HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 15 SEMARANG

SKRIPSI

OLEH :

Mely Trisnawati

NPM 20110021

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

2024

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 15 SEMARANG

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Semarang untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

OLEH :
Mely Trisnawati
NPM 20110021

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 15 SEMARANG

Yang disusun dan diajukan oleh

MELY TRISNAWATI

NPM. 20110021

Telah disetujui oleh pembimbing untuk dilanjutkan

Dihadapkan dewan penguji

Semarang, 6 Agustus 2024

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd., M.Pd., Kons	**Dr. G. Rohastono Ajie, M.Pd**
NPP. 106701254	**NPP. 005311011**

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 15 SEMARANG

Yang disusun dan diajukan oleh

MELY TRISNAWATI

NPM. 20110021

telah dipertahankan didepan Dewan Penguji

pada tanggal 27 Agustus 2023

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji

Ketua,	**Sekertaris,**
Dr. Arri Handayani, S.Psi., M.Si.	**Dr. Dini Rakhmawati, S.Pd., M.Pd.**
NPP. 997401149	**NPP. 088501216**

Penguji I

Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd., M.Pd., Kons **(……..)**

NPP. 106701254

Penguji II

Dr. G. Rohastono Ajie, M.Pd **(……)**

NPP. 005311011

Penguji III

Farikha Wahyu Lestari, M.Pd. **(……)**

NPP. 158801465

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

1. *"Karena sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan"* (QS. Al-Insyirah:5)
2. *"Kamu mungkin bisa menunda, tapi waktu tidak akan menunggu"* (Benjamin Franklin)
3. *"Apapun yang sudah dimulai, harus berakhir dengan baik, tunjukan hasil yang indah dibalik proses yang tidak mudah"* (Mely Trisnawati)

PERSEMBAHAN :

Saya persembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah SWT yang selalu memberikan kemudahan, kelancaran, kekuatan, kesabaran, serta kesehatan dalam menjalani kehidupan saya selama ini.
2. Mely Trisnawati, diri saya sendiri karena mampu bertahan hingga sejauh ini.
3. Almamaterku tercinta Universitas PGRI Semarang.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mely Trisnawati

NPM : 20110021

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul "Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang" ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Semarang, 6 Agustus 2024

Yang menyatakan,

Mely Trisnawati

20110021

ABSTRAK

MELY TRISNAWATI. NPM 20110021, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang" Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Semarang. 2024. Pembimbing I Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd, M.Pd, Kons. Pembimbing II Dr. G. Rohastono Ajie, M.Pd.

Masih ditemukan adanya prokrastinasi akademik adalah dasar penelitian ini. Tujuan dari penelitian ini adalah mencari hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang.

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional, populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 297. Sampel penelitian ini sebanyak 159 orang siswa yang ditentukan dengan teknik proportional sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kontrol diri dan skala prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil hipotesis dari penelitian ini adalah "terdapat hubungan signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang." Hasil uji uji korelasi *pearson product moment*, diperoleh nilai *Pearson Correlation* -0,71 yang berarti tingkat korelasinya tinggi. Hubungan tersebut menunjukkan hubungan yang negatif, maka jika kontrol diri siswa tinggi maka prokrastinasi akademik siswa rendah dan sebaliknya.

Adapun hasil uji hipotesis pada taraf signifikansi α=0,05 dan menganalisis rhitung dengan mencari rtabel menggunakan tabel *pearson product moment* pada taraf 5% = 0,155. Sehingga diperoleh perbandingan berdasarkan nilai yang diperoleh : -0,71 < 0,155 (Ho) ditolak dan (Ha) diterima maka terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik.

Data dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi untuk meningkatkan langkah konkrit dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa SMP Negeri 15 Semarang agar dapat mengatasi siswa yang melakukan prokrastinasi akademik serta meningkatkan kontrol diri.

Kata kunci : Kontrol Diri, Prokrastinasi Akademik

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Skripsi yang berjudul "Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang" disusun untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari hambatan dan rintangan serta kesulitan-kesulitan. Namun berkat bimbingan, kasih sayang, bantuan, nasihat hingga segala hambatan dan rintangan serta kesulitan tersebut dapat terlewati dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis sampaikan terimakasih kepada :

1. Dr. Sri Suciati, M.Hum. Rektor Universitas PGRI Semarang.
2. Dr. Arri Handayani, S.Psi., M.Si. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian
3. Dr. Dini Rakhmawati, S.Pd., M.Pd Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah menyetujui usulan topik skripsi.
4. Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd, M.Pd, Kons. Dosen Pembimbing I yang telah memberikan ilmu, saran, dan dukungan dengan kesabaran.
5. Dr. G. Rohastono Ajie, M.Pd Dosen Pembimbing II yang telah memberikan ilmu, saran, dan dukungan dengan kesabaran.
6. Bapak &Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling, yang telah membekali wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman selama peneliti menempuh bangku perkuliahan di Universitas PGRI Semarang.
7. Resanto, S.Pd., M.Pd Kepala sekolah SMP Negeri 15 Semarang yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian.
8. Dra. Sutini, S.Pd Guru BK SMP Negeri 15 Semarang yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian di sekolah.
9. Seluruh Warga SMP Negeri 15 Semarang yang telah membantu peneliti dalam kelancaran pelaksanaan penelitian.

10. Kedua orang tua tercinta Bapak Untung dan Ibu Carmah, terimakasih karena selalu mendoakan dan menjadi alasan saya untuk selalu berjuang dan bertahan hidup.
11. Bagus Dwi Yulianto yang menemani proses skripsi dan selalu mengapresiasi, serta selalu menjadi yang terdepan ketika saya membutuhkan.
12. Dokter Agung Dewantara dan Dokter Arga yang telah membantu dalam penyembuhan sehingga saya bisa berada di titik ini.
13. Teman-teman saya Zhahra Adelia, Ayu Fadilah, Berliana Meiky, Ayu Wulandari, Kristina Wulandari, Farida Zakiyatus serta mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas PGRI Semarang, khususnya kelas A yang selalu memberikan warna dalam proses bimbingan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan oleh karena itu penulis dengan terbuka dan senang hati menerima saran dari semua pihak yang bersifat membangun untuk kesempurnaan skripsi. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca dan bagi para pendidik.

Semarang, Agustus 2024

Penulis

Mely Trisnawati

DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR i
SAMPUL DALAM ii
LEMBAR PENGESAHAN iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN v
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN vi
ABSTRAK vii
KATA PENGANTAR viii
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xiii
DAFTAR GAMBAR xiv
DAFTAR BAGAN xv
DAFTAR LAMPIRAN xvi
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Identifikasi Masalah 9
C. Pembatasan Masalah 9
D. Rumusan Masalah 10
E. Tujuan Penelitian 10
F. Manfaat Penelitian 10
BAB II KAJIAN TEORI 12
A. Prokrastinasi Akademik 12
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik 12
2. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik 14
3. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik 17
4. Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik 19
5. Dampak Prokrastinasi Akademik 23
B. Kontrol Diri 25
1. Pengertian Kontrol Diri 25
2. Jenis Kontrol Diri 27

3. Aspek-Aspek Kontrol Diri 27
4. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri 28
5. Pentingnya Kontrol Diri 29
C. Kerangka Berpikir 30
D. Hipotesis 32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN 33
A. Tempat dan Waktu Penelitian 33
1. Tempat 33
2. Waktu 33
B. Variabel Penelitian 34
C. Metode dan Desain Penelitian 34
D. Populasi, Sampel dan Sampling 35
1. Populasi 35
2. Sampel 36
3. Sampling 36
E. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian 38
1) Teknik Pengumpulan Data 38
2) Instrumen Penelitian 38
F. Validitas Instrumen 40
G. Reliabilitas Instrumen 45
H. Teknik Analisis Data 46
1) Uji Normalitas 46
2) Uji Linearitas 47
3) Uji Hipotesis 47
4) Hipotesis Statistik 48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 49
A. Deskripsi Data 49
B. Deskripsi Data Hasil Penelitian 50
1. Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Negeri 15 Semarang 50
2. Kontrol Diri Siswa SMP Negeri 15 Semarang 53

C. Uji Prasyarat 55
1. Uji Normalitas 55
2. Uji Linieritas 56
D. Uji Hipotesis 57
E. Pembahasan 59
BAB V SIMPULAN, SARAN DAN KETERBATASAN PENELITI 62
A. Simpulan 62
B. Saran 63
C. Keterbatasan Peneliti 64
DAFTAR PUSTAKA 65
LAMPIRAN 67

DAFTAR TABEL

Tabel

3. 1 Jadwal Kegiatan Penelitian 33
3. 2 Jumlah Populasi..... 36
3. 3 Sampel Penelitian..... 37
3. 4 Distribusi Pemberian Skor Skala..... 39
3. 5 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik (Sebelum Try Out)..... 39
3. 6 Blue Print Skala Kontrol Diri (Sebelum Try Out) 40
3. 7 Hasil Uji Validitas Prokrastinasi Akademik 42
3. 8 Hasil Uji Validitas Kontrol Diri..... 43
3. 9 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik (Setelah Try Out) 44
3. 10 Blue Print Skala Kontrol Diri (Setelah Try Out)..... 44
3. 11 Hasil Uji Reabilitas 46
3. 12 Interpretasi Koefisien Korelasi..... 47
4. 1 Hasil Pengolahan Data Tabulasi Prokrastinasi Akademik 51
4. 2 Tingkat Prokrastinasi Akademik 52
4. 3 Hasil Pengolahan Data Tabulasi Kontrol Diri..... 53
4. 4 Tingkat Kontrol Diri..... 54
4. 5 Uji Normalitas..... 56
4. 6 Uji Linieritas 57
4. 7 Uji Korelasi 58

DAFTAR GAMBAR

Gambar Hal

4. 1 Diagram Prokrastinasi Akademik 52
4. 2 Diagram Kontrol Diri 55

DAFTAR BAGAN

Bagan **Hal**

2. 1 Kerangka Berpikir 32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran **Hal**

1 Pedoman Wawancara 68
2 Surat Izin Penelitian Kepala SMP Negeri 15 Semarang 77
3 Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan Kota Semarang 78
4 Surat Keterangan Selesai Penelitian.....80
5 Kisi-Kisi Skala Try Out Prokrastinasi Akademik 81
6 Skala Try Out Prokrastinasi Akademik.....84
7 Kisi-Kisi Skala Try Out Kontrol Diri.....89
8 Skala *Try Out* Kontrol Diri.....91
9 Presensi *Try Out* 96
10 Kisi-Kisi Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik.....97
11 Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik 100
12 Kisi-Kisi Skala Penelitian Kontrol Diri 103
13 Skala Penelitian Kontrol Diri 107
14 Presensi Penelitian.....110
15 Tabulasi *Try Out* Prokrastinasi Akademik 118
16 Tabulasi *Try Out* Kontrol Diri.....118
18 Hasil Validitas Kontrol Diri 121
19 Tabulasi Penelitian Prokrastinasi Akademik.....124
20 Tabulasi Penelitian Kontrol Diri 127
21 Dokumentasi Wawancara.....130
22 Dokumentasi *Try Out* 131
23 Dokumentasi Penelitian.....132
24 Jurnal Skripsi.....133

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan suatu lingkungan pendidikan dimana kemampuan kognitif, emosional dan psikomotorik individu dikembangkan melalui proses pembelajaran di sekolah. Hal ini diharapkan dapat melahirkan generasi muda yang cerdas, kreatif, tangkas dan bertanggung jawab. Dengan berkembangnya emosi dan moral pada masa remaja, remaja diharapkan mampu bersikap suportif dalam menyelesaikan tugasnya. Siswa sekolah menengah dianggap mampu memikul tanggung jawab terhadap berbagai tugas, termasuk tugas akademik. Namun berdasarkan fakta dan kenyataan yang sering terjadi di bidang pendidikan, siswa SMP masih menemui kendala dalam menyelesaikan tugas akademiknya.

Permasalahan yang dialami siswa ketika menyelesaikan tugas akademik disebut prokrastinasi akademik. Tuckman (dalam Dahlia Novarianing Asri, 2018:17) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk menunda atau menghindari aktivitas yang berada di bawah kendali seseorang. Gambaran tersebut menunjukkan bahwa siswa Indonesia kurang memiliki kesadaran dalam mengontrol perilaku, sehingga mereka lebih menyukai kebiasaan menunda-nunda pekerjaan rumah atau menghindari pertemuan. Kebiasaan ini sudah menjadi fenomena umum di masyarakat Indonesia, sehingga lahirlah istilah "jam karet"

Fenomena yang sering terjadi dikalangan pelajar saat ini adalah banyaknya waktu yang terbuang untuk hal lain selain belajar. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka bergadang, jalan-jalan di mall atau plaza bersama teman-teman, menonton televisi hingga berjam-jam, kecanduan game online dan suka menunda waktu pekerjaan (Savira & Yudi, 2013). Selain itu, dengan berkembangnya teknologi dan semakin maraknya media sosial/jejaring sosial yang populer di kalangan remaja Indonesia seperti WhatsApp, Facebook, Twitter, Instagram, Youtube dan TikTok. Membuat remaja semakin banyak membuang waktu untuk memposting aktivitas mereka di jejaring sosial dibandingkan mengerjakan pekerjaan rumah ataupun belajar. Ketika seorang siswa tidak dapat memanfaatkan waktunya dengan baik, mereka cenderung menghabiskan lebih banyak waktu untuk melakukan aktivitas lain dengan sengaja. Mereka merasa bahwa melakukan aktivitas lain lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas yang harus mereka selesaikan, sehingga tugas terbengkalai dan penyelesaian tugas menjadi tidak maksimal. Hal tersebut dapat mengakibatkan kegagalan serta menghambat kesuksesan.

Dalam lingkup sekolah sering dijumpai siswa yang mengalami prokrastinasi akademik, berdasarkan hasil observasi di SMP Negeri 15 Semarang banyak siswa yang lebih senang bermain atau bermalas-malasan dibandingkan mengerjakan tugas, mengerjakan tugas berdekatan dengan batas waktu pengumpulan, dan merasa diberatkan apabila diberikan tugas. Dari peristiwa tersebut dapat diartikan prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan tidak rasional yang dimiliki oleh siswa. Kayakinan tidak rasional tersebut seperti kesalahan siswa

dalam mempersepsikan tugas sekolah, motif siswa mamandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan, sehingga siswa mengerjakan tugas berdekatan dengan batas waktu serta berpersepsi bahwa hal tersebut membuat siswa merasa tertantang dan otak lebih cepat untuk berfikir. Keyakinan tidak rasional lainnya yaitu persepsi siswa terhadap guru, guru yang tidak tegas cenderung dianggap tidak memperdulikan siswanya. Oleh karena itu, guru perlu bersikap tegas dalam memberikan *deadline* pengumpulan tugas supaya melatih kedisiplinan serta mengurangi permasalahan prokrastinasi akademik di sekolah.

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh (Annisa Paragita, 2022) diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA Nurul Amaliyah Tanjung Morawa. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi rxy = -0,537, p= 0,000 < 0,05 berarti semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Dimana Kontrol diri berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik sebesar 32,4 %. 2. Berdasarkan perhitungan kategoris didapatkan kontrol diri tergolong rendah (mean empirik = 44,95 > mean Hipotetik 55 dimana seisihnya lebih dari bilang SD = 8,699), dan untuk prokrastinasi akademik tergolong tinggi (mean emprik = 66,70 > mean hipotetik = 52,5 dimana selisihnya lebih dari bilang SD = 9,795).

Menurut hasil Penelitian (Khairunisah,2020) diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik

dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa jurusan PAI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram". Sehingga dalam kontrol diri ini terdapat aspek yang paling mendominasi untuk mengurangi terjadinya prokrastinasi. Sebagai data pendukung ditemukan juga data bahwa kontrol diri berdasarkan distribusi frekuensi angket diperoleh kontrol diri adalah 10% dengan jumlah 3 responden dalam kategori sangat tinggi, tingkat kontrol diri sebanyak 13 responden dengan persentase 43,3% dalam kategori tinggi, tingkat kontrol diri dengan kategori sedang 16,7% dengan jumlah 5 responden dan tingkat kontrol diri dengan kategori rendah 30% dengan jumlah 9 responden. Dengan demikian tingkat kontrol diri dalam kategori tinggi. Demikian juga dengan data prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa jurusan PAI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram, berdasarkan distribusi frekuensi angket diperoleh prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa jurusan PAI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram adalah 16,7% dengan jumlah 5 responden dalam kategori sangat tinggi, 46,7% dengan jumlah 9 responden dalam kategori tinggi, tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan PAI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram sebanyak 12 responden dengan presentase 40% dalam kategori sedang, tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan PAI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram dengan kategori rendah 13,3% dengan jumlah 4 responden. Dengan demikian, tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa jurusan PAI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram dalam kategori sedang.

Penelitian yang dilakukan (Sri Lely Wahyuni Dolok Saribu, 2022) diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Methodist 1 Medan, dimana rxy = -0,542 dengan signifikan p = 0,00 < 0,05. Artinya hipotesis yang diajukan semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka tinggi prokrastinasi akademik. Koefisien determinan (r2) dari hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik adalah sebesar r2 = 0,294 2. Dalam penelitian ini Tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMA Methodist 1 Medan tergolong sedang (73,09) dan tingkat kontrol diri siswa kelas XI SMA Methodist 1 Medan tergolong tinggi (87,63).

Biordy (Abdilah, 2020: 8) mengungkapkan unsur-unsur yang memicu terjadinya prokrastinasi akademik secara internal adalah: (a) Tidak yakin akan diri sendiri, merupakan unsur yang datang dalam diri seseorang karena kurang percaya diri akan keahlian yang dimiliki sehingga merasa tidak mampu menyelesaikan tugas. (b) Toleransi kekecewaan yang kurang, potensi untuk menghadapi kekecewaan yang kurang atau tidak siap menerima fakta terburuk yang akan terjadi imbalan suasana kondisi yang ditimbulkannya sendiri. (c) Mengharuskan kesempurnaan, individu yang mengupayakan kesempurnaan akan mengarah untuk menunda-nunda pengerjaan tugas dengan dalih mencari materi yang lebih banyak untuk mendapatkan hasil yang sempurna. (d) Pendapat fatalistik yaitu pemikiran individu yang negatif tentang dampak yang akan dicapainya akan membuat hasil yang buruk dalam pekerjaan yang dilakukannya. Perilaku menunda dapat berpengaruh pada kesuksesan akademik dan pribadi individu. Dini (dalam Westri,

2016: 13), mengungkapkan dampak negatif yang ditimbulkannya, yaitu: a) performa akademik yang rendah, b) stress yang tinggi, c) menyebabkan penyakit, d) kecemasan yang tinggi". Prokrastinasi akademik juga berdampak pada ranah afektif, ranah kognitif, perilaku, fisik, moral, dan interpersonal.

1) Ranah afektif (seperti gelisah, cemas, takut, menyesal, stres, emosi tidak terkontrol, panik, menangis dan bersedih);
2) Ranah kognitif (seperti selalu teringat tugas yang belum selesai dan menilai dirinya telah gagal);
3) Perilaku (seperti malas mengerjakan tugas yang lain, terlambat masuk, terlambat mengumpulkan tugas dan terburu-buru);
4) Fisik (seperti kelelahan, sulit tidur, malas makan, kepala pusing, jantung berdebar-debar dan sakit): akademik (seperti pekerjaan tertunda, nilai menurun, tugas menumpuk);
5) Moral (seperti menyontek);
6) Interpersonal (seperti mendapat penilaian yang buruk dari orang lain, tidak enak dengan guru dan dimarahi guru);

Menurut Chaplin (dalam Adeonalia, 2002: 36) kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.

