

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Lokasi Penelitian**

Madrasah Aliyah Negeri Malang I lahir berdasarkan SK Menteri Agama No. 17 Tahun 1978, yang merupakan alih fungsi dari PGAN 6 Tahun Puteri Malang. Pengalih fungsian PGAN 6 Tahun Puteri menjadi dua madrasah, yaitu MTsN Malang II (saat ini berada di Jl. Cemorokandang 77 Malang) dan MAN Malang I.

MAN Malang I sejak masih berstatus PGAN 6 Tahun Puteri menempati gedung milik Lembaga Pendidikan Maarif di Jalan MT. Haryono 139 Malang dengan hak sewa sampai akhir Desember 1988. Kemudian pada tanggal 2 Januari 1989, MAN Malang I pindah ke lokasi baru yang berstatus milik sendiri di Jalan Simpang Tlogomas I/40 Malang. Di tempat terakhir inilah, yang saat ini berubah nama menjadi Jalan Baiduri Bulan 40 Malang, MAN Malang I berkembang sampai sekarang.

MAN Malang I memiliki geografis yang strategis yaitu berada di tengah kota Malang yang dilalui oleh angkutan dari Batu ke kota Malang, Surabaya, Blitar dan dikelilingi oleh perguruan tinggi (UNIBRAW, POLINEMA, UIN, UM, UNISMA, UMM, dan ITN), sehingga lulusannya akan lebih mudah mengakses ke perguruan tinggi yang dipilihnya.

Seiring dengan peningkatan prestasi di bidang akademik maupun non akademik, maka dari tahun ke tahun orang tua yang berminat ingin menyekolahkan putra-putrinya ke madrasah ini juga semakin besar, baik itu dari Malang raya maupun poivinsi-provinsi lain di Indonesia termasuk dari Irian Jaya, Sulawesi, Kalimantan, Sumatera,dll.

Ditinjau dari kelembagaan MAN Malang I mempunyai tenaga akademik yang handal dalam pemikiran, memiliki manajemen yang kokoh yang mampu menggerakkan seluruh potensi untuk mengembangkan kreativitas civitas akademika, serta memiliki kemampuan antisipatif masa depan dan proaktif. Selain itu MAN Malang I memiliki pemimpin yang mampu mengakomodasikan seluruh potensi yang dimiliki menjadi kekuatan penggerak lembaga secara menyeluruh. Sejak resmi memiliki sebutan MAN Malang I, madrasah ini telah mengalami 6 masa kepemimpinan, yaitu;

Raimin, BA : Tahun 1978 s.d 1986

Drs. H. Kusnan A : Tahun 1986 s.d. 1993

Drs. H. Toras Gultom : Tahun 1993 s.d. 2004

Drs. H. tonem Hadi : Tahun 2004 s.d. 2006

Drs. H. Zainal mahmudi, M.Ag: Tahun 2006 s.d. 2013

Drs. Samsudin, M.Pd : Tahun 2013 s.d sekarang

Di bawah kepemimpinan keenam orang di atas, MAN Malang I menunjukkan peningkatan kualitasnya. Dan kita berharap dengan semakin bertambah usia, MAN

Malang I semakin mampu memberikan sumbangan yang terbaik bagi kemajuan Iptek yang didasari oleh kemandapan Imtaq.

## B. Hasil Penelitian

### 1. Uji Analisis Aitem

Analisa aitem untuk mengetahui indeks daya beda skala digunakan teknik *product moment* dari Karl Pearson, digunakan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N \sum x^2 - \{\sum x\}^2)(N \sum y^2 - \{\sum y\}^2)}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = Koefisien Korelasi Product Moment

N = Jumlah Subyek

$\sum x$  = Jumlah Skor Butir (x)

$\sum y$  = Jumlah Skor Variabel (y)

$\sum xy$  = Jumlah Perkalian Butir (x) dan Skor Variabel (y)

$\sum x^2$  = Jumlah Kuadrat Skor Butir (x)

$\sum y^2$  = Jumlah Kuadrat Skor Variabel (y)

Perhitungan indeks daya beda aitem dengan menggunakan rumus di atas menggunakan bantuan program computer SPSS (*statistical product and service solution*) 16.00 for Windows.

