Tingkat kontrol diri pada siswa di SMP Negeri 13 Malang terbagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah.

$$X_{\min} = 1 \times 32 = 32$$

$$X_{\max} = 9 \times 32 = 288$$

$$\text{Mean} = \frac{X_{\max} + X_{\min}}{2} = \frac{288 + 32}{2} = 160$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min} = 288 - 32 = 256$$

$$\text{Standar Deviasi} = \frac{\text{range}}{6} = \frac{256}{6} = 42,66$$

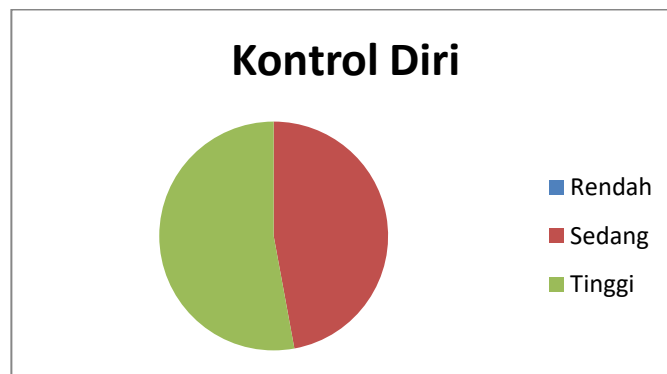
Skala prokrastinasi akademik memiliki skor terendah 1 dan skor tertinggi 9 dengan jumlah aitem 32, terdapat kemungkinan skor tertinggi 288 dan skor terendah 32 dengan mean hipotetik 160, range 256 serta standar deviasi 42,66. Setelah mendapatkan nilai mean dan standar deviasi, maka langkah selanjutnya yaitu pengkategorian data.

Tabel 4. 6 Tingkat Kontrol Diri

Kategorisasi	Kriteria
Tinggi	$(160 + 42,66) \leq X$
	$202,66 \leq X$
Sedang	$(160 - 42,66) \leq X < (160 + 42,66)$
	$117,34 \leq X < 202,66$
Rendah	$X < (160 - 42,66)$
	$X < 117,34$

Kategorisasi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Sedang	32	47.1	47.1	47.1
Tinggi	36	52.9	52.9	100.0
Total	68	100.0	100.0	



Gambar 4. 2 Kategorisasi Tingkat Kontrol Diri

Berdasarkan hasil diagram 4.2 di atas menunjukkan bahwa frekuensi dan persentase tingkat kontrol diri siswa SMP negeri 13 Malang mayoritas memiliki tingkat kontrol diri tinggi. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh yaitu sebesar 47.1% memiliki tingkat kontrol diri sedang dengan jumlah frekuensi 32 siswa. Kemudian sebesar 52.9% memiliki tingkat kontrol diri tinggi dengan jumlah frekuensi 36 siswa dan sebesar 0%

memiliki tingkat kontrol diri rendah dengan jumlah frekuensi 0 siswa.

b. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini digunakan untuk menguji kenormalan distribusi data. Uji Kolmogorov Smirnov digunakan untuk menentukan suatu distribusi sebaran suatu sampel. Apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka data berdistribusi normal.

Tabel 4. 7 Uji Normalitas Kedua Variabel

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandarized Residual
N		68
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	16.90764013
Most Extreme Differences	Absolute	.068
	Positive	.068
	Negative	-.053
Test Statistic		.068
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Hasil uji normalitas pada Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200. Sehingga dapat diartikan hasil uji normalitas

berdistribusi normal dengan signifikansi $> 0,05$ seta memenuhi kriteria normalitas.

c. Uji Linearitas

Uji linearitas ditujukan untuk mengetahui linearitas data, yaitu apakah dua variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak. Pengujian pada SPSS dengan menggunakan *Test for Linearity* pada taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang linear jika signifikansi kurang dari 0,05.

Tabel 4. 8 Uji Linearitas Kedua Variabel

		ANOVA Table					
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PA * KD	Between Groups	Combined	26100 .882	5 1	511.7 82	1.5 43	.1 71
		Linearity	12253 .707	1	1225 3.707	36. 950	.0 00
		Deviation from Linearity	13847 .176	5 0	276.9 44	.83 5	.6 97
Within Groups			5306.0 00	16	331.62 5		
Total			31406. 882	67			

Hasil uji linearitas didapatkan pada nilai *deviation from linearity* sebesar 0,697. Nilai tersebut > 0,05 maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang linier antara variabel prokrastinasi akademik dan kontrol diri.

d. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji korelasi *product moment*. Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui keeratan hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain. Adapun ketentuan pengujian hipotesis yaitu bila signifikansi dibawah atau sama dengan 0,05 maka H_a diterima.

Tabel 4. 9 Uji Hipotesis Kedua Variabel

Correlations			
		Kontrol Diri	Prokrastinasi Akademik
Kontrol Diri	Pearson Correlation	1	-.625**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	68	68
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	-.625**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	68	68

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada tabel di atas maka ditemukan bahwa koefisien korelasi (r) sebesar $-0,625$. Hal ini dapat diartikan arah hubungan antar variabel berlawanan. Semakin tinggi variabel dependen maka semakin rendah variabel independent. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka prokrastinasi akademik semakin rendah. Sedangkan untuk nilai signifikansi diperoleh $0,000$ yang berarti $< 0,05$ dan dapat dinyatakan terdapat hubungan yang signifikan antar variabel. Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan korelasi negatif dan signifikan antara variabel prokrastinasi akademik dan kontrol diri. Dengan kata lain, H_a dalam penelitian ini diterima.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis ada atau tidak hubungan antara prokrastinasi akademik dengan kontrol diri pada siswa kelas VII dan VII di SMP Negeri 13 Malang. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan korelasi negatif dan signifikan antara variabel prokrastinasi akademik dan kontrol diri. Tingkat prokrastinasi akademik berada di kategori sedang sedangkan tingkat kontrol diri berada di kategori tinggi. Berikut penjelasan lebih lanjut dari hasil penelitian:

1. Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di SMP Negeri 13 Malang

Menurut Knaus (dalam Faragita & Dalimunthe, 2022: 45) prokrastinasi adalah masalah kebiasaan menunda suatu kegiatan

penting sampai waktu lain atau hari esok. Prokrastinasi melibatkan proses persepsi dan pikiran yang saling terkait dengan komponen kognitif, komponen emosi dan komponen perilaku. Dalam bidang pendidikan terdapat istilah prokrastinasi akademik. Wolter (dalam Muyana, 2018: 47) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah sebuah kegagalan dalam pengerjaan tugas akademik sehingga melewati batasan waktu yang ditetapkan. Dengan kata lain, adanya perilaku menunda-nunda pengerjaan tugas hingga saat-saat terakhir.