Pada siswa sebagai pembelajar, perlunya melakukan kontrol diri adalah satu kemutlakan. Ketidakstabilan emosi, dapat menjerumuskan siswa ke dalam pergaulan dan sikap hedonistik. Pergaulan bebas, narkoba, premanisme, vandalisme, sampai pada sadisme, dan lain-lain. Dari persoalan tersebut dapat

diketahui bahwa fungsi kontrol diri menjadi penting pada siswa yang memasuki remaja awal. Kecenderungan yang telah disebutkan dapat menyebabkan siswa bermasalah di sekolah. Salah satu masalah yang harus diperhatikan siswa dalam persoalan kontrol diri adalah prokrastinasi. Prokrastinasi adalah perilaku buruk yang suka menunda-nunda pekerjaan tanpa alasan yang jelas. Dalam dunia akademik prokrastinasi menjadi penyakit pada siswa yang sangat suka menunda-nunda tugas dengan alasan yang sebenarnya tidak terlalu penting.

Ternyata dalam kehidupan akademik di sekolah masalah prokrastinasi bukan masalah yang sepele. Siswa yang sering menunda tugas akan mengalami dua hal. Pertama mereka harus mengejar waktu pengumpulan tugas (*deadline*) yang dapat menyebabkan stress. Yang kedua mereka meninggalkan tugas tersebut karena sudah tidak dapat menyelesaikan sehingga akhirnya tidak mendapatkan nilai. Hal inilah yang dapat menjadi penghambat kemajuan pembelajaran siswa di sekolah. Oleh karena itu, peranan kontrol diri sangat dibutuhkan dalam mengatasi masalah prokrastinasi akademik. Sehingga siswa tidak lagi menunda pekerjaan/ tugas yang dapat membebani mereka pada akhirnya. Siswa yang terbebas dari prokrastinasi akademik akan menjadi siswa yang unggul dan dapat berpotensi menjadi manusia disiplin yang selalu memanfaatkan waktu sebaik-baiknya.

Berdasarkan hasil Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) yang disebarkan di SMP Negeri 15 Semarang, permasalahan tertinggi yaitu pada item “saya masih suka menunda-nunda tugas sekolah/pekerjaan rumah (PR)” dengan persentase 4,61%. Hasil tersebut menandakan bahwa permasalahan yang dialami siswa SMP

Negeri 15 Semarang adalah prokrastinasi akademik karena mereka cenderung menunda penyelesaian tugas yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa SMP Negeri 15 Semarang, bahwa siswa cenderung menunda mengerjakan tugas apabila tugas tersebut dijadikan pekerjaan rumah (PR), apabila guru berhalangan hadir siswa diberikan tugas, akan tetapi siswa menganggap hal tersebut sebagai jam pelajaran kosong karena tugas yang diberikan tidak memiliki batas waktu untuk diselesaikan pada hari itu juga, sehingga siswa menggunakannya untuk melakukan kegiatan lain yang menunda penyelesaian tugas atau menjadikan tugas tersebut sebagai pekerjaan rumah (PR) dan memilih untuk dikoreksi dipertemuan selanjutnya. Dan apabila diberikan untuk diselesaikan pada hari itu juga siswa akan bekerja sama atau bergantung pada jawaban teman.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru BK SMP Negeri 15 Semarang, mengungkapkan bahwa untuk mengurangi prokrastinasi akademik, guru mengupayakan untuk lebih tegas dalam memberikan batas waktu untuk menyelesaikan tugas, segera mengoreksi dan memberikan nilai, serta memberikan apresiasi kepada siswa yang menyelesaikan tugas tepat waktu. Beberapa guru berpersepsi bahwa tugas yang tidak segera dikoreksi maka akan memicu penundaan atau bahkan tidak dikerjakan. Namun, meskipun telah diupayakan tetap saja masih terdapat siswa yang suka menunda dan memilih mengerjakan tugas berdekatan dengan batas waktu pengumpulan. Siswa yang melakukan penundaan tersebut terdiri dari 2 bagian yaitu, siswa yang terobsesi dengan nilai sempurna dan siswa yang cenderung bermalas-malasan

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Untuk lokasi penelitian, peneliti mengambil lokasi di SMP Negeri 15 Semarang pada kelas VIII dimana peneliti menemukan fenomena tersebut, Oleh karena itu, penelitian ini berjudul "Hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP 15 Semarang"

B. Identifikasi Masalah

Penelitian ini mengenai hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik, Berdasarkan uraian latar belakang diatas, permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasikan antara lain:

1. Siswa tidak menggunakan waktunya dengan baik, sehingga melakukan penundaan terhadap penyelesaian tugas
2. Siswa lebih memilih melakukan aktivitas lain dibanding menyelesaikan tugas
3. Siswa berpersepsi bahwa tugas sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan dan memberatkan dirinya sendiri.

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari pembahasan yang meluas dan penelitian menjadi tidak terukur, maka peneliti membatasi masalah dalam penelitian ini. Sehingga peneliti memfokuskan pada Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini ada dua, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis. Adapun manfaat teoritis maupun praktis dijabarkan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperluas ilmu pengetahuan dan wawasan terutama di bidang bimbingan dan konseling, khususnya mengenai keterkaitan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik serta dapat dijadikan sebagai referensi ilmiah bagi yang membutuhkan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi sekolah dan Guru BK, hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk guru Bimbingan dan Konseling di sekolah tersebut untuk dapat diterapkan guna untuk mengembangkan kontrol diri dan mengantisipasi serta mengurangi prokrastinasi akademik siswa.

b. Bagi siswa, siswa dapat meningkatkan kontrol diri dan mengurangi perilaku prokrastinasi akademik guna untuk mencapai hasil belajar yang maksimal
c. Bagi peneliti lanjutan, dapat digunakan sebagai referensi penelitian lain dengan topik kontrol diri, atau prokrastinasi akademik.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Menurut Schraw dkk. (dalam Dahlia Noviarianing Asri, 2007:16), prokrastinasi akademik adalah perilaku yang sengaja menunda atau menunda pekerjaan yang harus diselesaikan. Siswa yang prokrastinasi tidak memiliki sejumlah stimulus untuk melakukan aktivitas yang harus dilakukan dalam suatu waktu. Definisi tersebut menjelaskan bahwa prokrastinasi merupakan tindakan yang dilakukan secara sadar atau disengaja walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaanya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk., individu akan melakukan aktivitas lain yang menyenangkan dibanding mengerjakan suatu tugas. Hal tersebut dikarenakan individu menganggap bahwa tugas yang diberikan terlalu sulit dan *deadline* pengumpulan tugas masih lama sehingga individu akan memilih menunda dan bermalas-malasan.

Menurut Ujang Candra, dkk (2014:67) prokrastinasi akademik merupakan suatu kegagalan dalam mengerjakan tugas dalam kerangka waktu yang diinginkan atau menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berkaitan dengan akademik. Individu yang melakukan prokrastinasi akademik gagal dalam menyelesaikan tugas yang diberikan sesuai dengan waktu yang

ditentukan atau menyelesaikan tugas mendekati waktu deadline. Individu yang mengerjakan diwaktu deadline tidak akan maksimal dalam pengerjaannya karena kurangnya waktu untuk berpikir, menyusun dan mengerjakan alakadarnya dengan maksud yang penting selesai. Dengan begitu, individu yang gagal menyelesaikan tugas dan individu yang mengerjakan saat *deadline* akan mendapatkan hasil akademik yang kurang bahkan tidak maksimal sehingga dapat menghambat kesuksesan akademiknya.

Menurut Tuckman (dalam Dahlia Noviarianing Asri, 1991:17) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk menunda atau benar-benar menghindari kegiatan sehingga sering terlambat dalam menghindari pertemuan-pertemuan di bawah kontrol seseorang. Individu yang melakukan prokrastinasi akademik menunda dalam memulai maupun menuntaskan tugas namun mengerjakan aktivitas yang lain yang tidak lebih penting, sehingga dalam pengerjaan tugas terhambat, tidak bisa menyelesaikan sesuai dengan ketentuan waktu atau bahkan tidak dikerjakan sama sekali. Selain dalam pengerjaan tugas, prokrastinator juga seringkali menunda-nunda dalam menghadiri pertemuan, jika siswa yang melakukannya maka menunda-nunda masuk kelas sehingga terjadi keterlambatan masuk dalam kelas.

Sedangkan menurut Puswanti (2014:14) prokrastinasi akademik adalah kebiasaan untuk menunda-nunda pekerjaan yang merupakan suatu perilaku yang tidak efektif dalam penggunaan waktu. Menunda-nunda pekerjaan dapat dilakukan dalam berbagai kegiatan seperti dalam menunda-nunda mengerjakan maupun menyelesaikan tugas-tugas akademik. Dari definisi tersebut prokrastinasi

akademik adalah ketidak tepatan dalam memanfaatkan waktu dalam urusan akademik. Waktu yang seharusnya digunakan untuk mengerjakan suatu tugas akademik digunakan individu untuk melakukan aktivitas lain yang menunda dalam penyelesaian tugas-tugasnya.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, peneliti menyimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah penundaan dalam menyelesaikan tugas akademik yang diakibatkan oleh manajemen waktu yang tidak efisien, sehingga tidak ada kepastian untuk mengerjakan tugas atau tidak terdapat kerangka waktu yang diinginkan dan menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Sehingga pada akhirnya tugas menumpuk dan tidak terselesaikan atau terselesaikan dengan tidak maksimal yang dapat mengakibatkan individu mengalami hambatan pada aktivitas akademik yang sedang dijalani.

2. Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik

Siswa yang prokrastinasi cenderung menghabiskan banyak waktu untuk menyiapkan, mengerjakan tugas dan melakukan hal lainnya. Terkadang mahasiswa mempersiapkan secara berlebihan padahal hal tersebut tidak diperlukan. Hal inilah yang menyebabkan tugas tidak cepat diselesaikan melainkan hanya menghabiskan waktu yang tidak penting dalam mengerjakan tugas. Oleh karena itu ciri seseorang yang memiliki prokrastinasi tersebut sering disebut "kelambanan", jadi seseorang akan sulit untuk mengatur waktu dan cenderung melakukan sesuatu sampai batas waktu dan tidak terselesaikan.

Prokrastinasi sebagai suatu perilaku penundaan mempunyai karakteristik. Menurut Burka dan Yuen (Burka dan Yuen, 1983: 139), seorang prokrastinator

memiliki karakteristik tertentu, yang disebut sebagai "kode prokrastinasi". Kode prokrastinasi ini merupakan cara berpikir yang dimiliki oleh seorang prokrastinator, yang dipengaruhi oleh asumsi-asumsi yang tidak realistis sehingga menyebabkannya memperkuat prokrastinasi yang dilakukannya, meskipun mengakibatkan frustasi. Kode-kode prokrastinasi tersebut adalah sebagai berikut:

a. Kurang percaya diri

Individu yang menunda biasanya berjuang dengan perasaannya yang kurang percaya diri dan kurang menghargai diri sendiri. Individu yang demikian ini kemungkinan ingin berada pada penampilan yang bagus sehingga menunda. Prokrastinator merasa tidak sanggup menghasilkan sesuatu dan terkadang menahan ide yang dimilikinya karena takut tidak diterima orang lain.

b. Perfeksionis

Prokrastinator merasa bahwa segala sesuatunya itu harus sempurna. Lebih baik menunda daripada bekerja keras dan mengambil resiko kemudian dinilai gagal. Prokrastinator menunggu sampai dirasa saat yang tepat bagi dirinya untuk bertindak agar dapat memperoleh hasil yang sempurna.

c. Tingkah laku menghindari

Prokrastinator menghindari tantangan. Segala sesuatu yang dilakukannya, bagi prokrastinator seharusnya terjadi dengan mudah dan tanpa usaha.

Ferrari dkk, mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-cirinya, yaitu:

a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, tetapi dia menunda-nunda untuk mulai 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, maupun 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 utama dalam prokrastinasi akademik.
c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Seorang procrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan pada deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk 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 maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, 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 (Ferrari dkk., 1995: 361-367).

Berdasarkan hasil penelitian Sirois, Melia dan Pychyl menjelaskan seseorang yang sering menunda-nunda menandakan bahwa seseorang tersebut tidak sehat, dalam arti bahwa seseorang tersebut mengalami stres. Jika seseorang sudah mengalami stres membahayakan sistem kekebalan tubuh sehingga mengakibatkan sakit flu (Sirois dkk., 2003: 1167-1184).

3. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Ferrari, dkk dan Stell mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut berupa:

a. *Perceived time*, seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati deadline. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang.Prokrastinator tahu bahwa tugas

yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika ia sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

b. *Intention-action*. Celah antara keinginan dan tindakan Perbedaan antara keinginan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun mahasiswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antararencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. Seorang mahasiswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.

c. *Emotional distress*, adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Pada mulanya siswa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak. tanpa terasa waktu sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.

d. *Perceived ability*, atau keyakinan terhadap kemampuan diri. Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang,

namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sebagai yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas sekolah karena takut akan pengalaman kegagalan.

4. Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik

Dalam kajian Bruno terdapat dua faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal terjadi dari masing-masing individu yang berperan membentuk perilaku prokrastinasi meliputi fisik dan psikologis. Sedangkan faktor eksternal berasal dari luar individu dapat berupa tugas yang banyak (overloaded tasks) yang menuntut penyelesaian yang hampir bersamaan.

Faktor internal memang memiliki potensi yang lebih besar untuk memunculkan prokrastinasi. Akan tetapi dengan dukungan faktor eksternal seseorang berperilaku prokrastinasi walaupun sebelumnya tidak mengalami hal tersebut. Hal ini dikarenakan tuntutan yang tidak bisa diatasi sehingga individu cenderung untuk melakukan prokrastinasi. Apabila kedua faktor tersebut saling berinteraksi maka prokrastinasi yang terjadi semakin buruk (Bruno, 1998: 231). Sama halnya dengan Ferari dan McCown menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh keyakinan yang tidak rasional dan perfeksionisme. Adapun faktor pendukung dari terjadi prokrastinasi adalah: (Ferrari dkk., 1995: 97)

a. Faktor internal. Faktor-faktor internal pemicu timbulnya prokrastinasi dalam diri individu, meliputi:

1) Kondisi kodrati yang meliputi jenis kelamin anak, umur, dan urutan kelahiran. Kecenderungan dalam keluarga dapat memicu individu berperilaku prokrastinasi. Misalkan pertama lebih diperhatikan, dilindungi, sedangkan anak terakhir lebih dimanja terlebih jika selisih usia lebih jauh. Oleh karena itu kesenjangan dari sisi keluarga dapat memicu prokrastinasi terbentuk untuk mencari perhatian.
2) Kondisi fisik dan kondisi kesehatan, mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik.
3) Kondisi psikologis, seperti kepribadian individu dan prefeksionis. Kepribadian individu seperti kemampuan sosial dan tingkat kecemasan dalam hubungan sosial. Sedangkan prefeksionis dapat menyebabkan individu menjadi prokrastinasi lebih tinggi. Hal ini dikarenakan tugas yang dikerjakan harus sebagus dan sesepurna mungkin sehingga tanpa menghiraukan batas waktu yang ditentukan. Berbeda jika individu memiliki motivasi yang tinggi, cenderung rendah melakukan prokrastinasi akademik.

b. Faktor Eksternal.

Faktor eksternal ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam diri individu. Terutama lingkungan yang memberikan toleransi bagi individu yang mengalami prokrastinasi sehingga lama kelamaan cenderung semakin meningkat daripada lingkungan yang penuh dengan pengawasan. Kemudian faktor pola asuh, lingkungan keluarga

dan masyarakat. Prokrastinasi juga dilakukan karena membutuhkan bantuan orang lain untuk mengerjakan tugasnya, malas, kesulitan mengatur waktu, dan tidak menyukai tugasnya.

Solomon dan Rothblum dalam studinya meminta untuk menunjukan alasan melakukan penundaan tugas akademik. Berdasarkan studi tersebut diperoleh 13 faktor terjadinya alasan timbul prokrastinasi yaitu 1) Kecemasan terhadap evaluasi (*evaluation anxiety*); 2) Perfeksionisme (*perfectionism*); 3) Kesulitan memutuskan (*difficulty making decisions*); 4) Dependen dan mencari bantuan (*dependency and help seeking*); 5) Ketidaksukaan terhadap tugas dan toleransi terhadap frustasi rendah (*aversiveness of the task and low frustation tolerance*); 6) Kurang percaya diri (*lack of self-confidence*); 7) Kemalasan (*laziness*); 8) Kurang asertif (*lack of assertion*); 9) Takut sukses (*fear of success*); 10) Kecenderungan merasa kewalahan dan tidak mampu mengatur waktu (*tendency to feel overwhelmed and poorly manage time*); 11) Memberontak terhadap kontrol (*rebellion against control*); 12) Mengambil risiko (*risk taking*); 13) Pengaruh teman sebaya (*peer influence*).

Pada dasarnya secara dilihat dari akademik etimologi prokrastinasi dalam Solomon dan Rothblum terdapat tiga faktor mendasar yaitu (Solomon dan Rothblum, 1986: 387-392)

1) Takut gagal (*fear of failure*) Takut gagal atau motif menolak kegagalan adalah suatu kecenderungan mengalami rasa bersalah apabila tidak dapat mencapai tujuan.

2) Tidak menyukai tugas (*aversive of the task*) Berhubungan dengan perasaan negatif terhadap tugas atau pekerjaan yang dihadapi. Perasaan dibebani tugas yang terlalu berlebihan, ketidakpuasan, dan tidak senang melaksanakan tugas yang diberikan.

3) Faktor ketiga ini, ada beberapa antara lain:

a. Sifat ketergantungan pada orang lain
b. Pengambilan resiko yang berlebihan
c. Sikap yang kurang tegas
d. Sikap pemberontak
e. Kesukaran memilih keputusan

Berdasarkan keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik pada dasarnya dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor internal adalah berkaitan dengan disposisi individu dan faktor eksternal berupa faktor di luar yang berasal dari aspek psikososial dan lingkungannya. Akan tetapi dari penjelasan di atas dalam hal ini peneliti lebih menarik dari argumentasi Solomon dan Rothblum dalam melihat faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi dalam lingkup akademik yaitu dilihat dari area terjadinya prokrastinasi yaitu lingkup area akademik dan dilihat dari alasan melakukan prokrastinasi dari area akademik itu sendiri.

5. Dampak Prokrastinasi Akademik

Menurut Suhadianto dan Nindia Pratitis (2019:212) prokrastinasi akademik berdampak pada :

1) Ranah afektif

Dampak prokrastinasi akademik dalam ranah afektif yang dirasakan oleh pelaku prokrastinasi seperti gelisah, cemas, takut, menyesal, setres, emosi tidak terkontrol, penik, menangis, dan bersedih.

2) Ranah kognitif

Dampak prokrastinasi dalam ranah kognitif yang dirasakan oleh seorang prokrastinator adalah selalu teringat tugas yang belum selesai dan menilai dirinya telah gagal.

3) Perilaku

Dampak prokrastinasi dalam ranah perilaku yang dirasakan oleh prokrastinator seperti rasa malas mengerjakan tugas yang lain, terlambat masuk, terlambat mengumpulkan tugas, dan terburu-buru dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas.

4) Fisik

Prokrastinasi juga berdampak pada fisik pelaku prokrastinasi seperti kekelahan, sulit tidur, malas makan, kepala pusing, jantung berdebar-debar dan sakit.

5) Akademik

Prokrastinasi jelas berdampak pada akademik seperti pekerjaan tertunda, nilai menurun, tugas menumpuk sehingga mempengaruhi hasil akademiknya.

6) Moral

Prokrastinasi juga berdampak pada moral seorang prokrastinator. Seorang prokrastinator akan lebih mudah untuk mencontek dibanding seseorang yang tidak pernah melakukan prokrastinasi.

7) Interpersonal

Dampak prokrastinasi bagi interpersonal seorang prokrastinator seperti mendapat penilaian yang buruk dari orang lain, tidak enak dengan guru pengampu bahkan dimarahi oleh guru.

8) Dampak positif

Selain dampak negatif yang tersebut diatas, prokrastinasi juga memiliki dampak positif. Seorang prokrastinator merasa tenang dan tertantang namun tantangan dan ketenangan yang dirasakan hanyalah bersifat sementara.

