

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancah Penelitian

Langkah awal yang dilakukan pada sebuah penelitian adalah menentukan tempat atau kancah penelitian. Setelah itu peneliti melakukan pengamatan terhadap kancah penelitian serta ciri-ciri populasi yang telah ditetapkan sebelumnya. Dari langkah tersebut maka akan didapatkan gambaran singkat yang menyeluruh mengenai situasi dan kondisi objek penelitian.

Dalam penelitian ini dilaksanakan di salah satu Madrasah Aliyah Poncokusumo Malang. Sekolah ini beralamat di Jalan Raya 01 RT 07 RW 04 Kelurahan Belung Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang. Madrasah Aliyah Al-Ittihad Poncokusumo Malang didirikan pada tanggal 5 Juli 1982 oleh yayasan Al-Ittihad. Yayasan Al-Ittihad didirikan dan dibiayai oleh H. Ruysdi pada tahun 1979. Kepala sekolah Madrasah Aliyah yang pertama adalah Drs. Majid Ridwan. Beliau menjabat dari tahun 1983-1985, namun posisi kepala sekolah yang sekarang, dijabat oleh H Agus Ikhwan Mahmudi, S.Pd, M.Si dari tahun 2020 hingga sekarang.

Madrasah Aliyah Al-Ittihad Poncokusumo Malang adalah lembaga pendidikan yang cukup berusia. Adapun pertimbangan dari pengurus yayasan mendirikan Madrasah Aliyah didasari banyak hal, salah satunya adalah banyaknya lulusan MTs Al-Ittihad maupun MTs dan SMP lainnya di

sekitar wilayah Kecamatan Poncokusumo berminat untuk melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi. Di samping itu adanya desakan dari kalangan wali murid, tokoh masyarakat dan instansi terkait. Madrasah Aliyah Al-Ittihad Poncokusumo Malang dari sejak awal berdirinya hingga sekarang berkembang sangat pesat. Hal ini ditandai oleh jumlah siswa yang semakin meningkat, terutama para remaja yang tinggal di daerah Kecamatan Poncokusumo. Madrasah Aliyah Al-Ittihad Poncokusumo Malang memberikan dampak yang positif bagi para remaja dalam hal pengetahuan maupun keagamaan. Di samping itu, dengan adanya Madrasah Aliyah ini, maka para remaja bisa melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Namun disisi lain tidak semua siswa memiliki prestasi yang cukup baik. Siswa-siswa dengan nilai akademik yang tidak bagus lebih memilih tidak melanjutkan ke perguruan tinggi namun memilih untuk bekerja. Adanya perilaku menunda-nunda tugas sekolah dapat mengakibatkan penurunan nilai akademik siswa serta lebih jauh prestasi akademik juga tidak bagus.

Adapun visi sekolah ini adalah “Terbentuknya Manusia Beriman, Bertaqwa, Berilmu, Berteknologi dan Berakhlakul Karimah”. Misi dari sekolah ini ada tujuh yaitu:

1. Menumbuhkan sikap, tingkah laku, dan amaliah Islam di lingkungan madrasah.
2. Menumbuhkan semangat belajar ilmu keagamaan.

3. Melakukan sebuah kegiatan bimbingan belajar yang kreatif, efektif dan menyenangkan sehingga memunculkan peran aktif siswa dan bisa mengembangkan potensi diri.
4. Menumbuhkan semangat kompetisi prestasi akademik dan non akademik.
5. Mengembangkan *life skill* dalam setiap aktivitas pendidikan.
6. Memotivasi dan memfasilitasi siswa untuk mengembangkan kemampuan sesuai bakat dan minatnya.
7. Mewujudkan Madrasah sebagai lingkungan pendidikan yang berkebudayaan Islam.

Dasar pertimbangan peneliti menggunakan MA Al-Ittihad Poncokusumo Malang sebagai tempat penelitian adalah:

- a. Berdasarkan fenomena-fenomena permasalahan prokrastinasi akademik yang paling banyak terjadi dilapangan dan diperkuat dari hasil keluhan-keluhan pihak wakil kepala sekolah, guru BK dan beberapa guru mata pelajaran. Keluhan-keluhan tersebut membuktikan bahwa banyaknya perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa-siswi disekolah tersebut, khususnya pada siswa kelas XI Jurusan IPS.
- b. Di sekolah tersebut belum pernah dilakukan penelitian tentang “Hubungan Kontrol Diri dan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik”.