a. Kontrol Diri

Hasil perhitungan dari uji validitas skala Kontrol Diri didapatkan hasil bahwa terdapat 8 item yang gugur dari 40 item yang ada, sehingga banyaknya butir item yang valid sebesar 32 item. Item tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 7  
Aitem Sahih dan Gugur  
Skala Kontrol Diri

| Variabel     | Aspek                              | Favourable    | Unfavourable  | Gugur         | Jumlah |
|--------------|------------------------------------|---------------|---------------|---------------|--------|
| Kontrol diri | Kemampuan mengontrol Perilaku      | 11, 21, 31    | 6, 16, 26, 33 | 1             | 8      |
|              | Kemampuan mengontrol Stimulus      | 2, 12, 22, 35 | 7, 17, 27, 38 | -             | 8      |
|              | Kemampuan mengantisipasi peristiwa | 3, 13, 23, 36 | 8, 18, 28, 39 | -             | 8      |
|              | Kemampuan menafsirkan peristiwa    | 14, 24        | 9, 34         | 4, 19, 29, 32 | 8      |
|              | Kemampuan mengambil Keputusan      | 5, 25, 37     | 30, 40        | 10, 15, 20    | 8      |
| Jumlah       |                                    |               |               | 8             | 40     |

Berdasarkan korelasi aitem-total terkoreksi, dapat diketahui bahwa skala Kontrol Diri terdiri dari 40 butir aitem, dimana di dalamnya terdiri dari kemampuan mengontrol perilaku sebanyak 8 item, dengan 7 item valid dan 1 item gugur.

Kemampuan mengontrol stimulus 8 item yang valid semua. Kemampuan mengantisipasi peristiwa sebanyak 8 item yang valid semua. Kemampuan menafsirkan peristiwa sebanyak 8 aitem dengan 4 item valid dan 4 item gugur. Sedangkan kemampuan mengambil keputusan sebanyak 8 item, dengan 5 item valid dan 3 item gugur.

Dalam mengambil data penelitian, peneliti membuang 8 item yang gugur dan memakai 32 item yang valid. Peneliti sengaja memakai item valid tanpa mengganti item yang gugur karena item-item tersebut dirasa sudah mewakili masing-masing indikator yang diukur.

b. Prokrastinasi Akademik

Hasil perhitungan dari uji validitas skala Prokrastinasi Akademik didapatkan hasil bahwa terdapat 3 item yang gugur dari 32 item yang ada, sehingga banyaknya butir item yang valid sebesar 29 item. Item tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 8

Aitem Sahih dan Gugur  
Skala Prokrastinasi Akademik

| Variabel      | Aspek   | Favourable    | Unfavourable  | Gugur | Jumlah |
|---------------|---|---------------|---------------|-------|--------|
| Prokrastinasi | Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas                  | 1, 9, 17, 25, | 5, 13, 21, 28 | -     | 8      |
|               | Kelambanan dalam mengerjakan tugas.                                 | 2, 10, 18, 31 | 6, 14, 22, 32 | -     | 8      |
|               | Kesenjangan waktu antara rencana dan kerja actual.                  | 19, 26        | 7, 15, 23, 29 | 3, 11 | 8      |
|               | Kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang bersifat hiburan. | 4, 12, 20, 27 | 8, 16, 24,    | 30    | 8      |
| Jumlah        |   |               |               | 3     | 32     |

Dari hasil uji validitas skala prokrastinasi akademik diatas, diketahui item yang valid berjumlah 29 item yang tersebar di empat aspek dalam prokrastinasi akademik. item inilah yang dijadikan instrument penelitian.

Dalam mengambil data penelitian, seperti halnya pemakaian instrument kontrol diri, peneliti membuang 3 item yang gugur dan memakai 29 item yang valid. Peneliti sengaja memakai item valid tanpa mengganti item yang gugur karena item-item tersebut dirasa sudah mewakili masing-masing indikator yang diukur.

