

**PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN *TIME MANAGEMENT*
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK
PADA MUSYRIF/AH MA'HAD SUNAN AMPEL AL-ALY
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh:

KUNTI NOVITASARI
13410113



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2017**

**PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN *TIME MANAGEMENT*
TERHADAP PROKRASINASI AKADEMIK
PADA MUSYRIF/AH MA'HAD SUNAN AMPEL AL-ALY UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh:

**KUNTI NOVITASARI
13410113**

Telah Disetujui Oleh:
Dosen Pembimbing



**Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si
NIP. 197605122003121002**

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag
NIP. 197307102000031002**

**PENGARUH ANTARA *SELF EFFICACY* DAN *TIME MANAGEMENT*
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK
PADA MUSYRIF/AH MA'HAD SUNAN AMPEL AL-ALY UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

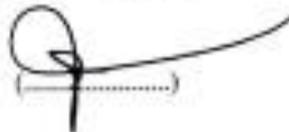
Oleh:
KUNTI NOVITASARI
NIM. 13410113

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji
Dan Dinyatakan Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Pada Tanggal
13 Maret 2017

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

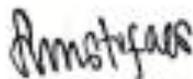
1. H Aris Yuana Yusuf, Lc, MA (Ketua Penguji)
NIP. 19730709 2000031002
2. Dr. Fadhul Lubabun Naqul, M.Si (Pembimbing)
NIP. 197605122003121002
3. Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd. I (Penguji Utama)
NIP. 195507171982031005

Tanda Tangan



Mengetahui,

**Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag
NIP. 197307102000031002

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Kunti Novitasari
NIM : 13410113
Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya susun dengan judul "**Pengaruh *Self Efficacy* dan *Time Management* Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Musyri'ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**" adalah benar-benar karya sendiri baik sebagian maupun secara keseluruhannya. Jika dikemudian hari terdapat *claim* 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 pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 23 Februari 2017

Penulis



Kunti Novitasari
NIM. 13410113

MOTTO

خَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ

“Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi manusia lainnya”

(HR. Ahmad, ath-Thabrani, ad-Daruqutni)



PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan untuk:

1. Orang tua tercinta, **Kusaeri** dan **Siti Julaikah** yang telah merawat dan membimbing dari lahir hingga sekarang.
2. Saudara perempuan saya, **Dwi Mu'allifah**.
3. Guru terbaik saya, Bapak **Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si**
4. Sahabat Karib saya, **Dwi Utami Indorini, Ratna Dwi Hayuning Tyas**
5. Teman-Teman Seperjuangan, Seluruh **Musyrif/ah** Ma'had Sunan Ampel Al-Aly.
6. Teman-Teman satu organisasi, **MSAA Productions, RO Productions, El-Ma'rifah, Catur DOKAR UIN, LSO Outbound Mega Putih Fakultas Psikologi, Komunitas Psycho World Fakultas Psikologi, Asistan Laboratorium Fakultas Psikologi, Komunitas Muslim Photography Hijab & Fashion Malang, Batulang Outbound Malang.**

ABSTRAK

Kunti, Novitasari. (2017). Pengaruh *Self Efficacy* dan *Time Management* Terhadap Prokrastinasi Akademik Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: Dr Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

Kata Kunci: *Self Efficacy*, *Time Management*, Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi terjadi hampir di setiap bidang kehidupan, tidak terkecuali didunia pendidikan. Mahasiswa memiliki tugas yang harus diselesaikan baik secara akademik maupun non akademik dengan batas waktu tertentu. Kurangnya memanfaatkan waktu dengan baik akan memuat individu rentan melakukan tindakan prokrastinasi. Kemampuan yang baik dalam mengelola waktu dan efikasi diri yang berkembang dengan baik pula akan memperkecil perilaku prokrastinasi.

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti pengaruh antara *self efficacy* dan *time management* terhadap perilaku prokrastinasi akademik musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang menjadi musyrif/ah yang terdiri dari mahasiswa semester tiga sampai semester delapan.

Penelitian ini menggunakan teknik random sampling dengan jumlah sampel $n=100$ musyrif/ah. Analisis data menggunakan program SPSS (*Statistic Product And Service Solution*) 20 for windows. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data adalah skala efikasi diri dari Bandura, skala manajemen waktu (*Time Management Behavior Scale*) dari Macan 1990 dan skala prokrastinasi akademik dari Ferarri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *self efficacy* dan *time management* terhadap perilaku prokrastinasi akademik dengan F_{hitung} sebesar 12,208 dan signifikansi sebesar $0,000 > 0,05$. Sumbangan efektif dari perhitungan analisis regresi linier berganda diperoleh nilai R Square sebesar 0,201. Ini berarti bahwa efikasi diri dan manajemen waktu secara bersama-sama memberikan sumbangan pengaruh sebesar 20,1% terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya 79,9% dijelaskan oleh faktor lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

ABSTRACT

Kunti, Novitasari. (2017). Influence of Self Efficacy and Time Management for Academic Procrastination Supervisor of Al-Aly Sunan Ampel Islamic boarding at State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor: Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

Keyword: Self Efficacy, Time Management, Academic Procrastination

Procrastination happened in almost every aspect of life, not least in the world of education. Students have the tasks should be completed both academic and non-academic with a certain time limit. Lack of utilizing time properly will make individual to be susceptible one for doing the procrastination. A good ability to manage time and self-efficacy are developing well too will reduce procrastination behavior.

This research aimed to research the influence of self-efficacy and time management to academic procrastination behavior of Supervisor of Al-Aly Sunan Ampel Islamic boarding at State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. Subjects in this study were students who become supervisors in third to eight semesters.

This research used a random sampling with a sample size $n = 100$ supervisors. Data analysis used SPSS (Statistics Product And Service Solution) 20 for windows. The instruments used in data collection were the scale of Bandura's self-efficacy, Time Management Behavior Scale from the Macan in 1990 and academic procrastination scale from Ferarri.

The results showed that there is influence between self-efficacy and time management to academic procrastination behavior with Fhitung 12.208 and big significance of $0.000 > 0.05$. The effective contribution of the calculation of multiple linear regression analysis obtained by value of R Square of 0.201. This means that self-efficacy and time management contributed 20.1% influence on the behavior of academic procrastination. While the remaining 79.9% is explained by other factors that are not included in this research.

الملخص

كنت، نوفيّا ساري. (٢٠١٧). تأثير فعالية النفس و إدارة الوقت إلى تسويق أكاديمي مشرفات معهد سنن أمبيل العالي بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

المشرف: الدكتور فتح اللبب النقول، الماجستير

كلمات البحث: فعالية النفس، إدارة الوقت، تسويق أكاديمي

كاد التسويق يقع في كل نواحي الحياة ما عدا في التربوية. للطلبة الوظائف التي يعملونها إما كانت أكاديمية أو غير أكاديمية في الوقت المعين. كان قليل انتفاع الوقت يسبب الفرد أن يضعف عمل التسويق. الكفاءة في إدارة الوقت وفعالية النفس تتطور حسنا ستقلل التسويق.

هذا البحث يهدف ليبحث تأثيرا بين فعالية النفس وإدارة الوقت إلى تسويق أكاديمي مشرفات معهد سنن أمبيل العالي بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. موضوع البحث هو الطلبة كانوا مشرفين أو مشرفات الذين يتكونون من الطلبة في المستوى الثالث حتى الثامنة.

استخدم هذا البحث طريقة إعتباط العينات على مجموعة العينات $n=100$ مشرفين أو مشرفات. استخدم تحليل البيانات بنتاج إحصائي وحل مرفقي (SPSS/Statistic Product And Service Solution) ٢٠ لشبّاك.

استخدم الأدوات في أخذ البيانات هي فعالية النفس من بندورا، مقياس إدارة الوقت من ماجان ١٩٩٠ و مقياس تسويق أكاديمي من فاراري.

نتيجة البحث تدل أن بين فعالية النفس وإدارة الوقت إلى تسويق أكاديمي تأثيرا بـ F_{hitung} مبلغ ١٢،٢٠٨ و دلالة مبلغ $0.05 > 0.000$. التبرع على نحو الفعال من حساب تحليل تراجع أصغر متعددة تنال منه نتيجة R Square مبلغ ٠.٢٠١. وهذا تدل على أن فعالية النفس وإدارة الوقت يؤثران مبلغ 20.1% سويا إلى تسويق أكاديمي. بل الباقي 79,9% بيّنه العامل الآخر الذي ليس في هذا البحث.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan pertolongan-Nya. Sholawat serta salam tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menuntun manusia menuju jalan kebenaran yaitu berupa Ad-Dinul Islam.

Penyusunan skripsi ini tentang “Pengaruh *Self Efficacy* dan *Time Management* Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Musyrif/ah Ma’had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Mudjia Rahardjo, M.Si, Selaku Rektor Universitas Islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang.
3. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan arahan, bimbingan, nasehat, dan motivasi serta berbagai pengalaman yang berharga kepada penulis.
4. Dr. H. A. Khudori Soleh, M.Ag Selaku Dosen Wali
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas bantuan dan juga dukungan morilnya.

6. Segenap sivitas akademika Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
7. Seluruh anggota Musyrif/ah yang telah bersedia menjadi subjek dalam penelitian.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini baik secara moril maupun materiil.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu peneliti mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun dari semua pihak demi sempurnanya tulisan ini dan pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.

Malang, 23 Februari 2017

Penulis



Kunti Novitasari
NIM. 13410113

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Pendahuluan.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kajian Teori	8
1. Efikasi Diri	8
a. Devinisi Efikasi Diri.....	8
b. Dimensi-Dimensi Efikasi Diri.....	9
c. Proses Efikasi Diri.....	10
d. Efikasi Diri Perspektif Islam	12
2. Managemen Waktu	15
a. Definisi Managemen Waktu.....	15
b. Aspek-Aspek Managemen Waktu.....	16
c. Faktor-Faktor Managemen Waktu	16
d. Langkah-Langkah Mengelola Waktu	18
e. Hambatan-Hambatan dalam Managemen Waktu.....	19
f. Managemen Waktu Perspektif Islam.....	20
3. Prokrastinasi.....	23
a. Devinisi Prokrastinasi Akademik.....	23
b. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik.....	25

c.	Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik	27
d.	Jenis-Jenis Tugas dalam Prokrastinasi Akademik.....	29
e.	Dampak Prokrastinasi Akademik	30
f.	Prokrastinasi dalam Perspektif Islam	32
B.	Pengaruh <i>Self Efficacy</i> dan <i>Time Management</i> terhadap Prokrastinasi Akademik	35
C.	Hipotesis Penelitian	36
BAB III METODE PENELITIAN.....		37
A.	Desain Penelitian	37
B.	Variabel Penelitian.....	37
C.	Devinisi Operasional.....	39
D.	Subjek Penelitian	42
1.	Populasi.....	42
2.	Sampel.....	42
E.	Metode Pengumpulan Data.....	43
F.	Instrumen Penelitian	45
G.	Pengujian Instrumen Penelitian.....	50
1.	Uji Validitas	50
2.	Uji Reliabilitas	52
H.	Metode Analisis Data.....	53
1.	Uji Asumsi	53
a.	Random	53
b.	Uji Normalitas	53
c.	Uji Linieritas.....	54
d.	Uji Heteroskedastisitas	54
2.	Analisis Deskriptif	54
3.	Uji Hipotesis	55
a.	Analisis Regresi Linier Berganda.....	56
BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		57
A.	Pelaksanaan Penelitian.....	57
1.	Gambaran Lokasi Penelitian	57
2.	Waktu dan Tempat Penelitian	60
B.	Hasil Penelitian	60
1.	Hasil Uji Analisis	60
a.	Hasil Uji Validitas	60
b.	Hasil Uji Reliabilitas	66

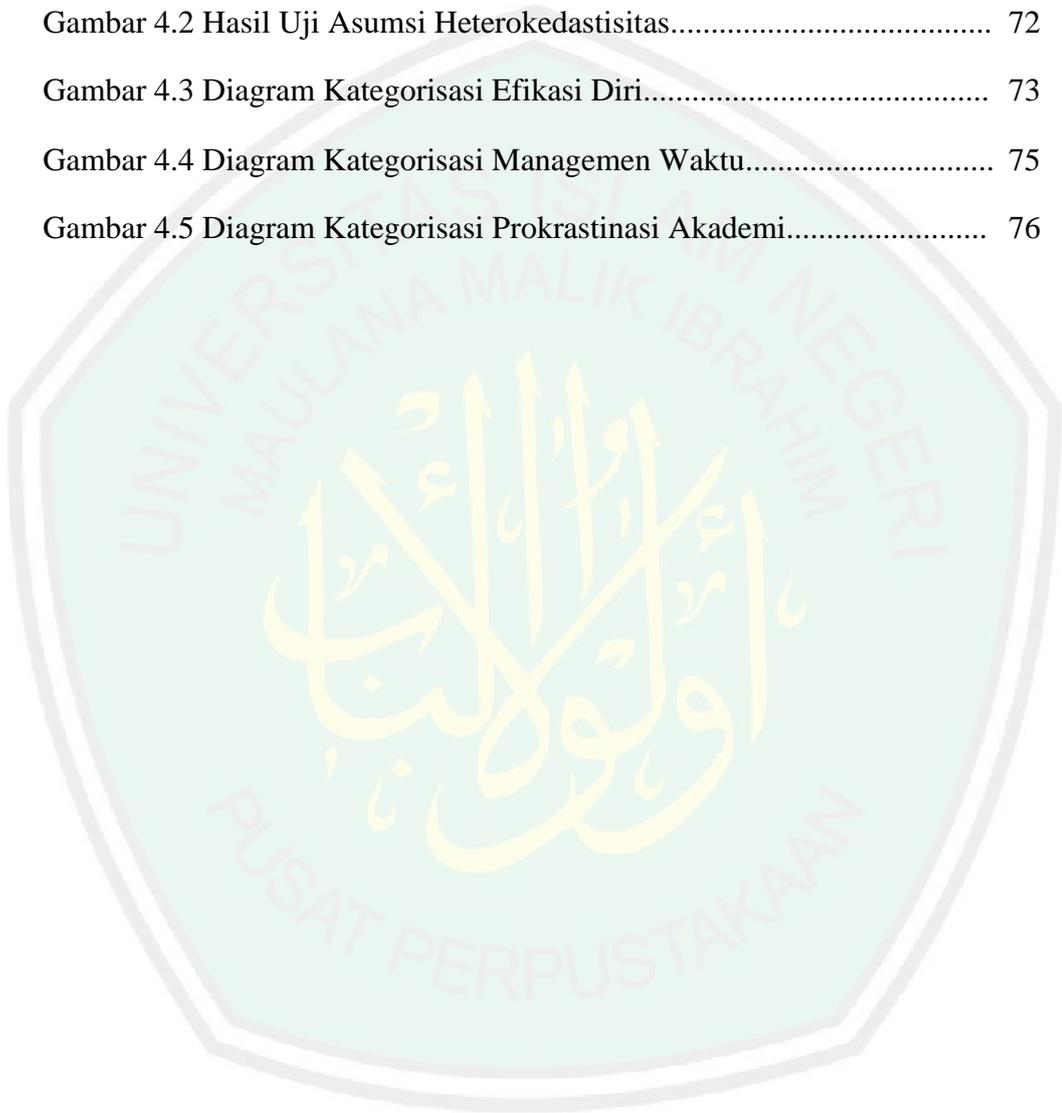
2.	Hasil Uji Asumsi Klasik	68
a.	Hasil Uji Normalitas	68
b.	Hasil Uji Autokorelasi	69
c.	Hasil Uji Multikolinieritas	70
d.	Uji Heteroskedastisitas	71
3.	Hasil Uji Analisis Deskriptif	72
a.	Deskriptif Efikasi Diri	73
b.	Deskriptif Manajemen Waktu	74
c.	Deskriptif Perilaku Prokrastinasi Akademik	75
4.	Hasil Uji Hipotesis	77
a.	Hasil Uji Keterandalan Model (Uji F)	77
b.	Koefisien Regresi (Uji T)	78
c.	Koefisien Determinasi	80
d.	Hasil Uji Regresi Linier Berganda	80
C.	Pembahasan	82
1.	Tingkat <i>Self Efficacy</i> Pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang	82
2.	Tingkat <i>Time Management</i> Pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang	87
3.	Tingkat Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang	90
4.	Pengaruh <i>Self Efficacy</i> dan <i>Time Management</i> Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang	95
	BAB V PENUTUP	101
A.	Kesimpulan	101
B.	Saran	103
	DAFTAR PUSTAKA	105
	LAMPIRAN	108

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Penentuan Jawaban Quisioner.....	46
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Efikasi Diri.....	48
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Time Management.....	49
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Prokrastinasi Akademi.....	50
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Skala Efikasi Diri.....	61
Tabel 4.2 <i>Blueprint</i> Efikasi Diri Setelah gugur.....	62
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas Skala Managemen Wakt.....	63
Tabel 4.4 <i>Blueprint</i> Time Management Setelah Gugur.....	64
Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	65
Tabel 4.6 <i>Blueprint</i> Prokrastinasi Akademik Setelah Gugur.....	66
Tabel 4.7 Hasil Uji Reliabilitas.....	67
Tabel 4.8 Hasil Uji Autokorelasi.....	70
Tabel 4.9 Hasil Uji Multikolinieritas.....	70
Tabel 4.10 Kategorisasi Penelitian.....	72
Tabel 4.11 Mean Hipotetik dan Standart Deviasi Efikasi D.....	73
Tabel 4.12 Kategorisasi Efikasi Diri.....	73
Tabel 4.13 Mean Hipotetik dan Standart Deviasi Managemen Waktu.....	74
Tabel 4.14 Kategorisasi Managemen Waktu.....	74
Tabel 4.15 Mean Hipotetik dan Standart Deviasi Prokrastinasi Akademik..	75
Tabel 4.16 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik.....	76
Tabel 4.17 Hasil Uji Hipotesis Regresi Secara Stimulan.....	77
Tabel 4.18 Uji Hipotesis koefisien Regresi Variabel Efikasi Diri (X_1)	79
Tabel 4.19 Uji Hipotesis koefisien Regresi Variabel Managemen Waktu (X_2)	79
Tabel 4.20 Koefisien Determinasi.....	80
Tabel 4.21 Hasil Analisis Regresi Linier Berganda.....	81

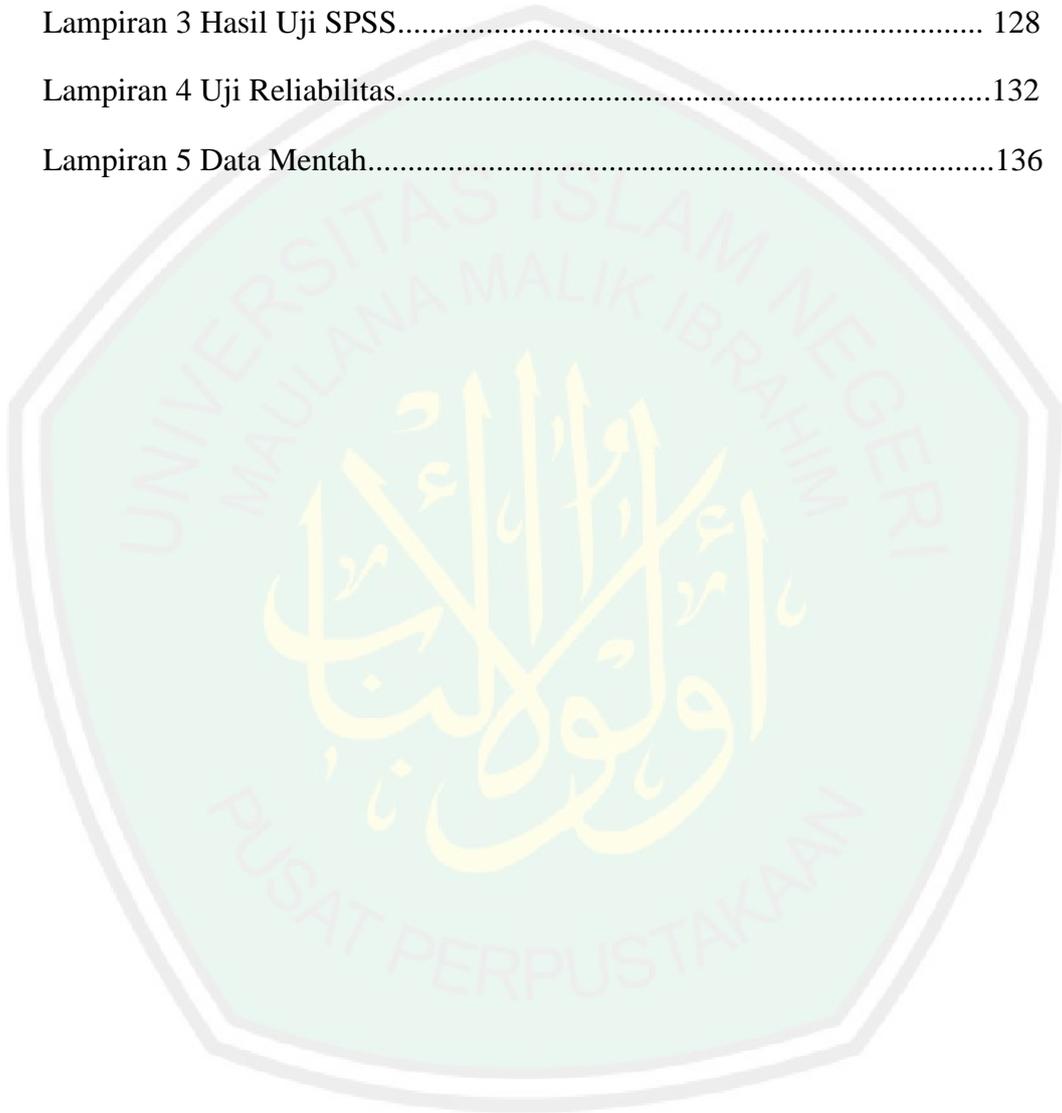
DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Skema Variabel.....	38
Gambar 4.1 Hasil Uji Normalitas.....	68
Gambar 4.2 Hasil Uji Asumsi Heterokedastisitas.....	72
Gambar 4.3 Diagram Kategorisasi Efikasi Diri.....	73
Gambar 4.4 Diagram Kategorisasi Managemen Waktu.....	75
Gambar 4.5 Diagram Kategorisasi Prokrastinasi Akademi.....	76



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Artikel Publikasi.....	108
Lampiran 2 Skala Psikologi.....	119
Lampiran 3 Hasil Uji SPSS.....	128
Lampiran 4 Uji Reliabilitas.....	132
Lampiran 5 Data Mentah.....	136



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Mahasiswa adalah label yang diberikan kepada seseorang yang sedang menjalani jenjang pendidikan di universitas atau sekolah tinggi (KBBI, 1999). Solomon dan Rothblum (1994) mengemukakan bahwa ada enam tugas akademik yang harus dilakukan mahasiswa dalam menjalankan masa perkuliahan, diantaranya adalah tugas menulis, belajar untuk menghadapi ujian, menghadiri pertemuan kelas, tugas administratif dan kinerja akademik secara keseluruhan. Adanya tugas akademik diatas, dalam proses penyelesaian program pendidikan yang sedang dilaksanakan maka mahasiswa diharapkan dapat berprestasi secara optimal dalam pemenuhan tugas-tugas yang diberikan baik secara akademis maupun non akademis.

Kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan kampus yang mewajibkan para mahasiswa barunya untuk tinggal di ma'had selama satu tahun pertama. Selama menjalankan kewajiban di ma'had, mahasiswa baru akan didampingi oleh musyrif/ah. Adapun musyrifah merupakan mu'annats dari al-musyrif yang berarti pengawas atau pembimbing (Kamus Al-Munawwir).

Musyrif/ah merupakan ujung tombak dalam pelaksanaan pendidikan di kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Tanpa adanya musyrif/ah maka kegiatan di ma'had tidak akan berjalan secara

maksimal dan menimbulkan kerugian bagi kampus. Hal tersebut bisa dibuktikan bahwasannya kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang gagal dalam menjalankan kedua pilar yaitu kedalaman spiritual dan keagungan akhlaq yang diperoleh melalui kegiatan ketaklaman atau kegiatan keagamaan yang ada di ma'had. Hal inilah yang menjadikan pentingnya penelitian ini untuk dilaksanakan.

Mahasiswa yang telah terpilih menjadi musyrif/ah memiliki peran dan tanggung jawab yang lebih berat dari pada mahasiswa biasa. Oleh sebab itu, mahasiswa diharapkan memiliki usaha yang keras dan keyakinan yang kuat dalam menentukan seseorang akan bertindak, berfikir, dan bereaksi sewaktu menggapai situasi-situasi yang tidak menyenangkan (Bandura, 1986). Ini artinya ketika musyrif/ah mengalami situasi-situasi yang tidak menyenangkan dalam dirinya seperti sulit menyelesaikan tugas akademik maupun non akademik, maka dengan adanya *self efficacy* dalam dirinya dapat membantu dalam memilih aktivitas-aktivitas yang dianggap sulit.

Bandura (1997) juga mengemukakan bahwa semakin tinggi *self efficacy* seseorang, semakin giat dan tekun usaha-usahanya dalam menghadapi permasalahannya, sedangkan *self efficacy* yang rendah dapat menghalangi usaha dan menyebabkan individu tersebut mudah putus asa. Sehingga mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi akan selalu mencoba melakukan berbagai tindakan untuk menghadapi kesulitan-kesulitan.

Sebaliknya, apabila *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa rendah maka mereka akan merasa tidak berdaya, cepat sedih, apatis, cemas, menjauhkan diri dari tugas-tugas yang sulit, cepat menyerah dalam menghadapi rintangan,

aspirasi rendah dan komitmen yang lemah terhadap tujuan yang dicapai (Bandura, 1997).

Rendahnya *self efficacy* yang dimiliki juga membuat individu tidak memiliki keyakinan bahwa mereka dapat menyelesaikan tugas yang diberikan sehingga membuat individu tersebut berusaha menghindari tugas atau melakukan penundaan dalam mengerjakannya (Erkan, 2011). Perilaku menghindari atau melakukan penundaan dalam memulai atau menyelesaikan tugas inilah yang disebut dengan prokrastinasi.

Menjadi musyrif/ah disatu sisi dituntut untuk melaksanakan tanggung jawab dalam mengurus dan membina mahasiswa baru secara baik serta menjalankan berbagai kegiatan didalamnya, namun disisi lain sebagai seorang musyrif/ah mereka juga memiliki tanggung jawab untuk belajar dan memiliki prestasi yang baik pula. Namun pada kenyataannya masih terdapat musyrif/ah yang belum mampu dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya secara akademik. Hal ini didukung dengan adanya salah seorang teman peneliti yang menjadi musyrifah dan mengeluhkan tentang buruknya pengelolaan waktu yang dimilikinya.

Individu yang sulit melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, dan gagal dalam menyelesaikan tugas. Spears dan Jordan (dalam Prakosa, 1996) menyatakan bahwa keberhasilan seseorang mahasiswa dapat diraih apabila mahasiswa tersebut merasa mampu untuk berhasil.

Mc Gregor (dalam As'ad, 2013) menyatakan bahwa individu pada dasarnya suka kebebasan dan tidak bersedia diperintah, kurang suka memikul tanggung jawab, tidak bersedia bekerja sama, suka mementingkan diri sendiri, bersedia bekerja yang ringan dengan penghasilan besar, sering melakukan pelanggaran misalnya terlambat datang di tempat kerja atau menunda-nunda pekerjaan.