- c. Sekolah yang bersangkutan bersedia untuk dijadikan tempat penelitian.

B. Persiapan Pengumpulan Data

Hal-hal yang perlu dipersiapkan oleh peneliti yaitu perijinan kepada pihak sekolah untuk melaksanakan penelitian. Peneliti juga mempersiapkan hal-hal yang berkaitan dengan pengumpulan data atau penyusunan alat ukur, kemudian melakukan uji coba skala penelitian, pengujian validitas dan reliabilitas serta penyusunan skala pada siswa MA Al-Ittihad Poncokusumo Malang setelah di uji coba.

1. Perijinan Penelitian.

Pada tahap awal, sebelum melakukan pengambilan data atau penyebaran skala, terlebih dahulu peneliti mengurus surat ijin penelitian. Surat ijin penelitian di keluarkan oleh Fakultas Psikologi, Magister Profesi Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dengan nomor surat: 371/B.3.2/MP/VIII/2020 untuk diberikan kepada kepala sekolah MA Al-Ittihad Poncokusumo Malang pada tanggal 19 Agustus 2020. Setelah itu, peneliti mendapatkan surat keterangan dari pihak sekolah MA Al-Ittihad Poncokusumo Malang bahwa pihak sekolah memberikan ijin untuk melaksanakan penelitian. Surat tersebut ditandatangani oleh Kepala Sekolah Bapak H Agus Ikhwan Mahmudi, S.Pd, M.Si dengan nomor surat: 20.232/E.2/III/2020.

2. Persiapan Alat Pengumpulan Data atau penyusunan alat ukur.

Dalam penelitian ini, peneliti mempersiapkan alat pengumpulan data dengan metode skala meliputi Skala Kontrol Diri, Skala Manajemen Waktu dan Skala Prokrastinasi Akademik.

a. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala prokrastinasi akademik dalam penelitian ini dibuat berdasarkan empat aspek prokrastinasi akademik yang meliputi: penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas, keterlambatan mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Jumlah item secara keseluruhan pada skala prokrastinasi akademik adalah 24 item yang terdiri dari pernyataan-pernyataan dengan perincian 12 item *favourable* dan 12 item *unfavourable*.

b. Skala Kontrol Diri

Skala Kontrol Diri dalam penelitian ini dibuat berdasarkan tiga aspek kontrol diri yang meliputi: kontrol perilaku, kontrol kognitif dan mengontrol keputusan. Jumlah item secara keseluruhan pada skala kontrol diri adalah 18 item yang terdiri dari pernyataan-pernyataan dengan perincian 9 item *favourable* dan 9 item *unfavourable*.

c. Skala Manajemen Waktu

Skala Manajemen Waktu dalam penelitian ini dibuat berdasarkan empat aspek manajemen waktu yang meliputi:

menetapkan sebuah tujuan dan prioritas, perencanaan dan penjadwalan, kemampuan memanfaatkan waktu serta preferensi terhadap pengorganisasian. Jumlah item secara keseluruhan pada skala manajemen waktu adalah 24 item yang terdiri dari pernyataan-pernyataan dengan perincian 12 item *favourable* dan 12 item *unfavourable*.

3. Pelaksanaan Uji Coba

Setelah dibuat alat ukur atau skala, peneliti melakukan uji coba skala tersebut. Uji coba dilakukan oleh peneliti terhadap alat ukur sebelum pelaksanaan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas skala sehingga hasil penelitian dapat dipertanggung jawabkan. Uji coba skala dilakukan dengan memberikan skala kepada 60 siswa MA Al-Ittihad Poncokusumo Malang kelas XI jurusan IPA dan Bahasa. Peneliti melaksanakan uji coba pada tanggal 11 Januari dan 12 Januari 2021.

Setelah penyebaran data uji coba pada ketiga variabel yaitu kontrol diri, manajemen waktu dan prokrastinasi akademik, berdasarkan hasil uji coba tersebut ditentukan item-item mana saja yang layak dijadikan alat ukur melalui perhitungan uji validitas dan uji reliabilitas. Item-item yang memenuhi kriteria disusun kembali dalam bentuk skala yang digunakan untuk penelitian.