Setiap siswa tentu memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang berbeda. Terdapat siswa yang dapat menggunakan waktu dengan baik dalam mengerjakan tugas. Akan tetapi, beberapa siswa ada yang tidak dapat memaksimalkan waktu dengan baik lalu mengulur waktu dengan cara melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan. Pada hasil penelitian ini akan dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik sedang dengan memperoleh persentase sebanyak 76,5% dengan jumlah frekuensi 52 siswa. Artinya sebagian besar siswa melakukan penundaan pada tugas akademik. Dari hasil tersebut ditunjukkan bahwa sebagian besar indikator prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa telah terpenuhi, dengan demikian siswa kelas VII dan VIII SMP negeri 13 Malang memerlukan perhatian khusus untuk menurunkan angka prokrastinasi akademik

karena prokratinasi akademik dapat memberikan beberapa dampak negatif kepada siswa. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian dari Suhadianto (2019: 212) yang menemukan bahwa prokrastinasi akademik dapat berdampak pada ranah afektif seperti stress, gelisah, cemas, takut, emosi tidak terkontrol, panik dan sedih. Kemudian dampak pada ranah kognitif seperti menilai bahwa dirinya telah gagal serta terus teringat dengan tugas yang belum selesai. Dampak pada perilaku yang muncul yaitu malas mengerjakan tugas yang lain, terlambat datang ke sekolah, telat dalam mengumpulkan tugas dan sering terburu-buru. Dampak lainnya timbul pada fisik seperti kelelahan, pusing, sulit tidur, dan jantung terus berdebar-debar. Hal-hal yang dialaminya tersebut dapat berdampak pada moral siswa yang akhirnya memilih untuk menyontek tugas milik temannya.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat sebesar 10,3% atau dengan frekuensi 7 anak memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi. Artinya sebagian kecil siswa masih sering melakukan penundaan dalam mengerjakan suatu tugas. Kemudian sebesar 13,2% atau dengan frekuensi 9 siswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Artinya sudah ada sebagian kecil yang jarang atau bahkan tidak menunda-nunda pengerjaan tugas hingga saat-saat terakhir.

Prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa dapat dipicu oleh beberapa faktor. Terdapat faktor-faktor internal dan eksternal yang

menjadi pemicu timbulnya prokrastinasi akademik dalam diri individu. Menurut Ferrari, dkk. (dalam Nurjan, 2020: 72) kecenderungan dalam keluarga dapat memicu individu berperilaku prokrastinasi. Misalkan anak yang pertama lebih diperhatikan, dilindungi, sedangkan anak terakhir lebih dimanja terlebih jika selisih usia lebih jauh. Oleh karena itu kesenjangan dari sisi keluarga dapat memicu prokrastinasi terbentuk untuk mencari perhatian. Selanjutnya terdapat faktor kodrati, fisik dan kondisi psikologis. kemudian eksternal seperti faktor pola asuh, lingkungan keluarga dan masyarakat juga turun memberikan kecenderungan munculnya prokrastinasi dalam diri individu.

Teori di atas diperkuat dengan penelitian dari Purwanti, dkk. (2018: 7) yang menemukan faktor penyebab terjadinya prokrastinasi akademik adalah kondisi fisik dan kondisi psikologis. Kondisi fisik dari siswa yang menyebabkan prokrastinasi akademik seperti pening, rasa kantuk, lelah dan rasa lapar. Kemudian ditemukan kondisi psikologis yang menjadi penyebab yaitu stress, rasa cemas, terlibat perselisihan dengan teman, dan jenuh. Kemudian penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Novia, dkk (2021: 81) menemukan bahwa pola asuh orang tua dengan prokrastinasi akademik memiliki hubungan. Artinya semakin tinggi pola asuh orang tua artinya semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik, begitupula sebaliknya. Orang tua perlu menerapkan pola asuh yang ideal bagi anak agar mampu menjadi sosok teladan bagi anak.

2. Tingkat Kontrol Diri Siswa di SMP Negeri 13 Malang

Goldfried & Marbaum (dalam Muhid, 2009: 2) menyatakan bahwa kontrol diri merupakan keterampilan individu untuk dapat menyusun, membimbing, mengatur, serta mengarahkan bentuk perilakunya dengan tujuan mendapatkan konsekuensi yang positif. Setiap individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda-beda. Individu dengan kontrol diri yang tinggi dapat mengarahkan dirinya kepada konsekuensi yang positif. Pendapat lain menurut Baumeister (dalam Faragita & Dalimunthe, 2022: 47) kontrol diri merupakan salah satu dari dua sifat yang diperlihatkan oleh psikologi untuk mengarahkan pada hasil yang positif dalam suatu aktivitas dan usaha, jalan hidup dan keadaan yang sangat luas. Dimana kontrol diri akan membawa individu sesuai dengan standar seperti cita-cita, nilai-nilai, moral serta harapan sosial untuk mengejar tujuan jangka panjang. Kontrol diri memiliki tujuan untuk mengarahkan dan membimbing individu untuk melakukan perilaku yang positif.

Setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam pengendalian diri. Terdapat individu yang sudah baik dalam mengendalikan atau mengontrol diri akan tetapi, terdapat juga individu yang kurang bisa mengendalikan diri dengan baik. Kontrol diri merupakan hal penting yang perlu dimiliki karena pada saat melakukan sesuatu individu harus mampu menempatkan dirinya

situasi atau kondisi yang tengah dihadapi. Pada hasil penelitian ini akan dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah.

Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi dengan memperoleh persentase sebanyak 52,9% dengan jumlah frekuensi 36 siswa. Artinya sebagian siswa telah memiliki pengendalian diri yang baik sehingga dapat menekan angka perilaku prokrastinasi akademik. Hal tersebut sejalan dengan ungkapan Averill (dalam ini & Mahardayani, 2011: 69) bahwa individu dengan kontrol diri yang tinggi mampu mengendalikan perilakunya untuk segera mengerjakan sesuatu. Individu tersebut dapat mengatur stimulus yang diterimanya sehingga mampu mengetahui stimulus yang tidak dikehendaki dalam hal ini stimulus yang menghambat pengerjaan tugasnya serta mampu menghadapi stimulus tersebut. Individu yang memiliki kontrol diri tinggi juga mampu mengantisipasi suatu kejadian atau peristiwa yang menghalangi dirinya dalam mengerjakan tugas.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dijelaskan bahwa minoritas siswa memiliki tingkat kontrol diri sedang dengan persentase sebanyak 47,1% dengan jumlah frekuensi 32 siswa. Artinya sebagian siswa telah memiliki kontrol diri yang cukup baik sehingga dapat mendorong perilaku positif dan menghindari prokrastinasi akademik. Pada tingkat sedang ini aspek kontrol diri sudah terpenuhi namun hanya sebagian sehingga siswa masih perlu meningkatkan lagi kontrol dirinya.

Menurut Baumeister & Boden (dalam Marsela & Supriatna, 2019: 66) adanya perbedaan tingkat kontrol diri individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah hubungan orang tua dengan anaknya. Hubungan anak dengan orang tua memberi bukti bahwa ternyata orang tua dapat memberikan pengaruh kepada kontrol diri anak-anaknya. Orang tua yang mendidik anaknya dengan keras dapat membuat kemampuan anak dalam mengendalikan diri kurang serta kurang peka dengan keadaan yang dihadapi.

Hal tersebut sejalan dengan Ghufron & Risnawati (2010: 32) bahwa faktor eksternal yang dapat memberikan pengaruh kepada kontrol diri individu adalah lingkungan keluarga. Jika orang tua mempraktikkan sikap disiplin secara terus-menerus kepada anak sejak dini dan orang tua konsisten kepada semua konsekuensi yang dilakukan oleh anak bila melanggar dari yang telah ditetapkan, maka sikap kekonsistensian tersebut akan dihayati dan menjadi kontrol diri baginya di kemudian hari.

Teori tersebut diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspita, dkk (2013: 335) bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel perlakuan orang tua dengan variabel kontrol diri. Dapat diartikan bahwa semakin baik perlakuan orang tua maka akan semakin tinggi kontrol diri siswa. Selanjutnya terdapat penelitian lain yang sejalan yaitu hasil dari penelitian Ani, dkk (2020: 60-61) bahwa terdapat pengaruh pola asuh permisif orang tua terhadap kontrol

diri siswa kelas VIII di SMPN 2 Rambang Kabupaten Muara Enim. Orang tua permisif memberikan kebebasan sepenuhnya kepada anak mereka tidak memberikan pengarahan tentang apa yang sebaiknya dilakukan. Anak dapat memiliki pengendalian diri yang rendah dan tidak bisa menangani kebebasan dengan baik. Siswa yang mempersepsi orang tuanya tidak memberikan pola asuh permisif akan memberikan sikap positif yaitu cenderung berhati-hati dalam berpikir dan bertindak karena mereka merasa bahwa apapun yang mereka lakukan harus dipertanggungjawabkan kepada orang tuanya. Sebaliknya, siswa yang mempersepsi orang tuanya memberikan pola asuh permisif memiliki kecenderungan bersikap negatif karena mereka merasa tidak dikontrol dan tidak diawasi oleh orang tuanya.

3. Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di SMP Negeri 13 Malang

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 68 siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 13 Malang pada uji normalitas sebesar 0,200 yang menunjukkan bahwa hasil lebih besar dari 0,05 yang dapat disimpulkan variabel tersebut berdistribusi normal. Hasil uji linearitas pada prokrastinasi akademik dan kontrol diri yang diperoleh dari nilai *deviation from linearity* sebesar 0,697 yang menunjukkan hasil lebih besar dari 0,05. Maka, dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang linier antara prokrastinasi akademik dengan kontrol diri. Kemudian hasil nilai korelasi pada uji hipotesis didapatkan koefisien

korelasi sebesar -0,625 yang artinya terdapat hubungan negatif atau berlawanan arah antar variabel. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka prokrastinasi akademik semakin rendah. Sedangkan untuk nilai signifikansi diperoleh 0,000 yang berarti $< 0,05$ dan dapat dinyatakan terdapat hubungan yang signifikan antar variabel. Berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dengan kontrol diri memiliki hubungan korelasi negatif dan signifikan. Ketika kontrol diri ditingkatkan maka prokrastinasi akademik akan cenderung menurun sedangkan jika kontrol diri menurun maka prokrastinasi akademik akan cenderung tinggi.

Hasil penelitian hubungan prokrastinasi akademik dengan kontrol diri diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Safiinatunnajah & Fikry (2021: 232) bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan kontrol diri pada siswa pengguna media sosial. Semakin rendah kontrol diri pada siswa maka perilaku prokrastinasi akademik semakin tinggi pada siswa pengguna sosial media, sebaliknya semakin tinggi kontrol diri maka perilaku prokrastinasi akademik siswa pengguna sosial media semakin rendah. Media sosial memang dapat dijadikan sarana untuk pengalihan disaat jenuh dengan tugas akademik akan tetapi, sebagai seorang siswa yang mempunyai tanggungjawab untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik harus mempunyai kontrol diri yang tinggi sehingga memperkecil kemungkinan terjadinya perilaku prokrastinasi akademik.

Penelitian tersebut juga sejalan dengan penelitian dari Faragita & Dalimunthe (2022: 51-52) yang menyatakan bahwa variabel kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Nurul Amaliyah Tanjung Morawa memiliki hubungan yang signifikan. Variabel kontrol diri siswa tergolong rendah dan variabel prokrastinasi akademik siswa tergolong tinggi. Hasil penelitian sesuai dengan fenomena yang didapatkan peneliti saat di lapangan, dimana siswa tidak dapat mengubah perilaku mereka sesuai dengan peraturan dan norma yang berlaku di sekolah. Mereka tidak mengerjakan tugas dengan tepat waktu sehingga menyebabkan siswa mengalami prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil pemaparan data di atas dari hasil studi terdahulu dapat di ambil kesimpulan bahwa penelitian ini sesuai dengan penelitian terdahulu. Terdapat hubungan korelasi negatif dan signifikan antara variabel prokrastinasi akademik dan kontrol diri. Dengan kata lain, H_a dalam penelitian ini diterima. Adanya hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMP Negeri 13 Malang dapat diartikan bahwa semakin tinggi kontrol diri siswa SMP Negeri 13 Malang kelas VII dan VIII maka prokrastinasi akademik akan menurun sedangkan jika kontrol diri siswa SMP Negeri 13 Malang kelas VII dan VIII menurun maka prokrastinasi akademik akan meningkat.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Didasari oleh hasil pembahasan penelitian kuantitatif, metode korelasi mengenai hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMP Negeri 13 Malang mendapati hasil sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil kategorisasi yang dilakukan pada variabel prokrastinasi akademik diketahui tingkat prokrastinasi akademik siswa tergolong sedang. Kategori sedang memperoleh persentase sebanyak 76,5% dengan jumlah frekuensi 52 siswa. Kategori rendah memperoleh persentase 13,2% dengan jumlah frekuensi 9 siswa dan kategori tinggi memperoleh persentase 10,3% dengan jumlah frekuensi 7 siswa.
2. Berdasarkan hasil kategorisasi yang dilakukan pada variabel kontrol diri diketahui tingkat kontrol diri siswa tergolong tinggi. Kategori tinggi memperoleh persentase sebanyak 52,9% dengan jumlah frekuensi 36 siswa. Kategori sedang memperoleh persentase 47,1% dengan jumlah frekuensi 32 siswa dan kategori rendah memperoleh persentase 0% dengan jumlah frekuensi 0 siswa.