Indikasi-indikasi tersebut mengarah pada perilaku yang tidak dapat memanfaatkan waktu secara efisien. Perilaku tidak dapat memanfaatkan waktu atau menunda-nunda mengerjakan sesuatu disebut dengan prokrastinasi. Prokrastinasi adalah penangguhan atau penundaan menyelesaikan suatu tugas dan dikategorikan dalam kegagalan pengaturan diri (Steel, 2007).

Ferrari (1995) menjelaskan bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akan menempatkan tugas kuliahnya pada prioritas terakhir dibanding melakukan aktivitas untuk bertemu dengan temannya. Individu ini juga cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah, kehilangan harapan dan menghindari keterlibatan dalam kelompok kecil.

Salomon dan Rothblum (1984) menunjukkan 13 alasan individu melakukan prokrastinasi, yaitu kecemasan menghadapi evaluasi, perfeksionisme, kesulitan dalam mengambil keputusan, ketergantungan terhadap orang lain, *task aversiveness*, kurangnya kepercayaan diri, kemalasan, kurangnya asertivitas, ketakutan untuk sukses, manajemen waktu, pemberontakan, pengambilan resiko, dan pengaruh teman.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Iven Kartadinata dan Sia Tjundjing pada tahun 2008 menyebutkan bahwa dua alasan terbesar yang membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi adalah rasa malas mengerjakan tugas (42%) dan banyaknya tugas lain yang harus dilakukan (25%).

Prokrastinator seringkali merasa optimis dengan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas pada saat mendekati tenggang waktu (Burka & Yuen, 1989). Prokrastinator yang sukses setelah melakukan prokrastinasi juga cenderung mengulang perilakunya (Ferarri, 1995). Prokrastinasi merupakan perilaku yang diharapkan tidak terjadi dalam dunia akademik, sebab tindakan ini dapat menimbulkan konsekuensi berupa lumpuhnya kemajuan akademik (Burka & Yuen, 2008).

Ketika seseorang melakukan prokrastinasi secara terus menerus, maka itu akan menjadi masalah penting karena akan memberikan dampak negatif bagi dirinya. Ferrari (1991) mengatakan bahwa akibat negatif dari perilaku prokrastinasi adalah banyaknya waktu yang terbuang sia-sia, tugas-tugas menjadi terbengkalai, apabila tugas tersebut dapat diselesaikan maka hasil yang didapat tidak maksimal, dan dapat mengakibatkan seseorang kehilangan peluang atau kesempatan dimasa yang akan datang.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Self Efficacy* Dan *Time Management* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Musyrif/ah Ma’had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah disampaikan diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *self efficacy* pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang?
2. Bagaimana tingkat *time management* pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang?
3. Adakah pengaruh antara *self efficacy* atau *time management* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang?

C. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah diatas, dapat diketahui bahwa tujuan diadakannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat *self efficacy* yang dimiliki oleh Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat *time management* yang dimiliki oleh Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Untuk mengetahui pengaruh antara *self efficacy* atau *time management* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang.

D. Manfaat

Adapun manfaat diadakannya penelitian ini adalah untuk:

1. Secara Akademik

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan teoritis bagi perkembangan disiplin ilmu psikologi dengan memberikan masukan tentang pengaruh antara *self efficacy* dan *time management* terhadap prokrastinasi mahasiswa.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Pendidik (Dosen)

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran tentang perilaku prokrastinasi yang terjadi dalam dunia pendidikan. Selain itu pendidik juga diharapkan dapat memberikan gambaran tentang pentingnya *self efficacy*, *time management* dan prokrastinasi kepada peserta didiknya kemudian mampu memberikan solusi terbaik dalam mengatasi permasalahan tentang prokrastinasi.

- b. Bagi mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang pentingnya *self efficacy*, *time management* dan prokrastinasi serta dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi dan introspeksi diri dalam mengikuti proses belajar mengajar sehingga mahasiswa tidak melakukan prokrastinasi dengan alasan tidak yakin akan kemampuan dirinya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Efikasi Diri

a. Devinisi Efikasi Diri

Secara etimologi efikasi diri terdiri dari dua kata, yaitu “*self*” sebagai unsur struktur kepribadian dan “*efficacy*” yang artinya penilaian diri, apakah dapat dilakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, maupun atau tidak mampu dengan yang dipersyaratkan (As’ad, 2013).

Self-efficacy mengacu pada persepsi seseorang tentang kemampuan individu untuk mengorganisasi dan mengimplementasi tindakan untuk menampilkan kecakapan tertentu (Bandura, 1983).

Efikasi diri merupakan penilaian seseorang tentang kemampuan diri dalam mengatur, dan melaksanakan program tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu (Schunk, 1991). Efikasi diri sebagai suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku tertentu untuk menjalankan tugas atau meraih sasaran tertentu (Ormrod, 2009: 20).

Efikasi diri menurut Feist & Feist (2010: 212) merupakan tindakan dalam suatu situasi bergantung pada hubungan timbal-balik dari perilaku, lingkungan dan kondisi kognitif terutama faktor-faktor kognitif yang berkaitan dengan keyakinan bahwa mereka mampu atau tidak mampu melakukan suatu perilaku yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian yang diinginkan.

Baron dan Byrne (2000) mengemukakan bahwa *self-efficacy* merupakan penilaian individu terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, dan menghasilkan sesuatu. Di samping itu, Schultz (1994) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai perasaan kita terhadap kecukupan, efisiensi dan kemampuan kita dalam menghadapi masalah.

Berdasarkan persamaan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah suatu keadaan dimana seseorang yakin dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol hasil dari usaha yang telah dilakukan untuk menampilkan suatu kecakapan tertentu..

b. Dimensi-Dimensi Efikasi Diri

Bandura (1997) mengatakan bahwa *self efficacy* individu dapat dilihat dari tiga dimensi, yaitu:

1) Tingkat (*Level*)

Mengacu pada taraf kesulitan tugas yang diyakini individu akan mampu mengatasinya. Tingkat efikasi diri individu berbeda satu sama lain. Tingkatan kesulitan dari sebuah tugas, apakah sulit atau mudah akan menentukan efikasi diri. Pada suatu tugas atau aktivitas, jika tidak terdapat suatu halangan yang berarti untuk diatasi, maka tugas tersebut akan sangat mudah dilaksanakan. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung memilih tugas yang tingkat kesukarannya sesuai dengan kemampuannya.

2) Keluasan (*generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan penguasaan individu terhadap bidang atau tugas pekerjaan. Individu dapat menyatakan dirinya memiliki *self-efficacy* pada aktivitas yang luas, atau terbatas pada fungsi domain tertentu saja. Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi akan mampu menguasai beberapa bidang sekaligus untuk menyelesaikan suatu tugas. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang rendah hanya menguasai sedikit bidang yang diperlukan dalam menyelesaikan suatu tugas.

3) Kekuatan (*strength*)

Dimensi yang ketiga ini lebih menekankan pada tingkat kekuatan atau kemantapan individu terhadap keyakinannya. *Self-efficacy* menunjukkan bahwa tindakan yang dilakukan individu akan memberikan hasil yang sesuai dengan yang diharapkan individu. *Self efficacy* menjadi dasar dirinya melakukan usaha yang keras, bahkan ketika menemui hambatan sekalipun.

Efikasi diri yang lemah akan dapat dengan mudah ditiadakan dengan pengalaman yang menggelisahkan ketika menghadapi sebuah tugas. Sebaliknya orang yang memiliki keyakinan yang kuat akan bertekun pada usahanya meskipun pada tantangan dan rintangan. Individu menjadi tidak mudah dilandaa kemalangan. Streng mengacu pada derajat kemantapan individu terhadap keyakinannya. Kemantapan inilah yang menentukan ketahanan dan keuletan individu.

c. Proses Efikasi Diri

Bandura (1994) menyatakan bahwa keberadaan efikasi diri pada individu akan berdampak pada empat proses, yaitu:

1) Proses Kognitif

Pengaruh efikasi diri pada proses kognitif dapat timbul dari berbagai hal. Proses kognitif bertujuan untuk memprediksi kejadian dan untuk mengembangkan cara-cara dalam mengontrol perilaku yang akan berpengaruh dalam kehidupannya.

Perilaku yang diatur bertujuan untuk mengarahkan perilaku pada tujuan yang hendak dicapai. Pengaturan tujuan dipengaruhi oleh penaksiran individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menguji dan merevisi tentang penilaian diri terhadap perilaku yang dimunculkan.

2) Proses Motivasi

Kepercayaan diri terhadap efikasi diri berperan kunci dalam pengaturan diri terhadap motivasi. Motivasi individu dapat ditimbulkan melalui proses kognitif. Individu memotivasi diri sendiri dan mengarahkan tindakan melalui berbagai latihan. Individu percaya terhadap apa yang dilakukan dan selalu mengantisipasi adanya hasil tindakan yang prospektif. Individu akan mengatur tujuan yang dimiliki dan merencanakan latihan-latihan sebelum melakukan tindakan dengan mendesainnya sesuai nilai-nilai masa depan.

3) Proses Afektif

Individu percaya terhadap pengaruh kapabilitasnya dalam menghadapi stres dan depresi dalam menghadapi ancaman atau situasi yang sulit, seperti terhadap motivasi dalam dirinya. Efikasi diri akan membuat individu lebih mampu mengatasi segala persoalan yang mengancam keberadaannya.

Individu yang kurang percaya bahwa dirinya mampu mengatasi situasi yang mengancam yang ada, mengalami kecemasan yang tinggi.

4) Proses Seleksi

Melalui kepercayaan diri terhadap kapabilitas yang dimiliki individu cenderung bertindak selektif atau melakukan pemilihan terhadap pencapaian tujuan hidupnya. Individu akan memilih pemecahan masalah dan pencapaian tujuan sesuai kapabilitas yang dimilikinya. Individu yang meragukan kapabilitasnya memiliki tingkat aspirasi dan komitmen yang rendah.

d. Efikasi Diri Perspektif Islam

Setiap muslim harus memiliki efikasi diri yang baik, yaitu keinginan yang kuat untuk sukses, yang muncul dari dalam keyakinan diri. Dalam belajar, efikasi diri penting karena dapat mendorong seseorang untuk mendayakan potensi yang dimilikinya.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: **الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ، إِحْرَصَ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعَانَ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجَزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ**

Artinya:

Rasulullah SAW bersabda: *“Mukmin yang kuat itu lebih baik dan lebih dicintai Allah dari pada mukmin yang lemah. Dan, setiap diri pastilah memiliki potensi masing-masing. Bersemangatlah kalian dalam melakukan sesuatu yang bermanfaat, mintalah pertolongan kepada Allah, dan janganlah kalian merasa tidak mampu”* (H.R Muslim). No.2664.

Adapun dalam Al-Qur'an, Allah telah menegaskan bahwa setiap orang akan mampu menghadapi peristiwa apapun yang terjadi karena Allah berjanji dalam Al-Qur'an bahwa Allah tidak akan membebani seseorang melainkan dengan sesuatu yang sesuai dengan kemampuannya. Seperti firman Allah dalam QS. Al-Baqarah ayat 286 sebagai berikut:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ

Artinya:

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya.

Dari ayat diatas dapat dipahami bahwa sebenarnya manusia sudah memiliki potensi yang besar dan mendasar bahwa untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapinya. Manusia akan mampu menyelesaikan segala macam cobaan atau permasalahan melebihi kemampuan kita, oleh karenanya manusia harus yakin akan hal itu. Pemahaman dari Al-Qur'an dan Hadits diatas sesuai dengan pengertian efikasi diri yang berarti keyakinan seseorang akan kemampuannya dalam menghadapi masalah, sehingga mencapai kesuksesan.

Pemaparan ayat diatas merupakan salah satu ayat tentang keutamaan optimis dalam Al-Qur'an dimana Allah akan mengikuti sesuai dengan prasangka hambanya. Berprasangka baik pada Allah merupakan salah satu yang menentukan nasib seseorang di akhirat. Oleh karenanya dalam

menjalankan aktivitas apapun kita wajib berusaha semaksimal mungkin tanpa putus asa, setelah itu barulah kita menyerahkan semua keputusan dan hasilnya kita serahkan kepada Allah. Kita hanya tetap optimis dengan memohon hasil yang terbaik.

Manusia harus memiliki keyakinan akan kemampuannya, karena Allah telah memberikan berbagai potensi pada manusia dan telah mempunyai penciptaannya. Sebagaimana dalam firman Allah QS. An-Nahl ayat 78 sebagai berikut:

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ
وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

Artinya:

“Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam Keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur.”

Janganlah kita mengeluh atas permasalahan yang sedang dihadapi bahkan membandingkan dengan permasalahan yang dihadapi orang lain karena Allah menganggap kita sama. Dalam kehidupan sehari-hari kita wajib menggapai keinginan kita, pantang menyerah dan tetap optimis sebelum takdir Allah membatasinya. Manusia wajib berusaha dengan segenap kemampuan yang dimiliki disertai ingat kepada Allah.

2. Manajemen Waktu

a. Definisi Manajemen Waktu

Menurut Lakein (dalam Macan, 1994) menjelaskan bahwa manajemen waktu melibatkan proses pembentukan kebutuhan (*determining needs*); menetapkan tujuan untuk mencapai kebutuhan (*goal setting*); memprioritaskan dan merencanakan (*planning*) tugas yang diperlukan untuk mencapai tujuan.

Manajemen waktu adalah suatu jenis keterampilan yang berkaitan dengan segala bentuk upaya dan tindakan seseorang yang dilakukan secara terencana agar individu dapat memanfaatkan waktunya dengan sebaik-baiknya (Atkinson, 1994: 13).

Higgins (Atkinson, 1994: 26) mendefinisikan manajemen waktu sebagai proses untuk menjadi waktu lebih produktif, dengan cara mengatur apa yang dilakukan di waktu tersebut. Hal serupa juga dikemukakan oleh Siggh & Jain (dalam Antonius, 2013) yang mendefinisikan manajemen waktu merupakan tindakan atau proses perencanaan dan pelaksanaan sejumlah waktu yang digunakan untuk aktivitas khusus terutama untuk meningkatkan efektivitas, efisiensi dan produktivitas. Jones & Barlett (dalam Kholisa, 2012) mendefinisikan manajemen waktu sebagai kemampuan untuk memprioritaskan, menjadwalkan dan melaksanakan tanggung jawab individu demi kepuasan individu tersebut.

Dari berbagai teori yang dijelaskan diatas bahwa manajemen waktu adalah manajemen waktu adalah kemampuan seseorang dalam merencanakan, mengorganisasi dan mengatur waktu yang akan

dihabiskan untuk melakukan suatu kegiatan tertentu secara efektif demi tercapainya suatu tujuan. Oleh sebab itu setiap melakukan manajemen itu harus mengikuti apa yang menjadi arul dari manajemen waktu itu sendiri untuk tercapainya tujuan yang diinginkan secara efektif dan efisien.

b. Aspek-Aspek Manajemen Waktu

Dasar yang dipakai pada sistem manajemen waktu yaitu perencanaan operasional dan penjadwalan yang selaras dengan durasi yang sudah ditetapkan. Dalam hal ini penjadwalan digunakan untuk mengontrol aktivitas setiap harinya.

Adapun aspek-aspek manajemen waktu yaitu menentukan penjadwalan, mengukur dan membuat laporan dari kemajuan, membandingkan penjadwalan dengan kemajuan sebenarnya di lapangan, menentukan akibat yang ditimbulkan oleh perbandingan jadwal dengan kemajuan di lapangan pada akhir penyelesaian, merencanakan penanganan untuk mengatasi akibat tersebut, yang terakhir memperbaharui kembali penjadwalan (Clogh dan Scars, 1991:25).

c. Faktor-Faktor Manajemen Waktu

Macan dkk (1990) mengemukakan bahwa manajemen waktu tiap individu berbeda dengan individu lainnya, hal tersebut dikarenakan adanya faktor-faktor yang dapat mempengaruhi manajemen waktu. Faktor-faktor tersebut antara lain sebagai berikut :

1) Usia

Hasil penelitian Macan dkk. (1990) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia dengan manajemen waktu. Semakin tinggi

usia seseorang maka semakin baik pula kemampuan manajemen waktunya, sebaliknya semakin rendahnya usia seseorang maka semakin kurang kemampuan manajemen waktunya.

2) Jenis Kelamin

Macan dkk. (1990: 25) berpendapat bahwa apabila wanita mempunyai waktu luang, maka wanita lebih suka mengisi waktu luang tersebut dengan melakukan pekerjaan yang ringan dari pada bersantai-santai. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa hampir seluruh waktunya cenderung digunakan untuk diisi dengan berbagai macam aktivitas.

Lebih lanjut Srijanti (2007:25) mengemukakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi manajemen waktu yaitu:

1) Adanya Target Yang Jelas

Dengan adanya target pencapaian maka hidup akan lebih terarah dan waktupun dapat diatur dengan sebaik-baiknya.

2) Adanya Prioritas Kerja

Individu dapat menjalankan manajemen waktu dengan baik akan mencurahkan seluruh konsentrasi dan energinya untuk mencapai prioritas yang telah ditetapkannya. Adanya prioritas dalam bekerja merupakan salah satu faktor utama yang membuat individu berhasil melakukan pekerjaan dengan baik.

3) Penundaan Pekerjaan

Kebiasaan menunda pekerjaan seringkali menyebabkan kehabisan waktu dan tenaga saat akan mengerjakannya. Sehingga bila dipaksakan

melaksanakannya maka hasilnya bukanlah yang terbaik karena dilakukan dengan sia-sia

4) Pendelegasian Tugas

Sifat kurang percaya pada orang lain dan ingin semua pekerjaan selesai dengan sempurna seringkali membuat tersitanya waktu yang kita miliki. Perlu kiranya di ingat bahwa pekerjaan yang dilakukan orang lain mungkin tidak sebaik jika di lakukan sendiri, akan tetapi jika pekerjaan tersebut tidak yang utama kenapa tidak didelegasikan saja pada orang lain dengan tetap diawasi. Hal itu dapat lebih meringankan pekerjaan, waktu yang ada dapat di pergunakan untuk melakukan pekerjaan lain yang lebih berkualitas disamping dapat meningkatkan rasa percaya diri, kebahagiaan dan rasa hormat dari orang yang diberikan tugas.

5) Penataan Ruang Kerja

Ruang kerja yang membosankan dapat membuat pekerja kurang merasa nyaman dalam melakukan suatu pekerjaannya sehingga dapat mengakibatkan sulitnya mendapat hasil kerja yang baik.

Dari uraian tersebut dapat dijelaskan bahwa manajemen waktu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain usia, jenis kelamin, adanya target yang jelas, adanya prioritas kerja, penundaan pekerjaan, pendelegasian tugas dan penataan ruang kerja. Oleh sebab itu manajemen waktu itu dibutuhkan didalam kehidupan sehari-hari.

d. Langkah-Langkah Mengelola Waktu

Kebiasaan mengatur atau mengelola waktu merupakan upaya untuk memanfaatkan waktu sekarang ini sebaik-baiknya. Anda mempunyai tujuan

yang jelas, rencana dan prioritas utama, tetapi anda tidak mengelola saat-saat sekarang ini dengan baik. Anda tenggelam dalam hal-hal yang menyebabkan waktu anda terbuang, sehingga menyebabkan tujuan-tujuan anda hilang dan prioritas tercampur aduk dan anda harus memulainya dari awal. Oleh karena itu kebiasaan mengatur waktu merupakan kebiasaan pribadi sukses terpenting.

Menurut Herawati (2009: 4) terdapat beberapa hal penting dalam mengelola waktu yaitu sebagai berikut:

- a) Mempelajari tujuan, rencana dan prioritas anda
- b) Membuat rencana kerja periodik, dapat berupa rencana harian
- c) Menentukan tingkat urgensinya
- d) Menentukan hal-hal yang dapat anda delegasikan pada orang lain
- e) Melakukan prioritas (yang terpenting) dan yang paling dekat batas waktunya
- f) Memberi tanda pada hal-hal yang telah selesai dikerjakan
- g) Memindahkan hal-hal yang belum tuntas pada rencana hari berikutnya.

Dari uraian tersebut dapat diartikan bahwa manajemen waktu itu mempunyai tahapan-tahapan yang harus dilakukan untuk menjadi panduan dalam melakukan manajemen waktu itu sendiri. Dengan begitu dalam melakukan manajemen waktu harus sesuai dengan tahap-tahap yang telah ditentukan agar prosesnya berjalan dengan baik dan sesuai dengan keinginan.

e. Hambatan-Hambatan dalam Manajemen Waktu

Menurut Herawati (2009: 29) terdapat hambatan-hambatan dalam melakukan manajemen waktu yaitu sebagai berikut:

- a) Mendahulukan pekerjaan yang dicintai, baru kemudian mengerjakan pekerjaan yang kurang dinikmati
- b) Mendahulukan pekerjaan yang mudah sebelum menyelesaikan pekerjaan yang sulit.
- c) Mendahulukan pekerjaan yang cepat penyelesaiannya, sebelum menyelesaikan pekerjaan yang membutuhkan waktu yang lama.
- d) Mendahulukan pekerjaan darurat/mendesak, sebelum menyelesaikan pekerjaan-pekerjaan yang penting.
- e) Melakukan aktivitas yang dapat mendekatkan mereka pada tujuan atau mendatangkan kemaslahatan bagi diri mereka.
- f) Menunggu batas waktu untuk menyelesaikan pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya.
- g) Skala prioritas disusun tidak berdasarkan kepentingannya, tetapi berdasarkan urutannya.
- h) Terperangkap dalam tuntutan yang mendesak dan memaksa

Pendidik menemukan adanya hubungan antara manajemen waktu dan prestasi akademik. Siswa dengan keterampilan manajemen waktu yang baik cenderung memiliki rata-rata nilai yang lebih tinggi dari pada siswa yang memiliki keterampilan manajemen waktu yang rendah (Dembo, 2004: 14).

f. Manajemen Waktu Perspektif Islam

Waktu adalah salah satu nikmat tertinggi yang diberikan Allah kepada Manusia. Sudah sepatutnya manusia memanfaatkannya seefektif dan seefisien mungkin untuk menjalankan tugasnya sebagai makhluk Allah di

bumi ini. Karena pentingnya waktu ini maka Allah swt telah bersumpah pada permulaan berbagai surat dalam Al-quran yang turun di mekkah dengan berbagai macam bagian dari waktu. Misalnya bersumpah demi waktu malam, demi waktu siang, demi waktu fajar, demi waktu dhuha, dan demi masa. Hal ini sesuai dalam Al-Qur'an surat Al-Lail ayat 1-2, Allah berfirman:

وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَىٰ ﴿١﴾ وَالنَّهَارِ إِذَا تَجَلَّىٰ ﴿٢﴾

Artinya:

1. demi malam apabila menutupi (cahaya siang),
2. dan siang apabila terang benderang,

Menurut pengertian yang populer di kalangan para mufassirin dan juga dalam perasaan kaum muslimin, apabila Allah bersumpah dengan sesuatu dari ciptaan-Nya, maka hal itu mengandung maksud agar kaum muslimin memperhatikan kepada-Nya dan agar hal tersebut mengingatkan mereka akan besarnya manfaat dan impressinya. Oleh karena itu, barang siapa terluput atau terlena dari suatu amal perbuatan pada salah satunya, maka hendaklah ia berusaha menggantikannya pada saat yang lain.

Setiap orang dibekali waktu 24 jam dalam sehari. Namun ada yang mengoptimalkan waktu tersebut dan ada orang yang merugi karena waktunya hanya digunakan untuk main-main, berbicara yang tidak perlu, tidur-tiduran, dan bermalas-malasan. Buku ini memberikan panduan agar pembaca tidak termasuk orang yang merugi lantaran tidak bias mengatur waktu dengan baik. Salah satu di antara karakteristik waktu adalah cepat

berlalu, hal ini sesuai dengan firman Allah dalam surat Yunus ayat 45 sebagai berikut:

وَيَوْمَ تَحْشُرُهُمْ كَأَن لَّمْ يَلْبَثُوا إِلَّا سَاعَةً مِّنَ النَّهَارِ يَتَعَارَفُونَ بَيْنَهُمْ قَدْ خَسِرَ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِلِقَاءِ اللَّهِ وَمَا كَانُوا مُهْتَدِينَ ﴿٤٥﴾

Artinya:

45. dan (ingatlah) akan hari (yang di waktu itu) Allah mengumpulkan mereka, (mereka merasa di hari itu) seakan-akan mereka tidak pernah berdiam (di dunia) hanya sesaat di siang hari, (di waktu itu) mereka saling berkenalan. Sesungguhnya rugilah orang-orang yang mendustakan Pertemuan mereka dengan Allah dan mereka tidak mendapat petunjuk.

Setiap hari berlalu, detik demi detik menghilang, dan setiap kesempatan hanya datang sekali dan tidak mungkin bisa kembali lagi. Hal inilah yang membuat waktu menjadi istimewa, agar manusia memanfaatkan waktu dengan sebaik mungkin. Seseorang yang mengerti akan pentingnya waktu pasti tidak akan menyia-nyiakan waktunya dengan melakukan hal-hal yang tidak berguna. Akan tetapi tidak banyak orang yang menyadari akan hal tersebut. Kebanyakan orang masih dikatakan ceroboh dalam memanfaatkan waktunya.

Sesungguhnya Allah telah merencanakan dengan baik tentang waktu kepada umat-Nya yang bersyukur. Ia menciptakan siang untuk menggantikan malam dan malam untuk menggantikan siang. Hal tersebut bertujuan agar manusia bisa memanfaatkan waktu dengan memanfaatkan siang untuk menggantikan kesempatan yang hilang pada waktu malam dan

juga sebaliknya. Sehingga barang siapa yang kehilangan pekerjaannya disalah satu waktu (siang atau malam), dia dapat menggantinya pada saat yang lain.

Bukti rencana Allah SWT telah menciptakan pergantian siang dan malam dapat kita baca pada surat Al-Furqan ayat 62 sebagai berikut:

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَةً لِّمَنۢ أَرَادَ أَن يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا ﴿٦٢﴾

Artinya:

“Dan Dia (pula) yang menjadikan malam dan siang silih berganti bagi orang yang ingin mengambil pelajaran atau orang yang ingin bersyukur.”

Waktu adalah harta yang sangat mahal. Waktu lebih mahal dari uang. Hasan Al-Banna mengatakan suatu nasihat bahwa “waktu adalah kehidupan”. Jangan sampai usia yang dimiliki hanya dimanfaatkan untuk tidur dan bermalas-malasan. Maka dari itu melakukan aktivitas positif adalah salah satu cara untuk menghargai waktu. Allah memberikan waktu yang sama pada setiap orang, akan tetapi dalam pemanfaatan waktu yang dimiliki akan berbeda-beda.

3. Prokrastinasi

a. Devinisi Prokrastinasi Akademik

Klein (dalam Steel, 2007) menjelaskan bahwa prokrastinasi sebenarnya berasal dari bahasa latin, yaitu “*pro*” yang artinya “maju, ke depan, lebih menyukai” dan “*krastinus*” yang artinya “besok”. Jadi asal katanya prokrastinasi adalah lebih suka melakukan pekerjaan besok. Orang yang melakukan prokrastinasi disebut dengan prokrastinator.

Istilah prokrastinasi dalam khasanah psikologi diartikan sebagai kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat menghadiri pertemuan-pertemuan (Solomon dan Rothblum, 1984).

Ferrari, dkk. (dalam Chandra, dkk, 2014) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk selalu atau hampir selalu menunda pengerjaan tugas-tugas akademik dan selalu atau hampir selalu mengalami kecemasan yang mengganggu terkait prokrastinasi. Prokrastinasi akademik adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk (Steel, 2007).

