

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU PROKRASINASI AKADEMIK
PADA SISWA SMA**

SKRIPSI

Dhimas Kurnia Sakti

18.E1.0289



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2022

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU PROKRASINASI AKADEMIK
PADA SISWA SMA**

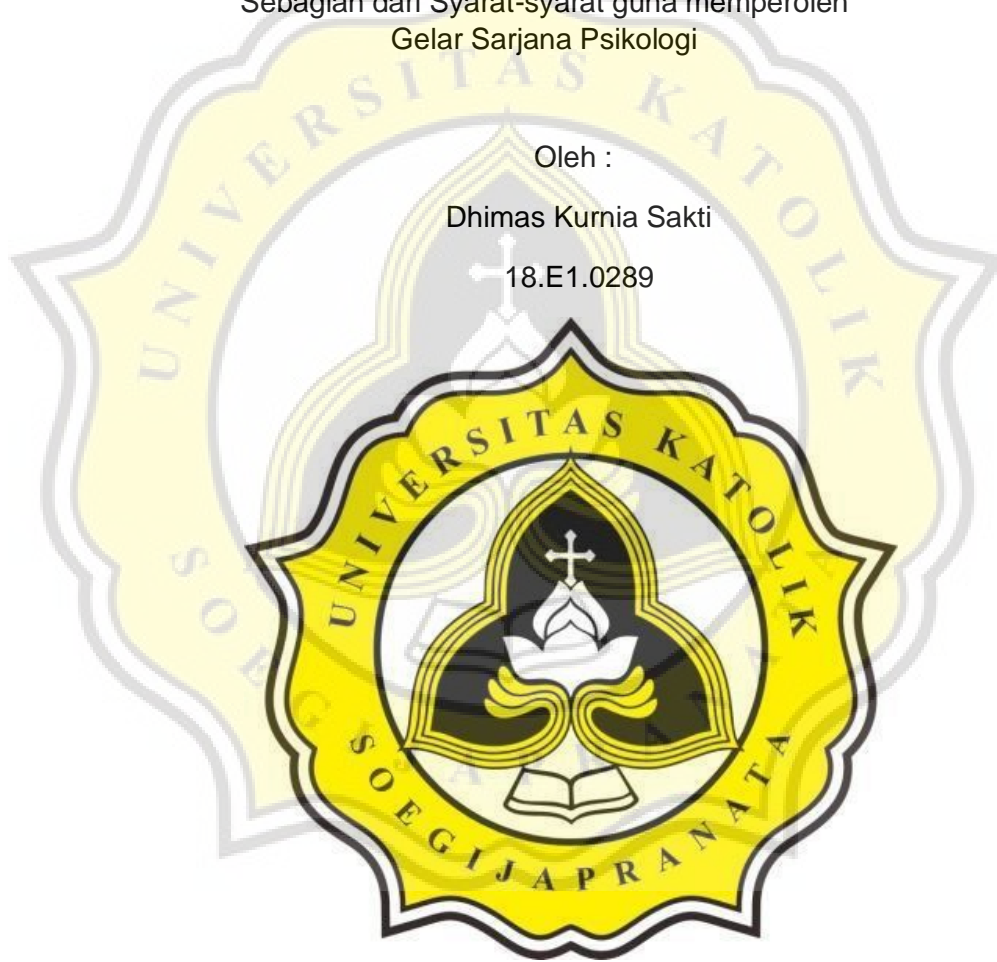
SKRIPSI

Ditujukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat guna memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh :

Dhimas Kurnia Sakti

18.E1.0289



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA SEMARANG

2022

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi

Pada Tanggal
24 Oktober 2022

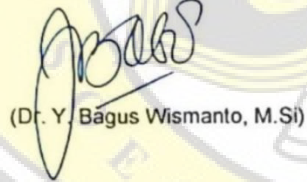
Mengesahkan
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



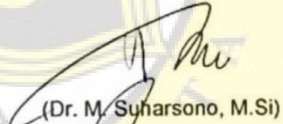
(Dra. Sri Sumijati, M.Si)