3. Hasil penelitian ini mendapatkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,625 yang berarti bahwa terdapat hubungan korelasi negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Hubungan tersebut diartikan bahwa semakin tinggi prokrastinasi akademik siswa maka akan semakin rendah kontrol dirinya dan sebaliknya semakin rendah prokrastinasi akademik siswa maka semakin tinggi kontrol dirinya. Hasil analisis hipotesis pada penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari ($p < 0,05$). Apabila signifikansi $< 0,05$ maka kedua variabel tersebut berkorelasi. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis adanya hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMP Negeri 13 Malang dinyatakan dapat diterima.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah di jelaskan, ada beberapa hal yang dapat menjadi rekomendasi pembaca atau penulis dalam membuat penelitian, antara lain:

1. Bagi siswa

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik cenderung sedang pada siswa SMP Negeri 13 Malang. Oleh karena itu, siswa dapat menurunkan angka prokrastinasi akademik dengan menetapkan batas waktu penuntasan tugas,

menghindari hal yang menyita waktu dan tidak ada kaitannya dengan tugas, fokuskan satu tugas atau kegiatan dalam satu waktu serta berusaha untuk meningkatkan kontrol diri. Siswa dapat meningkatkan kontrol diri dengan beberapa cara seperti fokus dalam mengerjakan tugas, bersikap tenang dalam bertindak dan mengambil keputusan serta konsisten dalam melaksanakan setiap hal yang sudah direncanakan.

2. Bagi sekolah

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik, kemudian tingkat prokrastinasi siswa sedang maka sekolah disarankan dapat memfasilitasi siswa dalam membangun kontrol diri untuk menurunkan tindakan prokrastinasi akademik. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara mengadakan pelatihan, program bimbingan dan konseling baik secara kelompok maupun individu kemudian dapat didukung dengan adanya sosialisasi mengenai kontrol diri dan prokrastinasi akademik.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan rujukan berbagai penelitian dalam bidang psikologi, khususnya terkait dengan peneliti yang akan mengkaji mengenai prokrastinasi akademik dan kontrol diri. Serta disarankan untuk menambah jumlah

subjek penelitian karena pada penelitian ini jumlah subjek terbatas sehingga semakin banyak jumlah subjeknya maka dapat memperoleh hasil penelitian yang lebih akurat dan signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, A., & Mahardayani, I. (2011). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*, *I*(2), 65-71.
- Aisy, D., & Sugiyo. (2021). Pengaruh Kontrol diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA N 1 Kedungwuni. *Journal of Guidance and Counseling*, *V*(2), 157-177.
- Alaydrus, R. m. (2017). Membangun Kontrol Diri Remaja Melalui Pendekatan Islam dan Neuroscience. *Psikologika*, *XXII*(1), 15-27.
- Alhadi, S., Munawaroh, M., & Saputra, W. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yokyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, *II*(1), 26-31.
- Ali, M., & Asrori, M. (2004). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ani, S. P., Harapan, E., & Sari, K. (2020). Pengaruh Pola Asuh Permisif Orang Tua Terhadap Self-Control Pada Siswa Kelas VIII SMPN 2 Rambang Kabupaten Muara Enim. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan & Konseling*, *V*(1), 55-63.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2007). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Budi, W., Rahmania, A., & Utami, D. (2021). Gambaran Prokrastinasi Akademik Siswa SMP di Daerah Pesisir Surabaya. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, *XIX* (1), 1-7.

- Casmini, M. (2022). Kontrol Diri Dalam Perspektif Islam dan Upaya Peningkatannya Melalui Layanan Bimbingan Konseling Islam. *Jurnal At-Taujih*, V(2), 1-15.
- Chaq, M., Rini, A., & Suharnan. (2018). Religiusitas, Kontrol Diri dan Agrasivitas Verbal Remaja. *Fenomena: Jurnal Psikologi*, XXVII(2), 20-30.
- Chisan, F., & Jannah, M. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Penelitian Psikologi*, VIII(5).
- Darmansyah, Yeni, F., & Zen, Z. (2018). *Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Ernawati, A. &. (2018). Pengaruh Prokrastinasi Akademik Terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA Negeri di Kota Makassar. *Jurnal Biotek*, VI(2), 88-95.
- Fahira, S. N., & Hidayati, I. A. (2022). Hubungan Kontrol Diri dalam Penggunaan Sosial Media dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set*, XIII(2), 117-127.
- Faragita, A., & Dalimunthe, H. A. (2022). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI di SMA Nurul Amaliyah Tanjung Morawa. *Jurnal Social Library*, II(2), 43-53.
- Ghufron, M., & Risnawati, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gracelyta, T., & Harlina. (2021). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Konseling Komprehensif*, VIII(1), 46-54.
- Hodijah, N., & Nurfirdaus, N. (2018). Studi Tentang Peran Lingkungan Sekolah dan Pembentukan Perilaku Sosial Siswa SDN 3 Cisantana. *Jurnal Ilmiah Educater*, IV(2), 113-129.