4. Validitas Item dan Reliabilitas Alat Ukur

a. Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik

Hasil perhitungan uji validitas menunjukkan bahwa dari 24 item *tryout* skala prokrastinasi akademik menghasilkan 22 item valid dan 2 item gugur. Hasil koefisien untuk item yang valid berkisar antara 0,645 sampai dengan 0,833. Adapun hasil dari uji reliabilitas tersebut menunjukkan bahwa reliabilitas Alpha (α) pada skala prokrastinasi akademik sebesar 0,965. Selanjutnya hasil validitas dan reliabilitas secara lengkap dapat dilihat pada lampiran 4..

Pada tabel dibawah ini, dapat dilihat sebaran item Skala Prokrastinasi Akademik yang valid dan gugur sebagai berikut:

Tabel 4. Sebaran Item Skala Prokrastinasi Akademik yang Valid dan Gugur.

No	Aspek Prokrastinasi Akademik	Jumlah Item		Jumlah	Jumlah	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		Valid	Gugur
1.	Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas	1*,16, 24	2,15, 23	6	5	1
2.	Keterlambatan mengerjakan tugas	4,13, 21	3,14, 22	6	6	-
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	5,8, 20	6,11,19	6	6	-
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	12,9,17	7,10,18*	6	5	1
Total		12 Item	12 Item	24 Item	22	2

Keterangan :

Tanda * = item yang gugur

Tanpa Tanda = item yang valid

b. Validitas dan Reliabilitas Skala Kontrol Diri

Hasil perhitungan uji validitas menunjukkan bahwa dari 18 item *tryout* skala kontrol diri menghasilkan 16 item valid dan 2 item gugur. Koefisien untuk item yang valid berkisar antara 0,645 sampai dengan 0,823. Adapun hasil dari uji reliabilitas menunjukkan bahwa reliabilitas Alpha (α) skala kontrol diri sebesar 0,950. Selanjutnya hasil secara lengkap dapat dilihat pada lampiran 5.

Pada tabel dibawah ini, dapat dilihat sebaran item Skala Kontrol Diri yang valid dan gugur sebagai berikut:

Tabel 5. Sebaran Item Skala Kontrol Diri yang Valid dan Gugur.

No	Aspek Kontrol Diri	Jumlah Item		Jumlah	Jumlah	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		Valid	Gugur
1.	Kontrol perilaku	1,12,15	4,7,17	6	6	-
2.	Kontrol kognitif	2,11,14	5,8,16	6	6	-
3.	Mengontrol keputusan	3*,9,13*	6,10,18	6	4	2
Total		9 Item	9 Item	18 Item	16	2

Keterangan :

Tanda * = item yang gugur

Tanpa Tanda = item yang valid

c. Validitas dan Reliabilitas Skala Manajemen Waktu

Hasil perhitungan uji validitas menunjukkan bahwa dari 24 item *tryout* skala manajemen waktu menghasilkan 22 item valid dan 2 item gugur. Koefisien untuk item yang valid berkisar antara 0,613 sampai dengan 0,837. Adapun hasil dari uji reliabilitas menunjukkan

bahwa reliabilitas Alpha (α) skala manajemen waktu sebesar 0,960. Selanjutnya hasil secara lengkap dapat dilihat pada lampiran 6.

Pada tabel dibawah ini, dapat dilihat sebaran item Skala Manajemen Waktu yang valid dan gugur sebagai berikut:

Tabel 6. Sebaran Item Skala Manajemen Waktu yang Valid dan Gugur.

No	Aspek Manajemen Waktu	Jumlah Item		Jumlah	Jumlah	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		Valid	Gugur
1.	Menetapkan sebuah tujuan dan prioritas	1,9*,21	5,12,19	6	5	1
2.	Perencanaan dan penjadwalan	7,11,18*	2,14,20	6	5	1
3.	Kemampuan memanfaatkan waktu	6,10,16	3,13,23	6	6	-
4.	Preferensi terhadap pengorganisasian	4,17,24	8,15,22	6	6	-
Total		12 Item	12 Item	24 Item	22	2

Keterangan :

Tanda * = item yang gugur

Tanda = item yang valid

5. Penyusunan Alat Ukur Kembali

a. Prokrastinasi Akademik

Setelah dilakukan proses uji coba terhadap alat ukur pada Skala Prokrastinasi Akademik maka didapatkan item-item yang valid. Langkah selanjutnya adalah menyusun ulang dan melakukan penomoran baru dalam skala untuk penelitian. Penyusunan ulang

sebaran item Skala Prokrastinasi Akademik yang valid digunakan dalam penelitian disajikan pada tabel berikut:

Tabel 7. Penyusunan Ulang *Blue Print* Sebaran Item Valid Skala Prokrastinasi Akademik.