Burka dan Yuen (2008) juga mengatakan prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda suatu pekerjaan dimana seseorang merasa terganggu dengan penundaannya tersebut karena adanya rasa takut. Perilaku menunda secara sukarela terhadap pekerjaan yang sudah terjadwal dan penting untuk dilakukan sehingga menimbulkan konsekuensi secara emosional, fisik dan akademik (Gunawita dan Lasmono, 2008).

Ferrari (1995) mengatakan bahwa prokrastinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis yaitu prokrastinasi yang *fungsiional procrastination*, yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat dan *disfungsiional*, yang merupakan penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek, dan menimbulkan masalah.

Boice (dalam Nugroho, dkk. 2015) menjelaskan bahwa prokrastinasi mempunyai dua karakteristik. Pertama, prokrastinasi dapat berarti menunda sebuah tugas yang penting dan sulit dari pada tugas yang lebih mudah. Lebih cepat diselesaikan, dan menimbulkan lebih sedikit kecemasan. Kedua, prokrastinasi dapat berarti juga menunggu waktu yang tepat untuk bertindak agar hasil lebih maksimal dan resiko minimal dibandingkan apabila dilakukan atau diselesaikan seperti biasa, pada waktu yang telah ditetapkan.

Dari beberapa pendapat ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan suatu perilaku menunda-nunda atau penundaan dalam memulai mengerjakan tugas akademik yang telah diberikan dan membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikannya, apabila hal ini dilakukan secara berulang-ulang maka akan menimbulkan sebuah dampak negatif yang menjadi sebuah kebiasaan.

b. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik

Ferrari, dkk. (1998) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu antara lain:

a) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan. Akan tetapi, menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

b) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Selain itu, juga melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utamadalam prokrastinasi akademik.

c) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seorang prokrastinator memiliki kesulitan untuk melakukan sesuatu dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ditentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri. Akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

d) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan

sengaja tidak segera melakuakn 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), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ada empat ciri-ciri prokrastinasi akademik yaitu: penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

c. Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferarri dkk (1995) faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yang turut berperan dalam membentuk perilaku prokrastinasi. Faktor-faktor internal prokrastinasi meliputi kondisi fisik individu dan kondisi psikologi individu diantaranya:

a) Kondisi Fisik Individu

Faktor dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu. Misalnya *fatigue*. Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada

yang tidak. Tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi. Walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional yang dimiliki seseorang.

b) Kondisi Psikologis Individu

Ellis dan Knaus (dalam Ferarri, 1995) memberikan penjelasan bahwa prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan irasional yang dimiliki oleh seseorang. Keyakinan irasional tersebut dapat disebabkan suatu kesalahan dalam mempersepsikan tugas-tugas sekolah. Seseorang memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan. Seperti cara guru dalam mengajar atau proses belajar kurang menyenangkan sehingga peserta didik menjadi bosan dan merasa tidak mampu menyelesaikan tugasnya secara memadai sehingga menunda menyelesaikan tugas tersebut.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat diluar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor eksternal yang ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam diri seseorang yaitu faktor pola asuh orang tua dan lingkungan disekitarnya seperti lingkungan keluarga, masyarakat, sekolah dan lain-lain, diantaranya:

a) Gaya Pengasuhan Orang Tua

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete (1995) menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak

perempuan yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan *avoidance procrastination* menghasilkan anak yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* juga.

b) Kondisi Lingkungan

Menurut Millgram (dalam Ferarri, 1995) mengatakan kondisi lingkungan yang rendah dalam pengawasan dari pada lingkungan yang penuh pengawasan. Tingkat atau level sekolah, juga apakah sekolah terletak di desa ataupun di kota mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang.

d. Jenis-Jenis Tugas dalam Prokrastinasi Akademik

Penelitian atas penundaan telah dilakukan terutama dikalangan mahasiswa. Kebanyakan perilaku prokrastinasi dalam situasi ini menyangkut penyelesaian tugas-tugas akademik, seperti mempersiapkan ujian melakukan pekerjaan rumah, dan menulis makalah. Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan. Prokrastinasi akademik merupakan prokrastinasi yang berkaitan dengan unsur-unsur tugas dalam area akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik.

Solomon & Rothblum (1984) mengemukakan bahwa terdapat 6 area akademik yakni sebagai berikut:

a) Menulis (Tugas mengarang)

Berupa penundaan dalam hal mengarang, misalnya penundaan melaksanakan kewajiban dan tugas-tugas menulis laporan, makalah dan lain-lain.

b) Belajar

Penundaan belajar dalam menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester atau ujian akhir semester.

c) Tugas Membaca

Berupa penundaan tugas membaca buku atau buku referensi tentang tugas akademik yang diwajibkan.

d) Tugas/Kinerja Administratif

Penundaan kinerja tugas akademik, misalnya menyalin catatan mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran dan daftar peserta praktikum.

e) Menghadiri Pertemuan Akademik

Penundaan maupun keterlambatan menghadiri pertemuan, misalnya pertemuan belajar dan pertemuan-pertemuan lainnya.

f) Kinerja Akademik secara Keseluruhan

Menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

e. Dampak Prokrastinasi Akademik

Menurut Burka dan Yuen (2008: 165) prokrastinasi dapat mengganggu dalam dua hal:

- 1) Prokrastinasi menciptakan masalah eksternal, seperti menunda mengerjakan tugas membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik dan mendapatkan peringatan dari guru.
- 2) Prokrastinasi menimbulkan masalah internal, seperti merasa bersalah atau menyesal.

Menurut Mancini (Mela Rahmawati, 2012: 24), juga membagi dampak dari prokrastinasi menjadi dua yaitu dampak internal dan eksternal.

1) Dampak Internal

Beberapa dampak prokrastinasi muncul dari dalam diri prokrastinator. Saat prokrastinator tendensi tertentu akan suatu hal, tendensi tersebut tertanam dalam diri prokrastinator. Contohnya, prokrastinator memiliki rasa takut gagal dan prokrastinator melakukan prokrastinasi besar-besaran akan suatu hal, maka prokrastinator akan selalu melakukan penundaan dalam tugas dimana prokrastinator merasa gagal atau berbuat kesalahan dan menunda belajar atau mengerjakan tugas-tugasnya.

2) Dampak Eksternal

Jika seseorang tidak melakukan prokrastinasi lingkungan dapat membuat orang tersebut melakukannya. Tugas yang kurang menyenangkan atau berlebihan, juga tugas yang kurang jelas dapat membuat siapa saja ingin menunda. Menurut Milgram (Mela Rahmawati, 2011: 25), berpendapat bahwa:

- a) Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada yang tidak mengalami *fatigue*.
- b) *Trait* kepribadian individu mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam *self regulation* dan kecemasan dalam berhubungan sosial. Jadi selain karena faktor dalam diri siswa yang merasa tugas-tugas yang

diberikan sangatlah sulit, faktor dari luar juga dapat berpengaruh yakni hubungan sosial.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa dampak prokrastinasi dibagi menjadi dua yaitu dampak internal dan dampak eksternal. Dampak internal seperti merasa bersalah atau menyesal, sedangkan dampak eksternal seperti menunda mengerjakan tugas membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik dan mendapatkan peringatan dari guru.

f. Prokrastinasi dalam Perspektif Islam

Secara spesifik memang tidak terdapat kata prokrastinasi dalam Al-Qur'an, namun kata menunda-nunda atau penundaan banyak ditemukan di dalamnya. Di dalam Al-Qur'an Allah SWT sering mengingatkan makhluknya untuk memanfaatkan waktu dan kesempatan yang ada dengan baik. salah satu peringatan Allah untuk memanfaatkan waktu tertulis dalam Al-Qur'an dalam surat Al-Insyirah ayat 7 yang berbunyi:

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾

Artinya:

“Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain”.

[1586] Maksudnya: sebagian ahli tafsir menafsirkan apabila kamu (Muhammad) telah selesai berdakwah Maka beribadatlah kepada Allah; apabila kamu telah selesai mengerjakan urusan dunia Maka kerjakanlah urusan akhirat, dan ada lagi yang mengatakan: apabila telah selesai mengerjakan shalat berdoalah.

Makna surat Al-Insyirah ayat 7 diatas dapat kita sambungkan dengan kegiatan dalam kehidupan sehari-hari, agar kita menyelesaikan pekerjaan dengan sungguh-sungguh. Setelah kegiatan kita selesai maka melaksanakan kegiatan selanjutnya. Ini mengajarkan kita untuk selalu teratur dan tepat waktu dalam melaksanakan suatu pekerjaan supaya waktu yang kita miliki bisa bermanfaat.

Di dalam agama Islam, menunda pekerjaan juga merupakan hal yang dilarang oleh Allah SWT, seperti dalam surat Ali Imran ayat 30 yang berbunyi:

يَوْمَ تَجِدُ كُلُّ نَفْسٍ مَّا عَمِلَتْ مِنْ خَيْرٍ مُّحْضَرًا وَمَا عَمِلَتْ مِنْ سُوءٍ تَوَدُّ لَوْ أَنَّ بَيْنَهَا
وَبَيْنَهُ أَمَدًا بَعِيدًا وَيُحَذِّرُكُمُ اللَّهُ نَفْسَهُ وَاللَّهُ رَءُوفٌ بِالْعِبَادِ ﴿٣٠﴾

Artinya:

“Pada hari ketika tiap-tiap diri mendapati segala kebajikan dihadapkan (dimukanya), begitu (juga) kejahatan yang telah dikerjakannya; ia ingin kalau kiranya antara ia dengan hari itu ada masa yang jauh; dan Allah memperingatkan kamu terhadap siksa-Nya. dan Allah sangat Penyayang kepada hamba-hamba-Nya.”

Terdapat hadits riwayat Bukhori No 6412 yang menjelaskan tentang pentingnya memanfaatkan waktu sebagai berikut:

نِعْمَتَانِ مَعْبُودٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ ، الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

Artinya:

Rasulullah SAW bersabda, “Ada dua nikmat, dimana banyak manusia tertipu didalamnya, yakni kesehatan dan kesempatan” (HR Bukhori).

Hadits diatas menjelaskan tentang pentingnya memanfaatkan kesempatan (waktu) dengan sebaik mungkin. Pada dasarnya banyak orang yang menyesal karena tidak memanfaatkan waktu dengan baik. waktu itu ibaratkan pedang dengan dua permata, apabila digunakan dengan baik maka akan baik pula dan apabila digunakan dengan melakukan keburukan, aka akan mendapatkan keburukan pula dikemudian hari.

Adapun ayat lain yang menjelaskan tentang perintah untuk memanfaatkan waktu ada dalam Al-Quran Surah Al-Ash ayat 1-3 yang berbunyi:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

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 diatas menjelaskan bahwa manusia memang benar-benar berada dalam kerugian apabila tidak memanfaatkan waktu yang telah diberikan oleh Allah SWT secara optimal untuk mengerjakan perbuatan-perbuatan baik. menunda-nunda pekerjaan merupakan bentuk tipu daya hawa nafsu terhadap jiwa yang lemah dan tekad yang rendah. Karena barang siapa yang tidak mampu menguasai hari ini, maka ia tidak akan memiliki masa depannya.

B. Pengaruh *Self Efficacy* dan *Time Management* terhadap Prokrastinasi Akademik

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Kusnul Ika Sandra dan Muhammad As'ad Djalali (2013) temuan penelitian ini menunjukkan perilaku prokrastinasi dipengaruhi oleh efikasi diri dan manajemen waktu. Artinya, efikasi diri dan manajemen waktu secara bersamaan mempengaruhi perilaku prokrastinasi pada guru SMA dan sederajat.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dan manajemen waktu memiliki sumbangan terhadap timbulnya perilaku prokrastinasi dengan hasil koefisien determinasi sebesar ($R=0,213$) menunjukkan bahwa efikasi diri dan manajemen waktu memiliki sumbangannya hanya 21,3% terhadap perilaku prokrastinasi. Oleh karena itu terdapat 78,7% faktor lain yang kemungkinan menentukan munculnya prokrastinasi.

Penelitian selanjutnya tentang pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi mahasiswa yang mengerjakan skripsi dilakukan oleh Diana Sinta di fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung menemukan bahwa efikasi diri berpengaruh sebesar 8% terhadap kemunculan perilaku prokrastinasi mahasiswa, sedangkan 92% dipengaruhi oleh variabel yang lainnya.

Penelitian selanjutnya menunjukkan bahwa efikasi diri secara signifikan berpengaruh sebesar 27,4% terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian ini dilakukan oleh Sugiarto yang meneliti tentang pengaruh kontrol

diri dan efikasi diri terhadap perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta.

Sebuah teori yang mengatakan bahwa salah satu tujuan penting dalam penelitian prokrastinasi adalah dengan menganalisis terhadap gaya kepribadian individu yang sering diketahui menunda-nunda tugasnya (Ferrari & Morales dalam noor, 2012).

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian teoritis yang telah dikemukakan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian kali ini adalah:

“Terdapat pengaruh yang signifikan antara *self efficacy* dan *time management* terhadap prokrastinasi akademik pada Musyrif/ah Ma’had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu dengan mengumpulkan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2009: 14).

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan rancangan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif yaitu penelitian yang berusaha untuk menjelaskan atau menerangkan suatu peristiwa berdasarkan data. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan dengan cara mencari pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

Rancangan penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan efikasi diri dan manajemen waktu terhadap perilaku prokrastinasi akademik yang dialami oleh musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Variabel Penelitian

Kerlinger dalam Sugiyono (2009: 61) memberikan pengertian variabel sebagai konstruk atau sifat yang akan dipelajari. Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Dependen

Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas. Variabel ini merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2009: 61).

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Efikasi Diri (X_1) dan Manajemen Waktu (X_2).

2. Variabel Independen

Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel ini merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel eksogen (Sugiyono, 2009: 61). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Prokrastinasi (Y).

Identifikasi variabel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel bebas (independent)

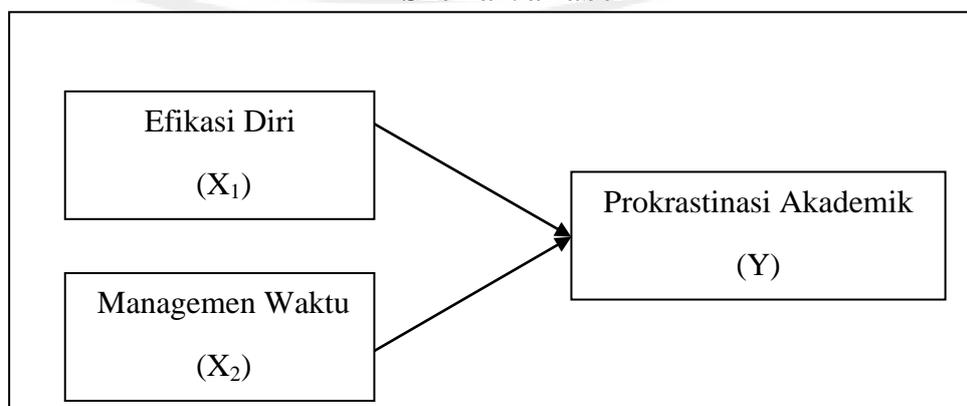
X_1 = Efikasi Diri

X_2 = Manajemen Waktu

2. Variabel terikat (dependent)

Y = Prokrastinasi

Gambar 3.1
Skema Variabel



C. Devinisi Operasional

Definisi operasional merupakan devinisi secara operasional konsep-konsep penelitian sesuai dengan kebudayaan penelitian masing-masing negara (Sekaran, 2006: 25).

Definisi operasional merupakan petunjuk dalam mengukur suatu variabel. Adapun definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Efikasi Diri

Efikasi diri sebagai suatu keadaan dimana seseorang yakin dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol hasil dari usaha yang telah dilakukan untuk menampilkan suatu kecakapan tertentu. Efikasi diri dalam penelitian ini adalah keyakinan terhadap kemampuan diri dalam mengatur serangkaian aktivitas yang dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu.

Secara operasional, efikasi diri ditandai dengan munculnya aspek-aspek efikasi diri pada musyrif/ah. Efikasi diri dalam penelitian ini mengacu pada konsep sebagai berikut:

a) *Magnitude*.

Aspek ini berkaitan dengan kesulitan tugas yang dihadapi oleh Musyrif/ah. Ditandai dengan kemampuan Musyrif/ah dalam merencanakan, mengatur diri, serta keyakinan Musyrif/ah dalam menghadapi tugas-tugas belajar yang sulit.

b) *Strength*.

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kekuatan atau kemantapan seseorang terhadap keyakinan yang ditandai dengan ketekunan dan besarnya daya usaha Musyrif/ah untuk mencapai tujuan belajarnya.

c) *Generality*.

Aspek *Generality* ditandai dengan kemampuan musyrif/ah dalam menghadapi berbagai situasi dan tugas belajar.

2. Manajemen Waktu

Management waktu adalah kemampuan seseorang dalam merencanakan, mengorganisasi dan mengatur waktu yang akan dihabiskan untuk melakukan suatu kegiatan tertentu secara efektif demi tercapainya suatu tujuan.

Managemen waktu dalam penelitian ini adalah perilaku musyrif/ah dalam merencanakan, mengorganisasi dan mengatur waktu secara efektif untuk melakukan kegiatan.

Adapun aspek-aspek dalam manajemen waktu adalah sebagai berikut, a) Menetapkan tujuan dan prioritas b) Prevensi terhadap pengorganisasian c) Mekanisme manajemen waktu d) Memiliki kontrol terhadap waktu.

Indikator dan ciri-ciri dari penelitian dalam manajemen waktu adalah kecenderungan musyrif/ah dalam menetapkan tujuan dan prioritas, mampu mencegah timbulnya masalah dalam menyelesaikan tugas,

mampu dalam menjalankan pemanfaatan waktu dan memiliki kendali dalam menjalankan tugas yang harus dilakukan.

3. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik merupakan suatu perilaku menunda-nunda atau penundaan dalam memulai mengerjakan tugas akademik yang telah diberikan dan membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikannya, apabila hal ini dilakukan secara berulang-ulang maka akan menimbulkan sebuah dampak negatif yang menjadi sebuah kebiasaan.

Prokrastinasi akademik dalam penelitian ini adalah perilaku musyrif/ah yang menunda pada setiap area-area prokrastinasi. Adapun Solomon dan Rothblum (1984) menyebutkan enam area akademik untuk melihat jenis-jenis tugas yang sering diprokrastinasi oleh pelajar. Indikator yang timbul dari area prokrastinasi, yang biasanya menjadi area seseorang untuk melakukan penundaan karena adanya ketidaknyamanan dalam pengerjaan tugas tersebut seperti, menunda menulis laporan, menunda tugas mengarang (membuat karangan), menunda untuk belajar menghadapi ujian, baik ujian tengah semester, ujian akhir semester, maupun belajar menghadapi ulangan harian, menunda membaca buku pelajaran, menunda menyalin catatan, menunda melaporkan hasil praktikum, menunda menghadiri mata pelajaran tertentu dan menghadiri praktikum, menunda menghadiri belajar kelompok, menunda menghadiri rapat kelas, dan menunda menyelesaikan pekerjaan rumah lainnya.

Indikator dari ciri-ciri prokrastinasi dalam penelitian ini merupakan suatu kecenderungan dari musyrif/ah untuk melakukan penundaan pada

tugas-tugas akademiknya, dan ketidak mampuan musyrif/ah dalam mengatur waktu untuk kegiatan akademiknya seperti menunda mengerjakan tugas kuliah, menunda belajar menghadapi ujian, terlambat mengerjakan tugas kuliah, tidak dapat mengefektifkan waktu, tidak dapat memenuhi jadwal, dan mencari hiburan atau lebih memilih bermain dari pada mengerjakan tugas-tugas kuliah.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2009: 61). Populasi dalam penelitian kali ini adalah para mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang menjadi musyrif/ah di Ma'had Sunan Ampel Al-Aly yang berjumlah 225 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2009: 62).

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan *simple random sampling*. Teknik simple random sampling merupakan teknik pengambilan data yang paling sederhana karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2009: 64).

Karena populasi peneliti terdiri < 500 orang maka penelitian ini dapat menggunakan nilai preposisi sebesar 10% (Umar Husein, 2004: 78). Dalam

penentuan sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin (dalam Riduan, 2005: 65).

Jumlah sampel yang akan diambil minimal sebanyak 69 responden diperoleh melalui rumus Slovin berikut:

$$\begin{aligned} n &= N / (N (d)^2 + 1) \\ &= 225 / (225 (0,1)^2 + 1) \\ &= 225 / 3,25 = 69 \end{aligned}$$

Dimana:

n = sampel

N = Populasi

d = 10% = 0,1

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah cara pengambilan data atau disebut dengan instrumen. Instrumen penelitian merupakan alat bantu bagi peneliti dalam mengumpulkan data. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan jenis metode angket, metode dokumentasi, observasi dan wawancara (Arikunto, 2006).

1) Skala Psikologi

Skala psikologi berupa kumpulan pernyataan-pernyataan mengenai suatu sikap objek. Dari respon subjek pada setiap pernyataan itu kemudian dapat disimpulkan mengenai arah dan intensitas sikap seseorang (Azwar, 2007: 95).

Metode skala adalah suatu penyelidikan mengenai suatu masalah yang pada umumnya menyangkut kepentingan umum (orang banyak) dilakukan

dengan jalan mengedarkan suatu daftar pernyataan berupa formulir diajukan secara tertulis kepada sejumlah subjek untuk mendapatkan jawaban dan tanggapan (respon) tertulis sepenuhnya (Kartini, 1986: 200).

2) Observasi

Metode observasi adalah sebagai metode pengumpulan data dengan cara pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena-fenomena yang diselidiki. Observasi yang berarti mengamati bertujuan untuk mendapatkan data tentang suatu masalah sehingga diperoleh pemahaman atau sebagai alat untuk pembuktian terhadap informasi atau keterangan yang diperoleh sebelumnya. Observasi dilakukan untuk menggali data secara tidak langsung tentang prokrastinasi yang dialami oleh musyrif/ah.

3) Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data dengan jalan tanya jawab yang dikerjakan secara sistematis dan berlandaskan kepada tujuan penelitian. Esterberg, dalam Sugiyono (2012: 231) mendefinisikan wawancara sebagai berikut “*a meeting for two person to exchange information and idea through question and responses, resulting in communication and joint construction of meaning about a particular topic*”. Wawancara adalah pertemuan antara dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.

Esterberg dalam Sugiyono (2012: 233) mengemukakan beberapa macam wawancara yaitu *wawancara terstruktur* (peneliti telah mengetahui dengan pasti informasi apa yang akan diperoleh sehingga peneliti menyiapkan instrumen berupa pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya pun telah

disiapkan), *wawancara semiterstruktur* (pelaksanaan wawancara lebih bebas, dan bertujuan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka dimana responden diminta pendapat dan ide-idenya), dan *wawancara tidak terstruktur* (merupakan wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya).

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Variasi jenis instrumen penelitian adalah angket, checklist atau daftar centang, pedoman wawancara, pedoman pengamatan (Arikunto, 2006).

Untuk mengukur skala *self efficacy*, *time management* dan prokrastinasi akademik maka peneliti menggunakan skala model *Likert* (metode skala rating yang dijumlahkan) dengan bentuk skala *favourable* dan *unfavourable* sebagai berikut:

a) Favourable

Merupakan pernyataan sikap yang berisi atau mengatakan hal-hal yang positif mengenai objek sikap, yaitu kalimatnya bersifat mendukung atau memihak pada suatu objek. Bentuk skala *favourable* skala *self efficacy*, *time management* dan prokrastinasi akademik dalam penelitian ini adalah pilihan dengan menggunakan 4 alternatif jawaban, yaitu: Sangat

Setuju (SS) = 4, Setuju (S) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2, Sangat Tidak Setuju (STS) = 1.

b) Unvavourable

Artinya pernyataan sikap yang mungkin pula berisi hal-hal yang negatif mengenai objek sikap, yaitu yang bersifat tidak mendukung ataupun kontra terhadap objek sikap yang hendak diungkap. Untuk skala *self efficacy*, *time management* dan prokrastinasi akademik juga menggunakan 4 alternatif jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS) = 1, Setuju (S) = 2, Tidak Setuju (TS) = 3, Sangat Tidak Setuju (STS) = 4.

Tabel 3.1
Penentuan Jawaban Quisioner

Alternatif Jawaban	Bobot Nilai	
	<i>Favourable</i>	<i>Unvavourable</i>
SS (Sangat Setuju)	4	1
S (Setuju)	3	2
TS (Tidak Setuju)	2	3
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

Setelah itu keseluruhan skor yang dikumpulkan dijumlahkan.

Selanjutnya dilakukan perhitungan untuk mencari pengaruh dari variabel.

Pada umumnya, dalam skala Likert terdapat lima pilihan jawaban yaitu: “Sangat Setuju”, “setuju”, “ragu-ragu”, “tidak setuju” dan “sangat tidak setuju”, akan tetapi dalam penelitian ini pilihan jawaban tengah (ragu-ragu) dihilangkan dengan alasan jika pilihan tengah disediakan maka responden akan cenderung memilihnya sehingga data mengenai perbedaan responden menjadi kurang informatif (Azwar, 2007).

Penelitian ini menggunakan skala psikologi sebagai metode pengumpulan data. Adapun penilaiannya berdasarkan pernyataan *favourable* dan *unfavourable* sebagai berikut:

1. Skala *Self Efficacy*

Skala Efikasi diri dalam penelitian ini adalah sesuai dengan teori yang telah diungkapkan oleh Bandura.

Bandura (1997: 194) mengungkapkan bahwa efikasi diri seseorang dapat dibedakan atas dasar tiga dimensi, yaitu: 1) Tingkat kesulitan tugas (*Magnitude* atau *level*) yaitu berfokus pada tingkat kesulitan yang setiap tingkat kesulitan setiap orang tidak sama. Seseorang bisa mengalami tingkat kesulitan yang tinggi terkait dengan usaha yang dilakukan. Semakin tinggi keyakinan efikasi diri yang dimiliki maka semakin mudah usaha terkait yang dapat dilakukan. 2) Luas bidang perilaku (*Generality*) yakni berfokus pada harapan penguasaan terhadap pengalaman dari usaha terkait yang telah dilakukan. Seseorang akan mengeneralisasikan keyakinan akan keberhasilan yang diperolehnya tidak hanya pada hal tersebut tetapi akan digunakan pada usaha yang lainnya. 3) kekuatan keyakinan (*Strenght*) yaitu berfokus pada kekuatan atau keyakinan dalam melakukan sebuah usaha. Harapan yang lemah bisa disebabkan oleh pengalaman yang buruk. Akan tetapi ketika seseorang memiliki harapan yang kuat mereka akan tetap berusaha walaupun mengalami sebuah kegagalan.

Tabel 3.2
Blueprint Efikasi Diri

Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Item		Total
		Favorable	Unfavorable	
<i>Level</i>	Memiliki keyakinan yang tinggi dalam mengatasi kesulitan dalam tugas	8, 16, 20	1, 4, 15	6
<i>Generality</i>	Memiliki keyakinan yang tinggi dalam mengembangkan diri (fokus pada pengalaman dan usaha yang dilakukan)	2, 13, 18, 19	9, 12, 14	7
<i>Strenght</i>	Memiliki keyakinan yang tinggi dalam melakukan usaha (fokus pada kekuatan/ketahanan individu)	6, 7, 11, 17	3, 5, 10	7

2. Skala Time Management

Skala manajemen waktu dalam penelitian ini adalah *Time Management Behavior Scale* sesuai dengan teori yang telah diungkapkan oleh Macan, 1990.