## 2. Uji Reliabilitas

Menguji reliabilitas menggunakan alat ukur yang menggunakan teknik pengukuran *Alpha Chornbach*. Dalam menghitung reliabilitas kedua skala peneliti menggunakan bantuan program SPSS (*statistical product and service solution*) 16.0 for windows, berdasarkan perhitungan statistik dengan bantuan *SPSS 16.0 windows*. Maka ditemukan nilai *alpha* sebagai berikut:

Tabel 9

Reliabilitas Skala *Kontrol Diri*

| Reliability Statistics |            |
|------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha       | N of Items |
| .849                   | 32         |

Dari data diatas menunjukkan bahwa skala *Kontrol Diri* mempunyai reliabilitas yang tinggi yaitu 0,849, maka dapat disimpulkan bahwa alat ukur tersebut reliabel karena semakin mendekati angka 1.0, sedangkan untuk reliabilitas *Prokrastinasi Akademik* adalah sebagai berikut:

Tabel 10

Reliabilitas Skala *Prokrastinasi Akademik*

## Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .891             | 29         |

Dari data diatas menunjukkan bahwa skala *Prokrastinasi Akademik* mempunyai reliabilitas yang tinggi yaitu 0.891, maka dapat disimpulkan bahwa alat ukur tersebut reliabel karena semakin mendekati angka 1.0.

### 3. Tingkat *Kontrol Diri*

Untuk mengetahui tingkat *Kontrol Diri* siswa IPA MAN Malang I, peneliti membaginya menjadi tiga kategori: tinggi, sedang, dan rendah. Penentuan norma penilaian dapat dilakukan setelah diketahui nilai mean (M) dan nilai standar deviasi (SD). Nilai Mean dan SD dari skala *Kontrol Diri* sebagai berikut:

Tabel 11

Mean dan Standar Deviasi *Kontrol Diri*

## Descriptive Statistics

|                    | N  | Minimum | Maximum | Mean    | Std. Deviation |
|--------------------|----|---------|---------|---------|----------------|
| Kontrol_Diri       | 81 | 67.00   | 112.00  | 87.3457 | 9.59057        |
| Valid N (listwise) | 81 |         |         |         |                |



Dari hasil di atas, berdasarkan norma standar pada tabel, maka diketahui untuk skor masing-masing kategori sebagai berikut:

Tabel 12

Kategori Skor *Kontrol Diri*

| NO | Klasifikasi | Skor         |
|----|-------------|--------------|
| 1  | Tinggi      | 97 keatas    |
| 2  | Sedang      | 78 sampai 96 |
| 3  | Rendah      | 77 kebawah   |

Berdasarkan norma standar diatas, maka diperoleh 11 orang (13 %) dengan kategori tinggi, 59 orang (73 %) pada kategori sedang, dan 11 orang (14 %) pada kategori rendah. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 13

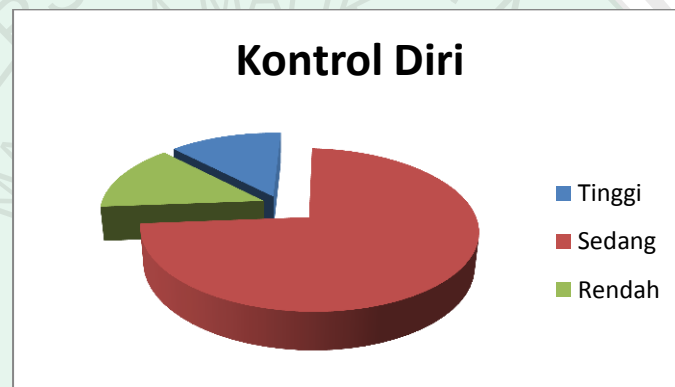
Hasil Kategori *Kontrol Diri*

| NO | Kategori | Interval     | Frekuensi | %    |
|----|----------|--------------|-----------|------|
| 1  | Tinggi   | 97 Keatas    | 11        | 13%  |
| 2  | Sedang   | 78 Sampek 96 | 59        | 73%  |
| 3  | Rendah   | 77 Kebawah   | 11        | 14%  |
|    |          |              | 81        | 100% |

Maka dapat diketahui bahwa tingkat *Kontrol Diri* siswa IPA MAN Malang I rata-rata memiliki *Kontrol Diri* sedang atau cukup.