FAK. PSIKOLOGI
Dewan Penguji

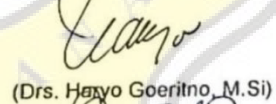
Pembimbing Utama



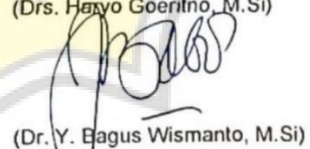
(Dr. Y. Bagus Wismanto, M.Si)



(Dr. M. Suharsono, M.Si)



(Drs. Heryo Goeritno, M.Si)



(Dr. Y. Bagus Wismanto, M.Si)

HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 13 Oktober 2022

Yang Menyatakan



Dhimas Kurnia Sakti

18.E1.0289

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan kasih karunia-Nyayang memberikan kesehatan dan kesempatan bagi penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi untuk memenuhi syarat menjadi Sarjana Psikologi. Atas kelancaran, kemudahan dan ridho Allah SWT penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA”. Penyusunan skripsi ini juga atas bantuan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah membantu. Sehingga pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Kristiana Haryanti, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah menjadi sumber inspirasi dan pemimpin bagi seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi.
2. Dra. Sri Sumijati, M.Si selaku Ketua Program Studi S1 Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah menjadi sumber inspirasi penulis saat mencari topik penelitian serta selaku dosen wali yang selalu memberikan dukungan, perhatian dan membimbing selama berkuliah di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata.
3. Dr. Y. Bagus Wismanto, M.Si selaku dosen pembimbing yang selalu membantu dan sabar membimbing serta memberi dukungan pada penulis melalui bimbingan *online* dalam penyusunan skripsi.
4. Bapak Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata

Semarang yang selama ini telah banyak memberikan bekal ilmu pengetahuan, membantu dan mendampingi dengan tulus serta ikhlas dalam mengenyam Pendidikan S1 Psikologi.

5. Seluruh staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata yang telah menjelaskan dan membantu dalam segala urusan administrasi.

6. Seluruh staf Perpustakaan yang telah membantu dalam mencari buku-buku sumber referensi yang dibutuhkan penulis.

7. Seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.

8. Keluarga saya tercinta, Bapak dan Ibu atas dukungan moral dan materi serta doa-doa yang tak pernah putus, kakak serta adik saya atas dukungan dan kasih yang telah diberikan.

9. Sahabat saya Nidhea yang telah banyak membantu dan mengajarkan dalam mengerjakan skripsi serta juga Diki, Liana, Clarin untuk *share* dan *support* selalu.

10. Teman-teman kelas 04 angkatan 2018 tercinta yang setia berjuang bersama-sama untuk menempuh gelar sarjana.

11. Sahabat Baruak yang setia menemani saya selama kuliah, sahabat Manyeng Ganyeng yang banyak memberikan hiburan dan semangat.

12. Segenap pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung.

13. Keluarga Sunrice yang telah menyayangi saya sebagai keluarga serta

mengajarkan berbagai macam pengalaman untuk kehidupan saya.