Menurut Solomon dan Rothblum (dalam Ulum, 2016:157) beberapa kerugian akibat kemunculan prokrastinasi akademik adalah tugas tidak terselesaikan, akan terselesaikan tetapi hasilnya tidak memuaskan disebabkan karena individu terburu-buru dalam menyelesaikan tugas tersebut untuk mengejar batas waktu pengumpulan, akan menimbulkan kecemasan sepanjang waktu sampai terselesaikan bahkan kemudian depresi, tingkat kesalahan yang tinggi karena individu merasa tertekan dengan batas waktu yang semakin sempit disertai dengan peningkatan rasa cemas sehingga individu sulit berkonsentrasi secara maksimal, waktu yang terbuang lebih banyak dibandingkan dengan orang lain yang mengerjakan tugas yang sama dan akan dapat merusak kinerja

akademik seperti kebiasaan buruk dalam belajar, motivasi belajar yang sangat rendah serta rasa percaya diri yang rendah.

Menurut Ilyas dan Suryadi (2017:76-78) akibat seseorang melakukan prokrastinasi akademik yang sering terjadi adalah stress. Mengingat bahwa stres melibatkan pengendalian yang rendah dari rangsangan yang tidak menyenangkan. Selain itu siswa yang melakukan prokrastinasi akademik terkadang tidak disukai oleh teman-temannya. Kondisi seperti ini, menjadikan penanganannya mendapat perhatian khusus dari layanan bimbingan dan konseling belajar.

Dari penjelasan diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa prokrastinasi akademik berdampak negative bagi individu yang melakukannya. Prokrastinasi akademik memiliki dampak yang sangat jelas pada ranah kognitif, afektif, perilaku, akademik, fisik, moral, dan interpersonal yang bisa dirasakan diri sendiri dan bisa dilihat oleh orang lain yang menyaksikannya. Walaupun ada dampak positif yang didapatkan seperti rasa tenang dan menantang itu hanya sementara.

B. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Golgfriend dan Merbaum (dalam Ghufron & Risnawita, 2011: 22) mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang

telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Kontrol diri menurut Wallstons (dalam Adeonalia, 2002: 36) adalah keyakinan individu bahwa tindakannya akan mempengaruhi perilakunya dan individu sendiri yang dapat mengontrol perilaku tersebut. Individu dengan kontrol diri yang tinggi akan melihat dirinya mampu mengontrol segala hal yang menyangkut perilakunya, begitu juga sebaliknya apabila kontrol dirinya rendah, maka individu tersebut tidak mampu untuk mengontrol segala hal yang menyangkut dengan perilakunya.

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan mencari perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya (Ghufron & Risnawita, 2011: 22).

Dapat disimpulkan bahwa kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif serta merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dilingkungan sekitarnya.

2. Jenis Kontrol Diri

Berdasarkan kualitasnya, menurut Block dan Block (Gufron & Risnawati, 2010, hlm. 21- 23) kontrol diri dapat dibedakan menjadi tiga jenis, yakni:

1) Over control merupakan kendali diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap situasi atau keadaan.
2) Under control merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impuls dengan bebas tanpa perhitungan yang matang.
3) Appropriate control merupakan kendali individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

3. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Menurut Averill (dalam Nurmala, 2007) ada tiga aspek dalam kontrol diri yaitu:

1) Kontrol perilaku (behavior control),yaitu kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kemampuan ini terdiri dari kemampuan untuk mengontrol perilaku yaitu kemampuan menentukan siapa yang mengendalikan situasi. Dimana individu yang kontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan kemampuan dirinya, bila tidak mampu maka individu akan menggunakan sumber eksternal untuk mengatasinya.
2) Kontrol kognitif (cognitive control), yaitu kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan.

3) Kontrol pengambilan keputusan (decisional control), yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih beberapa hal yang saling memberatkan, maka aspek yang diukur adalah kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengambil keputusan.

4. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Sebagaimana faktor psikologis lainnya, kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu) (Ghufron & Risnawita, 2011: 32)

1. Faktor Internal

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

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah (dalam Ghufron, 2011: 32) menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu bila orang tua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens

sejak dini, dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah diterapkan, maka sikap kekonsistenan ini akan diinternalisasi anak, dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

Dalam kehidupan sehari-hari setiap individu sangatlah dituntut dalam mengendalikan dirinya sendiri. Hal tersebut karena manusia ialah makhluk sosial, yang tidak bisa berdiri sendiri tanpa bersosialisasi dan berkomunikasi dengan orang-orang dilingkunganya. Kontrol diri sangat berperan penting dalam bersosialisasi tersebut. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan dapat bersosialisasi dengan baik dan dapat mengantisipasi stimulus dari luar. Tinggi rendahnya kontrol diri pada individu dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa pembentukan kontrol diri tidak semata-mata dibangun secara praktis, namun secara berangsung dan berlanjut sehingga menjadi sesuatu yang melekat pada individu.

5. Pentingnya Kontrol Diri

Tangney, Baumeister, Boone (2004) menyatakan bahwa kontrol diri memiliki nilai kapasitas besar dan memberikan perubahan positif dalam kehidupan seseorang. Ray (2011) menyatakan bahwa kontrol diri yang rendah akan mengacu pada ketidakmampuan seorang individu dalam menjaga diri dalam waktu yang panjang. Sebaliknya individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan menahan diri dan berpikir dulu sebelum melakukan tindakan untuk jangka panjang.

Zacks & Hen (dalam Chisan & Jannah, 2021) dimana siswa perlu tahu bagaimana menggunakan strategi kontrol diri dengan adaptif supaya dapat berhasil dalam mengikuti proses kegiatan pembelajaran.

Kontrol diri yang baik akan mendapatkan pencapaian belajar yang baik sebaliknya siswa yang tidak memiliki kontrol diri yang baik pencapaian belajar juga tidak akan memuaskan. Pencapaian kontrol diri yang baik dapat dilakukan dengan mengikuti beberapa kegiatan yang dapat melatih siswa SMP dalam mengatur kontrol diri terhadap tanggung jawab yang harus diselesaikan, atau dapat mengikuti seminar yang berkaitan dengan peningkatan kontrol diri agar siswa SMP dapat terhindar dari perilaku prokrastinasi.

C. Kerangka Berpikir

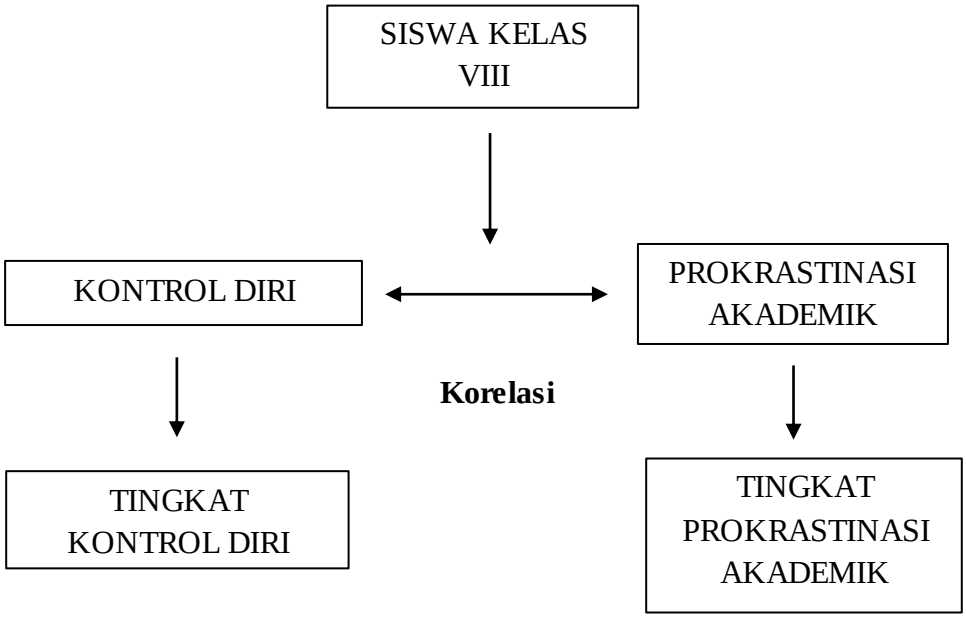
Setiap guru memberikan tugas yang beragam sesuai dengan mata pelajarannya sehingga membuat siswa mendapatkan tugas yang beragam pula. Idealnya ketika diberi tugas hendaknya siswa langsung mengerjakan. Namun karena keberagaman tugas yang didapatkan membuat siswa kesulitan untuk menentukan prioritasnya dan cenderung untuk menunda dan mengulur-ulur waktu dalam memulai, mengerjakan hingga menuntaskan tugas yang diberikan oleh gurunya yang mana sikap menunda-nunda dalam mengerjakan tugas akademik ini disebut dengan Prokrastinasi Akademik.

Prokrastinasi akademik adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan tugas akademik dan lebih memilih untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga penyelesaian tugas menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat

dalam menghindari pertemuan-pertemuan. Melalui pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa jika individu tidak mampu mengontrol diri maka mengakibatkan kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik secara terus-menerus.

Kontrol diri sebagai usaha yang dilakukan oleh individu dalam melakukan sebuah aktivitas yang dirasa tidak sesuai dengan dirinya. Peran dari kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik adalah untuk mengurangi ketidaksesuaian tersebut, sehingga individu dapat menyesuaikan kondisi saat itu dengan kondisi yang diinginkannya. Siswa yang memiliki kontrol diri yang baik akan terlihat dari sikap yang ditunjukkan melalui aspek kontrol diri. Kemampuan siswa dalam mengelola atau mengontrol diri selama proses belajar sangat diperlukan sebab kemampuan tersebut memiliki peran yang sangat penting. Siswa yang memiliki kontrol diri yang baik nantinya bisa memiliki pencapaian belajar yang baik. Sebaliknya, siswa yang tidak dapat mengontrol dirinya dengan baik, maka pencapaian belajar yang dimilikinya juga tidak akan memuaskan.

Pada penelitian ini, tujuan yang ingin dicapai yaitu mencari hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Penelitian disini merupakan penelitian *ex-post facto* yang ingin mengetahui tingkat kontrol diri dengan prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Harapannya terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Berdasarkan uraian diatas maka dapat dirumuskan dalam bagan kerangka berpikir sebagai berikut :



Bagan 2. 1 Kerangka Berpikir

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara, Sugiyono (2014:84), menyebutkan bahwa hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Berdasarkan permasalahan pada penelitian ini, maka hipotesis dari penelitian ini adalah "ada hubungan signifikan antara antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian dengan judul Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang tahun ajaran 2024/2025, dilaksanakan di SMP Negeri 15 Semarang, yang beralamat di Jalan Supriyadi No. 72, Kalicari, Kec. Pedurungan, Kota Semarang, Jawa Tengah 50198.

2. Waktu

Penelitian dengan judul Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang telah dilaksanakan pada Juni-Juli semester genap 2024/2025.

Tabel 3. 1 Jadwal Kegiatan Penelitian

No	Kegiatan	Bulan				
		Feb	Mar	Apr	Mei	Juni
1.	Penyusun Proposal	√	√	√		
2.	Penyusunan Instrumen				√	
3.	Pengurusan Izin Penelitian				√	
4.	Uji Coba					√

B. Variabel Penelitian

Sugiyono (2017:38) menjelaskan bahwa variabel penelitian merupakan suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, yang kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi variabel penelitian adalah sesuatu yang ditetapkan untuk untuk diteliti guna untuk mendapatkan informasi. Variabel penelitian ini menjadi acuan yang akan diteliti.

1. Variabel bebas (X)

Variabel terikat adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab, karena adanya variabel dependen (terikat). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kontrol diri.

2. Variabel terikat (Y)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat perubahannya atau timbul variabel independen (bebas). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik.

C. Metode dan Desain Penelitian

Sugiyono (2018:2) menjelaskan bahwa metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Metode ini dipilih karena mempelajari tentang hubungan dua variabel atau lebih, sehingga peneliti menggunakan metode korelasional karena yang akan diteliti adalah hubungan antara dua variable yaitu hubungan antara

kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang.

Desain penelitian merupakan rancangan penelitian yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan proses penelitian. Desain penelitian akan berguna bagi semua pihak yang terlibat dalam proses penelitian, karena langkah didalam melakukan penelitian mengacu kepada desain penelitian yang telah dibuat. Metode penelitian yang digunakan oleh penulis dalam penyusunan laporan ini adalah desain deskriptif atau disebut juga desain konklusif.

Menurut Husein Umar (2014:32-33) Desain konklusif adalah desain yang memiliki konklusif (kesimpulan) pada akhir penelitian dan tujuan dari desain ini untuk menguraikan sifat atau karakteristik dari suatu fenomena tertentu.

D. Populasi, Sampel dan Sampling

1. Populasi

Populasi Penelitian Sugiyono (2013:80) mengatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 15 Semarang kelas VIII tahun ajaran 2024/2025

Tabel 3. 2 Jumlah Populasi

No.	Kelas	Jumlah
1.	VIII A	34
2.	VIII B	34
3.	VIII C	34
4.	VIII D	32
5.	VIII E	32
6.	VIII F	32
7.	VIII G	33
8	VIII H	34
9	VIII I	32
Jumlah		297

2. Sampel

Sugiyono (2013:8) mengatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Jadi sampel merupakan objek yang mewakili keseluruhan dari populasi. Agar sampel yang diambil representatif dari populasi, maka diperlukan teknik pengambilan sampel. Dalam hal ini semua populasi dari setiap kelas memiliki peluang yang sama untuk dijadikan sampel. Sampel untuk dijadikan uji coba/Tryout dari kelas VIII H sebanyak 34 siswa dan sampel penelitian terdiri dari kelas VIIIA, VIII B, VIII C, VIII D, VIII E, VIII F, VIII G dan VIII I.

3. Sampling

Teknik pengambilan sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan Proportional Sampling. Menurut Sugiyono (2013:85) Proportional sampling adalah pengambilan sampel yang memperhatikan pertimbangan unsur-unsur atau kategori dalam populasi penelitian. Besarnya ukuran sampel minimal

dipakai ukuran sampel dengan rumus Slovin dalam Sugiyono (2013:108) sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2} = \frac{263}{1 + 263\ (0{,}0025)^2} = \frac{263}{1{,}66} = 159$$

Keterangan:

n = Ukuran Sampel

N = Ukuran Populasi

d = Tingkat Kesalahan

Berikut disajikan sampel masing-masing kelas.

Tabel 3. 3 Sampel Penelitian

No	Kelas	Populasi	Proportional Sampling	Sampel
1.	VIII A	34	$\frac{34}{263}X159 = 21$	21
2.	VIII B	34	$\frac{34}{263}X159 = 21$	21
3.	VIII C	34	$\frac{34}{263}X159 = 21$	21
4.	VIII D	32	$\frac{32}{263}X159 = 19$	19
5.	VIII E	32	$\frac{32}{263}X159 = 19$	19
6.	VIII F	32	$\frac{32}{263}X159 = 19$	19
7.	VIII G	33	$\frac{33}{263}X159 = 20$	20
8.	VIII I	32	$\frac{32}{263}X159 = 19$	19

E. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

1) Teknik Pengumpulan Data

Penentuan metode pengumpulan data yang tepat sangat menentukan kebenaran ilmiah suatu penelitian. Selain itu penentuan metode pengumpulan data yang sesuai dengan masalah yang diteliti akan membantu memperlancar tujuan penelitian yang telah ditetapkan. Teknik pengumpulan data ini menggunakan skala psikologis yang dapat diberikan kepada responden secara langsung di sekolah melalui media *google form* . data yang diperoleh dari skala psikologis adalah data kuantitatif yang berupa skoring.

2) Instrumen Penelitian

Sugiyono (2018:102) menjelaskan bahwa instrumen penelitian merupakan alat ukur dalam suatu penelitian. Dalam hal ini dapat diartikan bahwa instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Instrumen penelitian ini menggunakan skala psikologis untuk mengetahui hubungan regulasi diri dalam belajar dengan prokrastinasi akademik siswa. Skala psikologis ini menggunakan skala likert. Menurut sugiyono (2018:93) skala likert digunakan untuk mengembangkan instrumen yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapt, persepsi seseorang atau sekelompok orang terhadap potensi dan permasalahan suatu objek, perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, dan hasil tindakan. Dengan menggunakan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi dimensi. Dimensi dijabarkan menjadi sub variabel kemudian sub variabel dijabarkan lagi menjadi indikator-indikator yang dapat diukur. Data yang diperoleh dari hasil pengamatan lembaran

angket akan dikumpulkan dan kemudian dianalisis dengan menggunakan statistik kuantitatif. Skala ini menggunakan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 3. 4 Distribusi Pemberian Skor Skala

No	**Favorable**		**Unfavorabel**		
	Kategori	Skor	No	Kategori	Skor
1	Sangat Sesuai	4	1	Sangat Tidak Sesuai	1
2	Sesuai	3	2	Tidak Sesuai	2
3	Tidak Sesuai	2	3	Sesuai	3
4	Sangat Tidak Sesuai	1	4	Sangat Sesuai	4

Skala penelitian ini terdiri dari beberapa indikator yang di dalamnya memuat pernyataan favorable dan unfavorable. Berikut ini *blue print* prokrastinasi akademik dan kontrol diri (sebelum *try out*):

Tabel 3. 5 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik (Sebelum *Try Out)*

No.	Indikator	Nomor item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Adanya penundaan untuk menyelesaikan tugas yang dihadapi	5, 13, 21, 29, 35, 45	1, 9, 17, 25,33,41	12
2.	Keterlambatan dalam penyelesaian tugas karena melakukan hal-hal lain yang tidak dibutuhkan	7, 15, 23, 31, 37	3, 11, 19, 27, 39, 43	11

3.	Kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dengan kinerja yang actual	2, 10, 18, 26, 40	6, 14, 22, 30, 34, 42	11
4.	Melakukan aktivitas yang menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan	4, 12, 20, 28, 38, 44	8, 16, 24, 32, 36	11
Jumlah		22	23	45

Tabel 3. 6 *Blue Print* Skala Kontrol Diri (Sebelum *Try Out*)

No.	Indikator	Nomor item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Mengatur Perilaku (Behavior Control)	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 41	4, 10, 16, 22, 28, 34, 38	15
2.	Mengontrol Kognitif (cognitive control)	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39	6, 12, 18, 24, 30, 36, 40	14
3.	Mengontrol Keputusan (decision control)	5, 11, 17, 23, 29, 35, 43	2, 8, 14, 20, 26, 32, 42	14
Jumlah		22	21	43

F. Validitas Instrumen

Menurut Soegeng (2016:150) validitas adalah karakteristik yang sangat diperlukan dalam hasil pengukuran karena dengan validitas akan menunjuk sejauh mana suatu instrumen dalam mengukur apa yang harus diukur. Uji coba validitas instrumen ini sebagai patokan layak atau tidaknya butiran item pernyataan instrumen tersebut digunakan untuk penelitian. Pengujian validitas instrumen

dapat dilakukan dengan menggunakan rumus product moment. Berikut rumus yang digunakan:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{\left\{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}\right\}\left\{\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N}\right\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi antara X dan Y

$\sum XY$ = Jumlah perkalian skor item X dan Y

X = Jumlah skor item X

Y = Jumlah skor item Y

N = Jumlah responden

$\sum X^2$ = Jumlah kuadrat item X

$\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat item Y

Untuk mengetahui validitas tersebut peneliti menggunakan bantuan program SPSS, Untuk mengetahui valid tidaknya suatu butir item skala dengan cara hasil koefisien korelasi setiap butir item dikonsultasikan pada tabel harga r product moment taraf signifikan 5% dengan banyaknya responden N.

Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Prokrastinasi Akademik

No item	r hitung	r tabel	Keterangan	No item	r hitung	r tabel	Keterangan
1	0,612	0,339	Valid	24	-0,449	0,339	Tidak Valid
2	0,625	0,339	Valid	25	0,369	0,339	Valid
3	0,744	0,339	Valid	26	0,251	0,339	Tidak Valid
4	0,466	0,339	Valid	27	0,682	0,339	Valid
5	0,788	0,339	Valid	28	0,525	0,339	Valid
6	0,535	0,339	Valid	29	0,645	0,339	Valid
7	0,506	0,339	Valid	30	0,690	0,339	Valid
8	0,183	0,339	Tidak Valid	31	0,637	0,339	Valid
9	0,759	0,339	Valid	32	0,654	0,339	Valid
10	0,304	0,339	Tidak Valid	33	0,756	0,339	Valid
11	0,752	0,339	Valid	34	0,628	0,339	Valid
12	0,651	0,339	Valid	35	0,285	0,339	Tidak Valid
13	0,741	0,339	Valid	36	0,064	0,339	Tidak Valid
14	0,075	0,339	Tidak Valid	37	0,228	0,339	Tidak Valid
15	0,327	0,339	Tidak Valid	38	0,258	0,339	Tidak Valid
16	0,500	0,339	Valid	39	0,703	0,339	Valid
17	0,185	0,339	Tidak Valid	40	0,028	0,339	Tidak Valid
18	0,629	0,339	Valid	41	0,581	0,339	Valid
19	0,494	0,339	Valid	42	0,247	0,339	Tidak Valid
20	0,311	0,339	Tidak Valid	43	0,234	0,339	Tidak Valid
21	0,314	0,339	Tidak Valid	44	0,124	0,339	Tidak Valid
22	0,669	0,339	Valid	45	0,144	0,339	Tidak Valid
23	0,643	0,339	Valid				

Berdasarkan hasil uji coba instrumen skala prokrastinasi akademik yang dilakukan pada 34 siswa kelas VIII A SMP Negeri 15 Semarang, terdapat 18 butir yang tidak valid yaitu pada nomor 8, 10, 14, 15, 17, 20, 21, 24, 26, 35, 36, 37, 38, 40, 42, 43 ,44, 45. Sedangkan yang valid terdapat 27 butir yaitu pada nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 11, 12, 13, 16, 18, 19, 22, 23, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 39, 41.

Tabel 3. 8 Hasil Uji Validitas Kontrol Diri

No item	r hitung	r tabel	Keterangan	No item	r hitung	r tabel	Keterangan
1	0,558	0,339	Valid	23	0,462	0,339	Valid
2	0,361	0,339	Valid	24	0,289	0,339	Tidak Valid
3	0,474	0,339	Valid	25	0,523	0,339	Valid
4	0,477	0,339	Valid	26	0,616	0,339	Valid
5	0,670	0,339	Valid	27	0,571	0,339	Valid
6	0,254	0,339	Tidak Valid	28	0,159	0,339	Tidak Valid
7	0,400	0,339	Valid	29	0,655	0,339	Valid
8	0,424	0,339	Valid	30	0,439	0,339	Valid
9	0,359	0,339	Valid	31	0,372	0,339	Valid
10	0,231	0,339	Tidak Valid	32	0,152	0,339	Tidak Valid
11	0,642	0,339	Valid	33	0,540	0,339	Valid
12	0,444	0,339	Valid	34	0,201	0,339	Tidak Valid
13	0,161	0,339	Tidak Valid	35	0,322	0,339	Tidak Valid
14	0,532	0,339	Valid	36	0,173	0,339	Tidak Valid
15	0,428	0,339	Valid	37	0,716	0,339	Valid
16	0,541	0,339	Valid	38	0,576	0,339	Valid
17	0,595	0,339	Valid	39	0,576	0,339	Valid
18	0,576	0,339	Valid	40	0,302	0,339	Tidak Valid
19	0,525	0,339	Valid	41	0,588	0,339	Valid
20	0,610	0,339	Valid	42	0,635	0,339	Valid
21	0,166	0,339	Tidak Valid	43	0,579	0,339	Valid
22	0,529	0,339	Valid				

Berdasarkan hasil uji coba instrumen skala kontrol diri yang dilakukan pada 34 siswa kelas VIII A SMP Negeri 15 Semarang, terdapat 11 butir yang tidak valid yaitu pada nomor 6, 10, 13, 21, 24, 28, 32, 34, 35, 36, 40. Sedangkan yang valid terdapat 32 butir yaitu pada nomor 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 25,26, 27, 29, 30, 31, 33, 37, 38, 39, 41, 42, 43.

Tabel 3. 9 *Blue Print* Skala Prokrastinasi Akademik (Setelah *Try Out*)

No.	Indikator	Nomor item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Adanya penundaan untuk menyelesaikan tugas yang dihadapi	5, 13, 29	1, 9, 25, 33, 41	8
2.	Keterlambatan dalam penyelesaian tugas karena melakukan hal-hal lain yang tidak dibutuhkan	7, 23, 31	3, 11, 19, 27, 39	8
3.	Kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dengan kinerja yang actual	2, 18	6, 22, 30, 34	6
4.	Melakukan aktivitas yang menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan	4, 12, 28	16, 32	5
Jumlah		11	16	27

Tabel 3. 10 *Blue Print* Skala Kontrol Diri (Setelah *Try Out)*

No.	Indikator	Nomor item		Jumlah
		favorable	Unfavorable	
1.	Mengatur Perilaku (Behavior Control)	1, 7, 19, 25, 31, 37, 41	4, 16, 22, 38	11
2.	Mengontrol Kognitif (cognitive control)	3, 9, 15, 27, 33, 39	12, 18, 30	9
3.	Mengontrol Keputusan (decision control)	5, 11, 17, 23, 29, 43	2, 8, 14, 20, 26, 42	12
Jumlah		19	13	32

G. Reliabilitas Instrumen

Dalam Soegeng (2016:165) Reliabilitas didefinisikan sebagai rasio atau perbandingan dari varian skor yang benar terhadap varian skor pengamatan. Reliabilitas adalah derajat ketetapan, ketelitian dan keakuratan Reliabilitas adalah sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang reliabel dalam suatu penelitian akan menghasilkan data yang sama dari responden yang serupa dari waktu ke waktu. Dalam melakukan uji reliabilitas pada penelitian ini digunakan rumus Alpha dari Cronbach sebagai berikut:

$$a = \frac{k}{k\text{-}1}\left[1\text{-}\frac{\sum s_i^2}{s_i^2}\right]$$

Keterangan:

a = koefisien reliabilitas alpha

k = banyaknya belahan (butir soal)

$\sum s_i^2$ = jumlah varian skor belahan (butir/item)

s_i^2 = varian skor total

Hasil uji coba yang dilakukan pada responden kemudian dianalisis menggunakan SPSS versi 26, hasil dari instrument prokrastinasi akademik diperoleh reliabilitas sebesar 0,908 dan instrument kontrol diri diperoleh reliabilitas 0,901. Sehingga *Alpha Cronbach* 0,908 > nilai r tabel 0,339 maka kuisioner prokrastinasi akademik dinyatakan reliabel dan juga nilai *Alpha Cronbach* 0,901 > nilai r tabel 0,339 maka kuisioner kontrol diri dinyatakan

reliabel. Hasil uji coba reliabilitas menunjukkan data dapat dipercaya dan konsisten, berikut adalah tabel hasil reliabilitas dapat dilihat dibawah ini :

Tabel 3. 11 Hasil Uji Reabilitas

Variabel	*Cronbach Alpha*	r tabel	Keterangan
Prokrastinasi Akademik	0,908	0,339	Reliabel
Kontrol Diri	0,901	0,339	Reliabel

H. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah rangkaian kegiatan penelaahan, pengelompokan, sistematisasi, penafsiran dan verivikasi data agar sebuah fenomena memiliki nilai social, akademis dan ilmiah. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis (Siyoto, S dan Sodik, M.A. 2015 : 95). Teknik analisis data dilakukan untuk mengetahui tepat atau tidaknya suatu hipotesis. Dari hasil analisis dapat diketahui apakah hipotesis yang dijaukan ditolak atau diterima.

1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengecek apakah data yang diambil dari populasi yang normal atau tidak (Supardi,2019 : 208). Uji normalitas dapat dikerjakan menggunakan beberapa uji statistik. Tujuan dilakukan uji normalitas untuk mengetahui apakah nilai residual berdistribusi normal atau tidak. Data yang

diperoleh akan dianalisis menggunakan software yaitu SPSS. Metode yang digunakan adalah uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov Z (KS-Z)*. Dimana data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 0,05.

2) Uji Linearitas

Sugiyono (2015:403) menjelaskan bahwa uji linearitas adalah uji prasyarat yang biasanya dilakukan untuk analisis korelasi *pearson* atau regresi linier. Uji linearitas ini digunakan untuk melihat hubungan antara variabel terikat dengan varaibel bebas. Uji linearitas data dilakukan dengan menggunakan uji F. hubungan antar variabel dikatakan linier jika f nilai hitung lebih kecil dari f tabel dan dapat dilihat menggunakan grafik *scatter plot*.

3) Uji Hipotesis

Analisis korelasi pearson atau biasa disebut korelasi *product moment* digunakan untuk mengukur hubungan antara dua variabel secara linier dan untuk mengetahui arah hubungan yang terjadi. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian ex-post fasto dengan studi korelasional.Teknik statistik yang digunakan adalah teknik korelasi *product moment* (korelasi *pearson)*. Pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 12 Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
$\rho = -1$	Sempurna
$-1 < \rho \leq -0{,}80$	Sangat Tinggi
$-0{,}80 < \rho \leq -0{,}60$	Tinggi
$-0{,}60 < \rho \leq -0{,}40$	Sedang
$-0{,}40 < \rho \leq -0{,}20$	Rendah
$-0{,}20 < \rho < 0$	Sangat Rendah

4) Hipotesis Statistik

Jika hasil rhitung < rtabel pada taraf signifikansi 5% maka (Ho) diterima dan (Ha) ditolak, sehingga hipotesis yang berbunyi "tidak ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMP Negeri 15 Semarang" ditolak. Jika rhitung > rtabel, maka (Ho) ditolak dan (Ha) diterima, sehingga hipotesis yang berbunyi "ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMP Negeri 15 Semarang" diterima.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Deskripsi data dalam penelitian ini yang berjudul "Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang" bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa. Penelitian dilakukan di kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Penelitian ini menggunakan ex-post facto untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIIIA, VIII B, VIII C, VIII D, VIII E, VIII F, VIII G dan VIII I SMP Negeri 15 Semarang

Penelitian ini dilakukan mulai pada tanggal 13 Juni 2024 dengan pelaksanaan *try out* untuk menguji validitas dan reliabilitas item pada skala yang digunakan sebagai penelitian. Pelaksanaan *try out* dilaksanakan secara tatap muka di sekolah melalui media *google form*. Pada saat pelaksanaan *try out* siswa diminta untuk memperhatikan petunjuk pengisian kuesioner serta mengisi identitas dengan lengkap dan mengisi skala penelitian dengan jujur sesuai dengan keadaan yang dialami. Kelas *try out* yang digunakan dari kelas VIII H yang berjumlah 34 siswa. Terdapat 88 sebaran item dalam skala *try out* yang terbagi dalam dua skala, yaitu 45 item pernyataan prokrastinasi akademik dan 43 item pernyataan kontrol diri.

Pelaksanaan *try out* dilakukan pada saat jam pelajaran ke-2 yaitu pukul 08.10-09.00. Hasil dari pelaksanaan *try out* terdapat 18 item yang tidak valid pada skala prokrastinasi akademik dan 11 item yang tidak valid pada skala kontrol diri.

Selanjutnya adalah deskripsi pelaksanaan penelitian hubungan kontrol diri dengan dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Dengan menggunakan skala penelitian yang sudah di uji validitas dan uji reliabilitas. Teknik sampling yang digunakan dalam peneitian ini adalah teknik proportional sampling dimana peneliti mengambil wakil-wakil dari setiap kelas dan didapatkan sejumlah 159 siswa untuk dijadikan sebagai sampel pada penelitian ini. Atas izin dari pihak sekolah terutama guru BK, penelitian ini dilaksanakan pada 22-23 Juli 2024 yang dibantu oleh guru BK kelas VIII dan IX SMP Negeri 15 Semarang.

B. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Deskripsi data disusun bertujuan untuk mempermudah pemahaman tentang variabel dan keakuratan data yang sudah dilaksanakan dengan menggunakan instrumen penelitian berupa skala prokrastinasi akademik dan skala kontrol diri, dan hasilnya sebagai berikut :

1. Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Negeri 15 Semarang

Pada variabel prokrastinasi akademik ini memiliki modus sebesar 54, dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik yang dimiliki 159 siswa sebagai responden sebagian besar memiliki nilai 54. Untuk mediannya bernilai 56 dari jumlah data yang ada untuk nilai mean nya sebesar 55,53. Skala yang digunakan berisi tentang pernyataan mengenai prokrastinasi akademik siswa kelas VIII. Sebanyak 27 pernyataan diberikan dalam skala ini dan siswa dapat memilih pendapat yang sesuai dengan keadaan yang dialami.

Tabel 4. 1 Hasil Pengolahan Data Tabulasi Prokrastinasi Akademik

Xmin	27
Xmax	91
Range	64
Mean	55,53
SD	10.585
Modus	56
Median	56

Penentuan kriteria prokrastinasi akademik dapat diklasifikasikan dengan membuat kelas interval yang disusun berdasarkan skor tertinggi dan skor terendah dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Panjang kelas interval} = \frac{\text{skor tertinggi-skor terendah}}{\text{4 (empat) kategori}}$$

$$= \frac{91\text{-}27}{4}$$

$$= \frac{64}{4}$$

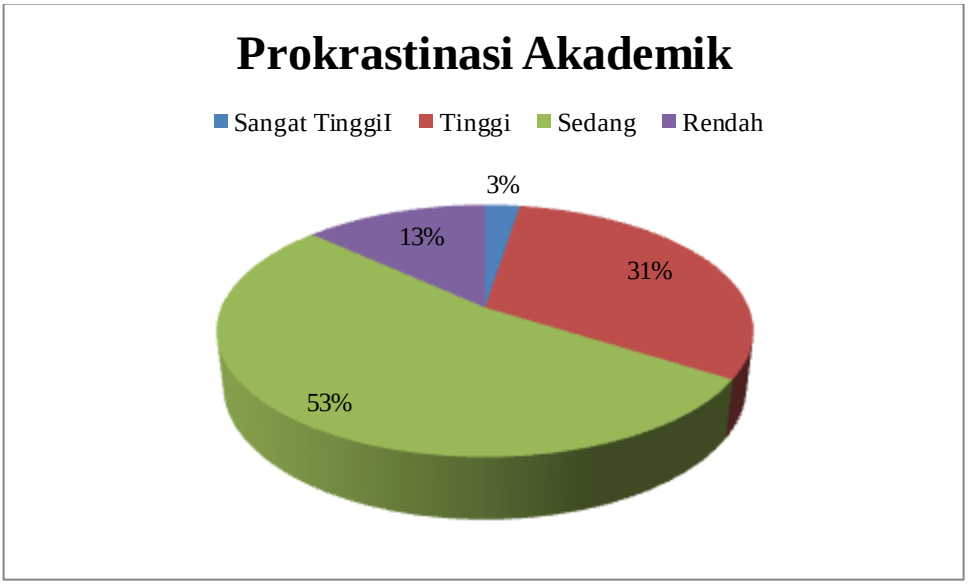
$$= 16$$

Langkah selanjutnya setelah menghitung kelas interval yaitu menentukan kategori berdasarkan hasil perhitungan kelas interval. Kategori prokrastinasi akademik kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang:

Tabel 4. 2 Tingkat Prokrastinasi Akademik

Interval	Frekuensi	presentase	Kategori
27-43	21	13%	Rendah
44-59	84	53%	Sedang
60-75	50	31%	Tinggi
76-91	21	3%	Sangat Tinggi
Total	159	100%	

Berdasarkan hasil tersebut, siswa dengan prokrastinasi akademik sangat tinggi 3% dengan 31% siswa melakukan prokrastinasi akademik tinggi, siswa dengan prokrastinasi akademik sedang sebanyak 53% dan sebanyak 13% melakukan prokrastinasi akademik rendah. Dapat dinyatakan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang termasuk dalam tingkat sedang.



Gambar 4. 1 Diagram Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan gambar tersebut dapat dilihat bahwa secara keseluruhan variabel prokrastinasi akademik siswa sebagian besar masuk dalam kategori sedang dengan persentase 53%

2. Kontrol Diri Siswa SMP Negeri 15 Semarang

Pada variabel 2 kontrol diri ini memiliki modus sebesar 91 dapat diketahui bahwa kontrol diri yang dimiliki siswa 159 siswa sebagai responden sebagian besar memiliki nilai 91. Untuk mediannya bernilai 97 dari jumlah data yang ada untuk nilai mean nya sebesar 98,42. Skala yang digunakan berisi tentang pernyataan mengenai kontrol diri siswa kelas VIII. Sebanyak 32 pernyataan diberikan dalam skala ini dan siswa dapat memilih pendapat yang sesuai dengan keadaan yang dialami.

Tabel 4. 3 Hasil Pengolahan Data Tabulasi Kontrol Diri

Xmin	74
Xmax	127
Range	53
Mean	98,42
SD	9,395
Modus	91
Median	97

Penentuan kriteria kontrol diri dapat diklasifikasikan dengan membuat kelas interval yang disusun berdasarkan skor tertinggi dan skor terendah dengan rumus sebagai berikut:

Panjang kelas interval $= \frac{\text{skor tertinggi-skor terendah}}{\text{4 (empat) kategori}}$

$= \frac{127-74}{4}$

$= \frac{53}{4}$

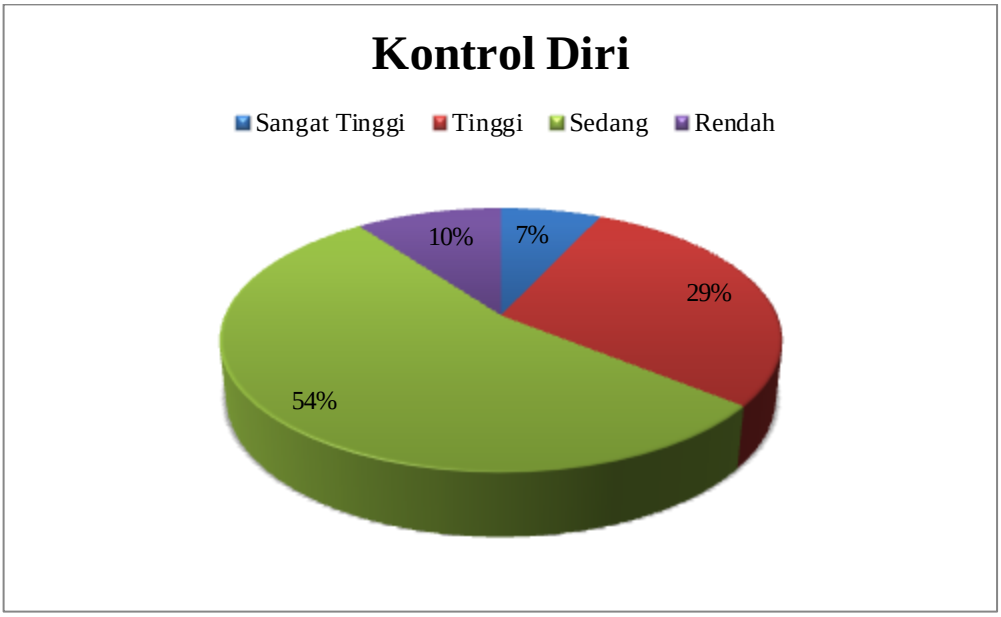
$= 13{,}25$ dibulatkan menjadi 13

Langkah selanjutnya setelah menghitung kelas interval yaitu menentukan kategori berdasarkan hasil perhitungan kelas interval. Kategori kontrol diri kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang:

Tabel 4. 4 Tingkat Kontrol Diri

Interval	Frekuensi	presentase	Kategori
74-87	16	10%	Rendah
88-100	86	54%	Sedang
101-113	46	29%	Tinggi
114-126	11	7%	Sangat Tinggi
Total	159	100%	

Berdasarkan hasil tersebut, siswa dengan kontrol diri sangat tinggi 7%, dengan 29% siswa melakukan kontrol diri tinggi, siswa dengan kontrol diri sedang sebanyak 54% dan sebanyak 10% melakukan kontrol diri rendah. Dapat dinyatakan bahwa tingkat kontrol diri siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang termasuk dalam tingkat sedang.