Adapun untuk mendapat gambaran yang lebih jelas mengenai hasil di atas, dapat dilihat dalam diagram gambar sebagai berikut:

Gambar 1



#### 4. Tingkat *Prokrastinasi Akademik*

Untuk mengetahui tingkat *Prokrastinasi Akademik* siswa IPA MAN Malang I, peneliti membaginya menjadi tiga kategori: tinggi, sedang, dan rendah. Penentuan norma penilaian dapat dilakukan setelah diketahui nilai mean (M) dan nilai standar deviasi (SD). Nilai Mean dan SD dari skala *Prokrastinasi Akademik* sebagai berikut:

Tabel 14

Mean dan Standar Deviasi *Prokrastinasi Akademik*

| Descriptive Statistics |    |         |         |         |                |
|------------------------|----|---------|---------|---------|----------------|
|                        | N  | Minimum | Maximum | Mean    | Std. Deviation |
| Prokrastinasi          | 81 | 41.00   | 92.00   | 66.5062 | 10.69711       |
| Valid N (listwise)     | 81 |         |         |         |                |

Dari hasil di atas, berdasarkan norma standar pada tabel, maka diketahui untuk skor masing-masing kategori sebagai berikut:

Tabel 15

Kategori Skor *Prokrastinasi Akademik*

| NO | Klasifikasi | Skor         |
|----|-------------|--------------|
| 1  | Tinggi      | 77 keatas    |
| 2  | Sedang      | 56 sampai 76 |
| 3  | Rendah      | 55 kebawah   |

Berdasarkan norma standar diatas, maka diperoleh 15 orang (19 %) dengan kategori tinggi, 52 orang (64 %) pada kategori sedang, dan 14 orang (17 %) pada kategori rendah. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 16

Hasil Kategori *Prokrastinasi Akademik*

| NO | Kategori | Interval     | Frekuensi | %    |
|----|----------|--------------|-----------|------|
| 1  | Tinggi   | 77 Keatas    | 15        | 19%  |
| 2  | Sedang   | 56 Sampai 76 | 52        | 64%  |
| 3  | Rendah   | 55 Kebawah   | 14        | 17%  |
|    |          |              | 81        | 100% |

Maka dapat diketahui bahwa tingkat *Prokrastinasi Akademik* siswa IPA MAN Malang I rata-rata memiliki perilaku *Prokrastinasi Akademik* sedang atau cukup.

Adapun untuk mendapat gambaran yang lebih jelas mengenai hasil di atas, dapat dilihat dalam diagram gambar sebagai berikut:

Gambar 2



### 5. Hubungan *Kontrol Diri* dengan *Prokrastinasi Akademik*

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antar *Kontrol Diri* dengan *Prokrastinasi Akademik* pada siswa IPA MAN Malang I Kota Malang, penelitian ini menggunakan analisa korelasi. Dengan bantuan *SPSS 16.0 for windows*. Dari hasil perhitungan dengan menggunakan analisis korelasi, maka ditemukan hasil sebagai berikut:

Tabel 17  
Ringkasan Hasil Analisis Regresi

|              |                     | Kontrol_Diri | Prokastinasi |
|--------------|---------------------|--------------|--------------|
| Kontrol_Diri | Pearson Correlation | 1            | -.262*       |
|              | Sig. (2-tailed)     |              | .018         |
|              | N                   | 81           | 81           |
| Prokastinasi | Pearson Correlation | -.262*       | 1            |
|              | Sig. (2-tailed)     | .018         |              |
|              | N                   | 81           | 81           |

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel 18

Tabel rangkuman korelasi product moment ( $r_{xy}$ )

| $R_{xy}$ | Sig   | Keterangan | Kesimpulan |
|----------|-------|------------|------------|
| 0,-262   | 0,018 | Sig < 0,05 | Signifikan |

Dari hasil penelitian diperoleh data mengenai hubungan *Kontrol Diri* dengan *Prokrastinasi Akademik* pada siswa IPA MAN Malang I Kota Malang yang kemudian dianalisis dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* dari *Pearson* dengan bantuan program *SPSS versi 16.0 for windows*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,-262 dengan  $p = 0,018$  pada taraf signifikan 0,05.