No	Aspek Prokrastinasi Akademik	Jumlah Item		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1.	Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas	15,22	1,14,21	5
2.	Keterlambatan mengerjakan tugas	3,12,19	2,13,20	6
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	4,7,18	5,10,17	6
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	8,11,16	6,9	5
Total		11 Item	11 Item	22

b. Kontrol Diri

Setelah dilakukan proses uji coba terhadap alat ukur pada Skala Kontrol Diri maka didapatkan item-item yang valid. Langkah selanjutnya adalah menyusun ulang dan melakukan penomoran baru dalam skala untuk penelitian. Penyusunan ulang sebaran item Skala Kontrol Diri yang valid digunakan dalam penelitian disajikan pada tabel berikut:

Tabel 8. Penyusunan Ulang *Blue Print* Sebaran Item Valid Skala Kontrol Diri.

No	Aspek Kontrol Diri	Jumlah Item		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1.	Kontrol perilaku	1,11,13	3,6,15	6
2.	Kontrol kognitif	2,10,12	4,7,14	6
3.	Mengontrol keputusan	8	5,9,16	4
Total		7 Item	9 Item	16

c. Manajemen Waktu

Setelah dilakukan proses uji coba terhadap alat ukur pada Skala Manajemen Waktu maka didapatkan item-item yang valid. Langkah selanjutnya adalah menyusun ulang dan melakukan penomoran baru dalam skala untuk penelitian. Penyusunan ulang sebaran item Skala Manajemen Waktu yang valid digunakan dalam penelitian disajikan pada tabel berikut:

Tabel 9. Penyusunan Ulang *Blue Print* Sebaran Item Valid Skala Manajemen Waktu.

No	Aspek Manajemen Waktu	Jumlah Item		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1.	Menetapkan sebuah tujuan dan prioritas	1,19	5,11,17	5
2.	Perencanaan dan penjadwalan	7,10	2,13,18	5
3.	Kemampuan memanfaatkan waktu	6,9,15	3,12,21	6
4.	Preferensi terhadap pengorganisasian	4,16,22	8,14,20	6
Total		10 Item	12 Item	22

6. Pelaksanaan Pengumpulan Data

Pelaksanaan penyebaran skala penelitian dilaksanakan mulai tanggal 20 Januari hingga 21 Januari 2021. Peneliti memilih partisipan dengan cara menemui siapa saja secara kebetulan berada dilapangan yang sesuai dipandang cocok dengan kriteria subjek penelitian yaitu kelas XI Jurusan IPS Angkatan 2020/2021 di MA Al-Ittihad Poncokusumo Malang yang berjumlah 117 siswa.

Di tengah situasi sekarang dengan adanya keterbatasan jarak dan kondisi, peneliti memutuskan untuk melaksanakan penelitian

menggunakan bantuan aplikasi *google form*, yang berisikan kuesioner dan harus diisi oleh para siswa. Para siswa diharapkan mengisi skala secara individual dan mengisi skala secara keseluruhan supaya tidak ada jawaban yang kosong atau terlewat. Setelah proses pengumpulan data maka akan didapat skor masing-masing skala yang telah dijumlahkan sehingga angka yang didapat menjadi skor masing-masing variabel. Selanjutnya skor masing-masing variabel dapat dilihat pada lampiran D. Skor inilah yang hendak di uji normalitas, linieritas, multikolinieritas maupun uji hipotesis dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) 21.0 for Windows.

C. Analisis Data

Tahapan selanjutnya setelah peneliti mendapatkan hasil validitas dan reliabilitas adalah melakukan analisis data. Berikut merupakan tahapan-tahapan dalam melakukan analisis data yaitu:

1. Uji Asumsi

Sebagai persyaratan dalam Analisis Regresi Dua Prediktor akan dilakukan terlebih dahulu uji asumsi yang dibagi menjadi tiga pengujian yaitu uji normalitas, uji linearitas dan uji multikolinieritas. Perhitungan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer seri program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) 21.0 for Windows.

a. Uji Normalitas.