Gambar 4. 2 Diagram Kontrol Diri

Berdasarkan gambar tersebut dapat dilihat bahwa secara keseluruhan variabel kontrol diri siswa sebagian besar masuk dalam kategori sedang dengan persentase 54%

C. Uji Prasyarat

1. Uji Normalitas

Uji normalitas ini menggunakan *Kolmogorov Smirnov Test* untuk mengetahui normalitas sebaran data variabel penelitian dilihat dari nilai *Kolmogorov Smirnov Test* dan pengujiannya menggunakan program SPSS versi 26 dan hasil uji normalitas data prokrastinasi akademik dan kontrol diri sebagai berikut :

Tabel 4. 5 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		159
Normal Parameters[a,b]	Mean	.0000000
	Std. Deviation	10.55818895
Most Extreme Differences	Absolute	.066
	Positive	.047
	Negative	-.066
Test Statistic		.066
Asymp. Sig. (2-tailed)		.088[c]

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan *Kolmogorov-Smirnov Test* didapatkan nilai 0,88 maka dapat disimpulkan bahwa uji normalitas data dalam penelitian ini berdistribusi normal karena nilai sig. > 0,05.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan dari kedua variabel yaitu variabel terikat dan variabel bebas memiliki hubungan yang linier. Dapat dikatakan linier atau tidaknya suatu hubungan dapat dilihat dari uji linieritas. Dengan kaidah yang digunakan adalah kedua variabel itu dikatakan linier jika nilai signifikansinya > 0,05 dan sebaliknya variabel dikatakan tidak linier jika nilai signifikansinya < 0,05. Berikut hasil dari uji linieritasnya:

Tabel 4. 6 Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PROKRASTINASI AKADEMIK * KONTROL DIRI	Between Groups	(Combined)	3164.039	40	79.101	.642	.945
		Linearity	90.454	1	90.454	.734	.393
		Deviation from Linearity	3073.585	39	78.810	.640	.945
	Within Groups		14539.521	118	123.216		
	Total		17703.560	158			

Dari tabel tersebut maka nilai hasil uji linieritas prokrastinasi akademik dan kontrol diri sebesar 0,945. Maka dapat disimpulkan 0,945 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel kontrol diri dengan variabel prokrastinasi akademik.

D. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji prasyarat terpenuhi, dengan hasil data berdistribusi normal dan memiliki hubungan yang linier. Analisis dilanjutkan dengan pengujian hipotesis, sebagaimana dinyatakan dalam tujuan penelitian, bagian ini menyajikan hasil analisis hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Dari tujuan tersebut dapat diajukan hipotesis statistik sebagai berikut ini :

Ha : terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang.

Ho : tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan

prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang.

Hasil uji korelasi menggunakan Uji Pearson Product Moment dengan menggunakan SPSS versi 26 sebagai berikut:

Tabel 4. 7 Uji Korelasi

Correlations

		KONTROL DIRI	PROKRASTINASI AKADEMIK
KONTROL DIRI	Pearson Correlation	1	-.071
	Sig. (2-tailed)		.371
	N	159	159
PROKRASTINASI AKADEMIK	Pearson Correlation	-.071	1
	Sig. (2-tailed)	.371	
	N	159	159

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa dari uji korelasi *pearson product moment*, dapat diperoleh nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,371 > 0,05 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Dengan tingkat korelasi jika dilhat dari nilai *Pearson Correlation* -0,71 yang berarti tingkat korelasinya tinggi. Dari pengujian korelasi tersebut menunjukkan bahwa hubungan yang negatif yang dilihat pada nilai korelasi nya bertanda negatif. Dimana arah hubungan negatif tersebut adalah jika semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa.

Berdasarkan analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan secara signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Maka hipotesis penelitian dinyatakan bahwa "Terdapat Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang" dapat diterima.

E. Pembahasan

Penelitian ini meneliti tentang hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang dengan jumlah sampel penelitian 159 siswa yang terdiri dari siswa kelas VIIIA, VIII B, VIII C, VIII D, VIII E, VIII F, VIII G dan VIII I.

Kontrol diri merupakan suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif serta merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan siswa selama proses kegiatan belajar disekolah atau dirumah, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dilingkungan sekitarnya.

Kegiatan pembelajaran di sekolah dapat terganggu jika siswa kesulitan untuk menentukan prioritasnya dan cenderung untuk menunda dan mengulur-ulur waktu dalam memulai, mengerjakan hingga menuntaskan tugas yang diberikan oleh gurunya yang mana sikap menunda-nunda dalam megerjakan tugas akademik ini disebut dengan Prokrastinasi Akademik. Oleh karena itu pentingnya penerapan kontrol diri yang baik agar mendapatkan pencapaian belajar yang baik, sebaliknya siswa yang tidak memiliki kontrol diri yang baik pencapaian belajar juga tidak

akan memuaskan. Pencapaian kontrol diri yang baik dapat dilakukan dengan mengikuti beberapa kegiatan yang dapat melatih siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang dalam mengatur kontrol diri terhadap tanggung jawab yang harus diselesaikan, baik itu kegiatan seminar terkait meningkatkan kemampuan kontrol diri atau menurunkan prokrastinasi akademik.

Hipotesis dari penelitian ini adalah "terdapat hubungan signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang." Uji korelasi *pearson product moment*, diperoleh nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,371 > 0,05 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Dengan tingkat korelasi jika dilhat dari nilai *Pearson Correlation* -0,71 yang berarti tingkat korelasinya tinggi. Dari pengujian korelasi tersebut menunjukkan bahwa hubungan yang negatif yang dilihat pada nilai korelasinya bertanda negatif. Dimana arah hubungan negaif tersebut adalah jika semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa.

Adapun hasil uji hipotesis pada taraf signifikansi α=0,05 dan menganalisis rhitung dengan mencari rtabel menggunakan tabel *pearson product moment* pada taraf 5% = 0,155. Sehingga diperoleh perbandingan berdasarkan nilai yang diperoleh : -0,71 < 0,155 pada taraf signifikan 5% maka (Ho) ditolak dan (Ha) diterima maka terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik.

Berdasarkan analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan secara signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Maka hipotesis penelitian dinyatakan bahwa "Terdapat Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang" dapat diterima.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Sri Lely Wahyuni Dolok Saribu (2022) diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Methodist 1 Medan, dimana rxy = -0,542 yang artinya hubungannya negatif. Arah hubungan negatif tersebut yaitu semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka tinggi prokrastinasi akademik.

BAB V

SIMPULAN, SARAN DAN KETERBATASAN PENELITI

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan rumusan masalah "Apakah Terdapat Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Negeri 15 Semarang" diperoleh hasil uji hipotesis menggunakan uji korelasi *pearson product moment,* diperoleh nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,371 > 0,05 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang. Dengan tingkat korelasi jika dilhat dari nilai *Pearson Correlation* -0,71 yang berarti tingkat korelasinya tinggi.

Dari pengujian korelasi tersebut menunjukkan rxy = -0,71 yang artinya hubungannya negatif. Arah hubungan negatif tersebut yaitu jika kontrol diri siswa tinggi maka prokrastinasi akademik siswa rendah dan sebaliknya jika kontrol diri rendah maka prokrastinasi akademiknya tinggi.

Adapun hasil uji hipotesis pada taraf signifikansi α=0,05 dan menganalisis rhitung dengan mencari rtabel menggunakan tabel *pearson product moment* pada taraf 5% = 0,155. Sehingga diperoleh perbandingan berdasarkan nilai yang diperoleh : -0,71 < 0,155 pada taraf signifikan 5% maka (Ho) ditolak dan (Ha) diterima maka terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti menyimpulkan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi pihak sekolah, data dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi untuk meningkatkan langkah konkrit dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa SMP Negeri 15 Semarang agar dapat mengatasi siswa yang melakukan prokrastinasi akademik serta meningkatkan kontrol diri.
2. Bagi guru BK, diharapkan mampu memberikan layanan yang sesuai untuk meningkatkan kemampuan kontrol diri pada siswa serta menurunkan prokrastinasi akademik siswa.
3. Bagi siswa, berdasarkan hasil data penelitian ini, diharapkan siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang dapat meningkatkan kemampuan dalam dirinya untuk dapat mengendalikan dan mengontrol diri sekaligus menurunkan perilaku prokrastinasi akademiknya, serta siswa diharapkan mampu memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan guru BK agar mampu meningkatkan dan mempertahankan kemampuan kontrol diri yang baik.
4. Bagi peneliti selanjutnya, dapat mengadakan penelitian serta metode yang berbeda untuk menghasilkan hasil yang lebih variatif. Selain itu peneliti selanjutnya dapat lebih mendalam mengeksplor tentang kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Serta diharapkan dapat menggunakan treatment ataupun layanan untuk kontrol diri dan prokrastinasi akademik siswa.

C. Keterbatasan Peneliti

Keterbatasan penelitian ini hanya berfokus pada mencari hubungan antara dua variabel yaitu kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa, karena peneliti hanya mengangkat faktor yang sesuai dengan penelitian. Berdasarkan dari keterbatasan tersebut diharapkan penelitian selanjutnya dapat menggunakan treatment ataupun layanan untuk kontrol diri dan prokrastinasi akademik siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Asri, Dahlia Novarianing. 2018. *Prokrastinasi Akademik Teori Dan Riset dalam\ Perspektif Pembelajaran Berbasis Proyek Da*n *Self-Regulated Learning.* Madiun: UNIPMA PRESS.

Chisan, Fazaiz Khoirotun & Miftakhul Jannah. 2021. "*Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Atas.*" Character: Jurnal Penelitian Psikologi, Volume 8, Nomor 5, 7 Juli 2021.

Dwi Marsela, Ramadona & Mamat Supriana. 2019. "*Kontrol Diri: Definisi dan Faktor.*" Journal Of Innovative Counseling. Volume 3, Nomor 2, Agustus 2019, halaman 65-69.

Ghufron, N & Risnawati, R. 2011. Teori-teori Psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.

Khaerunisah. 2020. "*Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesikan Skripsi Pada Mahasiswa Jurusan PAI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Mataram.*" *Skripsi.* Universitas Islam Negeri Mataram: Mataram.

Mrp, Sri Wahyuni. 2023. "*Kontrol Dan Konsep Sistem Dalam Pendidikan Agama*" Jurnal imamah, Volume 1, Nomor 1, halaman: 1-10.

Noor Aini, Aliya & Iranita Hervi Mahardayani. 2011. "*Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus.*" Jurnal Psikologi Pitutur, Volume 1, Nomor 2, Juni 2011, halaman 65-71.

Nurjan, Syarifan. 2020. "*Analisis Teoristik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa.*" MUADDIB : Jurnal Kependidikan dan Keislaman. Volume 10, Nomor 01, 18 April 2020, halaman 61-82

Purwanti, Meiliza, Sri Lestari, Dan Purwanti. 2016. "*Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Sungai Ambawang.*" Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran. Volume 5, Nomor 8, halaman 1-15.

Rahmaniah. 2019. "*Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMP Negeri 1 Tanete Riaja*." Jurnal Bimbingan dan Konseling, Volume 6, Nomor 2, 7 Juni 2020, halaman 10-18.

Soegeng. 2017. *Dasar-Dasar Penelitian*. Yogyakarta: Magnum Pustaka Utama.

Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono, 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono, 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Sulistyan, Theresia & Doddy Hendro Wibowo. 2022. "*Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).*" Jurnal Riset Psikologi, Volume 5, Nomor 3, 9 September 2022, halaman: 67-76.

Umar, Husein. 2014. *Metode Penelitian Untuk Skripsi dan Tesis Bisnis.* Depok : Rajagrafindo Persada.

Wahyuni, sri lely. 2022. "*Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada siswa XI SMA Methodist 1 Medan.*" *Skripsi.* Universitas Medan Area: Medan

Zuraida. 2017. "*Hubungan Prokrastinasi Akademik Dngan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama*." Kognisi Jurnal, Volume 2, Nomor 1, 1 Agustus 2017, halaman 31-41.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara

1. Wawancara Guru BK

Pedoman Wawancara

Tema : Prokrastinasi Akademik

Tujuan : Untuk menggali data terkait prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang termasuk faktor penyebab, dampak dan hal lain mengenai prokrastinasi akademik sebagai bahan penyusunan latar belakang penelitian.

Bentuk Wawancara : Semi Terstruktur

Jenis Wawancara : Wawancara Pribadi

Target Person : Guru BK

Waktu : Saat Jam Istirahat

Kajian Teori

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah penundaan dalam menyelesaikan tugas akademik yang diakibatkan oleh manajemen waktu yang tidak efisien, sehingga tidak ada kepastian untuk mengerjakan tugas atau tidak terdapat kerangka waktu yang diinginkan dan menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Sehingga pada akhirnya tugas menumpuk dan tidak terselesaikan atau terselesaikan dengan tidak maksimal yang dapat mengakibatkan individu mengalami hambatan pada aktivitas akademik yang sedang dijalani.

Menurut Tuckman (dalam Dahlia Noviarianing Asri, 1991:17) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk menunda atau benar-benar menghindari kegiatan sehingga sering terlambat dalam menghindari pertemuan-pertemuan di bawah kontrol seseorang. Individu yang melakukan prokrastinasi akademik menunda dalam memulai maupun menuntaskan tugas namun mengerjakan aktivitas yang lain yang tidak lebih penting, sehingga dalam pengerjaann tugas terhambat, tidak bisa menyelesaikan sesuai dengan ketentuan waktu atau bahkan tidak dikerjakan sama sekali. Selain dalam pengerjaan tugas, prokrastinator juga seringkali menunda-nunda dalam menghadiri pertemuan, jika siswa yang melakukannya maka menunda-nunda masuk kelas sehingga terjadi keterlambatan masuk dalam kelas.

2. Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik

Adapun faktor pendukung dari terjadi prokrastinasi adalah: (Ferrari dkk., 1995: 97)

a. Faktor internal. Faktor-faktor internal pemicu timbulnya prokrastinasi dalam diri individu, meliputi:
   1) Kondisi kodrati yang meliputi jenis kelamin anak, umur, dan urutan kelahiran. Kecenderungan dalam keluarga dapat memicu individu berperilaku prokrastinasi. Misalkan pertama lebih diperhatikan, dilindungi, sedangkan anak terakhir lebih dimanja terlebih jika selisih usia lebih jauh. Oleh karena itu kesenjangan dari sisi keluarga dapat memicu prokrastinasi terbentuk untuk mencari perhatian.
   2) Kondisi fisik dan kondisi kesehatan, mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik.
   3) Kondisi psikologis, seperti kepribadian individu dan prefeksionis. Kepribadian individu seperti kemampuan sosial dan tingkat kecemasan dalam hubungan sosial. Sedangkan prefeksionis dapat menyebabkan individu menjadi prokrastinasi lebih tinggi. Hal ini dikarenakan tugas yang dikerjakan harus sebagus dan sesepurna mungkin sehingga tanpa menghiraukan batas waktu yang ditentukan. Berbeda jika individu memiliki motivasi yang tinggi, cenderung rendah melakukan prokrastinasi akademik.

b. Faktor Eksternal.

Faktor eksternal ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam diri individu. Terutama lingkungan yang memberikan toleransi bagi individu yang mengalami prokrastinasi sehingga lama kelamaan cenderung semakin meningkat daripada lingkungan yang penuh dengan pengawasan. Kemudian faktor pola asuh, lingkungan keluarga dan masyarakat. Prokrastinasi juga dilakukan karena membutuhkan bantuan orang lain untuk mengerjakan tugasnya, malas, kesulitan mengatur waktu, dan tidak menyukai tugasnya.

Solomon dan Rothblum dalam studinya meminta untuk menunjukan alasan melakukan penundaa tugas akademik. Berdasarkan studi tersebut diperoleh 13 faktor terjadinya alasan timbul prokrastinasi yaitu 1) Kecemasan terhadap evaluasi (*evaluation anxiety*); 2) Perfeksionisme (*perfectionism*); 3) Kesulitan memutuskan (*difficulty making decisions*); 4) Dependen dan mencari bantuan (*dependency and help seeking*); 5) Ketidaksukaan terhadap tugas dan toleransi terhadap frustrasi rendah (*aversiveness of the task and low frustation tolerance*); 6) Kurang percaya diri (*lack of self-confidence*); 7) Kemalasan (*laziness*); 8) Kurang asertif (*lack of assertion*); 9) Takut sukses (*fear of success*); 10) Kecenderungan merasa kewalahan dan tidak mampu mengatur waktu (*tendency to feel overwhelmed and*

poorly manage time); 11) Memberontak terhadap kontrol (*rebellion against control*); 12) Mengambil risiko (*risk taking*); 13) Pengaruh teman sebaya (*peer influence*).

6. Dampak Prokrastinasi Akademik

Menurut Suhadianto dan Nindia Pratitis (2019:212) prokrastinasi akademik berdampak pada :

1) Ranah afektif, dampak prokrastinasi akademik dalam ranah afektif yang dirasakan oleh pelaku prokrastinasi seperti gelisah, cemas, takut, menyesal, setres, emosi tidak terkontrol, penik, menangis, dan bersedih.
2) Ranah kognitif, dampak prokrastinasi dalam ranah kognitif yang dirasakan oleh seorang prokrastinator adalah selalu teringat tugas yang belum selesai dan menilai dirinya telah gagal.
3) Perilaku, dampak prokrastinasi dalam ranah perilaku yang dirasakan oleh prokrastinator seperti rasa malas mengerjakan tugas yang lain, terlambat masuk, terlambat mengumpulkan tugas, dan terburu-buru dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas.
4) Fisik, prokrastinasi juga berdampak pada fisik pelaku prokrastinasi seperti kekelahan, sulit tidur, malas makan, kepala pusing, jantung berdebar-debar dan sakit.
5) Akademik, prokrastinasi jelas berdampak pada akademik seperti pekerjaan tertunda, nilai menurun, tugas menumpuk sehingga mempengaruhi hasil akademiknya.
6) Moral, prokrastinasi juga berdampak pada moral seorang prokrastinator. Seorang prokrastinator akan lebih mudah untuk mencontek dibanding seseorang yang tidak pernah melakukan prokrastinasi.
7) Interpersonal, dampak prokrastinasi bagi interpersonal seorang prokrastinator seperti mendapat penilaian yang buruk dari orang lain, tidak enak dengan guru pengampu bahkan dimarahi oleh guru.
8) Dampak positif, selain dampak negatif yang tersebut diatas, prokrastinasi juga memiliki dampak positif. Seorang prokrastinator merasa tenang dan tertantang namun tantangan dan ketenangan yang dirasakan hanyalah bersifat sementara.

Identitas Narasumber

Nama : Dra. Sutini S.Pd
Status: Guru BK
Waktu : Rabu, 8 Februari 2023
Tempat : Ruang BK SMP Negeri 15 Semarang

Daftar Pertanyaan

1. Bentuk prokrastinasi yang sering dijumpai pada siswa SMPN 15 Semarang?
2. Selain itu apakah ada prokrastinasi yang dilakukan siswa di kelas?
3. Apakah pernah melakukan kolaborasi dengan guru mapel untuk mengupayakan masalah tersebut? Upaya apa saja yang dilakukan guru BK maupun guru mapel untuk mengatasi masalah tersebut?
4. Setelah mengupayakan hal tersebut, apakah ada siswa yang mengulanginya lagi?