Tujuan diadakan analisis data adalah untuk menguji hipotesa yang diajukan dalam penelitian ini yaitu melihat ada atau tidaknya hubungan antara *Kontrol Diri* dengan *Prokrastinasi Akademik* pada siswa IPA MAN Malang I Kota Malang. Berdasarkan data yang ada, karena  $p = 0,018 (< 0,05)$  maka dengan demikian hipotesa nihil ( $H_0$ ) yang berbunyi “Tidak ada hubungan antara *Kontrol Diri* dengan *Prokrastinasi Akademik*” ditolak, sedangkan hipotesa kerja ( $H_a$ ) yang berbunyi “Ada hubungan antara *Kontrol Diri* dengan *Prokrastinasi Akademik*” diterima.

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa terdapat hubungan yang negatif yang signifikan ( $r_{xy} = 0,-262$  ;  $\text{sig} = 0,018 < 0,05$ ) antara *Kontrol Diri* dengan *Prokrastinasi Akademik* pada siswa IPA MAN Malang I Kota Malang. Yang berarti tingginya kontrol diri yang dimiliki oleh siswa IPA MAN Malang I Kota Malang memiliki hubungan negatif terhadap prokrastinasi akademik siswa. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh siswa maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa.

## C. Pembahasan

### 1. Tingkat Kontrol Diri

Dalam menentukan indikator untuk mengukur tingkat kontrol diri dengan berdasarkan pada aspek-aspek Kontrol Diri menurut Goldfried dan Marbaum yaitu kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi peristiwa, kemampuan menafsirkan peristiwa, kemampuan mengambil keputusan.

Dari hasil analisa, ditemukan bahwa 11 orang (13 %) dengan kategori tinggi, 59 orang (73 %) pada kategori sedang, dan 11 orang (14 %) pada kategori rendah. Dari hasil tersebut diketahui bahwa mayoritas siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang yang menjadi subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat kontrol diri yang sedang dengan persentase 83,9%. Tingkat kontrol diri yang sedang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang cukup mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan konsekuensinya sehingga cukup mampu memilih tindakan dan melakukannya dengan meminimalkan akibat yang tidak diinginkan. Mereka cukup mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan prilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang prestasinya.

Memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi sangat dibutuhkan oleh manusia, tingkat kontrol diri akan sangat berpengaruh dalam memilih perilakunya. Seseorang yang mempunyai kontrol diri yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan konsekuensinya sehingga mampu memilih

tindakan dan melakukannya dengan meminimalkan akibat yang tidak diinginkan. Individu yang kontrol dirinya rendah tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya, sehingga diasumsikan, seorang siswa yang dengan kontrol diri yang rendah akan berperilaku, lebih bertindak kepada hal-hal yang lebih menyenangkan dirinya.

Tinggi sedang rendahnya tingkat kontrol diri siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang bisa disebabkan oleh banyak faktor, karena memang banyak hal yang dapat mempengaruhi kontrol diri seseorang. Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu)<sup>72</sup>.

a. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap Kontrol Diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah (2000) menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orang tua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orang tua tetap konsisten

---

<sup>72</sup> Ghufron, M Nur & Rini Risnawati S. 2010, *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruz Media, hal 32



terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap kekonsistensian ini akan diinternalisasi anak. Dikemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

## 2. Tingkat Prokrastinasi Akademik

Noran mendefinisikan Prokrastinasi Akademik sebagai bentuk penghindaran dalam mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan oleh individu. Individu yang melakukan prokrastinasi lebih memilih menghabiskan waktu dengan teman atau pekerjaan lain yang sebenarnya tidak begitu penting dari pada menyelesaikan tugas yang harus diselesaikan dengan cepat<sup>73</sup>.

Dalam menentukan indikator untuk mengukur tingkat prokrastinasi akademik dengan berdasarkan pada ciri-ciri Prokrastinasi Akademik menurut Ferrari dkk. (1995) yaitu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, kelambanan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kerja aktual, kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang bersifat hiburan.

Dari hasil analisa data di atas, ditemukan bahwa mayoritas siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang memiliki tingkat Prokrastinasi Akademik sedang dengan persentase 64 % atau 52 orang. Sedangkan sisanya berada pada tingkat *Prokrastinasi Akademik* tinggi dan rendah dengan persentase tinggi sebanyak 15 orang (19 %) dan kategori rendah sebanyak 14 orang (17 %).