Macan mengungkapkan bahwa perilaku manajemen waktu terdiri dari empat indikator, yaitu: 1) menetapkan tujuan dan prioritas, 2) prevensi terhadap perencanaan, 3) mekanisme manajemen waktu, 4) kontrol terhadap waktu.

Tabel 3.3
Blueprint Time Management

Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavotable</i>	
Menetapkan Tujuan dan Prioritas	Memiliki daftar kegiatan atau daftar tugas yang menjadi tujuan dan prioritas utama	2, 9, 17	1, 10	5
Prevensi terhadap pengorganisasian	Mampu mencegah timbulnya masalah dalam menjalankan tugas	4, 11, 18	5, 12	5
Mekanisme manajemen waktu	Mampu dalam menjalankan pemanfaatan waktu dalam mengerjakan tugas	6, 13	7, 14, 19	5
Kontrol terhadap waktu	Memiliki kendali dalam menjalankan tugas yang harus dilakukan	3, 15, 20	8, 16	5

3. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala prokrastinasi dalam penelitian ini adalah sesuai dengan teori yang telah diungkapkan Ferrari, dkk. (dalam Ghufron, 2010). Ferrarri mengungkapkan bahwa prokrastinasi terdiri dari empat indikator sebagai berikut: 1) Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, 2) Kelamaan dalam mengerjakan tugas, 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kerja aktual, 4) Kecenderungan melakukan aktivitas lain yang bersifat lebih menyenangkan.

Tabel 3.4
Blueprint Prokrastinasi Akademik

Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavotable</i>	
Penundaan	Menunda untuk memulai mengerjakan tugas sampai tuntas	2, 3 6	1, 4 7	6
Keterlambatan	Ketidakmampuan memprioritaskan dan menyelesaikan tugas melebihi batas waktu yang telah ditentukan	8, 22 12, 13	9 14	6
Kesenjangan antara rencana dan kinerja	Mendahulukan pekerjaan yang tidak ada hubungannya dengan tugas tanpa memperhitungkan waktu.	5 20	17 15, 16	5
Melakukan aktivitas lain	Melakukan aktivitas yang dianggap bisa menghibur dari pada mengerjakan tugas	10, 11 19	18 21, 23	6

G. Pengujian Instrumen Penelitian

1. Uji Validitas

Menurut Azwar (2000: 173) validitas berasal dari kata *validity* yang artinya mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Atau dengan kata lain mampu

tidaknya suatu alat ukur tersebut mencapai tujuan pengukurannya yang dikehendaki dengan tepat.

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah (Arikunto, 1997: 136).

Semua pengujian validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan *software SPSS (Statistic Product And Service Solution) 20 for windows*. Adapun untuk mengukur kesahihan angket adalah dengan menggunakan validitas konstruk (*validitas internal*) dengan rumus *product moment* dari *Pearson* (Arikunto, 1997: 138).

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \Sigma xy - (\Sigma x)(\Sigma y)}{\sqrt{N \cdot \Sigma x^2 - (\Sigma x)^2} [N \cdot \Sigma y^2 - (\Sigma y)^2]}$$

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi product moment

N = Jumlah Subjek

x = Jumlah skor tiap item

y = jumlah skor total angket

Dalam hal ini r_{xy} diartikan sebagai koefisien korelasi sehingga kriterianya adalah:

Karena subjek merupakan sampel besar, dimana N lebih besar dari 10 maka untuk melihat signifikansinya dilakukan dengan mendistribusikan rumus student t, yaitu:

$$t_{hit} = \frac{r_{xy} \sqrt{(n-2)}}{\sqrt{(1-r^2)}}$$

Dengan kriteria jika $t_{hit} > t_{tabel}$ maka item dinyatakan valid dan signifikan.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas meruakan penerjemahan dari kata *reliability* yang berarti sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas sering disebut pula keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya namun ide pokok dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2000: 180).

Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga, apabila datanya memang benar sesuai dengan kenyataannya, maka berapa kalipun diambil tetap sama. Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan sesuatu, jadi reliabilitas artinya dapat dipercaya dan dapat diandalkan (Arikunto, 1997: 142).

Dalam penelitian ini koefisien reliabilitas diperoleh dengan menggunakan teknik *Alpha Cornbach* pada SPSS 20.

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma t^2} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas Instrumen

k = Banyaknya butir-butir pernyataan

$\sum \sigma b^2$ = Jumlah varians butir

σt^2 = Varians total

Selanjutnya dengan menggunakan taraf signifikansi $\alpha = 0.05$, nilai reliabilitas yang diperoleh dari hasil perhitungan dibandingkan dengan nilai dari tabel korelasi nilai r dengan derajat kebebasan.

Jika $r_i > r_{\text{tabel}}$ maka reliabel.

Jika $r_i < r_{\text{tabel}}$ maka tidak reliabel.

H. Metode Analisis Data

1. Uji Asumsi

a. Random

Uji random pada penelitian ini telah terpenuhi, karena peneliti telah memastikan bahwa semua subjek penelitian memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian.

b. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat besaran data yang diperoleh dari penelitian, apakah data berdistribusi normal atau tidak. Ketika data berdistribusi normal maka analisis statistik yang digunakan adalah statistik parametrik. Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak dilakukan uji normalitas *kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *software SPSS (Statistic Product And Service Solution) 20 for windows*. Ketika data berdistribusi normal maka analisis statistik yang digunakan untuk melihat keeratan hubungan adalah analisis korelasi pearson.

Jika $p > 0,05$ maka signifikan

Jika $p < 0,05$ maka tidak signifikan

c. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk melihat apakah data berkorelasi secara linier, data yang berkorelasi secara linier adalah syarat data dapat dianalisis menggunakan analisis linier berganda. Uji linieritas dalam penelitian ini dibantu dengan menggunakan *software* SPSS (*Statistic Product And Service Solution*) 20 for windows. Jika nilai signifikan lebih besar dari 0,05 maka kesimpulannya adalah terdapat hubungan linier antar variabel.

d. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varian dari residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Jika varian dari residual satu pengamatan kepengamatan yang lain tetap, maka disebut homoskedastisitas dan jika berbeda akan disebut heteroskedastisitas. Model regresi yang baik adalah model yang tidak terjadi heteroskedastisitas (Ghozali, 2005). Metode yang digunakan dalam penelitian kali ini untuk melihat gejala heteroskedastisitas adalah metode grafik.

2. Analisis Deskriptif

Perhitungan norma dilakukan untuk melihat tingkat efikasi diri, manajemen waktu dan prokrastinasi akademi pada Musyrif/ah Mahad Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Sehingga dapat diketahui tingkatan-tingkatannya, apakah tinggi, sedang atau rendah. Dalam melakukan pengkategorian peneliti menggunakan skor

hipotetik. Adapun langkah-langkah dalam pembuatan skor hipotetik dalam penelitian ini adalah:

- a) Menghitung mean hipotetik (M)
- b) Menghitung standar deviasi hipotetik (SD)
- c) Kategorisasi

Rendah : $X < (M - 1SD)$

Sedang : $(M - 1SD) \leq X \leq (M + 1SD)$

Tinggi : $X > (M + 1SD)$

Setelah diketahui harga mean dan SD, selanjutnya dilakukan perhitungan prosentase masing-masing tingkatan. Analisis ini digunakan untuk mengetahui tingkat efikasi diri, manajemen waktu dan prokrastinasi akademik pada musyrif/ah Mahad Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Analisis prosentase ini bertujuan untuk mendeskripsikan data dari skala dalam bentuk prosentase. Analisis prosentase ini dapat dihitung dengan rumus:

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

P = Prosentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Subjek

3. Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis ini digunakan untuk mengetahui bagaimana keadaan (naik turunnya) variabel dependen (prokrastinasi), apabila dua atau lebih variabel independen (*Self Efficacy*, *Time Management*) sebagai faktor prediktor dimanipulasi (dinaik turunkan nilainya) (Sugiyono, 2012).

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2$$

Keterangan:

Y = Prokrastinasi Akademik

a = Konstanta, yaitu besarnya nilai Y ketika nilai X_1X_2

b = Koefisien regresi

X_1 = *Self Efficacy*

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Ide pendirian Ma'had Sunan Ampel Al-Aly yang diperuntukkan bagi mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sudah lama dipikirkan, yaitu sejak kepemimpinan KH. Usman Manshur, akan tetapi hal tersebut belum dapat terealisasi. Ide tersebut baru dapat direalisasikan pada masa kepemimpinan Prof. Dr. H. Imam Suprayogo, ketika itu masih menjabat sebagai ketua STAIN Malang.

Peletakan batu pertama pendirian bangunan ma'had dimulai pada Ahad Wage, 4 April 1999, oleh sembilan orang kyai berpengaruh di Jawa Timur yang disaksikan oleh sejumlah orang kyai lainnya dari Kota dan Kabupaten Malang. Pada tanggal 26 Agustus 2000 ma'had mulai dioperasikan, ada sejumlah 1041 orang santri, 483 santri putra dan 558 santri putri menghuni unit-unit hunian. Para santri tersebut adalah mereka yang terdaftar sebagai mahasiswa baru dari semua fakultas.

Ma'had Sunan Ampel Al-Aly memiliki struktur pengurus yang terdiri dari dewan pengasuh sebagai berikut:

Pelindung	: Rektor UIN MALIKI Malang
Pembina	: Wakil Rektor
Dewan Pengasuh	: Drs. KH. Chamzawi, M.HI (Ketua)

Mudir Ma'had	: Dr. H. Isroqunnajah, M.Ag
Sekretaris Ma'had	: Dr. H. M. Aunul Hakim, M.HI
Bid. Kesantrian	: Dr. H. Ghufron Hambali, S.Ag
Bid. Litbang	: Dr. H. Roibin, M.HI
Bid. Ta'lim Afkar	: Dr. H. Syuhadak, MA
Bid. Ta'lim Al-Qur'an	: Dr. Nasrulloh, Lc. M.Th.I
Bid. Ta'lim Al-Qur'an	: H. M. Hasyim, MA
Bid. Pembinaan Spiritulitas dan Ketakmiran	: Dr. H. Ahmad Muzakki, MA
Bid. Kebahasaan	: Dr. H. Wildana W. Lc., M.Ag
Bid. Keamanan & Kesehatan	: Dr. H. Mujaiz Kumkelo, M.HI
Bid. Humas & Kerjasama M.HI	: Dr. H. Badruddin Muhammad,
Bid. Usaha dan Kerumahtanggaan	: Dr. Hj. Sulalah, M.Ag

Selain itu, Ma'had Sunan Ampel Al-Aly memiliki sembilan unit hunian yang terdiri dari lima unit hunian putra yang terdiri dari mabna al-Ghazali, mabna Ibn Rusyd, mabna Ibn Sina, mabna Ibn Kholdun dan mabna Al-Farabi. Sedangkan di mabna putri terdapat empat unit hunian yang terdiri dari mabna Ummu Salamah, mabna Asma' Binti Abi Bakar, mabna Fatima Az-Zahra dan mabna Khadijah Al-Kubra. Sedangkan untuk tahun ajaran 2016/2017 bertambah lagi unit hunian yang diberi nama mabna Ar-Razi yang diperuntukkan bagi mahasiswa baru kedokteran putra

dan putri. Mabna Ar-Razi terletak di kampus dua Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang di daerah Batu, Malang.

Disetiap unit hunian terdapat murabbi/ah sebagai pimpinan yang memiliki tanggung jawab penuh atas seluruh kegiatan yang terlaksana. Setiap murabbi/ah dibantu oleh musyrif/ah yang bertugas menjadi penggerak dalam menjalankan seluruh kegiatan di masing-masing mabna serta menjadi pendamping bagi mahasiswa baru yang tinggal di setiap mabna. Setiap musyrif/ah memiliki tanggung jawab untuk mendampingi satu sampai tiga kamar.

Berikut ini merupakan serangkaian progam kegiatan harian yang ada di Pusat Ma'had Al-Jami'ah, diantaranya :

- 1) Shabah al-Lughah (*Language Morning*)
- 2) Ta'lim Al-Qur'an
- 3) Tashih Qiroatul Al-Qur'an
- 4) Tahsin Tilawatil Qur'an
- 5) Ta'lim Afkar Al-Islamiyah
- 6) Shalat Tahajud/ Persiapan shalat shubuh berjamaah
- 7) Jama'ah Shalat Shubuh dan pembacaan Wirdul Lathief
- 8) Shalat Jama'ah
- 9) Pembacaan surat Yasin/ Tahsin al-Qiro'ah/ Madaa'ih Nabawiyah/
Muhadlarah/ Ratib al-Hadad / Ngaji Bersama
- 10) *Smart Study Community*, Kegiatan Ekstra Mabna & camp; UPKM
(Unit Kegiatan Kegiatan Ma'had: a. JDFI: Shalawat, Kaligrafi,

Khitobah, qiroah, dan MC. b. Halaqah Ilmiah c. Jurnalistik El-Ma'rifah).

11) Pengabsenan jam malam santri dan Pendampingan

12) Belajar mandiri dan istirahat

2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Subjek dari penelitian kali ini adalah mahasiswa yang terpilih menjadi musyrif/ah.

Penelitian ini dimulai dari tanggal 31 Oktober sampai 20 Januari. Penyebaran skala dilakukan dengan cara memanfaatkan waktu saat seluruh musyrif/ah selesai mengikuti rapat evaluasi ujian ma'had. Peneliti memberikan instruksi didepan seluruh musyrif/ah kemudian membagikan skala psikologi tentang efikasi diri, manajemen waktu dan prokrastinasi akademik.

B. Hasil Penelitian

1. Hasil Uji Analisis

a. Hasil Uji Validitas

Perhitungan validitas dilakukan dengan bantuan *software* SPSS (*Statistic Product And Service Solution*) 20 for windows. Suatu item dikatakan valid dan signifikan apabila memiliki nilai $t_{hit} > t_{tabel}$ pada nilai signifikansi 5%. Sebaliknya apabila suatu item memiliki nilai $t_{hit} < t_{tabel}$ pada nilai signifikansi 5% maka item dinyatakan tidak valid. Adapun nilai hasil uji validitas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Diketahui bahwa: $r_{tabel} = N = 100 = 0,195$

1) Uji Validitas Skala Psikologi Efikasi Diri

Berdasarkan hasil uji validitas skala psikologi efikasi diri maka dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.1
Hasil Uji Validitas Skala Psikologi Efikasi Diri

No. Item	r_{xy}	$r_{tabel} (5\%)$	Keterangan
1	0,600	0,195	Valid
2	0,444	0,195	Valid
3	0,405	0,195	Valid
4	0,486	0,195	Valid
5	0,549	0,195	Valid
6	0,453	0,195	Valid
7	0,488	0,195	Valid
8	0,398	0,195	Valid
9	0,483	0,195	Valid
10	0,508	0,195	Valid
11	0,335	0,195	Valid
12	0,510	0,195	Valid
13	0,391	0,195	Valid
14	0,330	0,195	Valid
15	0,125	0,195	Tidak Valid
16	0,230	0,195	Valid
17	0,304	0,195	Valid
18	0,471	0,195	Valid
19	0,421	0,195	Valid
20	0,466	0,195	Valid

Hasil uji validitas pada skala efikasi diri dengan nilai $t_{hit} > t_{tabel}$ pada taraf signifikansi sebesar 5% menunjukkan bahwa dari 20 item yang dijadikan sebagai skala penelitian, diketahui bahwa item yang dinyatakan valid dan signifikan sebanyak 19 item.

Berdasarkan nilai t_{hitung} tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa 19 item dalam penelitian ini valid atau signifikan sehingga dapat digunakan

sebagai skala dalam penelitian. Sehingga dapat dilihat *blueprint* efikasi diri setelah terdapat item yang gugur sebagai berikut:

Tabel 4.2
***Blueprint* Efikasi Diri Setelah Gugur**

Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Level</i>	Memiliki keyakinan yang tinggi dalam mengatasi kesulitan dalam tugas	8, 16, 20	1, 4	5
<i>Generality</i>	Memiliki keyakinan yang tinggi dalam mengembangkan diri (fokus pada pengalaman dan usaha yang dilakukan)	2, 13, 18, 19	9, 12, 14	7
<i>Strenght</i>	Memiliki keyakinan yang tinggi dalam melakukan usaha (fokus pada kekuatan/ketahanan individu)	6, 7, 11, 17	3, 5, 10	7

2) Uji Validitas Skala Psikologi Manajemen Waktu

Berdasarkan hasil uji validitas skala psikologi manajemen waktu maka dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.3
Hasil Uji Validitas Skala Psikologi Manajemen waktu

No. Item	r_{xy}	$r_{tabel} (5\%)$	Keterangan
1	0,396	0,195	Valid
2	0,269	0,195	Valid
3	0,657	0,195	Valid
4	0,079	0,195	Tidak Valid
5	0,811	0,195	Valid
6	0,686	0,195	Valid
7	0,378	0,195	Valid
8	0,545	0,195	Valid
9	0,616	0,195	Valid
10	0,710	0,195	Valid
11	0,309	0,195	Valid
12	0,695	0,195	Valid
13	0,710	0,195	Valid
14	0,528	0,195	Valid
15	0,177	0,195	Tidak Valid
16	0,081	0,195	Tidak Valid
17	0,495	0,195	Valid
18	0,675	0,195	Valid
19	0,422	0,195	Valid
20	0,422	0,195	Valid

Hasil uji validitas pada skala manajemen waktu dengan nilai $t_{hit} > t_{tabel}$ pada taraf signifikansi sebesar 5% menunjukkan bahwa dari 20 item yang dijadikan sebagai skala penelitian, diketahui bahwa item yang dinyatakan valid dan signifikan sebanyak 17 item.

Berdasarkan nilai t_{hitung} tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa 17 item dalam penelitian ini valid atau signifikan sehingga dapat digunakan sebagai skala dalam penelitian.

Tabel 4.4
Blueprint Time Management Setelah Gugur

Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavotable</i>	
Menetapkan Tujuan dan Prioritas	Memiliki daftar kegiatan atau daftar tugas yang menjadi tujuan dan prioritas utama	2, 9, 17	1, 10	5
Prevensi terhadap pengorganisasian	Mampu mencegah timbulnya masalah dalam menjalankan tugas	11, 18	5, 12	4
Mekanisme manajemen waktu	Mampu dalam menjalankan pemanfaatan waktu dalam mengerjakan tugas	6, 13	7, 14, 19	5
Kontrol terhadap waktu	Memiliki kendali dalam menjalankan tugas yang harus dilakukan	3, 20	8	3

3) Uji Validitas Skala Psikologi Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil uji validitas skala psikologi prokrastinasi akademik maka dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.5
Hasil Uji Validitas Skala Psikologi Prokrastinasi akademik

No. Item	r_{xy}	$r_{tabel} (5\%)$	Keterangan
1	0,140	0,195	Tidak Valid
2	0,093	0,195	Tidak Valid
3	0,262	0,195	Valid
4	0,370	0,195	Valid
5	0,223	0,195	Valid
6	0,454	0,195	Valid
7	0,455	0,195	Valid
8	0,518	0,195	Valid
9	0,377	0,195	Valid
10	0,546	0,195	Valid
11	0,489	0,195	Valid
12	0,294	0,195	Valid
13	0,430	0,195	Valid
14	0,202	0,195	Valid
15	0,257	0,195	Valid
16	0,325	0,195	Valid
17	0,504	0,195	Valid
18	0,453	0,195	Valid
19	0,557	0,195	Valid
20	0,110	0,195	Tidak Valid
21	0,391	0,195	Valid
22	0,426	0,195	Valid
23	0,361	0,195	Valid

Hasil uji validitas pada skala prokrastinasi akademik dengan nilai $t_{hit} > t_{tabel}$ pada taraf signifikansi sebesar 5% menunjukkan bahwa dari 23 item yang dijadikan sebagai skala penelitian, diketahui bahwa item yang dinyatakan valid dan signifikan sebanyak 20 item.

Berdasarkan nilai t_{hitung} tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa 20 item dalam penelitian ini valid atau signifikan sehingga dapat digunakan sebagai skala dalam penelitian.

Tabel 4.6
Blueprint Prokrastinasi Akademik Setelah Gugur

Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavotable</i>	
Penundaan	Menunda untuk memulai mengerjakan tugas sampai tuntas	3, 6	4, 7	4
Keterlambatan	Ketidakmampuan memprioritaskan dan menyelesaikan tugas melebihi batas waktu yang telah ditentukan	8, 22 12, 13	9 14	6
Kesenjangan antara rencana dan kinerja	Mendahulukan pekerjaan yang tidak ada hubungannya dengan tugas tanpa memperhitungkan waktu.	5	17 15, 16	4
Melakukan aktivitas lain	Melakukan aktivitas yang dianggap bisa menghibur dari pada mengerjakan tugas	10, 11 19	18 21, 23	6

b. Hasil Uji Reliabilitas

Perhitungan reliabilitas dilakukan dengan bantuan *software* SPSS (*Statistic Product And Service Solution*) 20 for windows. Suatu items instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki koefisiensi reliabilitas

berkisar mulai 0,0 sampai dengan 1,0 akan tetapi koefisiensi sebesar 1,0 dan sekecil 0,0 belum pernah dijumpai (Azwar, 2004: 9).

Semakin tinggi koefisiensi reliabilitas mendekati angka 1,0 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya, semakin rendah mendekati angka 0,0 maka semakin rendah reliabilitasnya (Arikunto, 2002: 171). Uji reliabilitas menggunakan rumus Alpha Cronbach yang dibantu dengan *software* SPSS (*Statistic Product And Service Solution*) 20 for windows. Uji signifikan dilakukan pada taraf $\alpha = 0,05$. Instrumen dapat dikatakan reliabel jika nilai $\alpha / r_{xy} > r_{tabel} = 0,195$.

Berdasarkan perhitungan statistik dengan menggunakan bantuan *software* SPSS (*Statistic Product And Service Solution*) 20 for windows, maka diperoleh nilai alpha dari ketiga variabel sebagai berikut:

Tabel 4.7
Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	r_{xy}	$r_{tabel} 5\%$	Keterangan
X1	0,754	0,195	Reliabel
X2	0,842	0,195	Reliabel
Y	0,644	0,195	Reliabel

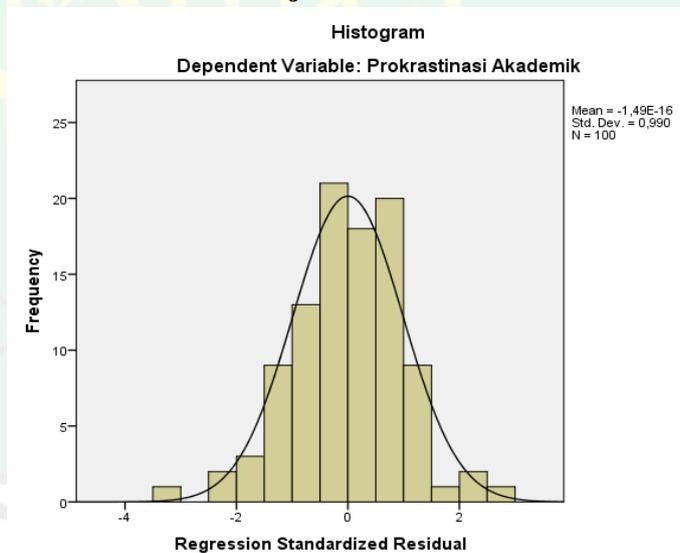
Hasil uji reliabilitas pada skala efikasi diri sebesar 0,754. Pada skala manajemen waktu sebesar 0,842. Sedangkan pada skala prokrastinasi akademik sebesar 0,644. Berdasarkan nilai koefisien tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa semua angket dalam penelitian ini reliabel atau konsisten sehingga dapat digunakan sebagai instrumen.

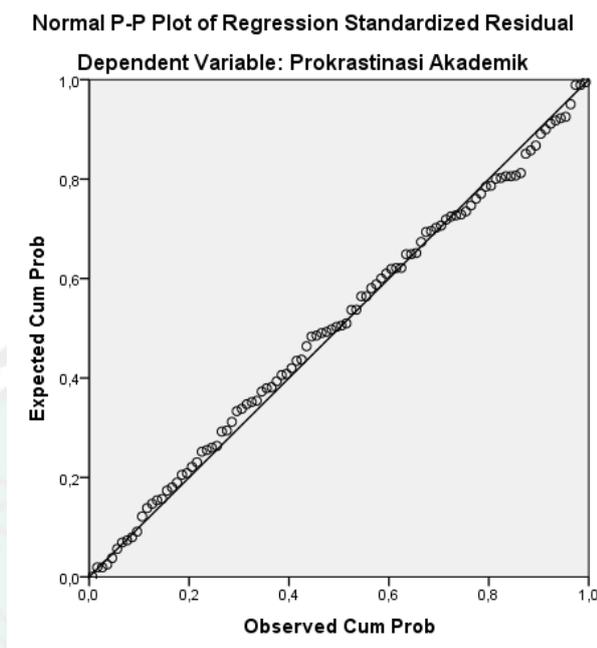
2. Hasil Uji Asumsi Klasik

a. Hasil Uji Normalitas

Dalam pengujian normalitas perlu diingatkan bahwa asumsi normalitas yang dimaksud dalam asumsi klasik pendekatan OLS data residual yang terbentuk model regresi linier terdistribusi normal, bukan variabel bebas maupun variabel terikatnya. Kriteria sebuah data residual terdistribusi normal apabila sebaran yang terlihat pada gambar Normal P-P Plot mendekati atau rapat dengan garis lurus (diagonal), namun apabila sebaran titik-titik pada gambar menjauhi garis lurus atau diagonal maka dikatakan bahwa data terdistribusi tidak normal.

Gambar 4.1
Hasil Uji Normalitas





Sebaran titik-titik dari gambar Normal P-P Plot diatas relatif mendekati garis lurus, sehingga dapat disimpulkan bahwa data residual terdistribusi normal. Hasil ini sejalan dengan asumsi klasik dari regresi linier berganda dengan pendekatan OLS.

b. Hasil Uji Autokorelasi

Hasil yang digunakan untuk mengestimasi model regresi linier merupakan data *time series*, maka diperlukan uji asumsi yang terbebas dari autokorelasi.