Hasil Wawancara

Peneliti	: Assalamualaikum, permisi selamat pagi bu tini
Guru BK	: Walaikumsalam pagi mba silahkan, bagaimana mba?
Peneliti	: Mohon maaf bu mengganggu waktunya sebentar, izin memberikan hasil akpd nggih, dan sebelumnya mohon maaf ibu jadi disini kan ada 2 item dengan prosentase tinggi lalu saya tertarik dengan salah satu item no 36, dimana itu terkait prokrastinasi akademik, mungkin nanti bisa saya angkat untuk judul proposal begitu bu, apakah nanti saya boleh menanyakan sedikit terkait hal tersebut bu?
Guru BK	: Iya boleh mba sekarang juga tidak apa-apa silahkan
Peneliti	: Baik bu terimaksih, jadi begini bu apa saja bentuk prokrastinasi yang sering dijumpai pada siswa di SMPN 15 Semarang?
Guru BK	: Yang sering saya jumpai itu ketika pagi pasti ada saja siswa yang terlambat, mereka belum bisa untuk on time, padahal kan untuk sekarang penerimaan siswa menggunkan zonasi yang pastinya siswa rumahnya tidak terlalu jauh begitu ya mba, tetapi ya itu salah satu perilaku menunda dari beberapa siswa disini
Peneliti	: Selain itu apakah ada prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa di kelas bu?
Guru BK	: Ada pastinya mba, perilaku menunda penyelesaian tugas itu pasti ada di setiap sekolah apalagi digenerasi sekarang yang pulang sekolah langsung sibuk les dan hal lain.
Peneliti	: Lalu apakah pernah melakukan kolaborasi dengan guru mapel bu untuk mengupayakan masalah tersebut? Upaya apa saja yang dilakukan guru BK maupun guru mapel untuk mengatasi masalah tersebut?
Guru BK	: Iya mba jika ada laporan masalah dari guru mapel nanti siswa diarahkan kesini untuk dibimbing, untuk upaya dari saya dan guru mapel itu contohnya apabila memberikan tugas ditegaskan batas waktunya dan langsung saja dikoreksi sehingga siswa akan ambisi

	dalam mengerjakan tugas tersebut. Tapi semisal tugas itu dijadikan PR kemungkinan dirumah mereka malah malas dan menunda.
Peneliti	: Setelah mengupayakan hal tersebut, apakah ada siswa yang mengulanginya lagi bu?
Guru BK	: Ya sedikit mengatasi tetapi masih ada yang menunda-nunda kaya misalnya lebih memilih ngobrol dulu atau tidur, tetapi ada juga yang disiplin
Peneliti	: Baik bu segitu dulu yang saya tanyakan mungkin nanti jika ada lagi saya menghubungi ibu nggih, terimakasih atas waktu dan jawabannya ya bu
Guru BK	: Iya sama-sama pasti saya bantu mba
Peneliti	: Baik bu, saya pamit nggih
Guru BK	: Iya mba silahkan

2. **Wawancara Siswa**

Pedoman Wawancara

Tema : Prokrastinasi Akademik

Tujuan : Untuk menggali data terkait prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Semarang termasuk faktor penyebab, dampak dan hal lain mengenai prokrastinasi akademik sebagai bahan penyusunan latar belakang penelitian.

Bentuk Wawancara : Semi Terstruktur

Jenis Wawancara : Wawancara Pribadi

Target Person : Guru BK

Waktu : Saat Jam Istirahat

Kajian Teori

3. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah penundaan dalam menyelesaikan tugas akademik yang diakibatkan oleh manajemen waktu yang tidak efisien, sehingga tidak ada kepastian untuk mengerjakan tugas atau tidak terdapat kerangka waktu yang diinginkan dan menunda mengerjakan tugas sampai saat-saat terakhir. Sehingga pada akhirnya tugas menumpuk dan tidak terselesaikan atau terselesaikan dengan tidak maksimal yang dapat mengakibatkan individu mengalami hambatan pada aktivitas akademik yang sedang dijalani.

Menurut Tuckman (dalam Dahlia Noviarianing Asri, 1991:17) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk menunda atau benar-benar menghindari kegiatan sehingga sering terlambat dalam menghindari pertemuan-pertemuan di bawah kontrol seseorang. Individu yang melakukan prokrastinasi akademik menunda dalam memulai maupun menuntaskan tugas namun mengerjakan aktivitas yang lain yang tidak lebih penting, sehingga dalam pengerjaann tugas terhambat, tidak bisa menyelesaikan sesuai dengan ketentuan waktu atau bahkan tidak dikerjakan sama sekali. Selain dalam pengerjaan tugas, prokrastinator juga seringkali menunda-nunda dalam menghadiri pertemuan, jika siswa yang melakukannya maka menunda-nunda masuk kelas sehingga terjadi keterlambatan masuk dalam kelas.

4. Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik

Adapun faktor pendukung dari terjadi prokrastinasi adalah: (Ferrari dkk., 1995: 97)

a. Faktor internal. Faktor-faktor internal pemicu timbulnya prokrastinasi dalam diri individu, meliputi:
   1) Kondisi kodrati yang meliputi jenis kelamin anak, umur, dan urutan kelahiran. Kecenderungan dalam keluarga dapat memicu individu berperilaku prokrastinasi. Misalkan pertama lebih diperhatikan, dilindungi, sedangkan anak terakhir lebih dimanja terlebih jika selisih usia lebih jauh. Oleh karena itu kesenjangan dari sisi keluarga dapat memicu prokrastinasi terbentuk untuk mencari perhatian.
   2) Kondisi fisik dan kondisi kesehatan, mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik.
   3) Kondisi psikologis, seperti kepribadian individu dan prefeksionis. Kepribadian individu seperti kemampuan sosial dan tingkat kecemasan dalam hubungan sosial. Sedangkan prefeksionis dapat menyebabkan individu menjadi prokrastinasi lebih tinggi. Hal ini dikarenakan tugas yang dikerjakan harus sebagus dan sesepurna mungkin sehingga tanpa menghiraukan batas waktu yang ditentukan. Berbeda jika individu memiliki motivasi yang tinggi, cenderung rendah melakukan prokrastinasi akademik.

b. Faktor Eksternal.

Faktor eksternal ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam diri individu. Terutama lingkungan yang memberikan toleransi bagi individu yang mengalami prokrastinasi sehingga lama kelamaan cenderung semakin meningkat daripada lingkungan yang penuh dengan pengawasan. Kemudian faktor pola asuh, lingkungan keluarga dan masyarakat. Prokrastinasi

juga dilakukan karena membutuhkan bantuan orang lain untuk mengerjakan tugasnya, malas, kesulitan mengatur waktu, dan tidak menyukai tugasnya.

Solomon dan Rothblum dalam studinya meminta untuk menunjukan alasan melakukan penundaa tugas akademik. Berdasarkan studi tersebut diperoleh 13 faktor terjadinya alasan timbul prokrastinasi yaitu 1) Kecemasan terhadap evaluasi (*evaluation anxiety*); 2) Perfeksionisme (*perfectionism*); 3) Kesulitan memutuskan (*difficulty making decisions*); 4) Dependen dan mencari bantuan (*dependency and help seeking*); 5) Ketidaksukaan terhadap tugas dan toleransi terhadap frustrasi rendah (*aversiveness of the task and low frustation tolerance*); 6) Kurang percaya diri (*lack of self-confidence*); 7) Kemalasan (*laziness*); 8) Kurang asertif (*lack of assertion*); 9) Takut sukses (*fear of success*); 10) Kecenderungan merasa kewalahan dan tidak mampu mengatur waktu (*tendency to feel overwhelmed and poorly manage time*); 11) Memberontak terhadap kontrol (*rebellion against control*); 12) Mengambil risiko (*risk taking*); 13) Pengaruh teman sebaya (*peer influence*).

7. Dampak Prokrastinasi Akademik

Menurut Suhadianto dan Nindia Pratitis (2019:212) prokrastinasi akademik berdampak pada :

1) Ranah afektif, dampak prokrastinasi akademik dalam ranah afektif yang dirasakan oleh pelaku prokrastinasi seperti gelisah, cemas, takut, menyesal, setres, emosi tidak terkontrol, penik, menangis, dan bersedih.
2) Ranah kognitif, dampak prokrastinasi dalam ranah kognitif yang dirasakan oleh seorang prokrastinator adalah selalu teringat tugas yang belum selesai dan menilai dirinya telah gagal.
3) Perilaku, dampak prokrastinasi dalam ranah perilaku yang dirasakan oleh prokrastinator seperti rasa malas mengerjakan tugas yang lain, terlambat masuk, terlambat mengumpulkan tugas, dan terburu-buru dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas.
4) Fisik, prokrastinasi juga berdampak pada fisik pelaku prokrastinasi seperti kekelahan, sulit tidur, malas makan, kepala pusing, jantung berdebar-debar dan sakit.
5) Akademik, prokrastinasi jelas berdampak pada akademik seperti pekerjaan tertunda, nilai menurun, tugas menumpuk sehingga mempengaruhi hasil akademiknya.
6) Moral, prokrastinasi juga berdampak pada moral seorang prokrastinator. Seorang prokrastinator akan lebih mudah untuk mencontek dibanding seseorang yang tidak pernah melakukan prokrastinasi.

7) Interpersonal, dampak prokrastinasi bagi interpersonal seorang prokrastinator seperti mendapat penilaian yang buruk dari orang lain, tidak enak dengan guru pengampu bahkan dimarahi oleh guru.
8) Dampak positif, selain dampak negatif yang tersebut diatas, prokrastinasi juga memiliki dampak positif. Seorang prokrastinator merasa tenang dan tertantang namun tantangan dan ketenangan yang dirasakan hanyalah bersifat sementara.

Identitas Narasumber
Nama : ALP
Status: Siswa SMPN 15 Semarang
Waktu : Rabu, 12 Juni 2024
Tempat : Aula Sekolah

Daftar Pertanyaan
1. Apakah sudah ada gambaran terkait prokrastinasi akademik?
2. Apakah kamu pernah menemukan atau melakukan prokrastinasi akademik?
3. Menurut kamu apa yang menjadi penyebab prokrastinasi akademik?
4. Apa yang dilakukan ketika malas mengerjakan tugas?
5. Adakah hal lain yang dilakukan sebelum mengerjakan tugas?
6. Apakah kamu pernah atau sering terlambat masuk ke sekolah?
7. Apakah memiliki jadwal perencanaan untuk mengerjakan tugas

Hasil Wawancara

Peneliti	: Setelah kakak menjelaskan mengenai prokrastinasi akademik, apakah sudah ada gambaran terkait prokrastinasi akademik?
Siswa	: Iya bu itu perilaku menunda mengerjakan tugas ya?
Peneliti	: Iya betul, lalu apakah kamu pernah menemukan atau melakukan prokrastinasi akademik?
Siswa	: Kalo jam kosong, saya sebagai ketua kelas kadang kan suka dititipin tugas oleh guru, nanti ada siswa yang sengaja tidak mengerjakan supaya tugasnya itu jadi PR, jadinya mereka memilih dikoreksi dipertemuan selanjutnya. kalau saya sendiri ya terkadang menunda apalagi kalau semisal dirumah, tetapi tetap saya kerjakan.
Peneliti	: Kok boleh dijadikan PR? Apa tidak diberi batas waktu
Siswa	: Saat itu tidak bu, tetapi kalau ada batas waktu harus selesai hari itu juga, dikerjakanya kerja sama bu
Peneliti	: Oke, lalu menurut kamu apa yang menjadi penyebab prokrastinasi akademik?

Siswa	: Rasa malas bu
Peneliti	: Apa yang dilakukan ketika malas mengerjakan tugas?
Siswa	: Menanyakan teman sudah mengerjakan apa belum, kalau teman sudah ya nanti saya jadi tidak malas untuk mengerjakan, semisal teman belum ya nanti kita ngerjain bareng
Peneliti	: Sebelum mengerjakan tugas adakah hal lain yang dilakukan sebelum mengerjakan tugas?
Siswa	: Kadang lebih memilih main handphone atau main
Peneliti	: Apakah memiliki jadwal perencanaan untuk mengerjakan tugas ?
Siswa	: Punya tetapi kadang suka tidak pas bu, karena mengerjakannya nunggu mood
Peneliti	: Apakah kamu pernah atau sering terlambat masuk ke sekolah?
Siswa	: Pernah, tapi tidak sering dan itu paling terlambat 5 atau 10 menit bu
Peneliti	: Baik segitu saja yang kakak tanyakan, terimakasih atas waktu dan jawabannya ya
Siswa	: Iya sama-sama

Lampiran 2 Surat Izin Penelitian Kepala SMP Negeri 15 Semarang

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN (FIP)
Jalan Sidodadi Timur No. 24 - Dr. Cipto Semarang – Indonesia
Telepon (024) 8316377 Faks. 8448217 Email: upgrismg@gmail.com Homepage: www.upgrismg.ac.id

Nomor : 430/P-AM/FIP/UPGRIS/VI/2024 16 Mei 2024
Lampiran : 1 (satu) berkas
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Yth. Kepala SMP Negeri 15 Semarang
di Semarang

Kami beritahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami :

N a m a	: Mely Trisnawati
N P M	: 20110021
Fakultas	: Ilmu Pendidikan
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling

Akan mengadakan penelitian dengan judul :

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 15 SEMARANG

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon perkenan Bapak/Ibu memberikan ijin mahasiswa tersebut untuk melakukan Ijin Penelitian.

Atas perkenan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

An. Dekan,
Wakil Dekan I,

Dr. Siti Fitriana, S.Pd.,M.Pd.,Kons.
NPP 088201204

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan Kota Semarang

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN (FIP)
Jalan Sidodadi Timur No. 24 - Dr. Cipto Semarang – Indonesia
Telepon (024) 8316377 Faks. 8448217 Email: upgrismg@gmail.com Homepage: www.upgrismg.ac.id

Nomor : 266A/IP-AM/FIP/UPGRIS/V/2024 16 Mei 2024
Lampiran : 1 (satu) berkas
Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**

Yth. Kepala Dinas Pendidikan Kota Semarang
di Semarang

Kami beritahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami :

N a m a	: Mely Trisnawati
N P M	: 20110021
Fakultas	: Ilmu Pendidikan
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling

Akan mengadakan penelitian dengan judul :

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII SEKOLAH MENEGAH PERTAMA NEGERI 15 SEMARANG

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon perkenan Bapak/Ibu memberikan ijin mahasiswa tersebut untuk melakukan Ijin Penelitian.

Atas perkenan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

An Dekan,
Wakil Dekan I,

Dr. Siti Fitriana, S.Pd.,M.Pd.,Kons.
NPP 088201204

PEMERINTAH KOTA SEMARANG
DINAS PENDIDIKAN
Jalan Dr. Wahidin No. 118, Semarang – 50254 Telp. (024) 8412180, Fax. (024) 8317752
Laman www.disdik.semarangkota.go.id; Posel disdik@semarangkota.go.id

SURAT IZIN KEPALA DINAS PENDIDIKAN KOTA SEMARANG
Nomor : B/09051/900/V/2024

TENTANG
IZIN PENELITIAN

D A S A R : Surat Izin Penelitian di SMP N 15 Semarang dari Universitas PGRI Semarang tanggal 31 Mei 2024 perihal permohonan izin penelitian kepada kepala dinas pendidikan kota semarang, dengan ini Kepala Dinas Pendidikan Kota Semarang,

MEMBERIKAN IZIN

Kepada mahasiswa :

Nama	: Mely Trisnawati
NIM/ NIP/ NIDN	: 20110021
Perguruan Tinggi	: Universitas PGRI Semarang
Judul	: HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 15 SEMARANG
Tempat Penelitian	: SMP N 15 SEMARANG

Dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut ;

1. Saat Penelitian tidak mengganggu proses kegiatan belajar mengajar di tempat Penelitian,
2. Menaati peraturan dan ketentuan yang berlaku di tempat Penelitian,
3. Hasil Penelitian tidak dipublikasikan untuk mencari keuntungan/ kepentingan lain,
4. Kegiatan Penelitian dilaksanakan pada 3 Juni 2024 sampai dengan 25 Juli 2024
5. Menyampaikan laporan kepada Kepala Dinas Pendidikan Kota Semarang segera setelah selesai melakukan Penelitian.

Demikian surat izin Penelitian ini, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Semarang
Pada tanggal : 3 Juni 2024
Kepala Dinas Pendidikan Kota Semarang

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik

Dr. Bambang Pramusinto, SH,S.IP,M.Si

Balai Sertifikasi Elektronik
Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE) BSSN.

Lampiran 4 Surat Keterangan Selesai Penelitian

PEMERINTAH KOTA SEMARANG
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 15 SEMARANG
Jl. Supriyadi No. 72 , Telp. 024-6720455
Semarang - 50198
Website : smpn15.semarangkota.go.id E-mail : smp15semarangkota@gmail.com

SURAT KETERANGAN
Nomor B/425/423.6/VII/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Resanto, S.Pd.,M..Pd.
NIP	: 197004211998021005
Pangkat/Gol	: Pembina TK. I, IV/b
Jabatan	: Kepala Sekolah
Unit Kerja	: SMP Negeri 15 Semarang

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama	: Mely Trisnawati
NIM	: 20110021
Universitas	: Universitas PGRI Semarang
Fakultas	: Fakultas Ilmu Pendidikan

Benar-benar telah melaksanakan penelitian di SMP Negeri 15 Semarang mulai tanggal 13 Juni 2024 sampai dengan tanggal 23 Juli 2024 untuk menyusun skripsi dengan Judul Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Semarang.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 26 Juli 2024
Kepala SMP Negeri 15 Semarang

PEMERINTAH KOTA SEMARANG
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP) 15
DINAS PENDIDIKAN

Resanto, S.Pd., M.Pd.