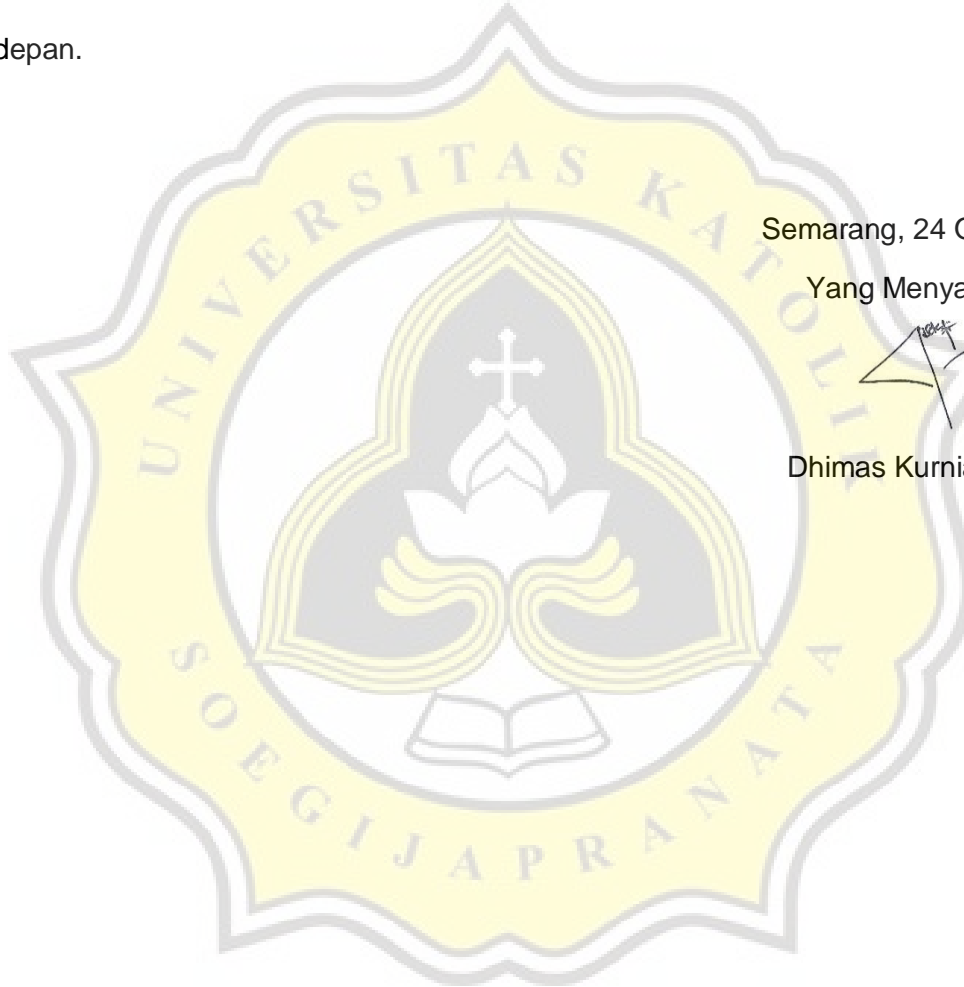
Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih belum sempurna. Maka dari itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca atas penelitian demi perbaikan penelitian yang akan datang dan juga perkembangan ilmu psikologi ke depan.

Semarang, 24 Oktober 2022

Yang Menyatakan



Dhimas Kurnia Sakti



**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dhimas Kurnia Sakti

NIM : 18.E1.0289

Prodi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Non eksklusif atas karya ilmiah yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 24 Oktober 2022