Nilai Durbin-Watson yang tertera pada tabel merupakan nilai DW hitung. Angka ini akan dibandingkan dengan kriteria penerimaan atau penolakan yang akan dibuat dengan nilai d_L atau d_U ditentukan berdasarkan jumlah variabel bebas dalam model regresi (jumlah variabel bebas/ $k = 2$) dan jumlah sampelnya ($n = 100$). Hasil uji Durbin-Watson sebagai berikut:

Tabel 4.8
Hasil Uji Autokorelasi

DW	d_L	d_U	$4-d_L$	$4-d_U$	keterangan
2,110	1,6337	1,7152	2,3663	2,2848	Tidak terdapat autokorelasi antar sisaan

Berdasarkan pengujian Durbin-Watson diatas, diperoleh $d = 2,110$. Pada tabel Durbin-Watson untuk $n = 100$ dan $k = 2$ diperoleh $d_L = 1,6337$ $d_U = 1,7152$ dan $d_U = 2,2848$ dan diperoleh $1,7152 < 2,110 < 2,2848$. Hal ini berarti dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat autokorelasi antar sisaan dan asumsi autokorelasi terpenuhi.

c. Hasil Uji Multikolinieritas

Untuk menguji adanya multikolinieritas dapat dilihat pada tabel coefficients^a dari *Variance Inflation Factor (VIF)*. Apabila nilai $VIF \geq 10$ maka menunjukkan adanya multikolinieritas. Apabila sebaliknya, nilai $VIF \leq 10$ maka tidak terjadi multikolinieritas. Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi antar variabel independen. Nilai VIF pada hasil regresi tersaji pada tabel berikut:

Tabel 4.9
Hasil Uji Multikolinieritas

Variabel Independen	Tolerance	VIF	Keterangan
X1 (Efikasi Diri)	0,983	1,017	Non Multikolinieritas
X2 (Managemen Waktu)	0,983	1,017	Non Multikolinieritas

Dari hasil perhitungan yang ada pada tabel dapat diketahui bahwa hasil perhitungan nilai *Variance Inflation Factor (VIF)* variabel

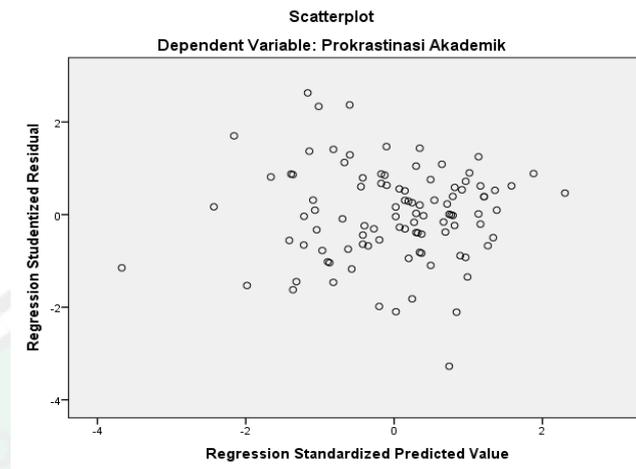
independen sebesar 1,017, sedangkan Tolerance-nya 0,983. Kedua nilai VIF dari kedua variabel memiliki nilai kurang dari 10. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada multikolinieritas antar variabel independen dalam model regresi penelitian ini dan asumsi multikolinieritas telah terpenuhi.

d. Uji Heteroskedastisitas

Pengujian ini bertujuan untuk menguji apakah variabel-variabel model regresi memiliki ragam (*variance*) residual sama atau tidak. Model regresi yang baik adalah model yang memiliki ragam residual yang sama (bersifat homoskedastisitas).

Cara untuk menguji homoskedastisitas adalah dengan melihat plot antara nilai prediksi variabel terikat atau *dependent variabel* (ZPRED) dengan residualnya (SDRESID). Jika terdapat pola tertentu, seperti titik-titik yang ada membentuk pola tertentu yang teratur (bergelombang, melebar kemudian menyempit), maka mengidentifikasi telah terjadinya heteroskedastisitas (asumsi tidak terpenuhi). Sedangkan jika tidak ada pola yang jelas, serta titik-titik menyebar diatas dan dibawah angka 0 pada sumbu Y, maka tidak terjadi heteroskedastinitas yang berarti asumsi terpenuhi.

Gambar 4.2
Uji Asumsi Heteroskedastisitas



Dari tabel *scatterplot* pada gambar, terlihat bahwa titik-titik menyebar secara acak atau tidak membentuk pola/alur tertentu. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas atau dengan kata lain terjadi homoskedastisitas dan hal ini berarti asumsi dalam model ini dinyatakan terpenuhi, yaitu bebas dari heteroskedastisitas.

3. Hasil Uji Analisis Deskriptif

Penentuan norma penilaian dilakukan setelah mean dan standar deviasi diketahui. Berikut norma penilaian yang diperoleh:

Tabel 4.10
Kategorisasi Penelitian

Klasifikasi	Skor
$X < (M - 1SD)$	Rendah
$(M - 1SD) \leq X \leq (M + 1SD)$	Sedang
$X > (M + 1SD)$	Tinggi

a. Deskriptif Efikasi Diri

Tabel 4.11
Mean Hipotetik dan Standar Deviasi Efikasi Diri

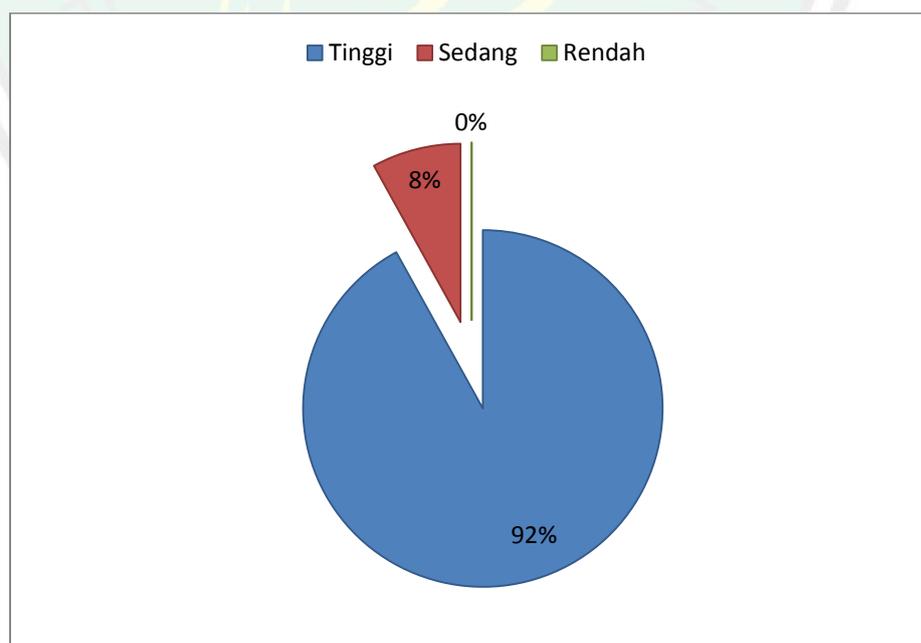
Variabel	Mean	Standar Deviasi
Efikasi Diri	47,5	9,5

Setelah diketahui mean dan standar deviasi, kemudian data dibagi menjadi bagian kategorisasi yaitu tinggi, sedang dan rendah. Kriteria pengkategorisasian dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.12
Kategorisasi Efikasi Diri

Nilai	Kategorisasi	Frekuensi	Prosentase
$X < 37$	Rendah	-	0 %
$57 \leq X < 38$	Sedang	8 orang	8 %
$X \geq 76$	Tinggi	92 orang	92 %
Jumlah		100	100 %

Gambar 4.3
Daigram Kategorisasi Efikasi Diri



Berdasarkan diagram diatas pada gambar 4.3 menunjukkan bahwa frekuensi dan prosentase tingkat efikasi diri pada musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dari 100 musyrif/ah menunjukkan bahwa 92 musyrif/ah (92%) memiliki efikasi diri tinggi, 8 musyrif/ah (8%) memiliki efikasi diri sedang dan tidak ada musyrif/ah (0%) memiliki efikasi diri rendah. Hal ini berarti musyrif/ah memiliki kategori prosentase tertinggi terletak pada efikasi diri kategori tinggi.

b. Deskriptif Managemen Waktu

Tabel 4.13
Mean Hipotetik dan Standar Deviasi Managemen Waktu

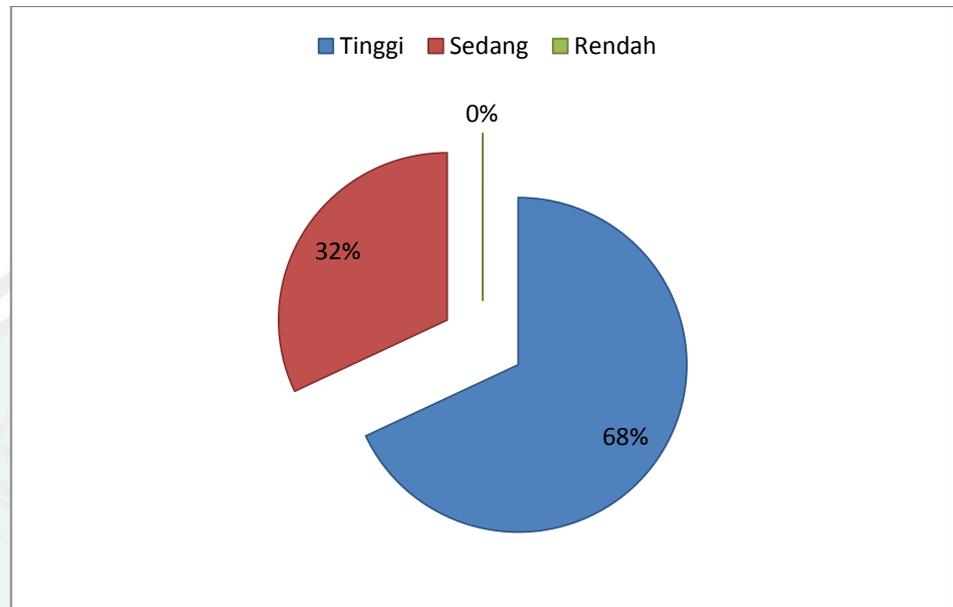
Variabel	Mean	Standar Deviasi
Managemen Waktu	42,5	8,5

Setelah diketahui mean dan standar deviasi, kemudian data dibagi menjadi bagian kategorisasi yaitu tinggi, sedang dan rendah. Kriteria pengkategorisasian dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.14
Kategorisasi Managemen Waktu

Nilai	Kategorisasi	Frekuensi	Prosentase
$X < 33$	Rendah	-	0 %
$51 \leq X < 34$	Sedang	32 orang	32 %
$X \geq 68$	Tinggi	68 orang	68 %
Jumlah		100	100 %

Gambar 4.4
Daigram Kategorisasi Manajemen Waktu



Berdasarkan diagram diatas pada gambar 4.4 menunjukkan bahwa frekuensi dan prosentase tingkat manajemen waktu pada musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Iberahim Malang dari 100 musyrif/ah menunjukkan bahwa 68 musyrif/ah (68%) memiliki manajemen waktu tinggi, 32 musyrif/ah (32%) memiliki manajemen waktu sedang dan tidak ada musyrif/ah (0%) memiliki manajemen waktu rendah. Hal ini berarti musyrif/ah memiliki kategori prosentase tertinggi terletak pada manajemen waktu kategori tinggi.

c. Deskriptif Perilaku Prokrastinasi Akademik

Tabel 4.15
Mean Hipotetik dan Standar Deviasi Prokrastinasi Akademik

Variabel	Mean	Standar Deviasi
Prokrastinasi Akademik	50	10

Setelah diketahui mean dan standar deviasi, kemudian data dibagi menjadi bagian kategorisasi yaitu tinggi, sedang dan rendah. Kriteria pengkategorisasian dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.16
Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

Nilai	Kategorisasi	Frekuensi	Prosentase
$X < 39$	Rendah	6 orang	6 %
$60 \leq X < 80$	Sedang	94 orang	94 %
$X \geq 80$	Tinggi	-	0 %
Jumlah		100	100 %

Gambar 4.5
Daigram Kategorisasi Prokrastinasi Akademik



Berdasarkan diagram diatas pada gambar 4.4 menunjukkan bahwa frekuensi dan prosentase tingkat prokrastinasi akademik pada musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Iberahim Malang dari 100 musyrif/ah menunjukkan bahwa tidak ada musyrif/ah (0%) memiliki perilaku prokrastinasi akademik tinggi, 94 musyrif/ah (94%) memiliki perilaku prokrastinasi akademik sedang dan 6

musyrif/ah (6%) memiliki perilaku prokrastinasi akademik rendah. Hal ini berarti musyrif/ah memiliki kategori prosentase tertinggi terletak pada perilaku prokrastinasi akademik kategori sedang.

4. Hasil Uji Hipotesis

a. Hasil Uji Keterandalan Model (Uji F)

Uji keterandalan model atau kelayakan model atau lebih populer disebut sebagai uji F merupakan tahap awal mengidentifikasi model regresi yang diestimasi layak atau tidak digunakan untuk menjelaskan pengaruh variabel-variabel bebas terhadap variabel terikat.

Pengujian ini menggunakan bantuan *software* SPSS (*Statistic Product And Service Solution*) 20 for windows untuk penarikan kesimpulan dalam uji ini. Apabila nilai F_{hitung} (Output SPSS ditunjukkan pada kolom *sig.*) lebih kecil dari tingkat kesalahan/eror (α) 0,05 maka dapat dikatakan bahwa model regresi yang diestimasi layak. Sedangkan apabila nilai F_{hitung} lebih besar dari tingkat kesalahan 0,05 maka dapat dikatakan bahwa model regresi yang diestimasi tidak layak. Hasil Uji F dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.17
Uji Hipotesis model Regresi Secara Stimulan

Hipotesis	Nilai	Keputusan
$H_0 : \beta_1 = 0$ (Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel X_1 dan X_2 terhadap variabel Y)	F = 12,208 Sig = 0,000	H_0 ditolak H_a diterima
$H_a : \beta_1 \neq 0$ (Terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel X_1 dan X_2 terhadap variabel Y)		
$\alpha = 0,05$		

Dari hasil analisis diatas dapat dilihat bahwa nilai F sebesar 12,208 merupakan nilai yang signifikan, dengan signifikansi 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dan manajemen waktu berpengaruh terhadap variabel prokrastinasi. Sedangkan nilai F_{hitung} pada tabel diatas $0,000 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa regresi linier yang diestimasi layak digunakan untuk menjelaskan pengaruh efikasi diri dan manajemen waktu terhadap perilaku prokrastinasi musyri/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

b. Koefisien Regresi (Uji T)

Uji T dalam regresi linier berganda dimaksudkan untuk menguji apakah parameter (koefisien regresi dan konstanta) yang digunakan untuk mengestimasi persamaan model regresi linier berganda merupakan parameter yang digunakan untuk menjelaskan perilaku variabel bebas dalam mempengaruhi variabel terikatnya sudah tepat atau belum.

Apabila t_{hitung} lebih kecil dari tingkat kesalahan alpha 0,05 maka dapat dikatakan bahwa variabel bebas berpengaruh signifikan terhadap variabel terikatnya, sedangkan apabila t_{hitung} lebih besar dari tingkat kesalahan 0,05 maka dikatakan bahwa variabel tidak berpengaruh terhadap variabel terikatnya. Hasil pengujian dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

a. Variabel Efikasi Diri (X_1)

Berdasarkan Tabel 4., pengujian hipotesis koefisien regresi variabel efikasi diri (X_1) dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.18
Uji Hipotesis koefisien Regresi Variabel Efikasi Diri (X_1)

Hipotesis	Nilai	Keputusan
$H_0 : \beta_1 = 0$ (variabel X_1 berpengaruh signifikan terhadap variabel Y)	Sig = 0,000	H_0 ditolak H_a diterima
$H_a : \beta_1 \neq 0$ (variabel X_1 tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel Y)		
$\alpha = 0,05$		

Dari hasil uji hipotesis diatas diketahui bahwa variabel X_1 memiliki koefisien regresi sebesar 0,201 dan didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai statistik uji signifikan lebih kecil dari pada $\alpha = 0,05$. Pengujian ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri (X_1) berpengaruh signifikan terhadap variabel perilaku prokrastinasi akademik (Y).

b. Variabel Managemen Waktu (X_2)

Berdasarkan Tabel 4., pengujian hipotesis koefisien regresi variabel managemen waktu (X_2) dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.19
Uji Hipotesis koefisien Regresi Variabel Managemen Waktu (X_2)

Hipotesis	Nilai	Keputusan
$H_0 : \beta_1 = 0$ (variabel X_1 berpengaruh signifikan terhadap variabel Y)	Sig = 0,353	H_0 ditolak H_a diterima
$H_a : \beta_1 \neq 0$ (variabel X_1 tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel Y)		
$\alpha = 0,05$		

Dari hasil uji hipotesis diatas diketahui bahwa variabel X_2 memiliki koefisien regresi sebesar 0,201 dan didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,353. Nilai statistik uji signifikan lebih besar dari pada $\alpha = 0,05$. Pengujian ini menunjukkan bahwa H_0 diterima dan dapat disimpulkan

bahwa variabel manajemen waktu (X_2) tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel perilaku prokrastinasi akademik (Y).

Adanya pemaparan diatas berarti bahwa variabel yang lebih memengaruhi dan mendominasi meningkatkan perilaku prokrastinasi akademik pada musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly adalah efikasi diri.

c. Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi menjelaskan tentang variasi pengaruh variabel-variabel bebas terhadap variabel terikatnya. Nilai koefisien determinasi dapat diukur oleh nilai **R-Square** yang bisa dilihat dibawah ini:

Tabel 4.20

R	R Square	Sig. F Change
0,448	0,201	0,000

Dari tabel diatas diperoleh R Square sebesar 0,201 yang berarti bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh variabel independen yaitu efikasi diri dan manajemen waktu sebesar 20,1 %. Hal ini berarti bahwa efikasi diri dan manajemen waktu memiliki proporsi pengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik sebesar 20,1% sedangkan 79,9% dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak ada dalam model regresi linier dalam penelitian ini.

d. Hasil Uji Regresi Linier Berganda

Analisis regresi linier berganda berfungsi untuk menganalisis hubungan dan pengaruh antar variabel terikat terhadap dua atau lebih

variabel bebas. Pada penelitian kali ini dilakukan analisis regresi linier berganda antara variabel-variabel berikut ini: Efikasi Diri (X1), Manajemen Waktu (X2) dan Prokrastinasi Akademik (Y).

Dari hasil pengelolaan data penelitian, diperoleh nilai F hitung (*Sig*) sebesar 0,000 lebih kecil dari tingkat signifikansinya 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa model regresi linier yang diestimasi layak digunakan untuk menjelaskan pengaruh efikasi diri dan manajemen waktu terhadap perilaku prokrastinasi akademik.

Jika dilihat dari nilai R Square yang besarnya 0,201 menunjukkan bahwa proporsi pengaruh variabel efikasi diri dan manajemen waktu sebesar 20,1% , sedangkan sisanya 79,9% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini. Hasil analisis regresi linier berganda dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.21
Hasil Analisis Regresi Linier Berganda

Variabel	Beta	Signifikansi	Keterangan
Mnagemen Waktu	-0,085	0,353	Tidak Signifikan
Efikasi Diri	-0,451	0,000	Signifikan

Adapun persamaan regresi yang didapatkan berdasarkan tabel diatas adalah sebagai berikut:

$$Y = b_0 + b_1X_1 + b_2X_2$$

$$Y = 84,238 - 0,061X_1 - 0,485X_2$$

Dari hasil persamaan tersebut dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

b_1 : koefisien regresi variabel efikasi diri (X1) sebesar -0,061 memiliki tanda negatif yang menunjukkan bahwa variabel ini dan perilaku

prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang linier. Apabila terdapat peningkatan skala efikasi diri pada responden, maka cenderung akan terjadi penurunan perilaku prokrastinasi akademik.

b_2 : Koefisien regresi variabel manajemen waktu (X_2) sebesar -0,485 memiliki tanda negatif yang menunjukkan bahwa variabel ini dan perilaku prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang linier. Apabila terdapat peningkatan skala manajemen waktu pada responden, maka cenderung akan terjadi penurunan perilaku prokrastinasi akademik.

C. Pembahasan

1. Tingkat *Self Efficacy* Pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa frekuensi dan prosentase tingkat efikasi diri pada musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berkategori tinggi.

Adapun hasil penelitian dari 100 jumlah sampel musyrif/ah menunjukkan bahwa 92 musyrif/ah (92%) memiliki efikasi diri tinggi, 8 musyrif/ah (8%) memiliki efikasi diri sedang dan tidak ada musyrif/ah (0%) memiliki efikasi diri rendah. Hal ini berarti musyrif/ah memiliki kategori prosentase tertinggi terletak pada efikasi diri kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat dari tabel analisis prosentase dibawah ini:



Dari hasil analisis model regresi secara parsial diketahui terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Hal ini ditunjukkan dengan adanya nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$. Pengujian ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Hal ini berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik.

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik terdapat korelasi negatif sebesar $-0,485$ (dengan $p > 0,05$). Hal ini berarti menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri musyrif/ah maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik dan semakin rendah tingkat efikasi diri musyrif/ah maka semakin tinggi tingkat perilaku prokrastinasi akademik.

Steel (2007) menyatakan bahwa efikasi diri memiliki peran yang cukup penting dalam kemunculan prokrastinasi. Keinginan akan melakukan suatu hal akan menjadi tinggi ketika harapan keberhasilan juga tinggi, sehingga tingkat prokrastinasi bisa menjadi rendah. Hal

sebaliknya terjadi pada individu yang memiliki efikasi diri rendah akan memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi (Steel, 2007: 71)

Berdasarkan analisis diatas, efikasi diri sangat berperan penting dalam pemilihan dan pembentukan tingkah laku seseorang dalam menentukan tindakan. Jika keyakinan diri musyrif/ah tinggi maka perilaku menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas tidak akan dilakukan oleh musyrif/ah. Oleh karena itu Bandura (dalam Manara, 2008: 27) menyatakan bahwa efikasi diri mempengaruhi seberapa individu beraktivitas, seberapa jauh usaha individu dalam menghadapi suatu tugas tertentu, seberapa lama individu bertahan, dan reaksi emosi individu ketika menghadapi situasi atau tugas tertentu. Individu dengan efikasi diri tinggi mempunyai rasa tanggung jawab dan konsekuen untuk melakukan keputusan sendiri, maupun optimis dalam menghadapi suatu permasalahan. Individu dengan efikasi diri yang tinggi juga memiliki harapan-harapan yang positif dan realistis atas usahanya maupun hasil usahanya dengan rasa efikasi diri cenderung optimis serta memiliki perasaan-perasaan yang positif, sehingga individu dengan efikasi diri tinggi akan melaksanakan tugas yang menjadi tanggung jawabnya dengan tepat waktu dan memiliki keyakinan yang tinggi bahwa usahanya tersebut akan berhasil.

Dengan demikian musyrif/ah yang memiliki efikasi diri yang tinggi, ia akan mampu bertahan dan terus mencoba melakukan tindakan untuk menghadapi kesulitan-kesulitan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawab yang diberikan oleh kampus maupun pihak

mahad. Maka efikasi diri pada musyrif/ah sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa mampu musyrif/ah bertahan dalam menghadapi kesulitan dalam tugas dan tanggung jawab yang diembannya.

Allah dalam Al-Qur'an telah menegaskan bahwa setiap orang akan mampu menghadapi peristiwa apapun yang terjadi karena Allah berjanji dalam Al-Qur'an bahwa Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuatu yang sesuai dengan kemampuannya. Seperti firman Allah dalam surat Al-Baqarah ayat 286 sebagai berikut:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا^ج

Artinya:

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya...”

Maksudnya Allah Shubhanahu wa ta'alla tidak akan membebani seseorang diluar batas kemampuannya. Ini menunjukkan tentang kasih sayangnya Allah ta'ala kepada para makhluk-Nya, serta kebaikan yang diberikan pada mereka. Kemudian Allah berfirman:

لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ^د

Artinya:

“..ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya...”

Maksud ayat diatas adalah barang siapa yang mengerjakan kebaikan maka ia akan memperoleh pahala dari kebaikan yang dulu pernah dilakukan, begitu pula akan mendapat siksa atas perbuatan

jeleknya. Dan semua itu, masih masuk pada kisaran amalan yang dibebankan pada mereka.

Ayat diatas dapat disimpulkan bahwasannya Allah tidak akan membebani dengan sesuatu yang berada diluar kemampuannya, maka timbullah keyakinan bahwa apapun yang terjadi akan mampu dalam menghadapinya. Ayat ini juga mengisyaratkan bahwasannya setiap orang memiliki kemampuan sebagai bekal untuk menjalani kehidupan ini.

Setiap jiwa memiliki kecenderungan untuk melakukan perbuatan baik dan buruk. Kecenderungan yang baik akan terasa ringan jika dikerjakan dan memperoleh pahala. Adapun kecenderungan yang buruk, jiwa akan terasa berat dan sakit dalam mengerjakannya. Jiwa merupakan tempat berjuang antara cita baik yaitu ketaatan pada Allah dengan cita buruk yaitu hawa nafsu. Hal ini merupakan sebuah keniscayaan bagi setiap orang. Bagi yang yakin akan kemampuan dalam berbuat baik, maka individu tersebut akan mampu berbuat baik.

Sebagaimana dijelaskan dalam sebuah hadits yang dikeluarkan oleh Bukhari dan Muslim dari Abu Hurairah radhiyallahu 'anhu, bahwasannya Nabi Muhammad Shalallahu 'alaihi wa sallam bersabda:

قال رسول الله ﷺ: « إِنَّ اللَّهَ تَجَاوَزَ عَنْ أُمَّتِي مَا حَدَّثْتُ بِهِ أَنْفُسَهَا مَا لَمْ تَعْمَلْ أَوْ

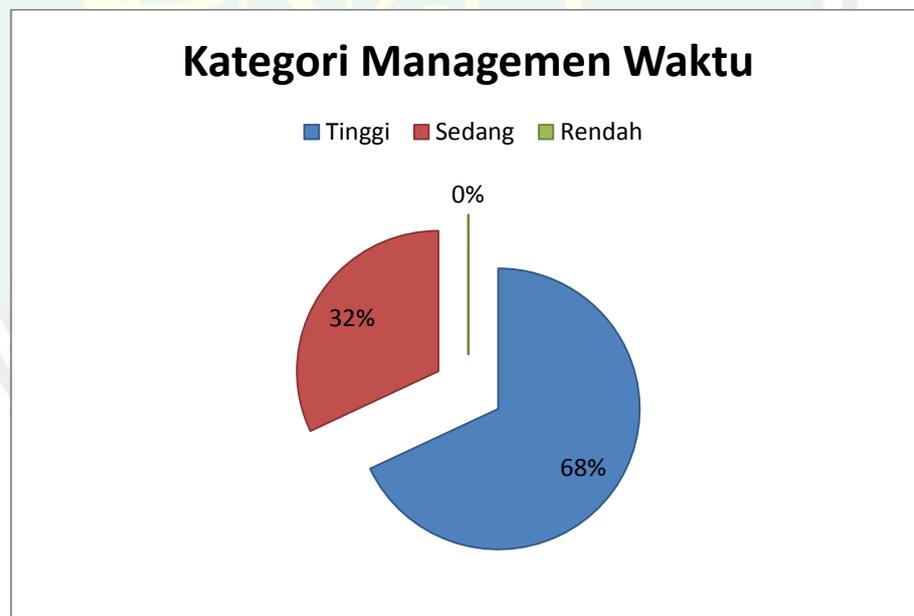
تَتَكَلَّمُ » [أخرجه البخاري و مسلم]

Artinya:

"*Sesungguhnya Allah telah mengampuni atas umatku dari perkara yang baru timbul dalam hatinya selagi belum ia kerjakan atau bicarakan*". HR Bukhari no: 5269. Muslim no: 127.

2. Tingkat *Time Management* Pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang

Adapun hasil penelitian dari 100 musyrif/ah menunjukkan bahwa 68 musyrif/ah (68%) memiliki manajemen waktu tinggi, 32 musyrif/ah (32%) memiliki manajemen waktu sedang dan tidak ada musyrif/ah (0%) memiliki manajemen waktu rendah. Hal ini berarti musyrif/ah memiliki kategori prosentase tertinggi terletak pada manajemen waktu kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat dari tabel analisis prosentase dibawah ini:



Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa frekuensi dan prosentase tingkat manajemen waktu pada musyrif/ah

Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada tingkat tinggi.