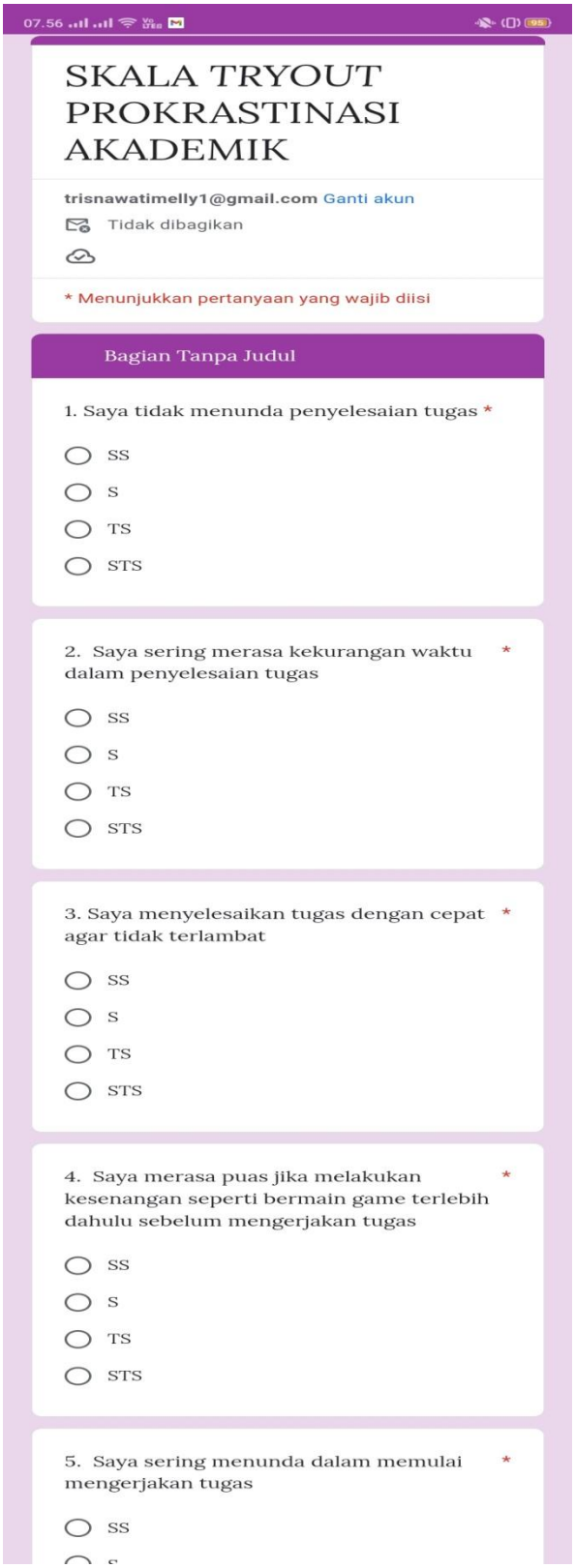
Lampiran 5 Kisi-Kisi Skala Try Out Prokrastinasi Akademik

No.	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Adanya penundaan untuk menyelesaikan tugas yang dihadapi	5) Saya sering menunda dalam memulai mengerjakan tugas 13) Saya menunda penyelesaian tugas hingga mendekati batas waktu pengumpulan 21) Saya sering merasa malas ketika akan memulai mengerjakan tugas 29) Terlalu banyak tugas membuat saya merasa bosan dan mengabaikannya 35) Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan karena saya merasa batas waktu pengumpulan tugas masih lama 45) Saya tidak merasa cemas meskipun sering menunda mengerjakan tugas	1) Saya tidak menunda penyelesaian tugas 9) Saya menyelesaikan tugas segera setelah diberikan 17) Saya seringkali melawan rasa malas untuk mengerjakan tugas 25) Rasa bosan tidak membuat saya melakukan penundaan mengerjakan tugas akademik 33) Meskipun guru berhalangan hadir, saya tetap mengerjakan tugas yang diberikan 41) Saya merasa takut apabila menunda mengerjakan tugas	12
2.	Keterlambatan dalam penyelesaian tugas karena melakukan hal-hal lain yang tidak dibutuhkan	7) Saya sering terlambat mengumpulkan tugas karena mementingkan hal lain 15) Terlambat mengumpulkan tugas karena waktu luang yang seharusnya untuk mengerjakan tugas, saya gunakan untuk melakukan hobi 23) Kegiatan yang padat membuat tugas saya terbengkalai 31) Saya sengaja	3) Saya menyelesaikan tugas dengan cepat agar tidak terlambat 11) Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain 19) Meskipun kegiatan saya padat, tetapi tugas tetap saya selesaikan 27) Saat diberikan tugas, saya memilih menyelesaikanya sampai jam pelajaran	11

		mengulur waktu dengan melakukan kegiatan lain sehingga tugas tersebut menjadi PR 37) Saya sering ditegur oleh guru karena terlambat mengumpulkan tugas	habis 39) Saya memanfaatkan waktu luang untuk megerjakan tugas 43) Saya merasa puas jika menyelesaikan tugas sebelum batas waktu	
3.	Kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dengan kinerja yang actual	2) Saya sering merasa kekurangan waktu dalam penyelesaian tugas 10) Saya rasa saya sering menyesal karena tidak menyelesaikan tugas tepat waktu 18) Saya kesulitan mengikuti rencana waktu yang saya buat untuk mengerjakan tugas 26) Saya kesulitan fokus jika mengerjakan tugas jauh hari sebelum mendekati batas waktu 40) Saya merasa terburu-buru jika menyelesaikan tugas berdekatan dengan batas waktu	6) Saya memiliki dispilin yang kuat dalam menyelesaikan tugas 14) Saya merasa hasil kerja saya lebih baik jika tidak menunda mengerjakan tugas 22) Saya menyelesaikan tugas sesuai jadwal yang telah saya tetapkan 30) Saya mengerjakan tugas jauh hari sebelum batas waktu 34) Saya merencanakan waktu dengan baik sehingga memiliki cukup waktu untuk mengerjakan tugas tanpa terburu-buru 42) Saya mengerjakan tugas secara bertahap sesuai dengan target agar hasilnya maksimal	11
4.	Melakukan aktivitas yang menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan	4) Saya merasa puas jika melakukan kesenangan seperti bermain game terlebih dahulu sebelum mengerjakan tugas 12) Saya seringkali menunda mengerjakan tugas dan memilih melakukan hal lain	8) Saya merasa tenang jika menyelesaikan tugas-tugas lebih awal 16) Saya merasa bangga dengan pecapaian akademik saya 24) Saya cenderung merasa bersalah jika lebih mementingkan	11

		yang lebih menyenangkan 20) Saya cenderung tergoda untuk melakukan hal lain seperti mengobrol daripada mengerjakan tugas 28) Saya merasa kehilangan waktu untuk mengerjakan tugas karena sibuk scrol tiktok dan sosial media lainnya 38) Saya sibuk melakukan aktivitas lain sehingga kelupaan mengerjakan tugas 44) Saya melakukan kegiatan ekstrakulikuler atau hobi saya sehingga tugas saya menumpuk atau selesai dengan tidak maksimal	hal lain dibanding menyelesaikan tugas 32) Saya mengerjakan tugas segera setelah diberikan, agar memiliki banyak waktu untuk kegaitan lain 36) Saya merasa cemas jika menyelesaikan tugas dengan waktu singkat, sehingga tugas menjadi nomor 1 daripada kegiatan lain	
Jumlah		22	23	45

Lampiran 6 Skala Try Out Prokrastinasi Akademik



SKALA TRYOUT PROKRASTINASI AKADEMIK

trisnawatimelly1@gmail.com Ganti akun

Tidak dibagikan

* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

Bagian Tanpa Judul

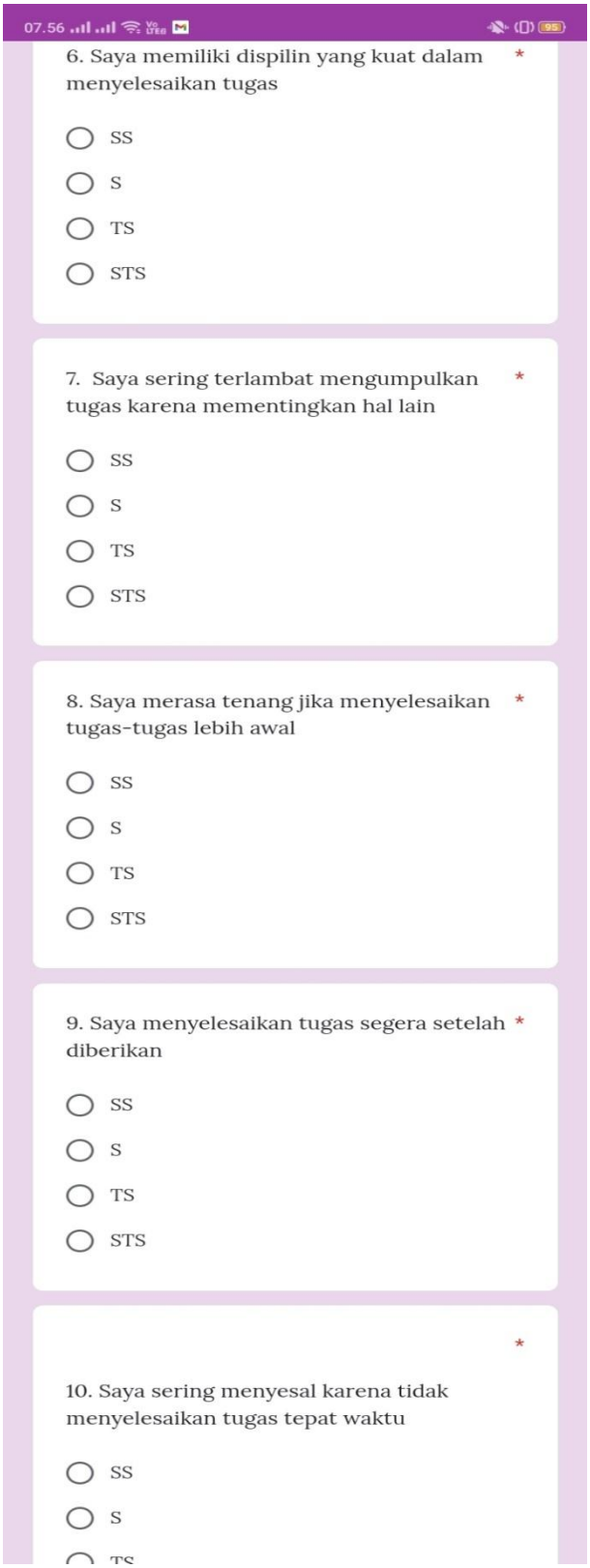
1. Saya tidak menunda penyelesaian tugas *
- SS
- S
- TS
- STS

2. Saya sering merasa kekurangan waktu dalam penyelesaian tugas *
- SS
- S
- TS
- STS

3. Saya menyelesaikan tugas dengan cepat agar tidak terlambat *
- SS
- S
- TS
- STS

4. Saya merasa puas jika melakukan kesenangan seperti bermain game terlebih dahulu sebelum mengerjakan tugas *
- SS
- S
- TS
- STS

5. Saya sering menunda dalam memulai mengerjakan tugas *
- SS
- S



6. Saya memiliki dispilin yang kuat dalam menyelesaikan tugas *
- SS
- S
- TS
- STS

7. Saya sering terlambat mengumpulkan tugas karena mementingkan hal lain *
- SS
- S
- TS
- STS

8. Saya merasa tenang jika menyelesaikan tugas-tugas lebih awal *
- SS
- S
- TS
- STS

9. Saya menyelesaikan tugas segera setelah diberikan *
- SS
- S
- TS
- STS

10. Saya sering menyesal karena tidak menyelesaikan tugas tepat waktu *
- SS
- S
- TS

11. Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain *

- SS
- S
- TS
- STS

12. Saya seringkali menunda mengerjakan tugas dan memilih melakukan hal lain yang lebih menyenangkan *

- SS
- S
- TS
- STS

13. Saya menunda penyelesaian tugas hingga mendekati batas waktu pengumpulan *

- SS
- S
- TS
- STS

14. Saya merasa hasil kerja saya lebih baik jika tidak menunda mengerjakan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

15. Terlambat mengumpulkan tugas karena waktu luang yang seharusnya untuk mengerjakan tugas, saya gunakan untuk melakukan hobi *

- SS
- S
- TS

16. Saya merasa bangga dengan pecapaian akademik saya *

- SS
- S
- TS
- STS

17. Saya seringkali melawan rasa malas untuk mengerjakan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

18. Saya kesulitan mengikuti rencana waktu yang saya buat untuk mengerjakan tugas *

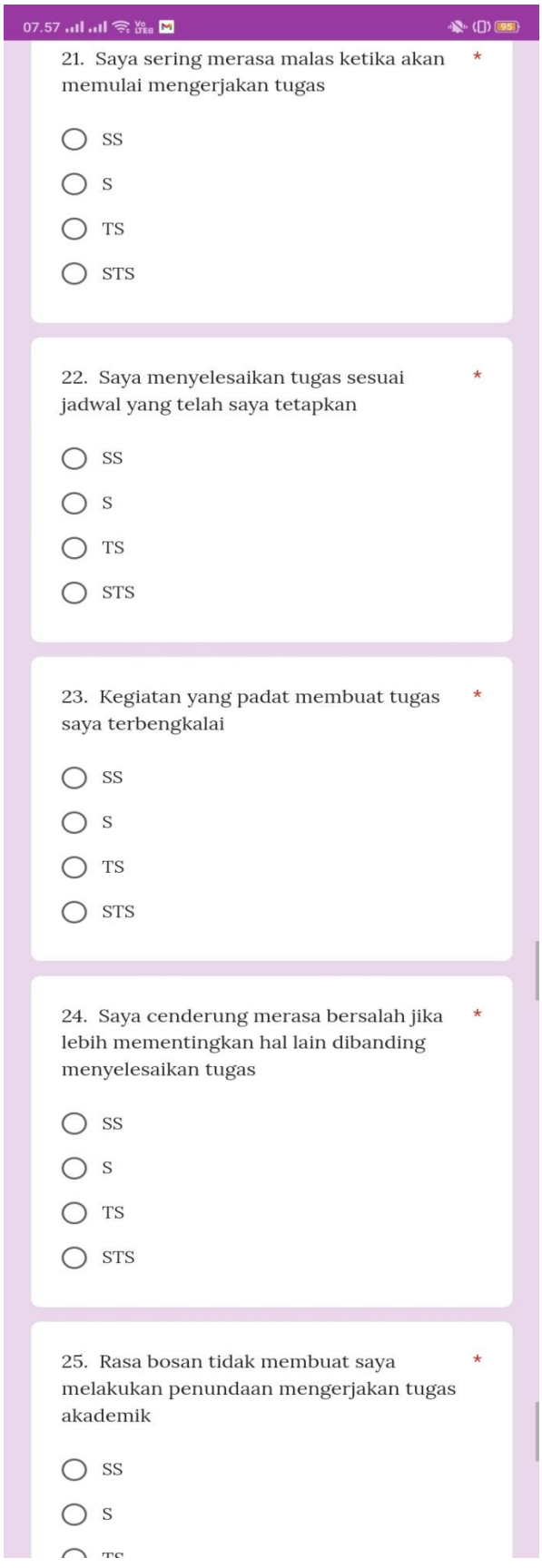
- SS
- S
- TS
- STS

19. Meskipun kegiatan saya padat, tetapi tugas tetap saya selesaikan *

- SS
- S
- TS
- STS

20. Saya cenderung tergoda untuk melakukan hal lain seperti mengobrol daripada mengerjakan tugas *

- SS
- S
- TS



21. Saya sering merasa malas ketika akan memulai mengerjakan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

22. Saya menyelesaikan tugas sesuai jadwal yang telah saya tetapkan *

- SS
- S
- TS
- STS

23. Kegiatan yang padat membuat tugas saya terbengkalai *

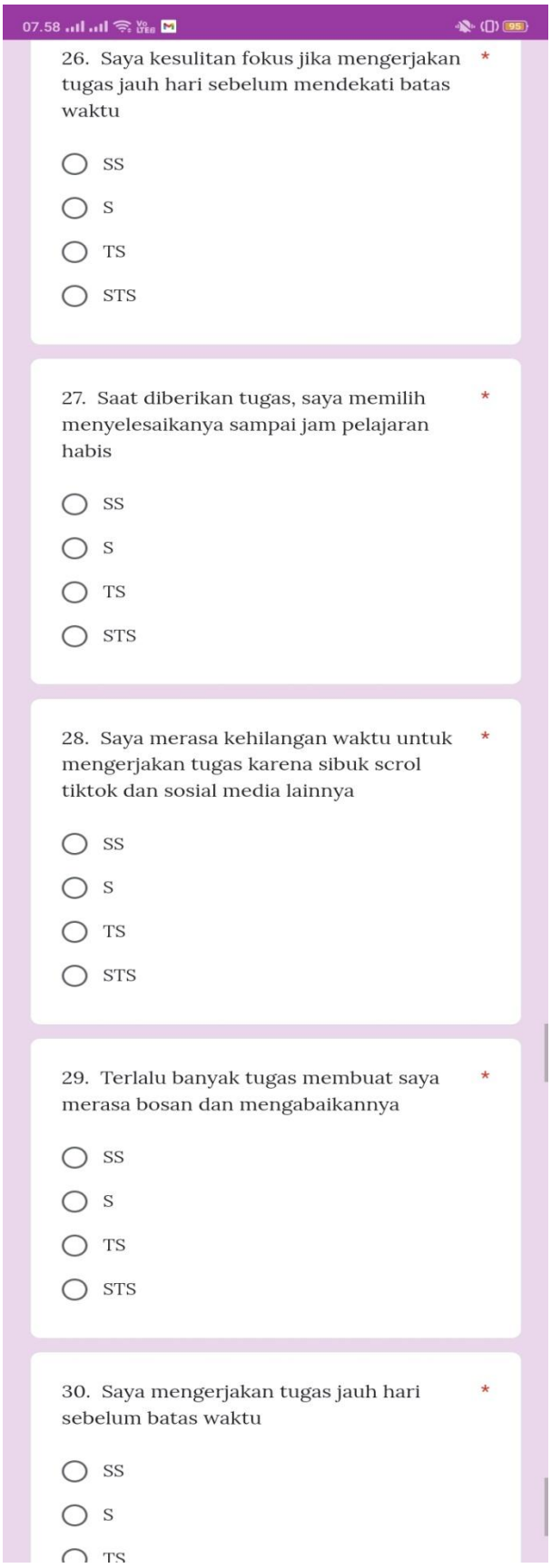
- SS
- S
- TS
- STS

24. Saya cenderung merasa bersalah jika lebih mementingkan hal lain dibanding menyelesaikan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