Peneliti melakukan suatu uji normalitas dengan tujuan untuk mengetahui apakah data pada populasi terdistribusi dengan normal atau tidak. Pengujian normalitas data menggunakan *Test of Normality Kolmogorov-Smirnov*. Menurut Purnomo (2016) dan Riadi (2016) dasar pengambilan keputusan bisa dilakukan berdasarkan probabilitas (*Asymtotic Significanted*), yaitu: jika probabilitas $> 0,05$ maka distribusi dari model regresi adalah normal dan jika probabilitas $< 0,05$ maka distribusi dari model regresi adalah tidak normal.

Adapun hasil uji normalitas pada variabel kontrol diri nilai K-SZ = 1,243 dengan $p = 0,091$ ($p > 0,05$) dan hasil uji normalitas pada variabel manajemen waktu diperoleh nilai K-SZ = 1,198 dengan $p = 0,113$ ($p > 0,05$), sedangkan hasil uji normalitas variabel prokrastinasi akademik diperoleh nilai K-SZ = 0,854 dengan $p = 0,459$ ($p > 0,05$). Ketiga variabel di atas telah dilakukan uji normalitas. Dalam uji normalitas tersebut mendapatkan hasil yang menunjukkan bahwa data-data penelitian memiliki sebaran data yang normal atau telah memenuhi distribusi normal. Selanjutnya hasil uji normalitas secara lengkap dapat dilihat pada lampiran 11.

b. Uji Linieritas.

Peneliti harus mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat bersifat linier maupun tidak. Oleh sebab itu dilakukan suatu uji Linieritas. Hal tersebut dapat diketahui

melalui *Test of Linearity*. Kriteria yang berlaku apabila nilai *Sig.* pada *linearity* <0,05 maka terdapat hubungan yang linier (Purnomo, 2016).

Hasil uji linieritas antara variabel disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 10. Rangkuman Hasil Uji Linieritas.

Variabel	Nilai		Keterangan
	F Linearity	Signifikansi	
Kontrol diri dengan Prokrastinasi Akademik	88.600	0.000 (p<0.05)	Korelasi Linier
Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik	74.383	0.000 (p<0.05)	Korelasi Linier

c. Uji Multikolinieritas.

Uji Multikolinieritas merupakan bagian dari uji asumsi klasik. Peneliti melakukan uji multikolinieritas dengan tujuan apakah dalam model regresi ditemukan korelasi variabel bebas atau tidak. Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi gejala multikolinieritas. Syarat uji multikolinieritas yang disampaikan oleh Ghozali (dalam Purnomo, 2016) dan Sunyoto (2016) yaitu nilai VIF < 10 dan nilai *tolerance* > 0,10.

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas menunjukkan bahwa antara variabel bebas (kontrol diri dan manajemen waktu) tidak terjadi gejala multikolinieritas. Hasil uji multikolinieritas dalam penelitian ini menunjukkan bahwa nilai *tolerance* masing-masing variabel bebas sebesar 0,806 dan nilai VIF masing-masing variabel bebas sebesar 1,241. Hasil uji multikolinieritas selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 13.

2. Uji Hipotesis.

Pada tahapan ini akan dilakukan uji hipotesis mayor dan uji hipotesis minor. Hasil hipotesis penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 11. Hasil Uji Hipotesis Mayor dan Minor

Uji	Hasil	Keterangan
Anareg 2 Prediktor	$R_{x1,2y} = 0,751$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$); $R\ Square = 0,564$	Sangat Signifikan; Hipotesis diterima
Korelasi 1	$r_{x1y} = -0,639$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$)	Sangat Signifikan; Hipotesis diterima
Korelasi 2	$r_{x2y} = -0,636$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$)	Sangat Signifikan; Hipotesis diterima

Keterangan:

Korelasi 1 = korelasi *product moment* variabel kontrol diri dengan prokrastinasi akademik

Korelasi 2 = korelasi *product moment* variabel manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik

3. Analisa Tambahan

Peneliti melakukan analisa statistik dengan menggunakan SPSS. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara aspek kontrol diri dan prokrastinasi akademik maupun antara aspek manajemen waktu dan prokrastinasi akademik.