Dari hasil analisis diatas, dapat diketahui bahwa hampir 50% lebih musyrif/ah memiliki tingkat manajemen waktu yang tinggi, hal ini berarti diharapkan dengan adanya manajemen waktu yang tinggi maka musyrif/ah diharapkan akan mampu dalam menerapkan tujuan dan prioritas yang dimilikinya. Hal ini tentunya akan berdampak pada meminimalisir terjadinya perilaku prokrastinasi dalam dunia akademik. Macan (1994) menunjukkan bahwa orang yang menerapkan tujuan dan prioritas serta memiliki kesukaan terhadap pengorganisasian merasa memiliki kontrol atas waktu.

Dari hasil analisis model regresi secara parsial diketahui terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Hal ini ditunjukkan dengan adanya nilai signifikan sebesar $0,353 < 0,05$. Pengujian ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Hal ini berarti terdapat pengaruh yang tidak signifikan antara manajemen waktu dengan perilaku prokrastinasi akademik.

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa antara manajemen waktu dengan perilaku prokrastinasi akademik terdapat korelasi negatif sebesar $-0,061$ (dengan $p > 0,05$). Hal ini berarti menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat manajemen waktu musyrif/ah maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik dan semakin rendah tingkat manajemen waktu musyrif/ah maka semakin tinggi tingkat perilaku prokrastinasi akademik.

Knaus (dalam Steel, 2007) menyatakan bahwa prokrastinasi muncul pada individu yang memiliki keyakinan bahwa dunia eksternal terlalu menuntut dan individu tersebut mengalami kebingungan. Individu dengan karakteristik seperti ini akan berkata “Saya tidak tahu harus memulai dari mana,” saat mulai mengerjakan tugas.

Hal tersebut menggambarkan secara implisit alasan atau keyakinan irasional untuk individu untuk berprokrastinasi. Kalimat tersebut menggambarkan bahwa individu tidak memiliki pemetaan tugas yang harus dikerjakan terlebih dahulu. Jadi ketika individu tidak memiliki perencanaan waktu yang jelas, hal ini akan menimbulkan kebingungan dan alasan-alasan irasional untuk melakukan prokrastinasi.

Adapun ayat lain yang menjelaskan tentang perintah untuk memanfaatkan waktu ada dalam Al-Quran Surah Al-Ash ayat 1-3 yang berbunyi:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

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 diatas menjelaskan bahwa manusia memang benar-benar berada dalam kerugian apabila tidak memanfaatkan waktu yang telah diberikan oleh Allah SWT secara optimal untuk mengerjakan perbuatan-perbuatan

baik. Menunda pekerjaan merupakan bentuk tipu daya hawa nafsu terhadap jiwa yang lemah dan tekad yang rendah. Karena barang siapa yang tidak mampu menguasai hari ini, maka ia tidak akan memiliki masa depannya. Untuk itulah Allah memerintahkan agar besegeja dalam melaksanakan urusan yang ini dan melanjutkan urusan yang lainnya

3. Tingkat Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa frekuensi dan prosentase tingkat manajemen waktu pada musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada tingkat sedang.

Adapun hasil penelitian dari 100 musyrif/ah menunjukkan bahwa dari 100 musyrif/ah menunjukkan bahwa tidak ada musyrif/ah (0%) memiliki perilaku prokrastinasi akademik tinggi, 94 musyrif/ah (94%) memiliki perilaku prokrastinasi akademik sedang dan 6 musyrif/ah (6%) memiliki perilaku prokrastinasi akademik rendah. Hal ini berarti musyrif/ah memiliki kategori prosentase tertinggi terletak pada perilaku prokrastinasi akademik kategori sedang.



Solomon & Rothblum (1984: 503) mengatakan: “*Procrastination, the act of needlessly delaying tasks to the point of experiencing subjective discomfort, is an all-too-familiar problem*”.

Pernyataan ini menjelaskan bahwa suatu penundaan dikatakan sebagai prokrastinasi apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja, menimbulkan perasaan tidak nyaman, serta secara subyektif dirasakan oleh seorang prokrastinator.

Dalam kaitannya dengan lingkup akademik, prokrastinasi dijelaskan sebagai perilaku menunda tugas-tugas akademis (seperti: mengerjakan PR, mempersiapkan diri untuk ujian, atau mengerjakan tugas makalah) sampai batas akhir waktu yang tersedia (Solomon & Rothblum, 1984: 505).

Alasan mahasiswa menunda sangat individual, namun bagi orang yang optimis dalam memandang hidup maka segala persoalan disikapi dengan wajar, tabah dan tanpa kesedihan. Manusia optimis dalam Islam dicerminkan melalui keimanannya karena dia meyakini adanya masa dimana keadilan tidak bisa dipermainkan, yakni di akhirat. Tidak ada perbuatan sekecil apapun yang luput dari pencatatan malaikat. Namun karena manusia diciptakan dengan sifatnya yang suka mengeluh, sehingga ketika dia mendapat kesulitan, dan kondisi yang tidak menyenangkan maka dia akan mengeluh, kecuali orang-orang yang menjalankan sholat. Seperti dalam QS Al-Maarij ayat 19-22 berikut ini:

﴿ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾ ﴾

Artinya:

“19. Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. 20. apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, 21. dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir, 22. kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat,”

Apabila tidak ada kesibukan ia mencari kesibukan, dan ketika banyak kesibukan ia mengeluh. Ketika mengeluh akhirnya akan mengakibatkan kemalasan, sehingga cenderung akan menunda pekerjaan, kecuali orang-orang yang menjaga sholatnya (Hude, 2006). Dijelaskan dalam QS Al-Insyirah 94 : 5-8 tentang datangnya kemudahan setelah kesulitan:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٧﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٨﴾
وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٩﴾

Artinya:

“5. karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, 6. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. 7. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain[1586], 8. dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.”

[1586] Maksudnya: sebagian ahli tafsir menafsirkan apabila kamu (Muhammad) telah selesai berdakwah Maka beribadatlah kepada Allah; apabila kamu telah selesai mengerjakan urusan dunia Maka kerjakanlah urusan akhirat, dan ada lagi yang mengatakan: apabila telah selesai mengerjakan shalat berdoalah.

Akan ada kemudahan setelah kesulitan, ayat ini mengajarkan bahwa setiap menghadapi berbagai kesulitan, kita harus yakin bahwa akan ada penyelesaiannya, akan ada jalan keluarnya. Keyakinan ini merupakan energi yang sangat berharga untuk bisa menyelesaikan segala persoalan. Dari jiwa yang penuh optimis akan lahir kecerdasan dan kearifan. Karenanya Allah menegaskan dengan kalimat yang berulang-ulang. Pengulangan ini dimaksudkan agar kita benar-benar yakin bahwa saat menghadapi kesulitan, sesungguhnya pada waktu yang bersamaan kita pasti akan bisa menemukan solusinya asalkan kita memiliki jiwa yang kuat, berpikir keras, ikhtiar yang sungguh-sungguh dan maksimal, serta berdoa kepada Allah swt. Haram hukumnya berputus asa saat menghadapi kesulitan sebab putus asa adalah karakternya orang-orang

yang tidak bertuhan dan sesat. Seperti yang terkandung dalam QS Al-Hijr 15 ayat 56 :

قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ ﴿٥٦﴾

Artinya:

“ Ibrahim berkata: "tidak ada orang yang berputus asa dari rahmat Tuhan-nya, kecuali orang-orang yang sesat".

Sedangkan penjelasan ayat 7 surat al-Insyirah diatas, Allah memerintahkan agar kita melakukan kegiatan berikutnya setelah selesai dari suatu kegiatan. Manusia diperintahkan agar dinamis, terus bergerak, kerja keras tanpa lelah, berpikir tanpa henti. Sementara dalam ayat 8 Allah memerintahkan agar kita selalu berharap hanya kepada Allah. Ini mengandung makna bahwa seseorang harus selalu berusaha dan percaya pada kemampuan diri dengan harapan percaya kepada Allah (Adib, 2013).

Dalam hal ini, meskipun tingkat efikasi diri dan manajemen waktu yang dimiliki oleh musyrif/ah berada pada taraf yang tinggi, akan tetapi tingkat perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi masih berada pada taraf sedang. Hal ini membuktikan bahwa komponen yang berperan dalam terjadinya prokrastinasi akademik bukan hanya aspek perilaku saja, melainkan aspek kognitif dan juga afektif dari musyrif/ahnya sendiri untuk bisa lebih diperhatikan lagi. Hal ini diperkuat oleh pendapat Solomon & Rothblum (1984: 503) menyebutkan bahwa prokrastinasi terjadi tidak hanya dikarenakan oleh manajemen waktu yang buruk dan

kebiasaan belajar yang salah, tetapi dengan interaksi antara komponen perilaku, kognitif dan afeksi si pelaku.

4. Pengaruh *Self Efficacy* dan *Time Management* Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang

Ketertarikan peneliti terhadap *Self Efficacy* dan *Time Management* Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang adalah adanya beberapa teman musyrif/ah yang bercerita pada peneliti tentang seringnya menunda tugas kuliah karena harus menjalankan kegiatan di ma'had, selain itu kemampuan dalam memahami diri serta pengaturan waktu yang dimiliki oleh musyrif/ah juga masih sering dikeluhkan terutama bagi yang belum pernah mengikuti kegiatan organisasi atau yang baru pertama kali mendaftarkan diri sebagai musyrif/ah.

Musyrif/ah merupakan mahasiswa pada tahun kedua sampai tahun keempat yang masih tinggal di ma'had dan menjadi pendamping dalam menjalankan kegiatan di ma'had bagi mahasiswa baru. Selain itu, tugas lain yang diemban oleh musyrif/ah adalah menjadi tutor sebaya dalam *language morning* bahasa arab dan inggris, pendamping kegiatan taklim yang terdiri taklim al-qur'an dan taklim al-afkar, pengabsenan malam mahasantri, menjadi pemimpin dalam kegiatan seperti sholat berjamaah, pembacaan sholawat, pembacaan tahsin qiro'ah, ngaji bersama, pembacaan rotib al-hadad, wurdul lathief, muhadlarah. Selain tanggung

jawab diatas, masih banyak lagi tanggung jawab yang harus dijalankan oleh musyrif/ah.

Sebagaimana dalam penelitian ini, sesuai dengan hasil yang telah ditemukan oleh peneliti bahwa tingkat efikasi diri dan manajemen waktu pada musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly pada taraf 0,000 kurang dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh efikasi diri dan manajemen waktu dengan perilaku prokrastinasi akademik pada musyrif/ah.

Untuk pengaruh efikasi diri (X_1) terhadap perilaku prokrastinasi akademik (Y) memiliki koefisien regresi sebesar 0,000. Nilai statistik uji signifikan lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada musyrif/ah. Dalam pengujian ini juga ditemukan korelasi negatif yang signifikan. Hal ini berarti semakin rendah efikasi diri yang dimiliki oleh musyrif/ah maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik, dan semakin tinggi efikasi diri musyrif/ah maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik.

Mahasiswa yang tidak membuat perencanaan atau gagal dalam menepati perencanaan akademiknya akan memunculkan perilaku menunda-nunda karena alasan irasional. Mahasiswa yang tidak membuat perencanaan studi akademiknya akan tidak dapat mengetahui prioritas tugas yang harus dikerjakan. Hal ini kemudian dapat memunculkan perilaku mengesampingkan tugas yang penting karena melakukan hal

lain. Mahasiswa dalam keadaan ini berarti telah menunda mengerjakan tugas karena alasan yang tidak jelas (Edwin, 2007).

Sedangkan untuk pengaruh manajemen waktu (X_2) terhadap perilaku prokrastinasi akademik (Y) memiliki koefisien regresi sebesar 0,353. Nilai statistik uji signifikan lebih besar dari nilai $\alpha = 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa manajemen waktu tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada musyrif/ah. Dalam pengujian ini juga ditemukan korelasi negatif yang signifikan. Hal ini berarti semakin rendah manajemen waktu yang dimiliki oleh musyrif/ah maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik, dan semakin tinggi manajemen waktu musyrif/ah maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik.

Secara spesifik tidak terdapat kata prokrastinasi di dalam Al-Qur'an, namun kata menunda atau penundaan atau menunda-nunda banyak ditemukan didalamnya. Didalam Al-Qur'an Allah sering mengingatkan makhluk-Nya untuk dapat memanfaatkan waktu dan kesempatan yang ada dengan baik. Salah satu peringatan Allah untuk memanfaatkan waktu tertulis dalam Al-Qur'an surat Al Muunafiqun Ayat 10 yang berbunyi:

وَأَنْفِقُوا مِنْ مَا رَزَقْنَاكُمْ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَ أَحَدَكُمُ الْمَوْتُ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْلَا أَخَّرْتَنِي

إِلَى أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَأَكُن مِنَ الصَّالِحِينَ ﴿١٠﴾

Artinya:

Dan belanjakanlah sebagian dari apa yang telah Kami berikan kepadamu sebelum datang kematian kepada salah seorang di

antara kamu; lalu ia berkata: "Ya Rabb-ku, mengapa Engkau tidak menangguhkan (kematian)ku sampai waktu yang dekat, yang menyebabkan aku dapat bersedekah dan aku Termasuk orang-orang yang saleh?"

Surat Al-Munafiqun ayat 10 ini memberi tahu manusia agar senantiasa mengerjakan suatu pekerjaan sebelum habis waktu tenggangnya dan jangan sampai kita menyesal apabila kita terlambat atau bahkan tidak bisa melakukan apa-apa. Ayat tersebut juga dapat kita aplikasikan pada bidang akademik, yang berarti kita dianjurkan untuk menyelesaikan tugas kita sebaik mungkin selama jeda waktu pengumpulan tugas tersebut.

Agama islam menganjurkan kita untuk bisa memanfaatkan waktu sebaik-baiknya. Manajemen waktu yang baik juga diperlukan agar pekerjaan kita dapat terselesaikan dengan rapi serta selesai tepat waktu. Boleh jadi kita merencanakan untuk memulai menyelesaikan pekerjaan pada esok hari, tetapi belum tentu hari yang kita nanti bisa bersahabat dengan kita. Perlu diingat bahwasannya kita tidak akan pernah tau apa yang akan terjadi di hari esok, oleh karena itu selagi kita mempunyai waktu luang, maka kerjakanlah tugas itu sekarang.

Ada kalanya rasionalisasi menutupi logika seseorang, sehingga walaupun waktu yang dimiliki sempit akan tetapi orang tersebut tetap merasa yakin dapat menyelesaikan tugas dengan baik (Tuckman, 2002). Keyakinan tersebut sepertinya kurang tepat, karena penelitian yang dilakukan oleh Steel, Brothen and Wanbach (2001) menunjukkan bahwa orang yang melakukan prokrastinasi memperoleh hasil yang lebih buruk.

(Ferarri, 2000) menyatakan bahwa prokrastinator cenderung menghabiskan waktu untuk mengenang keberhasilannya dimasa lalu, dan tidak berorientasi untuk tujuan yang akan datang. Akibatnya, prokrastinator cenderung gagal melakukan tugasnya.

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dengan menggunakan teknik regresi secara stimulan diperoleh F_{hitung} sebesar 12,208 dan signifikansi sebesar 0,000. Signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, artinya terdapat pengaruh signifikan secara stimulan antara efikasi diri dan manajemen waktu terhadap perilaku prokrastinasi akademik musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Sumbangan efektif dari perhitungan analisis regresi linier berganda diperoleh nilai R^2 sebesar 0,201. Ini berarti bahwa efikasi diri dan manajemen waktu secara bersama-sama memberikan sumbangan pengaruh sebesar 20,1% terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya 79,9% dijelaskan oleh faktor lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

Hal ini diperkuat dengan hasil studi literatur, peneliti menemukan bahwa terdapat beberapa variabel lain yang berkorelasi dengan prokrastinasi. Menurut Steel (2007), manusia secara alami akan menghindari stimuli yang tidak menyenangkan. Semakin stimuli tersebut tidak menyenangkan maka semakin sering menghindarinya, demikian pula dengan tugas kuliah. Karakteristik tugas membuat mahasiswa

enggan mengerjakan tugas yang akan membuat banyak mahasiswa melakukan prokrastinasi. Faktor kedua yang berhubungan dengan prokrastinasi adalah usia dan gender. Dalam penelitian tentang demografi prokrastinasi, tidak ditemukan adanya perbedaan yang signifikan antara laki-laki dengan perempuan dalam kemunculan prokrastinasi. Hanya saja laki-laki dikatakan rentan terhadap prokrastinasi dibandingkan wanita. Semakin matang usia seseorang, semakin terjadi penurunan perilaku prokrastinasi (Steel, 2007). Faktor ketiga yang menjadi penyebab prokrastinasi adalah orientasi terhadap waktu, Steel (2007) mengungkapkan bahwa individu semakin rentan melakukan prokrastinasi saat waktu yang diberikan untuk mencapai goal semakin longgar. Dan faktor keempat terjadinya prokrastinasi menurut Steel (2007) adalah perfeksionisme. Steel mengungkapkan bahwa karakter perfeksionisme membuat seseorang melakukan prokrastinasi.

Musyrif/ah yang memiliki efikasi diri yang tinggi, ia akan mampu bertahan dan terus mencoba melakukan tindakan untuk menghadapi kesulitan-kesulitan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawab yang diberikan oleh kampus maupun pihak mahad. Maka efikasi diri pada musyrif/ah sangat menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan dan seberapa mampu musyrif/ah bertahan dalam menghadapi kesulitan dalam tugas dan tanggung jawab yang diembannya

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa pengaruh efikasi diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang adalah sebagai berikut:

1. Tingkat efikasi diri musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Malang setelah peneliti melakukan kategorisasi skor presensi terbesar ada pada kategori sedang yakni 92 musyrif/ah (92%) memiliki efikasi diri tinggi, 8 musyrif/ah (8%) memiliki efikasi diri sedang dan tidak ada musyrif/ah (0%) memiliki efikasi diri rendah dari total sampel. Hal ini berarti kelompok musyrif/ah yang memiliki kategori tinggi lebih memiliki sisi yang positif.
2. Tingkat manajemen waktu musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang setelah peneliti melakukan kategorisasi skor presensi terbesar ada pada kategori tinggi yakni 68 musyrif/ah (68%) memiliki manajemen waktu tinggi, 32 musyrif/ah (32%) memiliki manajemen waktu sedang dan tidak ada musyrif/ah (0%) memiliki manajemen waktu rendah dari total sampel.
3. Tingkat perilaku prokrastinasi akademik musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang setelah peneliti melakukan kategorisasi skor presensi terbesar ada pada kategori sedang yakni tidak ada musyrif/ah (0%) memiliki perilaku prokrastinasi akademik tinggi, 94 musyrif/ah (94%) memiliki perilaku prokrastinasi akademik sedang dan 6

musyrif/ah (6%) memiliki perilaku prokrastinasi akademik rendah dari total sampel.

4. Ada pengaruh yang signifikan secara stimulan antara efikasi diri dan manajemen waktu terhadap perilaku prokrastinasi akademik musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini dibuktikan dengan nilai F_{hitung} sebesar 12,208 dengan signifikan $0,000 > 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan secara stimulan antara efikasi diri (X1) dan manajemen waktu (X2) terhadap perilaku prokrastinasi akademik (Y). Adapun perhitungan analisis regresi linier berganda diperoleh nilai R Square sebesar 0,201. Ini berarti bahwa efikasi diri dan manajemen waktu secara bersama-sama memberikan sumbangan pengaruh sebesar 20,1% terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya 79,9% dijelaskan oleh faktor lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, peneliti menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan. Sehingga peneliti memberikan beberapa saran sebagai bahan pertimbangan sebagai berikut:

1. Bagi Individu / Musyrif/ah

Penting bagi musyrif/ah menyadari bahwa prokrastinasi akademik dapat merugikan diri sendiri maka dari itu perlu dihindari. Untuk mengatasi adanya dampak dari prokrastinasi akademik, maka musyrif/ah diharapkan belajar mengalokasikan waktu khusus untuk kehidupan pribadi, pengabdian atau organisasi dan juga tugas akademiknya. Selain itu, salah satu strategi yang dapat dicapai dengan membiasakan diri hidup teratur, mengenali potensi diri dan juga mengembangkan potensi sehingga mampu memunculkan efikasi diri dalam diri musyrif/ah akan membantu dalam mengatasi prokrastinasi akademik.

2. Bagi Lembaga

Bagi lembaga yang bersangkutan, diperlukan adanya pembinaan kompetensi psikologis dalam bentuk pembekalan / training secara periodik guna memberikan pemahaman pada musyrif/ah dalam rangka meningkatkan pengembangan efikasi diri dan mengurangi dampak perilaku prokrastinasi akademik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada peneliti selanjutnya dapat dilakukan penelitian eksperimen pada musyrif/ah atau subjek yang sejenis untuk memberikan pelatihan tentang efikasi diri dan manajemen waktu kepada prokrastinator. Kelompok eksperimen akan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang belum pernah mengikuti pelatihan tentang efikasi diri dan manajemen waktu sebelumnya. Hasilnya nanti akan

dibandingkan kembali bagaimana tingkat prokrastinasi akademik yang terjadi. Peneliti diharapkan lebih jeli untuk mewaspadai adanya hal-hal lain yang dapat menurunkan perilaku prokrastinasi akademik selain efikasi diri dan manajemen waktu. Selain itu, perlu juga diketahui motivasi, ketertarikan pada tugas dan tanggung jawab menjadi musyrif/ah serta sikap yang dimunculkan sebagai reaksi dari tugas dan tanggung jawab yang diemban oleh setiap individu guna meningkatkan efikasi diri.



LAMPIRAN

Lampiran 1 Artikel Publikasi

Tomorrow:

Efikasi Diri, Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik

Kunti Novitasari

Fathul Lubabin Nuqul

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

novita_bbf@yahoo.co.id / 087754081067

Abstrak Penelitian ini bertujuan mendalami pengaruh efikasi diri dan manajemen waktu terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada musyrif/ah. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik pada musyrif/ah. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan *simple random sampling*. Analisis data menggunakan analisis regresi linier berganda dengan bantuan SPSS 20 for windows. Sampel yang digunakan dalam penelitian (N=100). Hasil uji regresi diperoleh R Square = 0,201, F = 12,208, p = 0,000. Variabel efikasi diri dan manajemen waktu secara signifikan memiliki pengaruh sebesar 20,1% dan sisanya sebesar 79,9% dijelaskan oleh faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian.

Kata Kunci : *Self Efficacy, Time Management dan Academic Procrastination*

Hampir setiap orang pernah melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas, dan hal tersebut bisa menjadi suatu kebiasaan yang sering dilakukan dengan sengaja atau tidak. Adanya hal tersebut dapat terlihat apakah orang tersebut benar-benar melakukan prokrastinasi ataupun hanya melakukan penundaan biasa. Hal ini sesuai dengan pendapat Steel (2007) Yang menyatakan bahwa prokrastinasi terjadi hampir di setiap bidang dalam kehidupan, yaitu rumah tangga, keuangan, personal, sosial, pekerjaan dan sekolah.

Suatu tindakan baru bisa disebut prokrastinasi manakala hal tersebut dilakukan dengan sengaja secara berulang-ulang dan pada akhirnya akan menimbulkan ketidaknyamanan emosi seperti rasa cemas (Solomon dan Rothblum, 1984).

Prokrastinasi merupakan suatu hal yang banyak dilakukan dalam dunia akademik. Seseorang akan cenderung menghindari tugas yang menurutnya tidak menyenangkan (Taylor, 1990). Walau tampak umum terjadi, sebenarnya prokrastinasi dapat menimbulkan konsekuensi yang serius bagi pelajar yang hidup di dunia akademik. Hal ini dapat berpengaruh pada perfomansi akademiknya dan juga pada prestasi belajar yang dimilikinya.

Penelitian terdahulu di Fakultas Psikologi Universitas Surabaya yang dilakukan oleh Iven Kartadinata dan Sia Tjundjing menunjukkan 95% mereka mengatakan pernah melakukan prokrastinasi. Dua alasan terbesar yang membuat mereka melakukan prokrstinas adalah rasa malas mengerjakan tugas (42%) dan banyak tugas lain yang harus dilakukan 25% (kartadinta dan Sia, 2008).

Mahasiswa yang tidak memanfaatkan waktu dengan baik serta melakukan penundaan terhadap tugas dan tanggung jawab sebagai salah satu bentuk ketidak

disiplinan dalam dunia akademik. Tuckman (2002) menyebutkan bahwa prokrastinasi dapat menimbulkan konsekuensi serius bagi pelajar yang hidup dalam dunia akademik, yang dicirikan dengan banyaknya frekuensi tenggat waktu yang dihadapi.

Seseorang yang melakukan prokrastinasi memiliki berbagai alasan didalamnya, seperti yang disebutkan oleh Salomon dan Rothblum (1984) menunjukkan 13 alasan individu melakukan prokrastinasi, yaitu kecemasan menghadapi evaluasi, perfeksionisme, kesulitan dalam mengambil keputusan, ketergantungan terhadap orang lain, *task aversiveness*, kurangnya kepercayaan diri, kemalasan, kurangnya asertivitas, ketakutan untuk sukses, manajemen waktu, pemberontakan, pengambilan resiko, dan pengaruh teman.

Hal yang demikian tersebut dapat diminimalisir bahkan dihindari dengan keyakinan yang dimiliki oleh setiap individu akan kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, serta sigap dalam mengambil langkah dalam menghadapi tugas yang harus diselesaikan. Keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimilikinya disebut dengan *self efficacy*. Steel (2007) menyatakan bahwa *self efficacy* memiliki peranan yang penting dalam dinamika kemunculan prokrastinasi. Keinginan melakukan suatu hal menjadi tinggi ketika harapan keberhasilan juga tinggi, sehingga tingkat prokrastinasi menjadi rendah. Hal sebaliknya terjadi apabila individu yang memiliki *self efficacy* rendah akan memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi (Steel, 2007: 71).

Tujuan dalam penelitian ini adalah mendalami tentang pengaruh efikasi diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik dalam penelitian ini didefinisikan sebagai suatu perilaku menunda-nunda pengerjaan dalam suatu tugas meskipun individu tersebut mengetahui dampak buruk yang akan dialaminya. Definisi ini bermula dari paparan Klein (dalam Steel, 2007) yang menjelaskan bahwa prokrastinasi sebenarnya berasal dari bahasa latin, yaitu "*pro*" yang artinya "maju, ke depan, lebih menyukai" dan "*krastinus*" yang artinya "besok". Jadi asal katanya prokrastinasi adalah lebih suka melakukan pekerjaan besok. Orang yang melakukan prokrastinasi disebut dengan prokrastinator. Dalam psikologi diartikan sebagai kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat menghadiri pertemuan-pertemuan (Solomon dan Rothblum, 1984).

Prokrastinasi adalah perilaku spesifik meliputi 1) Penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas; 2) Menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas; 3) Melibatkan suatu tugas yang di persepsikan oleh prokrastinator sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya: tugas kantor dan tugas kursus; 4) menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah dan sebagainya (Millgram, 2005).

Secara etimologi efikasi diri terdiri dari dua kata, yaitu "*self*" sebagai unsur struktur kepribadian dan "*efficacy*" yang artinya penilaian diri, apakah dapat dilakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, maupun atau tidak mampu dengan yang dipersyaratkan (dalam Sandra dan Djajali, 2013).

Efikasi diri menurut Feist & Feist (2010: 212) merupakan tindakan dalam suatu situasi bergantung pada hubungan timbal-balik dari perilaku, lingkungan dan kondisi kognitif terutama faktor-faktor kognitif yang berkaitan dengan keyakinan bahwa mereka mampu atau tidak mampu melakukan suatu perilaku yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian yang diinginkan.