Yang Menyatakan



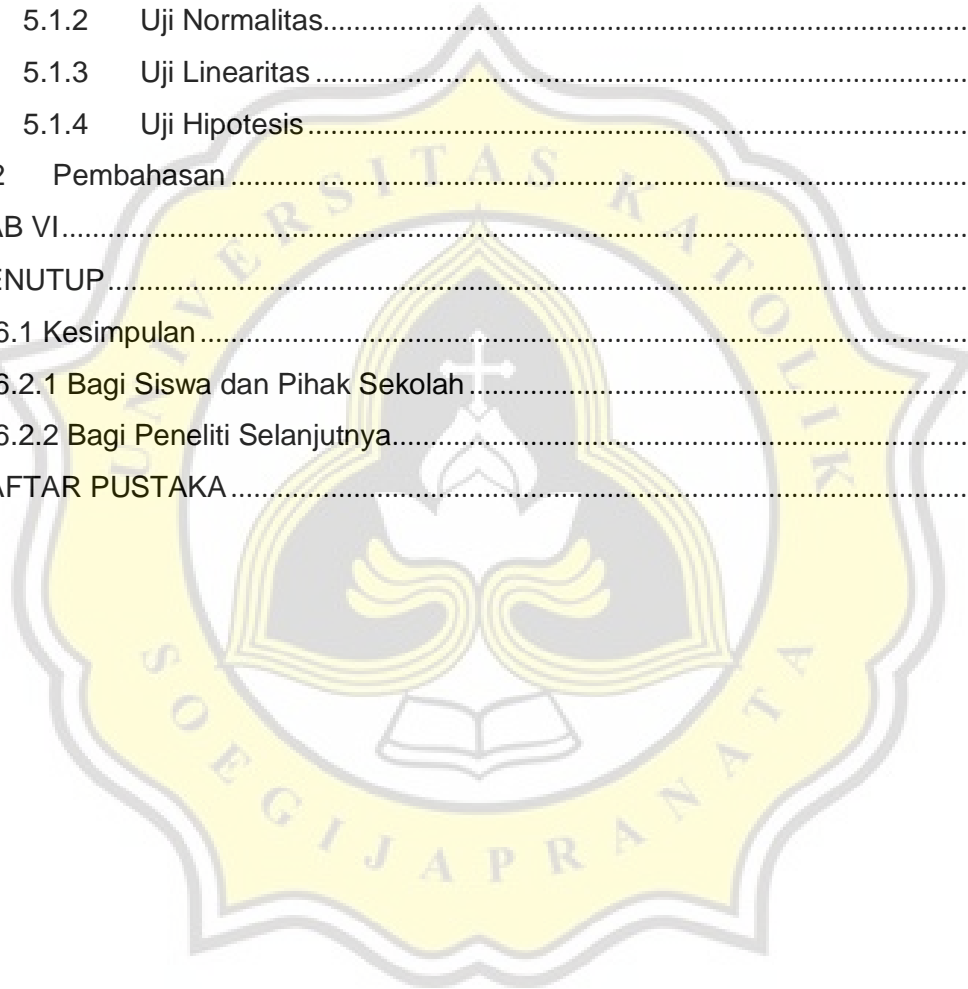
Dhimas Kurnia Sakti

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	v
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan Penelitian	11
1.3 Manfaat Penelitian	11
BAB II	13
TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMA.....	13
2.1.1 Pengertian Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMA	13
2.1.2 Aspek - Aspek Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMA	15
2.1.3 Faktor–Faktor yang Memengaruhi Perilaku Prokrastinasi Siswa SMA ...	19
2.2 Kontrol Diri.....	23
2.2.1 Pengertian Kontrol Diri.....	23
2.2.2 Aspek-aspek Kontrol Diri	24
2.3 Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMA.....	27
2.4 Hipotesis	33
BAB III	34
METODE PENELITIAN.....	34
3.1 Identifikasi Variabel Penelitian	34
3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian	34