- Julianita, W., & Sarjono, H. (2011). *SPSS vs LISREL: Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset*. Jakarta: Penerbit Salemba Empat.
- Junita, E. D., Sugiharto, D. Y., & Awalya. (2016). Upaya Mengurangi Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Penguasaan Konten. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, III(1), 17-23.
- Kementrian Agama RI. (2013). *Al-Quran dan Terjemahan*. Bandung: CV Mikraj Khazanah Ilmu.
- Khairi, A., & Triyono. (2018). Prokrastinasi Akademik Siswa SMA (Dampak Psikologis Dan Solusi Pemecahannya Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam). *Jurnal Al Qalam*, XIX(2).
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, III(2), 65-69.
- Martono, N. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif: Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder* (Revisi 2nd ed.). Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Muhid, A. (2009). Hubungan Antara Self-Control dan Self-Efficacy Dengan Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Dakwah*, XVIII(1), 1-15.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, VIII(1), 45-52.
- Novia, A. M., Saptadi, H. I., & Septiawan, A. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X IPS SMA Negeri 1 Randublatung. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, VI(1), 74-82.
- Nurjan, S. (2020). Analisis Teoritik Prokratinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Muaddib*, X(1), 61-81.

- Priyatno, D. (2012). *Cara Kilat Belajar Analisis Data Dengan SPSS 20*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Purnomo, R. A. (2016). *Analisis Statistik Ekonomi dan Bisnis Dengan SPSS*. Ponorogo: CV Wade Group.
- Purwanti, Wicaksono, L., & Widiseno, F. (2018). Studi Deskriptif Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 13 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, VII(8), 1-9.
- Rahardjo, P., & Rianti, D. (2014). Kontrol Diri Pada Peserta Didik di SMP Negeri 2 Kutasari, Purbalingga Tahun Pelajaran 2012/2013. *Psycho Idea*(1), 19-24.
- Rahmadhani, P. (2021). Gambaran Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di Kota Padang. *Socio Humanus*, III(1), 86-94.
- Rahmaniah. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di SMP Negeri 1 Tanete Riaja. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, VI(2), 10-18.
- Ramadhan, R. P., & Winata, H. (2016). Prokrastinasi Akademik Menurunkan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, I(1), 154-159.
- Ramadhan, R., & Winata, H. (2016). Prokrastinasi Akademik Menurunkan Prestasi Belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, I(1), 154-159.
- Riduwan. (2005). *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Rohmatun. (2021). Prokrastinasi Akademik dan Faktor yang Mempengaruhinya. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, III, 94-109.

- Safiinatunnajah, R., & Fikry, Z. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Pengguna Media Sosial. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *V*(1), 228-233.
- Sari, I. P., Ifdil, Sano, A., & Yendi, F. (2020). Self-Control of Adolescent in using Smartphone. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 101-109.
- Sugiono, & Wibowo, E. (2004). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suhadianto, N. P. (2019). Eksplorasi Faktor Penyebab, Dampak dan Strategi Untuk Penanganan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Riset Aktual Psikologi*, *X*(2), 204-223.
- Sukandarrumidi. (2006). *Metodologi Penelitian: Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Supriyatno, Y. (2022). Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa (Studi Kasus pada Siswa di MTs Al-Bukhori Brebes). *Jurnal Bahasa dan Pendidikan*, *II*(4), 179-189.
- Surijah, E., & Tjundjing, S. (2007). Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness. *Anima, Indonesian Psychology Journal*, *XXII*(4), 352-374.
- Warsiyah. (2015). *Menyontek, Prokrastinasi & Keimanan*. Yogyakarta: Trussmedia Grafika.
- Widyaningrum, R., & Susilarini, T. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa kelas XI SMAIT Raflesia Depok. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, *V*(2), 34-39.
- Widyastari, D., Atrizka, D., Ramadhani, B., & Damanik, D. S. (2020). Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari kontrol Diri Pada Siswa-siswi SMA Swasta Ar-Rahman Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, *I*(2), 82-91.

- Yaningsih, F. S. (2018). Self-Regulated Learning Memoderasi Pengaruh Media Sosial, Ekstrakurikuler, dan Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Economic Education Analysis Journal*, VII(3), 909-923.
- Yusuf, S. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zuraida. (2017). Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama. *Kognisi Jurnal*, II(1), 30-41.

LAMPIRAN

Lampiran 1: *Blueprint* Prokrastinasi Akademik

NO	Aspek	Indikator	Aitem	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Menunda untuk mulai mengerjakan tugas	Saya menunda untuk mulai mengerjakan tugas dari guru	Saya segera mulai mengerjakan tugas dari guru
		Menunda mengerjakan tugas hingga tuntas	Saya menunda untuk mengerjakan tugas hingga selesai	Saya segera mengerjakan tugas hingga segera
2	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	Butuh waktu lama untuk mempersiapkan diri	Saya butuh waktu lama untuk mempersiapkan diri dalam mengerjakan tugas	Saya cepat dalam mempersiapkan diri dalam mengerjakan tugas
		Melakukan hal yang menyita waktu tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu	Saya melakukan hal menyita waktu tanpa memperhitungkan sisa waktu yang dimiliki	Saya menghindari hal menyita waktu dan memperhitungkan sisa waktu yang dimiliki
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Ketidaksesuaian antara rencana dengan tindakan	Saya membuat rencana kegiatan meskipun kenyataannya tidak sesuai rencana	Saya melakukan semua kegiatan yang sebelumnya saya rencanakan
		Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu pengumpulan tugas	Saya terlambat dalam mengumpulkan tugas	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang direncanakan sebelumnya
				Saya tepat waktu dalam mengumpulkan tugas

		Gagal menyelesaikan tugas	Saya gagal menyelesaikan tugas	Saya berhasil mengerjakan tugas
4	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	Melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas	Saya lebih memilih bermain daripada mengerjakan tugas Saya menerima ajakan untuk main walaupun tugas belum selesai	Saya lebih memilih mengerjakan tugas daripada bermain Saya menolak ajakan untuk main saat tugas belum selesai