Bandura (1997) mengatakan bahwa *self efficacy* individu dapat dilihat dari tiga dimensi, yaitu: 1) Tingkat (*Level*), mengacu pada taraf kesulitan tugas yang diyakini individu akan mampu mengatasinya. Tingkat efikasi diri individu berbeda satu sama lain. Tingkatan kesulitan dari sebuah tugas, apakah sulit atau mudah akan menentukan efikasi diri. 2) Keluasan (*generality*), dimensi ini berkaitan dengan penguasaan individu terhadap bidang atau tugas pekerjaan. Individu dapat menyatakan dirinya memiliki *self-efficacy* pada aktivitas yang luas, atau terbatas pada fungsi domain tertentu saja. 3) Kekuatan (*strength*), dimensi yang ketiga ini lebih menekankan pada tingkat kekuatan atau kemantapan individu terhadap keyakinannya. *Self-efficacy* menunjukkan bahwa tindakan yang dilakukan individu akan memberikan hasil yang sesuai dengan yang diharapkan individu.

Efikasi diri yang lemah akan dapat dengan mudah ditiadakan dengan pengalaman yang menggelisahkan ketika menghadapi sebuah tugas. Sebaliknya orang yang memiliki keyakinan yang kuat akan bertekun pada usahanya meskipun pada tantangan dan rintangan. Individu menjadi tidak mudah dilanda kemalangan. *Streng* mengacu pada derajat kemantapan individu terhadap keyakinannya. Kemantapan inilah yang menentukan ketahanan dan keuletan individu (Bandura, 1997).

Selain efikasi diri, faktor lain yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik adalah manajemen waktu. Manajemen waktu adalah kemampuan dalam merencanakan sebagai bentuk upaya memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya. Menurut Lakein (dalam Macan, 1994) menjelaskan bahwa manajemen waktu melibatkan proses pembentukan kebutuhan (*determining needs*); menetapkan tujuan untuk mencapai kebutuhan (*goal setting*); memprioritaskan dan merencanakan (*planning*) tugas yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Sebagian besar prokrastinator memiliki masalah dengan manajemen waktu. Steel menambahkan bahwa kemampuan estimasi waktu yang buruk dapat dikatakan sebagai prokrastinasi jika tindakan itu dilakukan dengan sengaja (kartadinta dan Sia, 2008).

Macan dkk (1990) mengembangkan sebuah pengukuran bagi perilaku manajemen waktu. Alat ukur ini disebut sebagai *Time Management Behavior Scale* (TMBS). Hasil analisis faktor pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa perilaku manajemen waktu terdiri atas empat faktor, yaitu 1) Menetapkan tujuan dan prioritas; 2) Mekanisme perencanaan dan penjadwalan; 3) Kesukaan terhadap pengorganisasian dan 4) Persepsi kontrol atas waktu.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah diduga ada pengaruh antara efikasi diri dan manajemen waktu terhadap perilaku prokrastinasi akademik.

METODE

Subjek

Subjek penelitian adalah 100 mahasiswa yang telah lolos kualifikasi menjadi musyrif/ah, terdiri dari mahasiswa tahun kedua hingga tahun keempat dengan perincian sebagai berikut:

Tabel 1
Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin dan Fakultas

No	Fakultas	Perempuan	Laki-Laki
1	Fakultas Syariah	9 Orang	6 Orang
2	Fakultas Psikologi	2 Orang	1 Orang
3	Fakultas Saintek	15 Orang	2 Orang
4	Fakultas Ekonomi	2 Orang	3 Orang
5	Fakultas Tarbiyah	13 Orang	7 Orang
6	Fakultas Humaniora	30 Orang	11 Orang
	Jumlah	70 Orang	30 Orang

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan *simple random sampling*.

Instrumen Pengukuran

Efikasi diri diukur dengan 3 poin skala efikasi diri dari Bandura. Skala diukur dengan sangat setuju dengan skor 4 sampai sangat tidak setuju dengan skor 0. Skala tersusun dari 20 item yang terdiri dari 6 item aspek *Level* (Contoh item, "Saya semangat menjalankan tugas pengabdian di ma'had meskipun berat"); 7 item aspek *Generality* (Contoh item, "Saya ragu bisa melakukan tugas pengabdian sebaik Musyrif/ah yang lain"); 7 item aspek *Strenght* (Contoh item, "Saya tetap memikirkan solusi permasalahan akademik yang dialami disela-sela kesibukan menjalankan tugas pengabdian"). Koefisien reliabilitas sebesar 0,754.

Managemen waktu diukur dengan 4 poin skala *Time Management Behavior Scale* dari Macan (1990). Skala diukur dengan sangat setuju dengan skor 4 sampai sangat tidak setuju dengan skor 0. Skala tersusun dari 20 item yang terdiri dari 5 item aspek menetapkan tujuan dan prioritas (Contoh item, "Saya terbiasa mengerjakan tugas kuliah dengan sistem kebut semalam"); 5 item aspek prevensi terhadap pengorganisasian (Contoh item, "Dalam menjalankan sesuatu, saya mempertimbangkan tujuan yang akan dicapai"); 5 item aspek mekanisme managemen waktu (Contoh item, "Saya terbiasa datang tepat waktu dalam kegiatan apapun"); 5 item dari aspek kontrol terhadap waktu (Contoh item, "Bagi saya, membuat jadwal kegiatan adalah hal yang kurang bermanfaat"). Koefisien reliabilitas sebesar 0,842.

Prokrastinasi akademik diukur dengan 4 poin skala dari Ferarri. Skala diukur dengan sangat setuju dengan skor 4 sampai sangat tidak setuju dengan skor 0. Skala tersusun dari 23 item yang terdiri dari 6 item aspek penundaan (Contoh item, "Saya merasa cemas dan resah jika ada tugas yang belum dikerjakan"); 6 item aspek keterlambatan (Contoh item, "Saya sering telat dalam mengumpulkan tugas kuliah"); 5 item aspek kesenjangan antara rencana dan kinerja (Contoh item, "Saya mengerjakan tugas sesuai dengan rencana yang telah dibuat"); 6 item aspek melakukan aktivitas lain (Contoh item, "saya akan menunda mengerjakan tugas jika diajak pergi jalan-jalan"). Koefisien reliabilitas sebesar 0,644.

HASIL

Hasil uji stimulan analisis regresi linier menghasilkan sumbangan efektif $R^2 = 0,201$, $F = 12,208$, $p = 0,000$. Variabel efikasi diri dan manajemen waktu secara stimulan dan sangat signifikan berpengaruh dengan prokrastinasi akademik.

Konstanta 84,238 adalah skor prokrastinasi akademik jika tidak ada efikasi diri dan manajemen waktu. Selain itu antara variabel bebas (efikasi diri dan manajemen waktu) tidak terjadi penyimpangan asumsi klasik multikolinearitas dengan nilai tolerance = 0,983 dan VIF = 1,017.

Hasil penelitian berdasarkan uji deskriptif pada variabel efikasi diri diperoleh hasil SD hipotetik sebesar 9,5 dan mean hipotetik sebesar 47,5; SD variabel manajemen waktu sebesar 8,5 dan mean hipotetik sebesar 42,5 dan SD variabel prokrastinasi akademik sebesar 10 dan mean hipotetik sebesar 50. Hal tersebut menunjukkan tingkat efikasi diri dan manajemen waktu musyrif/ah yang tinggi dan tingkat perilaku prokrastinasi akademik yang sedang.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa musyrif/ah yang memiliki efikasi diri pada taraf sedang berada pada tingkat keyakinan bahwa dirinya tidak mampu dalam menyelesaikan tugas dan keyakinan bahwa dirinya tidak mampu dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya untuk menyeimbangkan antara kuliah dengan menjalankan tugas dan tanggung jawab menjadi musyrif/ah. Penguasaan individu dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawab menjadi mahasiswa dan musyrif/ah juga mempengaruhi efikasi diri yang dimiliki. Menjalankan tugas menjadi musyrif/ah merupakan keahlian dalam bidang keagamaan, sehingga musyrif/ah yang menempuh pendidikan di fakultas seperti humaniora, syariah dan tarbiyah lebih berkompeten dari pada musyrif/ah yang menempuh studi di fakultas umum seperti psikologi, ekonomi dan saintek. Selanjutnya efikasi diri yang dimiliki musyrif/ah mengacu pada kekuatan atau kemantapan yang dimiliki musyrif/ah mengacu pada kekuatan atau kemantapan yang dimiliki musyrif/ah dalam mempertahankan keyakinan yang dimilikinya. Efikasi diri pada taraf sedang bisa memunculkan potensi terjadinya prokrastinasi akademik pada musyrif/ah. Untuk itu diperlukan adanya pemberian pemahaman terhadap musyrif/ah tentang pemahaman psikologis yang diperlukan guna menunjang kelancaran dalam menjalankan tugas menjadi mahasiswa dan musyrif/ah.

DISKUSI

Dalam penelitian ditemukan korelasi negatif sebesar -0,485 antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, dan korelasi negatif sebesar -0,061 antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.

Pengujian linieritas menyatakan bahwa efikasi diri dan manajemen waktu memiliki hubungan yang linier dengan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi tingkat efikasi diri dan manajemen waktu yang dimiliki oleh individu, maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik yang dimunculkan. Sebaliknya, apabila efikasi diri dan manajemen waktu yang dimiliki oleh individu rendah maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik yang dimunculkan.

Efikasi diri dan manajemen waktu jika dihubungkan secara bersamaan memiliki hubungan yang signifikan, akan tetapi berbeda jika dihubungkan sendiri-sendiri. Hal ini berarti musyrif/ah yang mampu memiliki manajemen waktu yang baik belum tentu

memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang rendah, begitu pula sebaliknya musyrif/ah yang tidak mampu dalam mengolah manajemen waktu belum tentu tingkat prokrastinasinya tinggi.

Penelitian ini menunjukkan bahwa 20,1% proporsi prokrastinasi akademik dapat dijelaskan melalui efikasi diri dan manajemen waktu, sisanya sebesar 79,9 % dijelaskan oleh faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini. Faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik adalah perfeksionisme, usia dan gender, serta karakteristik tugas (Steel, 2007).

Penelitian ini menguatkan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh efikasi diri dan manajemen waktu terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian Muhid (2010) yang mengatakan bahwa perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa sangat ditentukan oleh variabel-variabel kepribadian seperti rendahnya kontrol diri, kesadaran diri, rendahnya harga diri, efikasi diri dan kecemasan.

Musyrif/ah merupakan mahasiswa ditahun ke dua sampai ke empat. Mahasiswa yang menjadi musyrif/ah memiliki tugas dan tanggung jawab seperti: mendampingi mahasiswa baru di ma'has, mengajar shobhul lughah bahasa arab dan inggris dipagi hari, menjaga kegiatan taklim, dan lain sebagainya. Mahasiswa yang telah lolos kualifikasi sebagai musyrif/ah memiliki tugas dan tanggung jawab yang tidak mudah. Selain menjadi mahasiswa dengan berbagai tuntutan akademik, musyrif/ah juga menjalankan masa pengabdian sebagai pendamping mahasiswa baru yang tinggal di ma'had. Setelah dianalisis bahwasannya subjek merupakan mahasiswa di tahun kedua sampai tahun keempat, terdapat perbedaan fakultas juga menjadi salah satu pembahasan yang menarik dalam penelitian ini.

Dalam kenyataannya musyrif/ah terdiri dari berbagai jurusan yang tidak semuanya memiliki *background* agama. Banyak pula terdapat musyrif/ah yang merupakan mahasiswa fakultas saintek, psikologi dan ekonomi yang merupakan fakultas umum dimana muatan agamanya lebih sedikit dibandingkan dengan fakultas syariah, tarbiyah dan humaniora. Tentunya musyrif/ah yang memiliki background pendidikan umum memiliki usaha yang lebih besar guna meningkatkan kualitas keagamaan yang menjadi modal awal sebagai musyrif/ah. Untuk menyeimbangkan hal tersebut maka perlu diadakannya pelatihan psikologis yang akan membentuk mindset musyrif.ah dalam taraf pengembangan diri. Karena dengan adanya hal ini potensi untuk melakukan prokrastinasi bisa dikurangi apabila musyrif/ah dari awal memahami pentingnya pemahaman akan dirinya.

Efikasi diri yang tinggi akan membuat individu yakin pada kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan tuntutan akademis dengan optimal. Mahasiswa akan melakukan penilaian terhadap kompetensi yang dimiliki, tindakan apa yang akan dilakukan, sebanyak apa usaha yang akan dilakukan, langkah-langkah yang harus dilakukan dalam suatu aktivitas serta selama apa mereka akan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan (Bandura dalam Feist & Feist, 2010: 212).

Peneliti menyarankan agar peneliti selanjutnya lebih memperhatikan lagi variabel lain yang memicu munculnya perilaku prokrastinasi. Peneliti juga perlu mewaspadaai adanya bias terhadap kontrol waktu yang dimiliki oleh subjek. Karena prokrastinator merasa memiliki kontrol akan waktunya. Selain itu penelitian sejenis bisa dilaksanakan dengan menggunakan subjek yang berbeda untuk mengetahui pengaruh yang terjadi antar

variabel terhadap perilaku prokrastinasi, kemudian bisa diambil tindakan guna mengatasi munculnya perilaku prokrastinasi.

SIMPULAN

Berdasarkan penjelasan diatas, prokrastinasi hampir terjadi di setiap bidang kehidupan termasuk di dunia akademik. Mahasiswa yang terpilih menjadi musyrif/ah juga berpotensi melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini dikarenakan berbagai faktor seperti efikasi diri dan juga manajemen waktu yang dimiliki oleh setiap individu.

Berdasarkan data sebaran skala psikologis yang telah dianalisis terbukti bahwa efikasi diri dan manajemen waktu yang dimiliki oleh musyrif/ah tergolong tinggi yakni efikasi diri sebesar 92% dan manajemen waktu 68%. Akan tetapi setelah dianalisis tingkat perilaku prokrastinasi akademik sebesar 94% pada taraf sedang. Hal ini membuktikan bahwa efikasi diri dan manajemen waktu merupakan sebagian faktor yang menjadi pemicu munculnya perilaku prokrastinasi. Akan tetapi masih terdapat faktor lain yang menjadi pemicu munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa siapapun bisa menjadi perilaku prokrastinasi atau disebut prokrastinator. Hal ini perlu diwaspadai oleh setiap individu terutama dalam dunia akademik yang menjadi pembahasan dalam penelitian kali ini. Cara yang paling ampuh untuk mengatasi perilaku prokrastinasi dengan membentuk pola perilaku, afektif dan kognitif dalam menargetkan hal-hal yang hendak dicapai. Dengan munculnya perilaku prokrastinasi akademik maka akan menimbulkan efek negatif bagi individu seperti rasa cemas, selain itu juga memberikan dampak negatif bagi dunia akademik seperti lemahnya intensitas penempatan tugas di tenggang waktu yang telah ditetapkan.

SARAN

Berdasarkan penjelasan diatas, penelitian ini menemukan adanya pengaruh antara efikasi diri dan manajemen waktu terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada musyrif/ah. Berangkat dari adanya pemahaman ini, bagi pihak lembaga diperlukan adanya pembinaan kompetensi psikologis secara periodik guna memberikan pemahaman dalam rangka membentuk pola berfikir dalam mengenali potensi diri dan mampu membentuk pola perilaku yang dapat meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik.

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dilanjutkan menggunakan metode eksperimen pada musyrif/ah atau subjek yang sejenis guna memberikan pelatihan tentang efikasi diri dan manajemen waktu kepada prokrastinator. Kelompok eksperimen akan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang belum pernah mengikuti pelatihan tentang efikasi diri dan manajemen waktu sebelumnya. Hasilnya nanti akan dibandingkan kembali bagaimana tingkat prokrastinasi akademik yang terjadi. Selain itu, perlu juga diketahui pula motivasi, ketertarikan pada tugas dan tanggung jawab menjadi musyrif/ah serta sikap yang dimunculkan sebagai reaksi dari tugas dan tanggung jawab yang diemban oleh setiap individu guna meningkatkan kualitas diri individu.

Daftar Pustaka

- As'ad, Djajali M dan Sandra, Khusnul Ika. (2013). *Managemen Waktu, Efikasi Diri dan Prokrastinasi*. Persona, Jurnal Psikologi Indonesia. Vol.2, No. 3, Hal 217-222.
- Bandura. (1997). *Self Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H Freeman and Company
- Feist, J. & Feist, G. (2010). *Teori Kepribadian*, buku 2 edisi 7. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kartadinata, I., & Sia, Tjundjing. (2008). *I Love You Tomorrow: Prokrastinasi Akademik dan Managemen Waktu*. *Anima, Indonesia Psychological Journal*. Vol. 23, No. 2, 109-119.
- Macan, T., Shahani, C., Dipboye R., & Philips, A. (1990). College students time management: Correlation with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology*, 8(4), 760-768
- Muhid, A. (2010) Hubungan antara self control dan self efficacy dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development (perkembangan masa hidup, jilid 1)*. Jakarta: Erlangga
- Solomon, L.J. & Rothblum, E.D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates, *Journal of Counseling Psychology*, 31, 504-510
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analitic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Tuckman, B. (2002). *The relationship of academic procrastination, rationalization, and performance in a web course with deadlines*.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI
 Jl. Gajayana 50 Malang
 Website: <http://psikologi.uin-malang.ac.id>

FORM KELAYAKAN ARTIKEL

Setelah dilakukan penilaian secara kolektif maka dinyatakan bahwa:

Judul Artikel : *Tomorrow*: Efikasi Diri, Managemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik
 Judul Skripsi : Pengaruh self efficacy dan time management terhadap prokrastinasi akademik Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
 Nama Mahasiswa : Kunti Novitasari
 NIM : 13410113
 Dosen Pembimbing : Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si
 NIDN : 197605122003121002

Artikel tersebut diatas telah Layak / Layak dengan Revisi / Tidak Layak* untuk dipublikasikan.

Malang, 13 Maret 2017

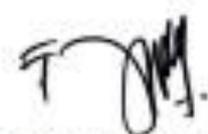
Ketua Penguji


 Nama Yana Yusuf, Lc, MA
 NIP. 197307092000031002

Penguji Utama


 Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd
 NIP. 19550717 1982031005

Sekretaris


 Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si
 NIP. 197605122003121002



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI
 Jl. Gajayana 50 Malang
 Website: <http://psikologi.uin-malang.ac.id>

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama	: Kunti Novitasari
Fakultas	: Psikologi
Alamat Rumah / Hp	: Blimbing Sari, Sooko, Mojokerto / 087754081067
Email	: novita_bbb@yahoo.co.id
Judul Skripsi	: Pengaruh <i>Self Efficacy</i> dan <i>Time Management</i> Terhadap Prokrastinasi Akademik Musyrif/Ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Artikel	: <i>Towornou: Efikasi Diri, Manajemen Waktu dan Prokrastinasi Akademik</i>

Dengan ini menyatakan bahwa artikel tersebut diatas telah dikonsultasikan, diberi masukan, dan disetujui oleh pembimbing untuk diterbitkan di jurnal Ilmiah (baik di Jurnal Psikoislamika maupun Jurnal Ilmiah Eksternal Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang) sesuai dengan arahan unit Publikasi dan Penelitian Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
 Bersamaini pula kami sertakan file dalam CD (file artikel dan abstrak skripsi) dan eksprint out naskah artikel skripsi

Malang, 23 Februari 2017

Mengetahui / menyetujui yang menyatakan

Dosen Pembimbing

Penulis

Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si
 NIP. 197605122003121002

Kunti Novitasari
 NIM: 13410113

Lampiran 2 Skala Psikologi

Blueprint Efikasi Diri

Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Level</i>	Memiliki keyakinan yang tinggi dalam mengatasi kesulitan dalam tugas	8, 16, 20	1, 4, 15	6
<i>Generality</i>	Memiliki keyakinan yang tinggi dalam mengembangkan diri (fokus pada pengalaman dan usaha yang dilakukan)	2, 13, 18, 19	9, 12, 14	7
<i>Strenght</i>	Memiliki keyakinan yang tinggi dalam melakukan usaha (fokus pada kekuatan/ketahanan individu)	6, 7, 11, 17	3, 5, 10	7

Nama :

Jurusan :

Petunjuk Pengisian

Berikut ini terdapat 20 pernyataan. Baca dan pahami setiap pernyataan tersebut kemudian contreng (√) bagian yang sesuai dengan keadaan anda saat ini.

Keterangan :

(SS) Sangat Setuju

(S) Setuju

(TS) Tidak Setuju

(STS) Sangat Tidak Setuju

Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri anda, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

No	Pernyataan	Respon			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa tidak mampu menghadapi tugas pengabdian di ma'had				
2	Saya berusaha mendapatkan hasil yang maksimal disetiap tugas / tanggung jawab selama menjadi Musyrif/ah				
3	Saya kesulitan bekerja dalam kondisi yang serba mendadak, seperti kemarin saat ada pemeriksaan barang-barang terlarang yang dibawa mahasantri				
4	Saya tidak suka mencoba hal-hal yang baru selain yang ada di lingkungan ma'had				
5	Saya ragu dengan kemampuan saya dalam menjalankan tugas pengabdian di ma'had				
6	Saya yakin bisa menjadi Musyrif/ah yang lebih baik dari pada sebelumnya				
7	Saya termasuk orang yang gigih dalam menjalankan tugas menjadi Musyrif/ah				
8	Saya tetap bersaha mencapai target akademik, meski harus menghadapi tugas menjadi Musyrif/ah yang saya rasa tidak mudah				
9	Saya menyerah pada penguasaan kitab qomi' yang belum dikuasai sebelumnya				
10	Saya ragu menjadi tutor sebaya didepan para mahasantri				
11	Saya tetap memikirkan solusi permasalahan akademik yang dialami disela-sela kesibukan menjalankan tugas pengabdian				
12	Saya ragu bisa melakukan tugas pengabdian sebaik Musyrif/ah yang lain				

13	Saya berusaha untuk menghadapi persoalan mahasantri dampingan yang nakal dengan baik				
14	Saya kurang percaya pada kemampuan dan kerja keras yang telah dilakukan selama menjadi Musyrif/ah				
15	Saya mudah dipengaruhi oleh Musyrif/ah lain untuk semangat menjalankan kegiatan shobakhul lughah				
16	Saya tetap optimis dengan kegiatan pendampingan mahasantri yang dirasa sulit untuk dilakukan				
17	Saya semakin bersemangat ketika melihat alumni Musyrif/ah yang sudah sukses				
18	Saya melakukan evaluasi diri untuk menjadi Musyrif/ah yang lebih baik				
19	Saya menganggap hambatan merupakan bagian dari proses yang harus dilewati dalam menjalankan tugas pengabdian				
20	Saya semangat menjalankan tugas pengabdian di ma'had meskipun berat				

Blueprint Time Managemen

Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavotable</i>	
Menetapkan Tujuan dan Prioritas	Memiliki daftar kegiatan atau daftar tugas yang menjadi tujuan dan prioritas utama	2, 9, 17	1, 10	5
Prevensi terhadap pengorganisasian	Mampu mencegah timbulnya masalah dalam menjalankan tugas	4, 11, 18	5, 12	5
Mekanisme manajemen waktu	Mampu dalam menjalankan pemanfaatan waktu dalam mengerjakan tugas	6, 13	7, 14, 19	5
Kontrol terhadap waktu	Memiliki kendali dalam menjalankan tugas yang harus dilakukan	3, 15, 20	8, 16	5

Nama :

Jurusan :

Petunjuk Pengisian

Berikut ini terdapat 20 pernyataan. Baca dan pahami setiap pernyataan tersebut kemudian contong (\checkmark) bagian yang sesuai dengan keadaan anda saat ini.

Keterangan :

(SS) Sangat Setuju

(S) Setuju

(TS) Tidak Setuju

(STS) Sangat Tidak Setuju

Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri anda, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

No	Pernyataan	Respon			
		SS	S	TS	STS
1	Dalam menjalankan aktivitas, saya tidak mempertimbangkan skala prioritas.				
2	Saya berusaha mendahulukan kegiatan yang lebih penting				
3	Saya sering datang terlambat saat kuliah berlangsung				
4	Saya mampu membagi antara waktu kuliah dengan menjalankan kegiatan di ma'had				
5	Dalam menjalankan sesuatu, saya mempertibangkan tujuan yang akan dicapai				
6	Saya terbiasa menunda tugas yang diberikan oleh dosen				
7	Saya bingung dalam mengerjakan tugas karena terlalu banyak tugas yang diberikan				
8	Saya tidak memiliki daftar agenda kegiatan dalam seminggu kedepan				
9	Saya terbiasa mengerjakan tugas kuliah dengan sistem kebut semalam				
10	Saya mampu mengerjakan tugas tepat waktu				
11	Saya merasa tertantang dengan adanya kegiatan ma'had yang bersifat mendadak				
12	Dalam mengerjakan tugas, saya memulai dengan yang paling mudah terlebih dahulu				
13	Kegiatan ma'had akhir-akhir ini mengganggu kuliah saya				
14	Saya terbiasa datang tepat waktu dalam kegiatan apapun				
15	Saya terbiasa mengerjakan tugas kuliah mendekati <i>deadline</i> pengumpulan				

16	Bagi saya, membuat jadwal kegiatan adalah hal yang kurang bermanfaat				
17	Saya memiliki daftar tugas yang akan dikerjakan				
18	Saya mengandalkan ingatan untuk menyimpan jadwal kegiatan				
19	Saya membuat daftar kegiatan dengan mencantumkan perkiraan waktu pada setiap aktivitas				
20	Saya terbiasa mencatat tugas yang diberikan oleh dosen				



Blueprint Prokrastinasi Akademik

Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavotable</i>	
Penundaan	Menunda untuk memulai mengerjakan tugas sampai tuntas	2, 3, 6	1, 4, 7	6
Keterlambatan	Ketidakmampuan memprioritaskan dan menyelesaikan tugas melebihi batas waktu yang telah ditentukan	8, 12, 13, 22	9, 14	6
Kesenjangan antara rencana dan kinerja	Mendahulukan pekerjaan yang tidak ada hubungannya dengan tugas tanpa memperhitungkan waktu.	5, 20	15, 16, 17	5
Melakukan aktivitas lain	Melakukan aktivitas yang dianggap bisa menghibur dari pada mengerjakan tugas	10, 11, 19	18, 21, 23	6

Nama :

Jurusan :

Petunjuk Pengisian

Berikut ini terdapat 24 pernyataan. Baca dan pahami setiap pernyataan tersebut kemudian contreng (√) bagian yang sesuai dengan keadaan anda saat ini.

Keterangan :

- (SS) Sangat Setuju
 (S) Setuju
 (TS) Tidak Setuju
 (STS) Sangat Tidak Setuju

Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri anda, karena tidak ada jawaban yang dianggap salah.