- a. Korelasi antara aspek Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik.

Berdasarkan hasil korelasi menunjukkan bahwa adanya hubungan antara aspek kontrol diri dengan prokrastinasi akademik yang ditunjukkan dalam nilai (r_{x1y}) dengan signifikansi $p < 0,01$.

Aspek kontrol kognitif memiliki pengaruh paling kuat terhadap

variabel prokrastinasi akademik dengan $r = (-0,362)$, kemudian aspek mengontrol keputusan memiliki pengaruh paling lemah terhadap prokrastinasi akademik dengan $r = (-0,243)$.

- b. Korelasi antara aspek Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik.

Berdasarkan hasil korelasi menunjukkan bahwa adanya hubungan aspek manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik yang ditunjukkan dalam nilai (r_{x2y}) dengan signifikansi $p < 0,01$. Aspek kemampuan memanfaatkan waktu memiliki pengaruh paling kuat terhadap variabel prokrastinasi akademik sebesar $r = (-0,261)$, kemudian aspek menetapkan sebuah tujuan dan prioritas memiliki pengaruh paling lemah terhadap prokrastinasi akademik sebesar $r = (-0,238)$. Hasil analisa tambahan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 14.

D. Pembahasan

Uji hipotesis yang dilakukan berdasarkan teknik Analisis Regresi Dua Prediktor menyatakan bahwa hasil uji hipotesis mayor yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Artinya ada hubungan yang sangat signifikan antara kontrol diri dan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada siswa MA Malang. Hal ini dibuktikan dengan nilai $R = 0,751$ dan $F = 73,641$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$).

Kemampuan seseorang dalam mengatur waktu serta mengontrol diri memiliki pengaruh yang besar terhadap perilaku seseorang. Semakin kuat

seseorang dalam menerapkan kontrol diri dan manajemen waktu, maka setiap tindakan yang dilakukan akan dipikirkan dengan matang-matang sesuai dengan apa yang direncanakan sehingga akan terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik. Tidak adanya prioritas berkaitan apa yang harus dikerjakan terlebih dahulu dan tidak adanya kontrol diri yang baik membuat tugas-tugas menjadi menumpuk, berat untuk dikerjakan, bahkan tidak dikerjakan sama sekali. Kondisi tersebut akan semakin meningkatkan perilaku prokrastinasi akademik (Candra, Wibowo & Setyowani, 2014).

Hasil uji hipotesis minor pertama menunjukkan adanya koefisien korelasi $r_{x1y} = -0,639$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik, dimana semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki siswa maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik. Sebaliknya semakin rendah tingkat kontrol diri yang dimiliki siswa maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik.

Hal diatas sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Endrianto (2014) menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif antara *self control* dan prokrastinasi akademik dengan nilai $r = -0,465$. Hal sama juga dinyatakan oleh Azalia, Rosra dan Andriyanto (2019) bahwa didapat hasil uji korelasi sebesar -0,618 maka H_a diterima yang berarti ada hubungan negatif yang kuat antara *self control* dengan prokrastinasi akademik.

Peranan kontrol diri dibutuhkan dalam mengatasi prokrastinasi akademik karena siswa tidak akan menunda pekerjaan/tugas (Rahmaniah, 2019)

Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Ray (2011) menyampaikan bahwa secara umum *self control* yang rendah menggambarkan terjadinya ketidakmampuan individu untuk menahan diri dalam melakukan sesuatu serta melupakan konsekuensi jangka panjang yang diterima. Sebaliknya apabila kemampuan *self control* yang dimiliki individu itu tinggi maka dapat mengarahkan individu untuk menghindari hal-hal yang negatif. Individu akan mampu menahan diri atau membatasi diri dengan baik serta mampu mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang yang akan terjadi. Siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi secara sadar memahami pentingnya proses belajar sehingga mampu menyeimbangkan dan mempercepat pengerjaan tugas. Sedangkan siswa yang memiliki kontrol diri rendah akan mengalami kesulitan dalam proses pembelajaran yaitu berupa penundaan dan kekurangan kemajuan akademis (Ramzi & Saed, 2019).