Lampiran 2: *Blueprint* Kontrol Diri

NO	Aspek	Indikator	Aitem	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Disiplin diri	Memiliki sikap disiplin	Saya memiliki disiplin yang kuat	Saya memiliki disiplin yang rendah
			Saya melakukan sesuatu sesuai aturan yang ada	Saya melakukan sesuatu yang tidak sesuai aturan
			Saya fokus dalam mengerjakan setiap tugas	Saya tidak fokus dalam mengerjakan setiap tugas
			Saya mampu menahan diri dari hal yang mengganggu konsentrasi	Saya tidak mampu menahan diri dari hal yang mengganggu konsentrasi
			Konsentrasi saya sulit teralihkan	Konsentrasi saya mudah teralihkan
2	Non impulsif	Berpikir sebelum bertindak/mengambil keputusan	Saya mengambil keputusan dengan berpikir panjang	Saya mengambil keputusan tanpa berpikir panjang
			Saya mempertimbangkan dampak dari segala keputusan saya	Saya tidak mempertimbangkan dampak dari segala keputusan saya
			Saya tenang dalam mengambil keputusan	Saya tergesa-gesa dalam mengambil keputusan
			Saya mampu untuk tetap tenang saat melakukan sesuatu	Saya terburu-buru dalam melakukan sesuatu
3	Kebiasaan baik	Menolak hal berdampak buruk meskipun menyenangkan	Saya menolak hal buruk meskipun menyenangkan	Saya menerima hal menyenangkan meskipun buruk
		Mengutamakan hal dengan dampak positif	Saya mengutamakan hal yang membawa dampak positif	Saya mengesampingkan hal yang membawa dampak buruk

			Saya melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi diri saya	Saya melakukan sesuatu yang tidak bermanfaat bagi diri saya
4	Etos kerja	Mampu mengatur perilaku untuk menyelesaikan tugas	Saya tidak akan menyontek tugas milik teman meskipun tugasnya sulit	Saya memilih menyontek tugas milik teman jika tugasnya sulit
			Saya mengerjakan tugas sebaik mungkin	Saya tidak mengerjakan tugas dengan baik
5	Keandalan	Kemampuan dalam membuat rencana untuk suatu tujuan	Saya mampu membuat rencana untuk tujuan tertentu	Saya tidak mampu membuat rencana untuk tujuan tertentu
			Saya mampu membuat rencana agar tujuan tercapai	Saya tidak mampu membuat rencana untuk mencapai tujuan
		Konsisten mewujudkan setiap rencana	Saya konsisten melaksanakan hal yang telah saya rencanakan sebelumnya	Saya tidak konsisten dalam melaksanakan hal yang telah saya rencanakan sebelumnya
			Saya konsisten mengerjakan sesuatu tugas sesuai rencana/jadwal	Saya tidak konsisten mengerjakan sesuatu tugas sesuai rencana/jadwal

Lampiran 3: Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan nama saya Viramita Tiyana. Saya mahasiswi semester 8 jurusan psikologi di UIN Maliki Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk tugas akhir skripsi. Saya memohon kesediaan anda untuk mengisi kuesioner di bawah ini. Saya memohon untuk mengisi dengan sebenar-benarnya sesuai dengan kondisi yang anda alami. Silakan memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda. Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda. Semua jawaban dianggap benar dan tidak ada jawaban yang dianggap salah. Oleh karena itu, jawablah sesuai dengan diri anda. Saya sebagai peneliti akan menjamin kerahasiaan data anda sebagai responden, sehingga anda tidak perlu khawatir untuk menjawab semua pertanyaan yang ada.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Isilah kuesioner di bawah ini dengan memilih salah satu pilihan jawaban sesuai keadaan anda. Setiap orang dapat memiliki jawaban berbeda beda karena tidak ada jawaban yang salah. Terdapat 9 pilihan respon. Semakin mendekati angka 1 berarti semakin jarang sedangkan semakin mendekati angka 9 berarti semakin sering.

Nama :

Kelas :

NO	Pernyataan										
1	Saya menunda untuk mulai mengerjakan tugas dari guru		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
2	Saya berhasil mengerjakan tugas		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
3	Saya menunda untuk mengerjakan tugas hingga selesai		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
4	Saya lebih memilih mengerjakan tugas daripada bermain		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
5	Saya segera mulai mengerjakan tugas dari guru		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
6	Saya menerima ajakan untuk main walaupun tugas belum selesai		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
7	Saya segera mengerjakan tugas hingga selesai		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
8	Saya lebih memilih bermain daripada mengerjakan tugas		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
9	Saya butuh waktu lama untuk mempersiapkan diri dalam mengerjakan tugas		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
10	Saya tidak melakukan hal lain dan menyelesaikan tugas sebelum mendekati batas waktu pengumpulan		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
11	Saya melakukan hal menyita waktu tanpa memperkirakan sisa waktu yang dimiliki		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
12	Saya cepat mempersiapkan diri dalam mengerjakan tugas		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering

13	Saya melakukan hal lain dan baru menyelesaikan tugas saat mendekati batas waktu pengumpulan	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	O	O	O	O	O	O	O	O	O	Sering
14	Saya terlambat dalam mengumpulkan tugas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	O	O	O	O	O	O	O	O	O	Sering
15	Saya melakukan semua kegiatan yang sebelumnya saya rencanakan	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	O	O	O	O	O	O	O	O	O	Sering
16	Saya tepat waktu dalam mengumpulkan tugas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	O	O	O	O	O	O	O	O	O	Sering
17	Saya mengerjakan tugas melewati waktu yang direncanakan sebelumnya	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	O	O	O	O	O	O	O	O	O	Sering
18	Saya menghindari hal menyita waktu dan memperkirakan sisa waktu yang dimiliki	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	O	O	O	O	O	O	O	O	O	Sering
19	Saya membuat rencana kegiatan meskipun kenyataannya tidak sesuai rencana	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	O	O	O	O	O	O	O	O	O	Sering
20	Saya menolak ajakan untuk main saat tugas belum selesai	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	O	O	O	O	O	O	O	O	O	Sering
21	Saya gagal menyelesaikan tugas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	O	O	O	O	O	O	O	O	O	Sering
22	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang direncanakan sebelumnya	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	O	O	O	O	O	O	O	O	O	Sering

Lampiran 4: Skala Penelitian Kontrol Diri

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan nama saya Viramita Tiyana. Saya mahasiswi semester 8 jurusan psikologi di UIN Maliki Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk tugas akhir skripsi. Saya memohon kesediaan anda untuk mengisi kuesioner di bawah ini. Saya memohon untuk mengisi dengan sebenar-benarnya sesuai dengan kondisi yang anda alami. Silakan memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda. Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda. Semua jawaban dianggap benar dan tidak ada jawaban yang dianggap salah. Oleh karena itu, jawablah sesuai dengan diri anda. Saya sebagai peneliti akan menjamin kerahasiaan data anda sebagai responden, sehingga anda tidak perlu khawatir untuk menjawab semua pertanyaan yang ada.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Isilah kuesioner di bawah ini dengan memilih salah satu pilihan jawaban sesuai keadaan anda. Setiap orang dapat memiliki jawaban berbeda beda karena tidak ada jawaban yang salah. Terdapat 9 pilihan respon. Semakin mendekati angka 1 berarti semakin jarang sedangkan semakin mendekati angka 9 berarti semakin sering.