---

<sup>73</sup> Ahmaini, Dini. 2010 "Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa Yang Aktif Dengan Yang Tidak Aktif Dalam Organisasi Kemahasiswaan Pema Usu". Sekripsi. Sumatera Utara: Universitas Sumatera Utara. hal 152

Dari hasil tersebut diketahui bahwa mayoritas siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang yang menjadi subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat Prokrastinasi Akademik yang sedang dengan presentase 64 %. Tingkat Prokrastinasi Akademik yang sedang menunjukkan bahwa sebagian siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang melakukan Prokrastinasi Akademik.

Ellis dan Knus mengatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal ini terjadi karena adanya perasaan takut gagal, dan pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar<sup>74</sup>.

Kebanyakan siswa yang melakukan Prokrastinasi Akademik karena cenderung siswa melakukan aktifitas lain yang bersifat hiburan. Ini menunjukkan masih sangat kurangnya siswa akan disiplin waktu dalam menggunakan waktunya untuk belajar dan kecenderungan melakukan aktivitas lain yang tidak begitu penting. Siswa sering kali menghabiskan waktunya bermain dari pada menggunakan waktunya untuk belajar. Hal ini disebabkan karena siswa lebih menikmati oleh aktifitas-aktifitas yang dapat menghibur mereka dari pada belajar.

Hasil penelitian Gufron menunjukkan bahwa seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya),

---

<sup>74</sup> Gufron, M Nur & Rini Risnawati S. 2010, *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruz Media, hal 150

nonton, ngobrol, jalan-jalan mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya<sup>75</sup>.

Penyebab siswa lebih cenderung melakukan aktifitas lain yang bersifat hiburan adalah penolakan terhadap materi tugas yang sulit ataupun dikarenakan oleh ketidak mampuan dalam mengelola waktu sehingga siswa lebih menikmati aktifitas lain yang dapat menghibur mereka dari pada dipusingkan dengan kegiatan belajar.

Seharusnya dengan semakin ketatnya persaingan baik dalam pendidikan maupun perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin cepat berubah maka mereka harus selalu meningkatkan kedisiplinan dalam segala hal khususnya kegiatan akademik agar mereka tidak tertinggal dan bisa dengan mudah mengikuti perkembangannya.

Prokrastinasi sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik dapat dikategorikan menjadi dua faktor, yaitu<sup>76</sup>:

a. Faktor internal

1) Kondisi fisik individu

Keadaan fisik dan kondisi kesehatan ikut mempengaruhi individu dalam melakukan Prokrastinasi Akademik. Tingkat intelegensi tidak mempengaruhi terjadinya prokrastinasi, walaupun pada prokrastinator sering terdapat pikiran-pikiran yang irasional.

---

<sup>75</sup> Ferari (M. Nur Gufron), 2005.

<sup>76</sup> Ghufron, M Nur & Rini Risnawati S. 2010, *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruz Media, hal 163

## 2) Kondisi psikologis individu

Kondisi ini misalnya besarnya motivasi yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi prokrastinasi akademik secara negative. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu maka akan semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik.

### a. Faktor eksternal

#### 1) Gaya pengasuhan orang tua

Hasil penelitian Ferrari dan ollivete menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menimbulkan kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak perempuan yang bukan procrastinator. Ibu yang melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan *avoidance procrastination* pula.

#### 2) Kondisi lingkungan

Prokrastinasi lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah pengawasan dari pada yang pengawasannya ketat. Letak sekolah di desa atau di kota maupun level atau tingkat sekolah tidak mempengaruhi seseorang melakukan prokrastinasi.

### 3. Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang. Dari hasil analisis menggunakan rumus korelasi *product moment* dari *Pearson* menunjukkan bahwa hipotesa kerja ( $H_a$ ) yang berbunyi “Ada hubungan antara *Kontrol Diri* dengan *Prokrastinasi Akademik*” diterima. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi atau nilai  $p = 0,018$  atau kurang dari  $0,05$ .