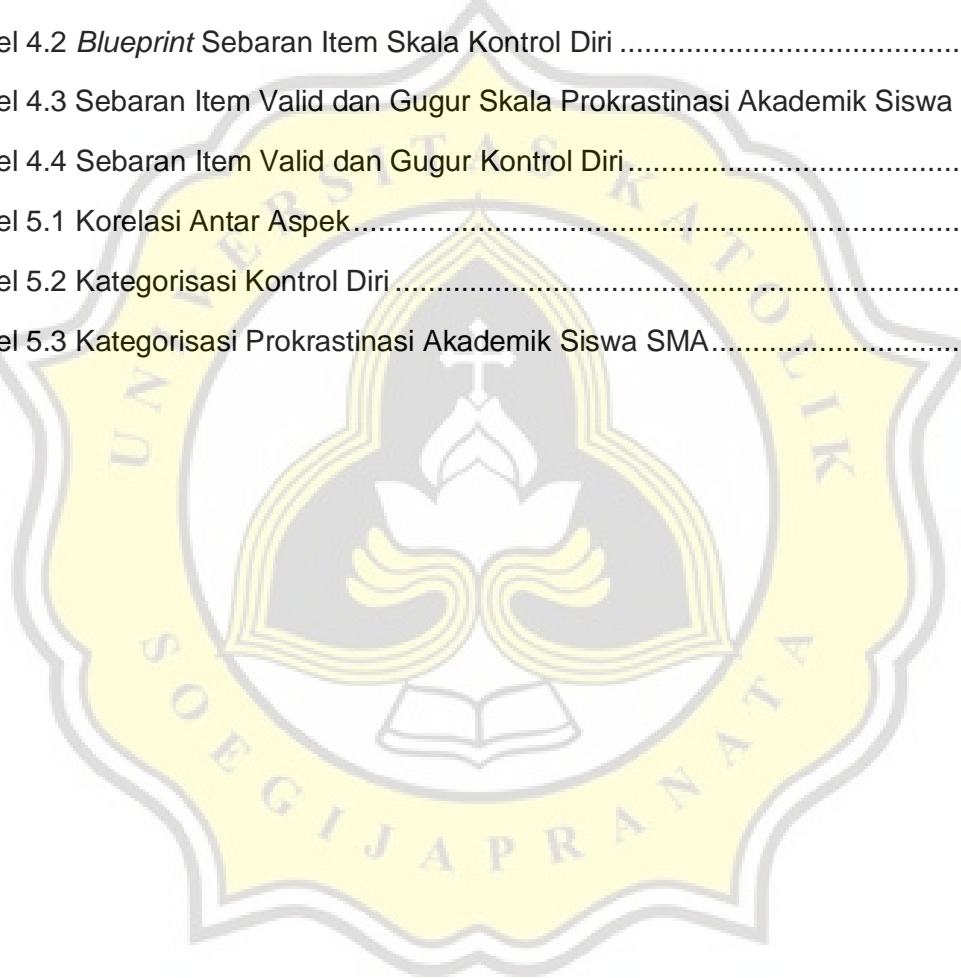
3.2.1	Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMA.....	35
3.2.2	Kontrol Diri	35
3.3	Subjek Penelitian	36
3.3.1	Populasi	36
3.3.2	Teknik Pengambilan Sampel.....	36
3.4	Metode Pengumpulan Data	36
3.4.1	Skala Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMA	37
	Tabel 3.1 Blueprint Skala Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMA	37
3.4.2	Skala Kontrol Diri.....	38
	Tabel 3.2. Blueprint Skala Kontrol Diri.....	38
3.5	Uji Coba Alat Ukur.....	39
3.5.1	Uji Validitas Alat Ukur	39
3.5.3	Uji Reliabilitas Alat Ukur	40
3.6	Metode Analisis Data.....	40
BAB IV	42
PENGUMPULAN DATA PENELITIAN	42
4.1	Orientasi Kancah Penelitian.....	42
4.2	Persiapan Pengumpulan Data Penelitian	43
4.2.1	Penyusunan Skala Penelitian	43
a.	Skala Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMA.....	43
	Table 4.1 Blueprint Sebaran Nomor Item Skala Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMA.....	44
b.	Skala Kontrol Diri	44
	Tabel 4.2 Blueprint Sebaran Nomor Item Skala Kontrol Diri	44
4.2.2	Pembuatan <i>Google Form</i>	45
4.2.3	Perizinan Surat Penelitian	45
4.3	Uji Coba Alat Ukur.....	46
4.3.1	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	46
	Tabel 4.3 Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Perilaku Prokrastinasi Siswa SMA	48
	Tabel 4.4 Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Kontrol diri	49

4.4 Pelaksanaan Pengumpulan Data	49
BAB V	51
HASIL DAN PEMBAHASAN	51
5.1 Hasil Analisis Data	51
5.1.1 Uji Asumsi	51
5.1.2 Uji Normalitas.....	51
5.1.3 Uji Linearitas	52
5.1.4 Uji Hipotesis	52
5.2 Pembahasan	52
BAB VI.....	58
PENUTUP.....	58
6.1 Kesimpulan	58
6.2.1 Bagi Siswa dan Pihak Sekolah	58
6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59