Nama :

Kelas :

NO	Pernyataan										
1	Konsentrasi saya mudah teralihkan		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
2	Saya memiliki disiplin yang kuat		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
3	Saya mengerjakan tugas sebaik mungkin		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
4	Saya memiliki disiplin yang rendah		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
5	Saya konsisten mengerjakan suatu tugas sesuai rencana/jadwal		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
6	Saya mengambil keputusan dengan berpikir panjang		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
7	Saya tidak konsisten mengerjakan suatu tugas sesuai rencana/jadwal		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
8	Saya tidak mengerjakan tugas dengan baik		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
9	Saya melakukan sesuatu sesuai aturan yang ada		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
10	Saya konsisten melaksanakan hal yang telah saya rencanakan sebelumnya		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
11	Saya tidak fokus dalam mengerjakan tugas		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
12	Saya menolak hal buruk meskipun menyenangkan		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
13	Saya mampu membuat rencana untuk tujuan tertentu		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering

14	Saya melakukan sesuatu yang tidak sesuai aturan	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
15	Saya mampu menahan diri dari hal yang mengganggu konsentrasi	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
16	Saya terburu-buru dalam melakukan sesuatu	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
17	Saya mengambil keputusan tanpa berpikir panjang	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
18	Saya tidak mampu membuat rencana untuk tujuan tertentu	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
19	Saya tenang dalam mengambil keputusan	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
20	Saya fokus dalam mengerjakan tugas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
21	Saya tidak mampu menahan diri dari hal yang mengganggu konsentrasi	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
22	Saya mengutamakan hal yang membawa dampak positif	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
23	Saya memilih menyontek tugas milik teman jika tugasnya sulit	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
24	Saya mengesampingkan hal yang membawa dampak buruk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
25	Saya tidak konsisten dalam melaksanakan hal yang telah saya rencanakan sebelumnya	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
26	Konsentrasi saya sulit teralihkan	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering

27	Saya tidak akan menyontek tugas milik teman meskipun tugasnya sulit	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
28	Saya menerima hal menyenangkan meskipun buruk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
29	Saya tergesa-gesa dalam mengambil keputusan	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
30	Saya tidak mempertimbangkan dampak dari segala keputusan saya	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
31	Saya tidak mampu membuat rencana untuk mencapai tujuan	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
32	Saya mampu untuk tetap tenang saat melakukan sesuatu	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
33	Saya melakukan sesuatu yang tidak bermanfaat bagi diri saya	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
34	Saya mampu membuat rencana agar tujuan tercapai	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
35	Saya melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi diri saya	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering
36	Saya mempertimbangkan dampak dari segala keputusan saya	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	Jarang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Sering

Lampiran 5: Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Prokrastinasi Akademik

Correlations

		p20	p21	p22	TOTAL
p1	Pearson Correlation	.039	.346	.049	.461
	Sig. (2-tailed)	.754	.004	.689	.000
	N	68	68	68	68
p2	Pearson Correlation	.414	.244	.538	.550
	Sig. (2-tailed)	.000	.045	.000	.000
	N	68	68	68	68
p3	Pearson Correlation	.042	.345	.084	.525
	Sig. (2-tailed)	.733	.004	.494	.000
	N	68	68	68	68
p4	Pearson Correlation	.191	-.081	.168	.213
	Sig. (2-tailed)	.119	.511	.170	.081
	N	68	68	68	68
p5	Pearson Correlation	.026	.224	.368	.603
	Sig. (2-tailed)	.835	.067	.002	.000
	N	68	68	68	68

p6	Pearson Correlation	.322	.265	.454	.669
	Sig. (2-tailed)	.007	.029	.000	.000
	N	68	68	68	68
p7	Pearson Correlation	.141	.284	.611	.683
	Sig. (2-tailed)	.250	.019	.000	.000
	N	68	68	68	68
p8	Pearson Correlation	.169	.408	.128	.548
	Sig. (2-tailed)	.169	.001	.297	.000
	N	68	68	68	68
p9	Pearson Correlation	.058	.357	-.168	.486
	Sig. (2-tailed)	.637	.003	.171	.000
	N	68	68	68	68
p10	Pearson Correlation	.330	-.094	.334	.441
	Sig. (2-tailed)	.006	.448	.005	.000
	N	68	68	68	68
p11	Pearson Correlation	.065	.121	-.033	.307
	Sig. (2-tailed)	.601	.325	.792	.011
	N	68	68	68	68

p12	Pearson Correlation	.189	-.007	.207	.500
	Sig. (2-tailed)	.122	.952	.090	.000
	N	68	68	68	68
p13	Pearson Correlation	.074	.071	-.051	.443
	Sig. (2-tailed)	.547	.563	.682	.000
	N	68	68	68	68
p14	Pearson Correlation	-.027	.628	.423	.595
	Sig. (2-tailed)	.827	.000	.000	.000
	N	68	68	68	68
p15	Pearson Correlation	.085	.059	.464	.328
	Sig. (2-tailed)	.492	.631	.000	.006
	N	68	68	68	68
p16	Pearson Correlation	.127	.309	.588	.574
	Sig. (2-tailed)	.301	.010	.000	.000
	N	68	68	68	68
p17	Pearson Correlation	-.098	.217	-.037	.321
	Sig. (2-tailed)	.427	.076	.765	.008
	N	68	68	68	68

p18	Pearson Correlation	.286	-.244	.361	.110
	Sig. (2-tailed)	.018	.045	.003	.370
	N	68	68	68	68
p19	Pearson Correlation	-.130	.114	-.228	.072
	Sig. (2-tailed)	.290	.356	.061	.557
	N	68	68	68	68
p20	Pearson Correlation	1	-.061	.321	.355
	Sig. (2-tailed)		.622	.008	.003
	N	68	68	68	68
p21	Pearson Correlation	-.061	1	.200	.490
	Sig. (2-tailed)	.622		.102	.000
	N	68	68	68	68
p22	Pearson Correlation	.321	.200	1	.581
	Sig. (2-tailed)	.008	.102		.000
	N	68	68	68	68
TOTAL	Pearson Correlation	.355	.490	.581	1
	Sig. (2-tailed)	.003	.000	.000	
	N	68	68	68	68