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa terdapat hubungan yang negatif yang signifikan ( $r_{xy} = 0,-262$  ;  $sig = 0,018 < 0,05$ ) antara *Kontrol Diri* dengan *Prokrastinasi Akademik* pada siswa IPA MAN Malang I Kota Malang. Yang berarti tingginya kontrol diri yang dimiliki oleh siswa IPA MAN Malang I Kota Malang memiliki hubungan negatif terhadap Prokrastinasi Akademik siswa. Semakin tinggi Kontrol Diri yang dimiliki oleh siswa maka akan semakin rendah Prokrastinasi Akademik yang dilakukan oleh siswa.

Adanya hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang kemungkinan dikarenakan salah satu permasalahan akademik siswa yang berhubungan dengan proses belajar adalah menyangkut prokrastinasi akademik. Prokrastinasi yang diartikan sebagai proses menunda dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik tidak terlepas dari adanya peran kontrol diri yang dimiliki oleh setiap siswa. Hal ini senada dengan hasil penelitian

Green<sup>77</sup> yang menunjukkan bahwa salah satu aspek yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan kecenderungan perilaku prokrastinasi adalah karena rendahnya Kontrol Diri.

Kontrol Diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri satu individu dengan individu lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki Kontrol Diri yang tinggi dan ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku utama yang membawa kepada konsekuensi positif. Sebagai siswa yang tugas utamanya adalah belajar, bila mempunyai kontrol diri yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan konsekuensinya sehingga mampu memilih tindakan dan melakukannya dengan meminimalkan akibat yang tidak diinginkan. Mereka mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang pendidikannya.

Individu yang kontrol dirinya rendah tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya, sehingga diasumsikan, seorang siswa yang dengan kontrol diri yang rendah akan berperilaku, lebih bertindak kepada hal-hal yang lebih

---

<sup>77</sup> Muhid Abdul.(2009). *Hubungan antara selfcontrol dan self-efficacy dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas dakwah IAIN sunan ampel surabaya*. Jurnal Ilmu Dakwah, 18 (1), 113-119

menyenangkan dirinya misalnya melakukan aktivitas sia-sia seperti jalan-jalan ke Mall, nongkrong tanpa batas waktu, dan juga aktivitas-aktivitas lain yang tidak bermanfaat dan membuang-buang waktu, bahkan siswa cenderung menunda-nunda tugas yang seharusnya ia kerjakan terlebih dahulu. Dengan kontrol diri yang rendah, mereka tidak mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka tidak mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, tidak mampu mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin dihadapi sehingga tidak mampu memilih tindakan yang tepat.

Allah SWT juga senantiasa menuntut kepada seluruh manusia agar selalu memanfaatkan waktu semaksimal mungkin dan mengisinya dengan berbagai amal atau perbuatan-perbuatan yang positif, bukannya menunda-nunda pekerjaan atau tugas yang seharusnya bisa dikerjakan sekarang tapi ditunda-tunda dengan atau tanpa alasan. Sebagaimana dijelaskan dalam Q. S. Al-Ashr ayat 1-3 :

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا ﴿٣﴾  
بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٤﴾

Artinya;

1. *demi masa.*
2. *Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian,*
3. *Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.*

Ayat-ayat didalamnya menjelaskan pentingnya waktu bagi kehidupan manusia. Jika manusia hidup tidak memperhatikan waktu yang terus berjalan maka manusia akan mengalami kerugian.

Menurut Silver, seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi. Akan tetapi, mereka hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Ellis dan Knous mengatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal ini terjadi karena adanya perasaan takut gagal, dan pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar<sup>78</sup>. Dalam dunia akademik penghindaran tugas termasuk dalam salah satu aspek kecenderungan melakukan aktivitas lain yang bersifat hiburan yang merupakan salah satu indikator dari prokrastinasi akademis.

Secara umum orang yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan menggunakan waktu yang sesuai dan mengarah pada perilaku yang lebih utama, yaitu belajar, sedangkan orang yang mempunyai kontrol diri rendah tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya, sehingga akan lebih mementingkan sesuatu yang lebih menyenangkan, dan diasumsikan banyak menunda-nunda.

---

<sup>78</sup> <sup>78</sup> Ghufron, M Nur & Rini Risnawati S. 2010, *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruz Media, hal 152