Melihat dari hubungan aspek-aspek yang terdapat pada kontrol diri dengan prokrastinasi akademik diperoleh hasil bahwa aspek kontrol kognitif memiliki pengaruh paling kuat terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai r sebesar $-0,362$ dan nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini berarti ketika siswa memiliki kontrol kognitif yang baik, maka akan menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Begitu juga sebaliknya jika kontrol kognitif yang dimiliki siswa itu buruk, maka akan meningkatkan

prokrastinasi akademik. Adanya kontrol kognisi yang baik, seorang siswa akan mampu mengolah informasi yang diterima menjadi sesuatu yang bermakna positif. Apabila informasi yang diterima akan menimbulkan situasi yang buruk, maka seorang siswa akan melakukan antisipasi lebih awal guna mencegah terjadinya masalah (Damayanti & Ilyas, 2018; Averill dalam Thalib, 2013; Mudjiran dkk dalam Azhari & Ibrahim, 2019). Hal tersebut akan membawa siswa ke dalam pencegahan perilaku prokrastinasi.

Selanjutnya aspek mengontrol keputusan memiliki pengaruh yang paling lemah terhadap variabel prokrastinasi akademik dengan nilai r sebesar $-0,243$ dan nilai signifikansi $0,008$ ($p < 0,01$). Jika siswa mampu mengontrol keputusan dengan baik, maka akan mencegah terjadinya prokrastinasi akademik. Namun sebaliknya apabila siswa tidak mampu mengontrol keputusan yang diambil dengan baik maka akan mudah terjadinya prokrastinasi akademik. Apabila selalu diteruskan dengan perilaku tersebut, akan berdampak buruk ke depannya (Azhari & Ibrahim, 2019; Damayanti & Ilyas, 2018). Kontrol keputusan yang baik akan menghindari siswa dari perilaku tergesa-gesa ataupun salah dalam mengambil keputusan. Oleh sebab itu, seorang siswa wajib menghindari keputusan untuk menunda tugas.

Pada hasil uji hipotesis minor kedua menunjukkan adanya koefisien korelasi $r_{x_2y} = -0,636$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$). Hal tersebut diasumsikan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara

manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Artinya semakin tinggi tingkat manajemen waktu yang dimiliki siswa maka tingkat prokrastinasi akademik semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah tingkat manajemen waktu yang dimiliki siswa maka tingkat prokrastinasi akademik semakin tinggi.

Hasil penelitian diatas, didukung oleh beberapa hasil penelitian sebelumnya diantaranya Nisa, Mukhlis, Wahyudi dan Putri (2019), Rahmah (2018), Reswita (2019), Setiawan dan Mamahit (2020) menunjukkan bahwa adanya pengaruh negatif atau korelasi negatif yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik. Manajemen waktu yang buruk menjadikan siswa tidak mampu mengatur tujuan dan sasaran dari kegiatan yang akan dihadapi (Nasrullah & Khan, 2015). Disamping itu pekerjaan tidak bisa diselesaikan sesuai *deadline* terbelakainya tugas, berkurangnya kepercayaan, sehingga akan menghambat dalam peningkatan prestasi (Yager, 2004). Oleh sebab itu, seorang siswa harus memiliki manajemen waktu yang baik. Kemampuan dalam memajemen waktu yang baik bertujuan untuk memilah kegiatan mana yang harus dilakukan terlebih dahulu serta menetapkan prioritas sesuai dengan tujuan dan sasaran yang ingin dicapai. Individu dengan segala aktivitas yang dijalani apabila kurang mampu mengatur waktu serta kurang komitmen dengan rencana yang telah dibuat maka akan mengarah terjadinya perilaku penundaan.

Melihat dari hubungan aspek-aspek yang terdapat pada manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik dapat diperoleh hasil bahwa kemampuan memanfaatkan waktu memiliki pengaruh paling kuat terhadap prokrastinasi akademik yaitu dengan r sebesar $-0,261$ dan nilai signifikansi $0,004$ ($p < 0,01$). Apabila siswa memiliki kemampuan memanfaatkan waktu dengan baik maka tingkat prokrastinasi akademik akan turun. Begitu sebaliknya, apabila siswa tidak memiliki kemampuan dalam hal memanfaatkan waktu maka tingkat prokrastinasi akademik akan tinggi. Menurut Specter dan Ferrari (2000) menjelaskan bahwa seorang prokrastinator memiliki kemampuan memanfaatkan waktu yang kurang baik. Oleh sebab itu, seorang siswa wajib memiliki kemampuan manajemen waktu yang baik agar terhindar dari penundaan sehingga akan terjadi peningkatan performa, kepuasan hidup dan kepuasan kerja yang lebih baik, ambiguitas terhadap peran berkurang, *overload* peran juga berkurang serta ketegangan somatis juga ikut menurun (Macan dkk dalam Kartadinata & Tjundjing, 2008).