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.682	19

Lampiran 6: Uji Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri

Correlations

		kd34	kd35	kd36	TOTAL
kd1	Pearson Correlation	.086	.085	.113	.261
	Sig. (2-tailed)	.484	.491	.360	.032
	N	68	68	68	68
kd2	Pearson Correlation	.258	.376	.302	.353
	Sig. (2-tailed)	.034	.002	.012	.003
	N	68	68	68	68
kd3	Pearson Correlation	.194	.495	.288	.516
	Sig. (2-tailed)	.113	.000	.017	.000
	N	68	68	68	68
kd4	Pearson Correlation	.213	.439	.348	.636
	Sig. (2-tailed)	.082	.000	.004	.000
	N	68	68	68	68
kd5	Pearson Correlation	.231	.396	.243	.516
	Sig. (2-tailed)	.058	.001	.045	.000
	N	68	68	68	68
kd6	Pearson Correlation	.322	.387	.520	.266
	Sig. (2-tailed)	.007	.001	.000	.028
	N	68	68	68	68

kd7	Pearson Correlation	-.010	.131	.033	.506
	Sig. (2-tailed)	.932	.287	.789	.000
	N	68	68	68	68
kd8	Pearson Correlation	.284	.432	.348	.690
	Sig. (2-tailed)	.019	.000	.004	.000
	N	68	68	68	68
kd9	Pearson Correlation	.414	.568	.567	.559
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000
	N	68	68	68	68
kd10	Pearson Correlation	.549	.643	.431	.690
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000
	N	68	68	68	68
kd11	Pearson Correlation	.033	.102	.086	.392
	Sig. (2-tailed)	.789	.407	.487	.001
	N	68	68	68	68
kd12	Pearson Correlation	.357	.365	.378	.313
	Sig. (2-tailed)	.003	.002	.001	.009
	N	68	68	68	68
kd13	Pearson Correlation	.396	.501	.394	.397
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.001	.001
	N	68	68	68	68

kd14	Pearson Correlation	.157	.343	.218	.474
	Sig. (2-tailed)	.202	.004	.074	.000
	N	68	68	68	68
kd15	Pearson Correlation	.319	.409	.183	.309
	Sig. (2-tailed)	.008	.001	.136	.010
	N	68	68	68	68
kd16	Pearson Correlation	-.092	-.014	-.045	.115
	Sig. (2-tailed)	.454	.910	.719	.352
	N	68	68	68	68
kd17	Pearson Correlation	.143	.102	.182	.318
	Sig. (2-tailed)	.245	.408	.137	.008
	N	68	68	68	68
kd18	Pearson Correlation	.336	.371	.326	.566
	Sig. (2-tailed)	.005	.002	.007	.000
	N	68	68	68	68
kd19	Pearson Correlation	.191	.225	.233	.315
	Sig. (2-tailed)	.119	.065	.056	.009
	N	68	68	68	68
kd20	Pearson Correlation	.271	.387	.336	.581
	Sig. (2-tailed)	.026	.001	.005	.000
	N	68	68	68	68

kd21	Pearson Correlation	.096	.146	-.013	.393
	Sig. (2-tailed)	.435	.236	.918	.001
	N	68	68	68	68
kd22	Pearson Correlation	.282	.530	.241	.560
	Sig. (2-tailed)	.020	.000	.048	.000
	N	68	68	68	68
kd23	Pearson Correlation	-.034	.202	.052	.432
	Sig. (2-tailed)	.781	.099	.671	.000
	N	68	68	68	68
kd24	Pearson Correlation	-.263	-.453	-.293	-.336
	Sig. (2-tailed)	.030	.000	.015	.005
	N	68	68	68	68
kd25	Pearson Correlation	.207	.208	.099	.456
	Sig. (2-tailed)	.090	.090	.422	.000
	N	68	68	68	68
kd26	Pearson Correlation	.250	.088	.097	.188
	Sig. (2-tailed)	.039	.474	.431	.124
	N	68	68	68	68
kd27	Pearson Correlation	.058	.129	.142	.142
	Sig. (2-tailed)	.639	.293	.247	.249
	N	68	68	68	68

kd28	Pearson Correlation	-.015	.246	-.032	.245
	Sig. (2-tailed)	.901	.043	.793	.044
	N	68	68	68	68
kd29	Pearson Correlation	-.028	.330	.061	.523
	Sig. (2-tailed)	.822	.006	.622	.000
	N	68	68	68	68
kd30	Pearson Correlation	.022	.324	.271	.584
	Sig. (2-tailed)	.859	.007	.026	.000
	N	68	68	68	68
kd31	Pearson Correlation	.176	.256	.186	.529
	Sig. (2-tailed)	.151	.035	.128	.000
	N	68	68	68	68
kd32	Pearson Correlation	.445	.340	.407	.555
	Sig. (2-tailed)	.000	.005	.001	.000
	N	68	68	68	68
kd33	Pearson Correlation	.254	.458	.181	.549
	Sig. (2-tailed)	.037	.000	.141	.000
	N	68	68	68	68
kd34	Pearson Correlation	1	.475	.604	.522
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000
	N	68	68	68	68

kd35	Pearson Correlation	.475	1	.583	.745
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000
	N	68	68	68	68
kd36	Pearson Correlation	.604	.583	1	.582
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000
	N	68	68	68	68
TOTAL	Pearson Correlation	.522	.745	.582	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	N	68	68	68	68

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.752	32

Lampiran 7: Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		68
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	16.90764013
Most Extreme Differences	Absolute	.068
	Positive	.068
	Negative	-.053
Test Statistic		.068
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Lampiran 8: Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PA * KD	Between Groups	(Combined)	26100.882	51	511.782	1.543	.171
		Linearity	12253.707	1	12253.707	36.950	.000
		Deviation from Linearity	13847.176	50	276.944	.835	.697
	Within Groups		5306.000	16	331.625		
Total			31406.882	67			

Lampiran 9: Hasil Uji Hipotesis

Correlations

		Kontrol Diri	Prokrastinasi Akademik
Kontrol Diri	Pearson Correlation	1	-.625**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	68	68
Prokrastinasi Akademik	Pearson Correlation	-.625**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	68	68

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 10: Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik

KATEGORI_PA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	9	13.2	13.2	13.2
	SEDANG	52	76.5	76.5	89.7
	TINGGI	7	10.3	10.3	100.0
	Total	68	100.0	100.0	

Lampiran 11: Kategorisasi Skala Kontrol Diri

KATEGORI_KD

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SEDANG	32	47.1	47.1	47.1
	TINGGI	36	52.9	52.9	100.0
	Total	68	100.0	100.0	