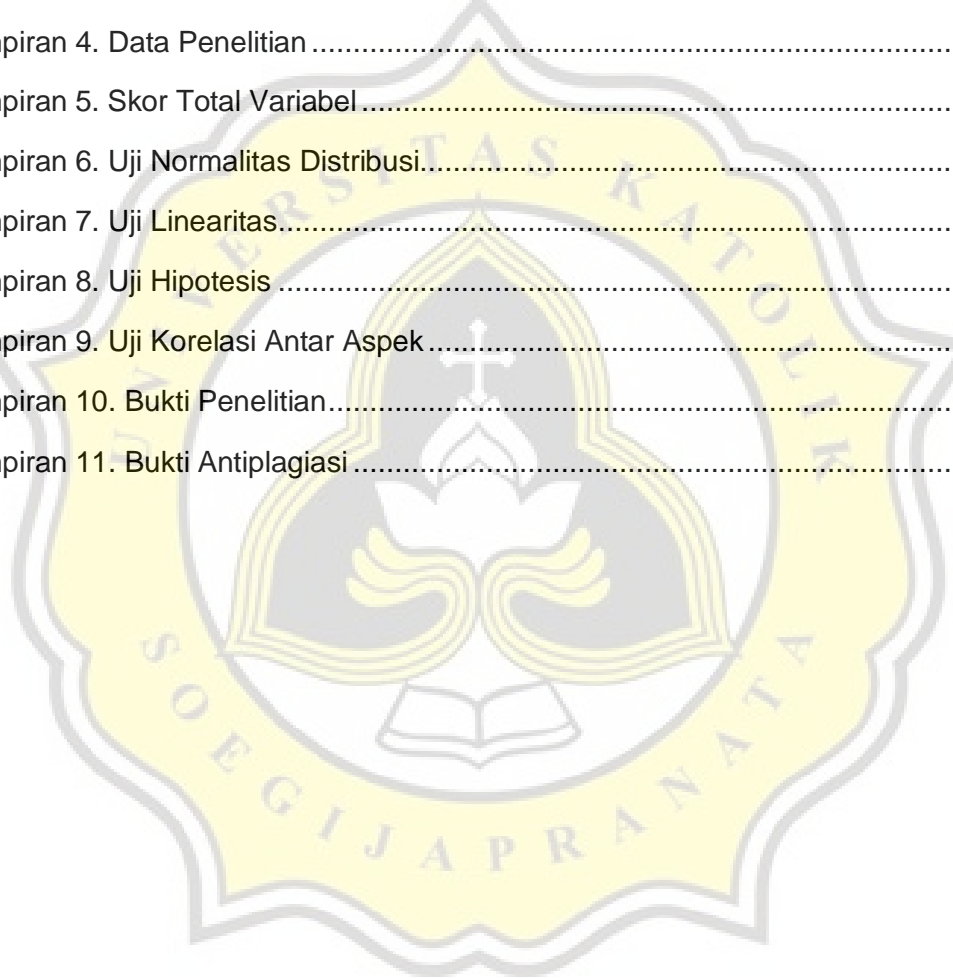
DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala Prokrastinasi Akademik Siswa SMA.....	37
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Kontrol Diri.....	38
Tabel 4.1 <i>Blueprint</i> Sebaran Item Skala Prokrastinasi Akademik Siswa SMA	44
Tabel 4.2 <i>Blueprint</i> Sebaran Item Skala Kontrol Diri	44
Tabel 4.3 Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Prokrastinasi Akademik Siswa SMA..	48
Tabel 4.4 Sebaran Item Valid dan Gugur Kontrol Diri.....	49
Tabel 5.1 Korelasi Antar Aspek.....	55
Tabel 5.2 Kategorisasi Kontrol Diri.....	55
Tabel 5.3 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik Siswa SMA.....	56