Disamping itu, aspek yang memiliki pengaruh paling lemah terhadap prokrastinasi akademik adalah aspek menetapkan sebuah tujuan dan prioritas dengan r sebesar $-0,238$ dan nilai signifikansi $0,009$ ($p < 0,01$). Jika individu memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi maka semakin rendah kemampuan dalam penetapan tujuan dan prioritas yang dilakukan. Begitu sebaliknya, individu dengan tingkat prokrastinasi akademik yang rendah memberi arti bahwa individu memiliki kemampuan dalam

penetapan tujuan dan prioritas yang tinggi. Hal tersebut sesuai dari pendapat Timpe (2002) mengungkapkan bahwa seseorang yang mampu menetapkan sasaran dan prioritas akan menjadi efektif dan efisien karena bisa memahami pekerjaan mana yang lebih penting serta harus didahulukan. Dari hal tersebut, seorang siswa belajar bertanggung jawab terhadap kegiatan yang sudah direncanakan dan mengesampingkan aktivitas-aktivitas diluar perencanaan. Apabila siswa bisa melakukan hal tersebut, maka akan mencegah terjadinya penundaan dan akhirnya hasil yang ingin dicapai menjadi maksimal (Turut, 2019).

Adapun hasil yang diperoleh uji hipotesis dari angka R^2 (*R square*) atau sumbangan efektif sebesar 0,564. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel bebas yaitu kontrol diri dan manajemen waktu memberikan sumbangan efektif sebesar 56,4% terhadap variabel prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya sebesar 43,6% dipengaruhi atau dijelaskan oleh faktor lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini. Beberapa faktor-faktor lain yang memengaruhi prokrastinasi akademik antara lain regulasi diri dan motivasi yang rendah, pusat kendali eksternal, orientasi pada perfeksionisme (Ackerman & Gross, 2005); *conscientiousness*, kecemasan, dan cita-cita (Steel, 2007; Scher & Osterman, 2002); perhatian dan kekhawatiran yang perfeksionis (Smith, Sherry, Saklofske & Mushqaush, 2017) serta harga diri yang rendah (Thye, Mosen, Weger & Tauschel, 2016). Sedangkan menurut Ramadhani (2016) dalam penelitiannya menyatakan bahwa faktor lain yang memengaruhi yaitu

kurangnya dukungan orang tua dan *locus of control*. Selain itu faktor lain yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik menurut Aini dan Mahardayani (2011) adalah *self efficacy*, kurangnya pengawasan, gaya pengasuhan orang tua, kesulitan memperoleh bahan, kurangnya sarana dan aktivitas lain.

Perhitungan sumbangan efektif (SE) dari masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen yaitu dimana variabel kontrol diri dengan prokrastinasi akademik sebesar 28,4% dan variabel manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik sebesar 28%. Sedangkan diketahui bahwa sumbangan relatif variabel kontrol diri (X_1) dengan prokrastinasi akademik (Y) adalah sebesar 50,4%. Sementara sumbangan relatif variabel manajemen waktu (X_2) dengan prokrastinasi akademik (Y) adalah sebesar 49,6%. Total sumbangan relatif sebesar 100%.

Peneliti menyadari bahwa adanya keterbatasan dalam peneitian ini sehingga bisa menjadi bahan evaluasi untuk penelitian selanjutnya. Keterbatasan yang dialami adalah dalam pengisian skala oleh siswa-siswi, peneliti tidak bisa mengawasi secara langsung berkaitan dengan situasi pandemi *covid-19* yang sedang dialami sehingga pelaksanaan penelitian dilakukan secara daring. Hal tersebut juga didukung oleh pihak sekolah supaya peneliti mengurangi intensitas kegiatan tatap muka (terbatasnya waktu yang dimiliki).