No	Pernyataan	Respon			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa cemas dan resah jika ada tugas yang belum dikerjakan				
2	Saya akan mulai mengerjakan tugas jika sudah pulang dari rapat kegiatan mahad				
3	Saya akan mengerjakan tugas untuk memanfaatkan waktu luang				
4	Saya mengerjakan tugas jauh-jauh hari sebelum waktu pengumpulannya tiba				
5	Saya membeli makanan kesukaan sebelum mengerjakan tugas				
6	Saya santai dalam mengerjakan tugas jika mengetahui bahwa banyak teman-teman yang belum selesai				
7	Saya adalah orang yang suka mengerjakan tugas sampai tuntas				
8	Saya sering telat dalam mengumpulkan tugas kuliah				
9	Saya mengerjakan tugas kuliah sesuai jadwal yang dibuat sebelumnya				
10	Saya memilih menonton acara TV favorit dari pada mengerjakan tugas				
11	Saya lebih tertarik menghadiri acara mahad dari pada mengerjakan tugas kuliah				
12	Saya memilih mengerjakan tugas yang mudah dari pada yang susah meskipun waktu pengumpulannya masih lama				
13	Tugas dari dosen yang saya senangi membuat saya mengabaikan tugas kuliah yang lainnya				
14	Saya memprioritaskan tugas kuliah yang lebih penting dan mendekati deadline				

15	Saya akan bertanya pada teman jika ada tugas yang belum difahami				
16	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan rencana yang telah dibuat				
17	Saya suka mengerjakan tugas dari pada pergi ke mall untuk jalan-jalan				
18	Saya akan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum pergi rekreasi				
19	Jika diajak pergi jalan-jalan, saya akan menunda tugas yang ada				
20	Saya menganggap tugas kuliah adalah hal mudah untuk dikerjakan				
21	Saya akan mengerjakan tugas terlebih dahulu dari pada menonton serial film terbaru				
22	Saya mengerjakan tugas lebih lambat dari waktu yang telah direncanakan				
23	Saya tidak terpengaruh teman yang sedang main game, saat saya mengerjakan tugas				

Lampiran 3 Hasil Uji SPSS

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Prokrastinasi Akademik	50,15	5,456	100
Time Management	57,54	7,639	100
Self Efficacy	63,05	5,078	100

Correlations

		Prokrastinasi Akademik	Time Management	Self Efficacy
Pearson Correlation	Prokrastinasi Akademik	1,000	-,027	-,440
	Time Management	-,027	1,000	-,129
	Self Efficacy	-,440	-,129	1,000
Sig. (1-tailed)	Prokrastinasi Akademik	.	,394	,000
	Time Management	,394	.	,100
	Self Efficacy	,000	,100	.
N	Prokrastinasi Akademik	100	100	100
	Time Management	100	100	100
	Self Efficacy	100	100	100

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Self Efficacy, Time Management ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					Durbin-Watson
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	
1	,448 ^a	,201	,185	4,926	,201	12,208	2	97	,000	2,110

a. Predictors: (Constant), Self Efficacy, Time Management

b. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	592,558	2	296,279	12,208	,000 ^b
	Residual	2354,192	97	24,270		
	Total	2946,750	99			

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

b. Predictors: (Constant), Self Efficacy, Time Management

Uji Multikolinieritas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1	(Constant)	84,238	7,671		10,981	,000					
	Time Management	-,061	,065	-,085	-,934	,353	-,027	-,094	-,085	,983	1,017
	Self Efficacy	-,485	,098	-,451	-4,932	,000	-,440	-,448	-,448	,983	1,017

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Coefficient Correlations^a

Model		Self Efficacy	Time Management
1	Correlations		
		1,000	,129
		,129	1,000
	Covariances		
		,010	,001
		,001	,004

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	Time Management	Self Efficacy
1	1	2,983	1,000	,00	,00	,00
1	2	,014	14,571	,02	,76	,14
	3	,003	34,094	,98	,24	,86

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

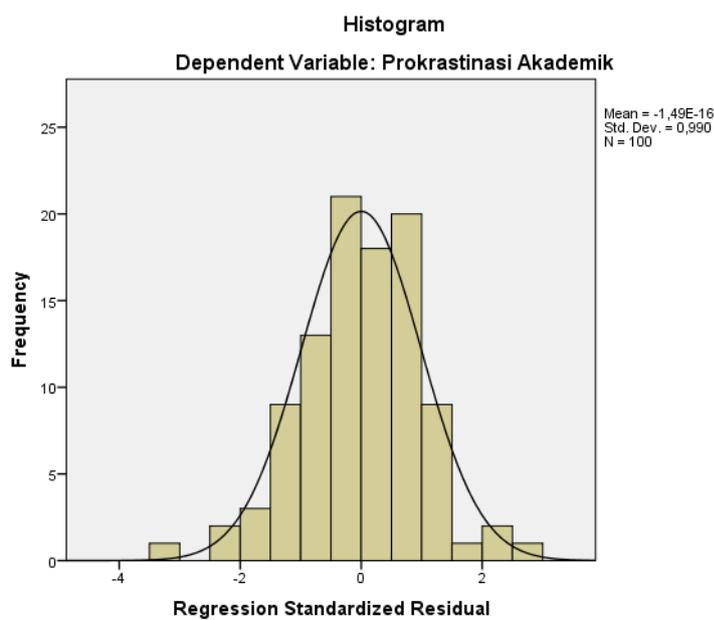
Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N

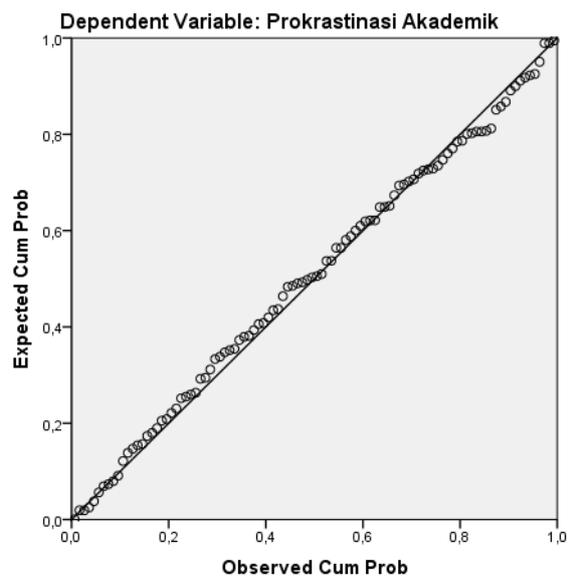
Predicted Value	41,17	55,79	50,15	2,447	100
Std. Predicted Value	-3,671	2,304	,000	1,000	100
Standard Error of Predicted Value	,503	2,009	,825	,217	100
Adjusted Predicted Value	42,20	55,63	50,15	2,416	100
Residual	-15,967	12,699	,000	4,876	100
Std. Residual	-3,241	2,578	,000	,990	100
Stud. Residual	-3,274	2,628	,000	1,007	100
Deleted Residual	-16,297	13,201	-,001	5,044	100
Stud. Deleted Residual	-3,454	2,713	-,001	1,021	100
Mahal. Distance	,044	15,466	1,980	1,887	100
Cook's Distance	,000	,117	,012	,021	100
Centered Leverage Value	,000	,156	,020	,019	100

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

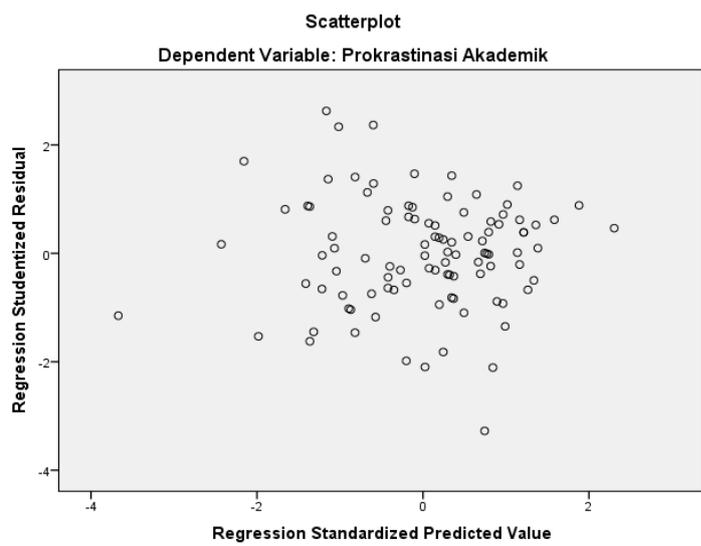
Uji Normalitas



Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



Uji Heterokedastisitas



Lampiran 4 Uji Reliabilitas

Efikasi Diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	99	99,0
	Excluded ^a	1	1,0
	Total	100	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,754	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	59,96	21,570	,497	,728
item_2	59,71	23,148	,345	,742
item_3	60,26	22,930	,287	,747
item_4	60,24	22,124	,410	,736
item_5	60,11	22,549	,445	,735
item_6	59,76	23,022	,348	,742
item_7	60,10	23,051	,408	,738
item_8	59,62	23,443	,287	,746
item_9	60,14	23,041	,375	,740
item_10	60,08	22,524	,386	,738
item_11	59,88	24,006	,243	,749
item_12	60,29	22,332	,414	,736
item_13	59,81	23,749	,275	,747
item_14	60,21	23,822	,236	,750
item_15	60,74	24,910	-,026	,780
item_16	59,93	24,291	,163	,754
item_17	59,53	23,905	,218	,751
item_18	59,66	23,044	,412	,738
item_19	59,72	23,491	,325	,744
item_20	59,76	23,104	,415	,738

Managemen Waktu

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	100	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,842	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	54,50	54,495	,312	,840
VAR00002	54,02	56,262	,195	,844
VAR00003	55,01	50,778	,589	,827
VAR00004	54,49	57,990	-,001	,850
VAR00005	55,17	47,597	,762	,817
VAR00006	54,65	50,149	,620	,825
VAR00007	54,83	54,345	,282	,842
VAR00008	54,36	52,192	,462	,833
VAR00009	54,84	51,792	,548	,830
VAR00010	55,09	49,901	,648	,824
VAR00011	54,47	55,686	,229	,843
VAR00012	55,22	49,729	,627	,825
VAR00013	54,76	49,659	,646	,824
VAR00014	54,99	53,485	,461	,834
VAR00015	54,94	61,006	-,271	,864
VAR00016	54,31	57,974	,007	,849
VAR00017	54,16	54,075	,430	,835
VAR00018	54,48	50,838	,612	,826
VAR00019	54,77	49,310	,654	,823
VAR00020	54,20	54,727	,351	,838

Prokrastinasi Akademik

Uji Pertama

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	100	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,644	23

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	48,48	29,181	,007	,656
item_2	47,16	29,550	-,037	,660
item_3	47,04	31,978	-,365	,686
item_4	47,90	27,424	,252	,630
item_5	47,36	28,435	,072	,652
item_6	47,55	26,472	,327	,620
item_7	48,40	27,172	,363	,620
item_8	48,28	26,103	,406	,611
item_9	48,20	27,838	,288	,628
item_10	48,28	26,062	,445	,608
item_11	47,74	26,417	,378	,615
item_12	47,42	27,943	,164	,639
item_13	48,00	26,828	,309	,623
item_14	48,25	28,674	,067	,650
item_15	48,50	28,515	,158	,639
item_16	48,34	28,004	,222	,633
item_17	48,22	26,234	,392	,613
item_18	48,37	27,306	,366	,621
item_19	47,95	25,826	,452	,606
item_20	47,65	29,422	-,022	,659
item_21	48,13	27,124	,265	,628

item_22	47,93	26,854	,304	,623
item_23	48,15	27,139	,249	,630

Uji Kedua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,722	19

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_4	37,63	27,347	,298	,710
item_5	37,09	28,951	,043	,737
item_6	37,28	26,729	,326	,707
item_7	38,13	27,407	,366	,706
item_8	38,01	26,576	,375	,703
item_9	37,93	27,965	,311	,710
item_10	38,01	26,333	,441	,697
item_11	37,47	26,575	,391	,702
item_12	37,15	28,270	,155	,724
item_13	37,73	26,684	,363	,704
item_14	37,98	28,888	,073	,731
item_15	38,23	28,724	,166	,720
item_16	38,07	28,025	,260	,714
item_17	37,95	26,290	,419	,699
item_18	38,10	27,485	,378	,705
item_19	37,68	26,139	,442	,696
item_21	37,86	27,495	,249	,715
item_22	37,66	26,732	,355	,705
item_23	37,88	27,319	,258	,714

Lampiran 5 Data Mentah

Efikasi Diri

1.	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	3	4	tinggi	
2.	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	tinggi
3.	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	tinggi	
4.	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4	2	2	4	4	4	4	4	tinggi	
5.	2	3	2	2	3	3	3	4	1	1	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	sedang	
6.	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	tinggi	
7.	3	4	3	3	3	4	4	4	2	1	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	tinggi	
8.	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi	
9.	1	4	1	1	2	2	1	4	2	2	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	sedang	
10.	1	4	1	1	2	2	1	4	2	2	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	sedang	
11.	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	tinggi	
12.	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	tinggi	
13.	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	tinggi	
14.	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	tinggi	
15.	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	tinggi	
16.	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	tinggi	
17.	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	tinggi	
18.	4	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	tinggi	
19.	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	4	3	4	tinggi	
20.	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	tinggi	
21.	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	2	4	2	1	3	3	4	3	4	tinggi	
22.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi	
23.	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	tinggi	
24.	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	tinggi	
25.	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	tinggi	
26.	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	tinggi	

27.	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	3	3	4	tinggi
28.	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	tinggi
29.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi
30.	3	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3	2	4	4	4	4	4	tinggi
31.	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	tinggi
32.	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	tinggi
33.	1	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	tinggi
34.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	1	4	4	4	4	4	tinggi
35.	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi
36.	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	tinggi
37.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	tinggi
38.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	tinggi
39.	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	tinggi
40.	3	3	2	2	2	4	3	4	3	3	4	2	4	2	2	4	4	4	3	4	tinggi
41.	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	2	4	4	4	3	tinggi
42.	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi
43.	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	tinggi
44.	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	4	2	2	3	2	4	4	4	tinggi
45.	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	4	3	2	4	4	4	3	3	tinggi
46.	4	3	3	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	tinggi
47.	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	1	3	3	3	4	4	tinggi
48.	4	4	3	2	4	4	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	tinggi
49.	4	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	tinggi
50.	3	4	1	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	tinggi
51.	4	4	4	2	4	1	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	4	4	tinggi
52.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	tinggi
53.	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	4	4	4	3	3	tinggi
54.	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	tinggi

55.	3	4	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	tinggi
56.	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	tinggi
57.	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	2	1	4	4	4	4	4	tinggi
58.	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	4	3	tinggi
59.	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	tinggi
60.	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	tinggi
61.	3	3	3	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	2	4	4	4	4	4	tinggi
62.	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	sedang
63.	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	tinggi
64.	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	tinggi
65.	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	tinggi
66.	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	sedang
67.	3	3	3	2	2	4	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	tinggi
68.	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	tinggi
69.	4	3	1	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	tinggi
70.	4	4	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	tinggi
71.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	tinggi
72.	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	sedang
73.	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	tinggi
74.	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	tinggi
75.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	tinggi
76.	4	1	4	2	2	4	3	4	2	2	3	2	4	3	1	4	4	4	4	4	tinggi
77.	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	4	4	3	tinggi
78.	3	3	1	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	2	2	3	3	4	3	tinggi
79.	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	tinggi
80.	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	tinggi
81.	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	3	2	tinggi
82.	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	1	4	4	4	3	3	tinggi

83.	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	tinggi
84.	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	tinggi
85.	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	tinggi
86.	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	sedang
87.	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	1	3	4	4	4	4	4	tinggi
88.	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	tinggi
89.	2	3	3	1	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	1	4	4	4	4	3	3	tinggi
90.	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	tinggi
91.	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	2	3	3	2	3	2	4	4	4	4	tinggi
92.	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	tinggi
93.	4	4	3	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	tinggi
94.	2	3	2	3	1	4	3	4	3	4	4	1	4	2	4	4	3	4	4	3	3	tinggi
95.	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	tinggi
96.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi
97.	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	tinggi
98.	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	tinggi
99.	1	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	4	2	3	3	3	sedang
	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	tinggi

Managemen Waktu

1.	3	4	1	3	1	4	4	3	2	1	2	2	1	1	2	3	3	3	2	4	sedang
2.	2	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	1	2	3	3	3	3	2	2	3	sedang
3.	3	4	1	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	4	3	3	3	3	tinggi
4.	2	4	2	3	1	2	2	4	3	2	4	1	1	2	3	4	4	2	1	4	sedang
5.	4	3	2	4	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	tinggi
6.	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	sedang
7.	4	4	3	4	1	3	2	4	2	2	2	1	3	3	4	4	4	2	1	4	tinggi
8.	3	4	2	3	1	2	4	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	sedang
9.	3	4	3	4	2	4	1	1	4	1	4	1	3	2	4	3	4	4	1	4	tinggi
10.	3	4	3	4	2	4	1	1	4	1	4	1	3	2	4	3	4	4	1	4	tinggi
11.	3	4	2	3	2	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	4	3	3	2	3	tinggi
12.	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	tinggi
13.	4	4	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	1	2	3	4	3	3	2	4	tinggi
14.	2	2	1	3	2	2	3	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	sedang
15.	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	sedang
16.	3	3	3	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	tinggi
17.	3	3	3	3	1	2	2	1	2	2	3	1	2	2	4	4	2	4	3	4	sedang
18.	3	3	1	4	1	1	4	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	3	sedang
19.	2	4	1	4	2	1	3	4	1	1	4	1	1	1	4	4	4	3	1	4	sedang
20.	3	3	2	3	2	3	3	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	3	2	2	sedang
21.	3	3	3	2	1	3	1	3	2	1	4	1	2	3	3	4	3	1	1	2	sedang
22.	2	4	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	sedang
23.	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	tinggi
24.	3	4	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	tinggi
25.	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	4	2	4	2	4	2	1	3	1	sedang
26.	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	4	1	2	2	3	3	3	3	2	3	sedang
27.	3	4	2	3	2	1	3	4	2	2	3	2	2	2	2	4	4	2	2	4	tinggi

28.	3	3	2	3	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	3	3	4	2	1	4	sedang
29.	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi
30.	3	4	2	3	1	4	2	2	2	2	3	1	2	1	3	4	3	3	2	4	sedang
31.	4	4	2	3	1	2	3	3	1	1	3	1	3	2	2	4	4	2	1	4	sedang
32.	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	sedang
33.	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	4	1	1	2	3	3	3	2	2	3	sedang
34.	3	4	3	2	1	4	1	2	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	tinggi
35.	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	sedang
36.	3	4	2	3	1	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	2	2	3	sedang
37.	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	sedang
38.	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	tinggi
39.	3	4	2	3	2	2	4	3	2	2	4	1	1	2	3	4	3	3	2	3	tinggi
40.	3	4	2	3	2	3	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	4	1	2	4	sedang
41.	4	4	1	4	2	2	2	4	1	2	1	1	4	2	1	4	4	1	1	4	sedang
42.	3	3	1	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	sedang
43.	2	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	4	3	3	2	3	sedang
44.	1	4	3	4	1	2	2	2	2	2	4	1	2	2	2	3	4	2	3	4	tinggi
45.	4	4	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	sedang
46.	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	sedang
47.	4	1	2	4	1	2	3	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	tinggi
48.	2	4	4	3	1	4	1	1	3	2	3	2	4	2	4	2	3	3	2	3	sedang
49.	4	4	1	4	1	1	4	3	1	2	2	2	2	2	2	3	4	3	3	3	sedang
50.	3	4	2	3	1	1	1	4	1	2	2	1	2	2	1	4	4	1	1	3	tinggi
51.	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	3	4	tinggi
52.	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	tinggi
53.	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	tinggi
54.	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4	2	2	4	4	4	4	4	tinggi
55.	2	3	2	2	3	3	3	4	1	1	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	tinggi

56.	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	tinggi		
57.	3	4	3	3	3	4	4	4	2	1	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	tinggi	
58.	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi	
59.	1	4	1	1	2	2	1	4	2	2	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	tinggi	
60.	1	4	1	1	2	2	1	4	2	2	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	tinggi	
61.	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	tinggi	
62.	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	tinggi	
63.	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	tinggi	
64.	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	tinggi	
65.	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	tinggi
66.	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	tinggi	
67.	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	tinggi	
68.	4	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	tinggi	
69.	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	4	3	4	tinggi	
70.	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	tinggi	
71.	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	2	4	2	1	3	3	4	3	4	tinggi	
72.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi	
73.	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	tinggi	
74.	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	tinggi	
75.	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	tinggi	
76.	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	tinggi	
77.	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	3	3	4	tinggi	
78.	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	tinggi	
79.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi	
80.	3	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3	2	4	4	4	4	4	tinggi	
81.	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	tinggi	
82.	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	tinggi	
83.	1	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	tinggi	

84.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	1	4	4	4	4	4	tinggi
85.	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi
86.	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	tinggi
87.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	tinggi
88.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	tinggi
89.	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	tinggi
90.	3	3	2	2	2	4	3	4	3	3	4	2	4	2	2	4	4	4	3	4	tinggi
91.	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	2	4	4	4	3	tinggi
92.	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi
93.	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	tinggi
94.	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	4	2	2	3	2	4	4	4	tinggi
95.	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	4	3	2	4	4	4	3	3	tinggi
96.	4	3	3	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	tinggi
97.	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	1	3	3	3	4	4	tinggi
98.	4	4	3	2	4	4	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	tinggi
99.	4	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	tinggi
100.	3	4	1	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	tinggi

Prokrastinasi Akademik

1.	2	2	3	2	2	2	1	1	2	1	3	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	rendah	
2.	1	2	3	3	2	3	2	1	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	sedang
3.	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	sedang
4.	1	3	3	2	4	3	1	1	2	2	1	2	1	3	1	1	2	1	3	2	1	2	2	sedang	
5.	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	sedang
6.	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	sedang
7.	1	4	2	2	4	4	1	4	1	1	2	4	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	1	sedang	
8.	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	sedang
9.	4	1	1	1	4	4	1	3	1	1	4	4	4	4	1	1	1	1	1	4	4	1	4	1	sedang
10.	4	1	1	1	4	4	1	3	1	1	4	4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4	1	sedang	
11.	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	1	2	1	2	3	2	2	3	sedang	
12.	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	sedang	
13.	1	4	2	2	4	3	1	1	2	2	3	3	3	2	1	2	1	2	2	3	2	3	2	sedang	
14.	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	sedang	
15.	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	sedang	
16.	1	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	3	1	sedang
17.	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	1	1	2	1	2	2	2	2	3	1	sedang
18.	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	3	sedang
19.	1	3	4	1	3	4	2	4	2	4	2	3	2	3	1	1	1	1	1	3	1	1	4	sedang	
20.	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	sedang	
21.	1	4	3	2	3	4	1	1	3	3	2	2	3	1	1	2	3	1	3	2	1	2	3	sedang	
22.	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	sedang	
23.	1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	1	2	2	sedang	
24.	2	3	3	2	3	3	2	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	sedang	
25.	2	3	3	2	4	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	sedang	
26.	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	sedang	
27.	2	3	4	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	sedang	

28.	1	3	3	3	3	3	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	sedang	
29.	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	sedang	
30.	2	4	3	2	3	4	1	2	2	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	sedang	
31.	1	3	4	2	4	1	1	1	2	1	1	3	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	rendah	
32.	1	3	3	4	2	3	2	1	2	2	3	3	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	2	sedang	
33.	1	3	3	3	2	3	3	1	2	2	3	4	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	sedang	
34.	1	3	3	4	4	2	1	4	2	3	3	1	1	1	1	1	2	2	3	3	3	3	2	sedang	
35.	1	4	4	1	2	2	1	1	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	rendah	
36.	2	4	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	sedang
37.	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	sedang
38.	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	sedang	
39.	2	2	4	2	2	3	2	2	2	1	2	3	2	1	1	3	2	2	3	3	2	2	2	sedang	
40.	1	4	4	2	4	4	3	1	1	1	1	4	3	2	2	3	4	2	3	1	1	3	4	sedang	
41.	1	2	4	1	2	2	1	1	1	1	1	4	2	3	2	1	2	1	2	1	1	2	2	sedang	
42.	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	sedang	
43.	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	sedang	
44.	1	3	4	2	2	3	2	1	2	1	2	2	1	3	2	2	1	1	3	3	2	2	2	sedang	
45.	1	4	4	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	3	3	2	sedang	
46.	2	3	3	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	3	1	1	3	sedang	
47.	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	sedang	
48.	1	4	4	3	4	2	2	2	1	2	3	4	2	2	2	1	1	1	4	3	3	1	2	sedang	
49.	2	3	3	2	2	2	2	1	2	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	sedang	
50.	2	3	3	2	3	2	1	1	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	sedang	
51.	4	3	3	2	2	3	1	1	1	1	2	1	1	4	1	1	1	1	1	3	1	1	1	sedang	
52.	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	sedang	
53.	1	4	3	3	4	4	1	2	1	2	4	4	4	1	1	1	1	1	3	2	1	3	3	sedang	
54.	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	sedang	
55.	1	4	3	3	4	3	2	2	3	3	3	4	2	2	1	2	2	2	3	1	3	3	3	sedang	

56.	2	3	4	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	2	1	2	1	sedang
57.	1	4	4	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	sedang
58.	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	sedang
59.	1	4	4	2	4	4	1	3	4	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	sedang
60.	1	3	3	1	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	3	1	2	2	sedang
61.	2	3	3	3	4	3	3	2	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	3	1	sedang
62.	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	1	3	2	4	2	2	3	2	sedang
63.	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	sedang
64.	1	3	4	1	2	1	1	1	1	1	2	3	3	2	3	4	2	2	2	1	2	2	4	sedang
65.	2	3	3	2	4	3	1	2	2	2	1	3	2	1	1	1	2	2	2	3	2	3	1	sedang
66.	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	sedang
67.	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	sedang
68.	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	sedang
69.	1	2	4	2	4	3	1	1	2	1	1	3	2	1	2	2	1	2	2	4	3	1	1	sedang
70.	2	3	3	2	4	3	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	sedang
71.	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	sedang
72.	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	sedang
73.	2	3	3	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	1	1	3	1	sedang
74.	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	sedang
75.	1	4	4	1	3	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	rendah
76.	1	4	4	3	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	2	3	4	2	1	2	1	2	2	sedang
77.	1	3	3	2	4	4	2	2	2	3	2	2	3	1	1	2	2	2	3	2	2	2	3	sedang
78.	1	4	4	1	4	2	1	2	1	2	2	4	2	1	1	1	1	2	2	4	3	2	3	sedang
79.	1	3	3	2	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	sedang
80.	1	4	4	2	3	2	2	2	1	2	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	4	1	1	sedang
81.	1	3	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	1	2	3	3	2	2	3	3	3	2	sedang
82.	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	sedang
83.	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	sedang

84.	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	1	1	2	2	2	3	3	3	2	sedang
85.	1	1	3	3	3	1	2	1	2	2	2	2	4	1	1	1	1	2	2	3	2	4	1	sedang
86.	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	1	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	sedang
87.	1	3	4	2	3	2	2	1	2	1	2	3	1	1	1	1	1	2	3	2	2	3	3	sedang
88.	1	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2	sedang
89.	3	2	3	2	3	1	1	1	1	1	1	4	2	1	1	1	1	1	3	3	2	3	1	sedang
90.	1	2	3	2	1	3	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	3	sedang
91.	1	4	2	3	1	2	1	1	2	1	3	4	4	1	1	2	2	1	1	3	4	1	1	sedang
92.	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	sedang
93.	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	1	3	1	2	3	2	2	2	sedang
94.	3	1	3	1	4	1	1	1	2	2	2	3	1	2	3	1	4	4	3	4	3	1	1	rendah
95.	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	4	2	2	2	2	1	3	2	2	2	sedang
96.	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	4	1	rendah
97.	2	3	3	2	4	1	1	1	2	1	3	1	2	2	2	2	1	1	2	3	1	1	3	sedang
98.	1	4	4	1	4	4	1	2	1	2	2	3	2	2	1	1	3	1	2	2	1	2	1	sedang
99.	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	sedang
100.	3	2	4	1	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	sedang