DAFTAR LAMPIRAN

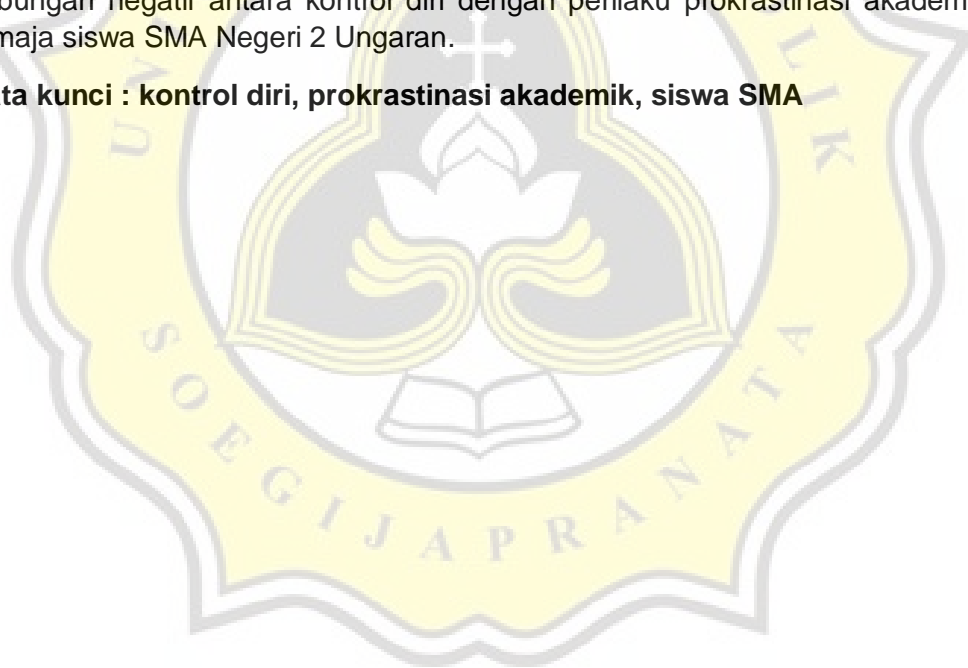
Lampiran 1. Alat Ukur Penelitian	63
Lampiran 2. Data Uji Coba Penelitian.....	68
Lampiran 3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	71
Lampiran 4. Data Penelitian	76
Lampiran 5. Skor Total Variabel.....	79
Lampiran 6. Uji Normalitas Distribusi.....	80
Lampiran 7. Uji Linearitas.....	81
Lampiran 8. Uji Hipotesis	84
Lampiran 9. Uji Korelasi Antar Aspek.....	85
Lampiran 10. Bukti Penelitian.....	89
Lampiran 11. Bukti Antiplagiasi	92



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 2 Ungaran. Hipotesis yang diajukan adalah “Ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi akademik”. Subjek penelitian adalah remaja siswa SMA Negeri 2 Ungaran Kabupaten Semarang. Jumlah keseluruhan subjek penelitian adalah 67 siswa. Alat ukur yang digunakan adalah skala kontrol diri dan skala perilaku prokrastinasi akademik pada siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Teknik korelasi data yang digunakan adalah *Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang sangat signifikan ($r=-0,691$, $p< 0,05$). Kontrol diri secara efektif menyumbang 47,8% dari perilaku prokrastinasi akademik. Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima, sehingga disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada remaja siswa SMA Negeri 2 Ungaran.

Kata kunci : kontrol diri, prokrastinasi akademik, siswa SMA



ABSTRACT

This study aims to see whether there is a relationship between self-control and academic procrastination in adolescent students of SMA Negeri 2 Ungaran. The hypothesis proposed is “a negatif relationship between self-control and academic procrastination”. The research subjects were teenage students of SMA Negeri 2 Ungaran Semarang Regency. The total number of research subjects was 67 students. The measuring instrument used is a scale of self-control and a scale of academic procrastination in students. The sampling technique used is cluster random sampling technique. The measuring instrument used has been tested for validity and reliability. The data technique used was the Pearson. The results showed a very significant correlation ($r=-0,691$, $p< 0,05$). Self-control effectively accounts for 47.8% of academic procrastination behavior. Thus the proposed hypothesis is accepted, so it can be concluded that there is a negatif relationship between self-control and academic procrastination in adolescent students of SMA Negeri 2 Ungaran.

Keywords : Self-control, academic procrastination, adolescent students