25. Rasa bosan tidak membuat saya melakukan penundaan mengerjakan tugas akademik *

- SS
- S
- TS



26. Saya kesulitan fokus jika mengerjakan tugas jauh hari sebelum mendekati batas waktu *

- SS
- S
- TS
- STS

27. Saat diberikan tugas, saya memilih menyelesaikanya sampai jam pelajaran habis *

- SS
- S
- TS
- STS

28. Saya merasa kehilangan waktu untuk mengerjakan tugas karena sibuk scrol tiktok dan sosial media lainnya *

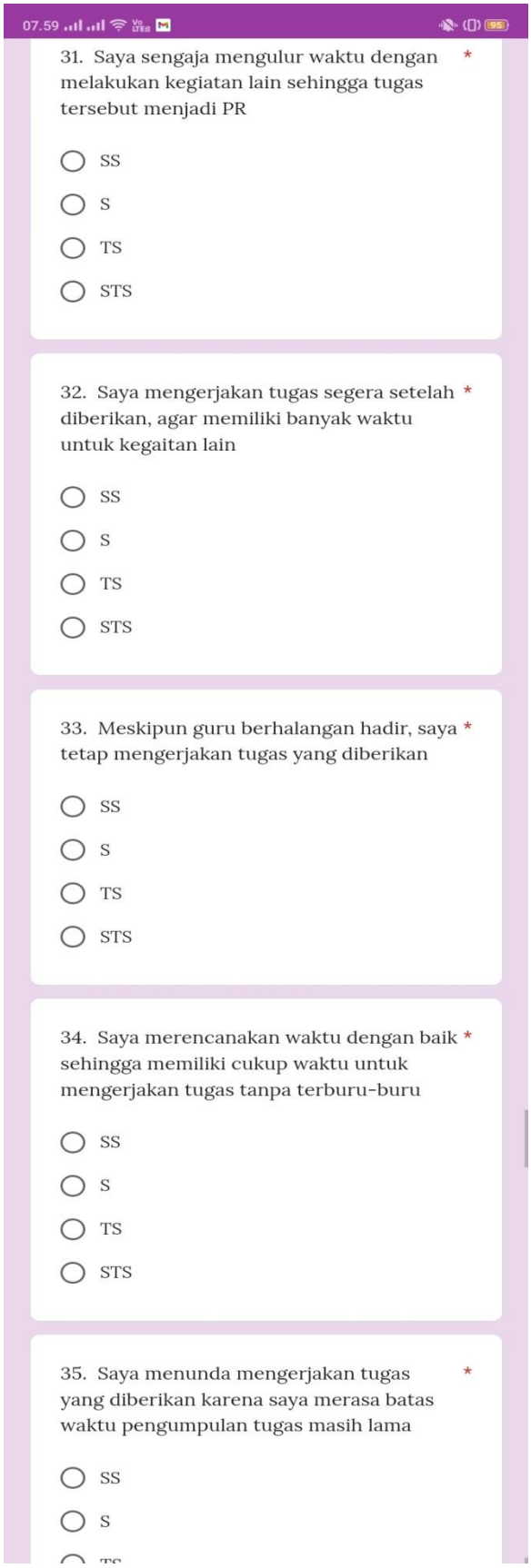
- SS
- S
- TS
- STS

29. Terlalu banyak tugas membuat saya merasa bosan dan mengabaikannya *

- SS
- S
- TS
- STS

30. Saya mengerjakan tugas jauh hari sebelum batas waktu *

- SS
- S
- TS



31. Saya sengaja mengulur waktu dengan melakukan kegiatan lain sehingga tugas tersebut menjadi PR *

- SS
- S
- TS
- STS

32. Saya mengerjakan tugas segera setelah diberikan, agar memiliki banyak waktu untuk kegaitan lain *

- SS
- S
- TS
- STS

33. Meskipun guru berhalangan hadir, saya tetap mengerjakan tugas yang diberikan *

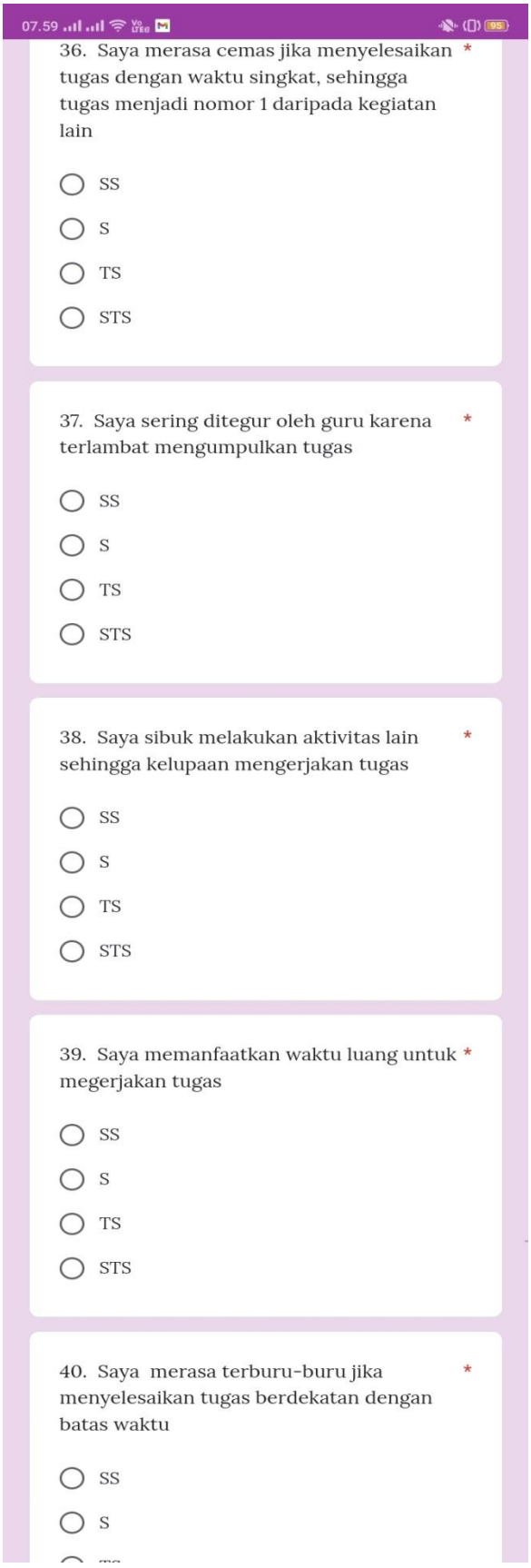
- SS
- S
- TS
- STS

34. Saya merencanakan waktu dengan baik sehingga memiliki cukup waktu untuk mengerjakan tugas tanpa terburu-buru *

- SS
- S
- TS
- STS

35. Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan karena saya merasa batas waktu pengumpulan tugas masih lama *

- SS
- S



36. Saya merasa cemas jika menyelesaikan tugas dengan waktu singkat, sehingga tugas menjadi nomor 1 daripada kegiatan lain *

- SS
- S
- TS
- STS

37. Saya sering ditegur oleh guru karena terlambat mengumpulkan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

38. Saya sibuk melakukan aktivitas lain sehingga kelupaan mengerjakan tugas *

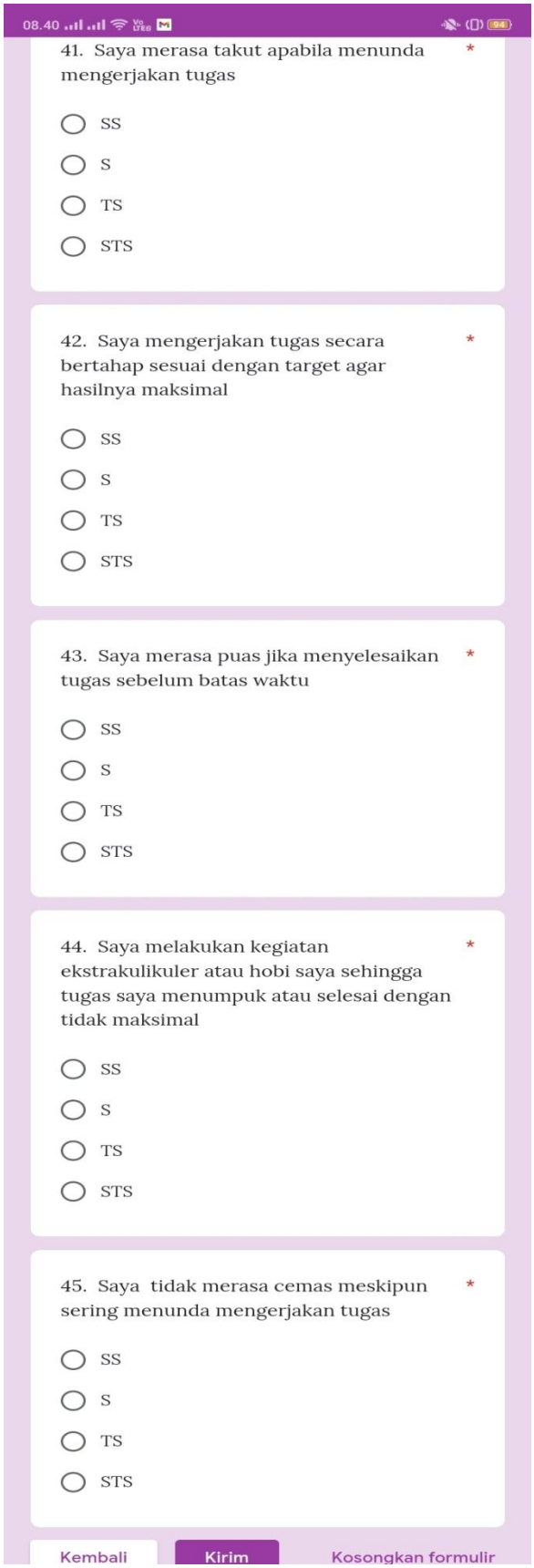
- SS
- S
- TS
- STS

39. Saya memanfaatkan waktu luang untuk megerjakan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

40. Saya merasa terburu-buru jika menyelesaikan tugas berdekatan dengan batas waktu *

- SS
- S

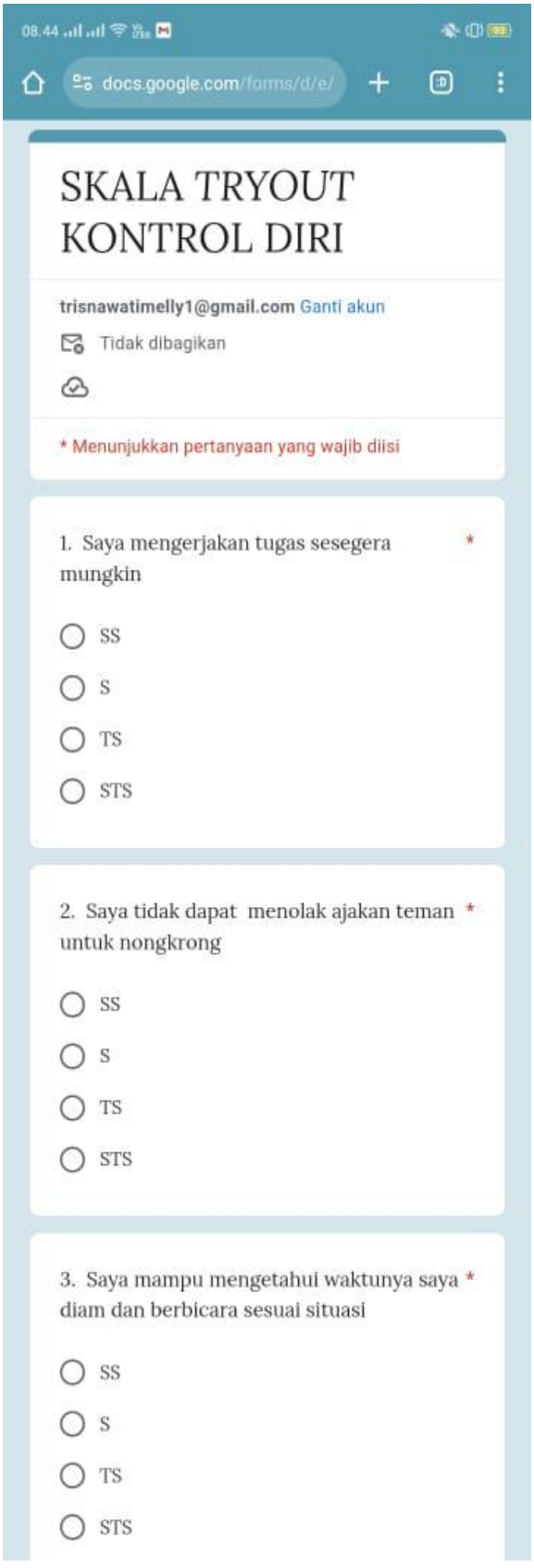

08.40
41. Saya merasa takut apabila menunda mengerjakan tugas *
SS
S
TS
STS
42. Saya mengerjakan tugas secara bertahap sesuai dengan target agar hasilnya maksimal *
SS
S
TS
STS
43. Saya merasa puas jika menyelesaikan tugas sebelum batas waktu *
SS
S
TS
STS
44. Saya melakukan kegiatan ekstrakulikuler atau hobi saya sehingga tugas saya menumpuk atau selesai dengan tidak maksimal *
SS
S
TS
STS
45. Saya tidak merasa cemas meskipun sering menunda mengerjakan tugas *
SS
S
TS
STS
Kembali
Kirim
Kosongkan formulir

Lampiran 7 Kisi-Kisi Skala Try Out Kontrol Diri

No.	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
1.	Mengatur Perilaku (Behavior Control)	1) Saya mengerjakan tugas sesegera mungkin 7) Saat jam kosong, saya memilih mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru 13) Saya akan melakukan aktivitas lain apabila tugas sudah selesai 19) Saya berusaha mengerjakan tugas secara mandiri 25) Saya memperhatikan guru saat sedang menjelaskan pelajaran 31) Saya berangkat tepat waktu agar tidak dapat hukuman 37) Saya berusaha tenang apabila sedang menghadapi masalah 41) Saya dapat berkonsentrasi dengan baik apabila sedang mengerjakan tugas	4) Terkadang saya suka menunda mengerjakan tugas 10) Ketika jam kosong, saya menyempatkan mabar geme dan membuat konten bersama teman 16) Saya bermain sosial media atau hal yang menyenangkan sebelum menyelesaikan tugas 22) Jika tugas sangat sulit saya menyalin tugas teman 28) Saya sering tertidur ketika guru menjelaskan pelajaran 34) Ketika telat ke sekolah saya memilih untuk membolos 38) Saya melampiaskan kepada apapun dan siapapun ketika sedang ada masalah	15
2.	Mengontrol Kognitif (cognitive control)	3) Saya mampu mengetahui waktunya saya diam dan berbicara sesuai situasi 9) Saya menerima informasi dengan bijak, dan menyikapinya dengan penuh pertimbangan 15) Saya mampu memikirkan konsekuensi dan manfaat dari tindakan yang saya lakukan 21) Saya mampu mengendalikan diri agar tetap tenang saat	6) Saya akan terus berbicara jika merasa kesal tanpa melihat situasi 12) Saya mudah percaya dengan informasi yang beredar 18) Saya melakukan sesuatu tanpa mempertimbangkan konsekuensinya 24) Saya tergesa-gesa dan merasa pikiran kacau jika menyelesaikan tugas berdekatan dengan batas waktu pengumpulan 30) Saya marah jika seseorang mengkritik	14

		menyelesaikan tugas dengan maksimal meskipun mendekati batas waktu pengumpulan 27) Saya mampu menerima kritikan dengan baik 33) Saya mengevaluasi terlebih dahulu tugas yang telah saya kerjakan sebelum dikumpulkan 39) Saya mampu memaknai kegagalan sebagai pemicu semangat baru	tentang diri saya 36) Saya tidak mengevaluasi tugas yang telah saya kerjakan 40) Saya mudah putus asa jika merasa gagal	
3.	Mengontrol Keputusan (decision control)	5) Saya mampu menolak ajakan teman secara baik agar tidak menganggu aktivitas belajar 11) Saya mencoba tenang saat mengambil keputusan 17) Saya mampu memilih hal yang baik dan buruk untuk saya 23) Saya memutuskan untuk memprioritaskan pekerjaan lebih dulu 29) Saya mengandalkan diri sendiri saat mengambil keputusan 35) Saya menganbil keputusan disaat mood sedang bagus sehingga mampu mempertimbangkannya 43) Saya bertanggung jawab atas keputusan yang saya buat	2) Saya tidak dapat menolak ajakan teman untuk nongkrong 8) Saya tergesa-gesa saat mengambil keputusan 14) Saya tidak bisa memilih hal yang baik untuk saya 20) Saya memutuskan bermain sosial media lebih dulu dan menunda pekerjaan 26) Saya cenderung meminta bantuan orang lain saat mengambil keputusan 32) Saya sering mengambil keputusan tanpa mempertimbakannya apabila sedang merasa kesal 42) Saya sering memutuskan sesuatu tanpa mempertanggung jawabkannya	14
Jumlah		22	21	43

Lampiran 8 Skala *Try Out* Kontrol Diri



08.44

docs.google.com/forms/d/e/

SKALA TRYOUT KONTROL DIRI

trisnawatimelly1@gmail.com Ganti akun

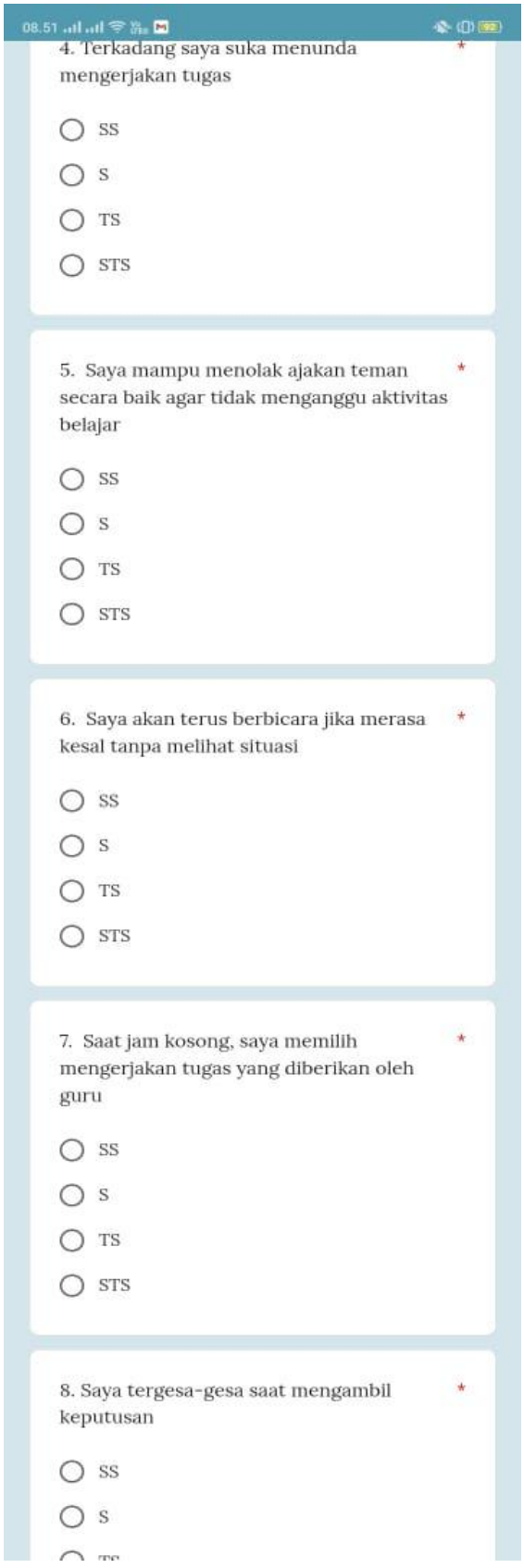
Tidak dibagikan

* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

1. Saya mengerjakan tugas sesegera mungkin *
- SS
- S
- TS
- STS

2. Saya tidak dapat menolak ajakan teman untuk nongkrong *
- SS
- S
- TS
- STS

3. Saya mampu mengetahui waktunya saya diam dan berbicara sesuai situasi *
- SS
- S
- TS
- STS



08.51

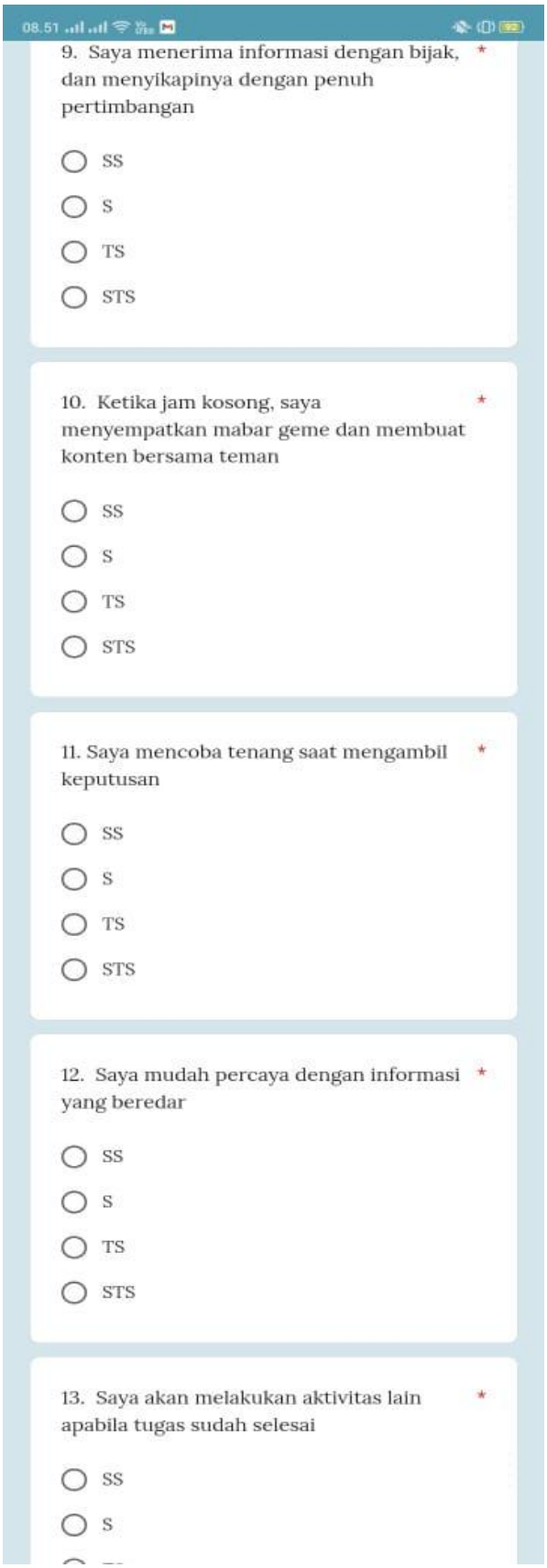
4. Terkadang saya suka menunda mengerjakan tugas *
- SS
- S
- TS
- STS

5. Saya mampu menolak ajakan teman secara baik agar tidak menganggu aktivitas belajar *
- SS
- S
- TS
- STS

6. Saya akan terus berbicara jika merasa kesal tanpa melihat situasi *
- SS
- S
- TS
- STS

7. Saat jam kosong, saya memilih mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru *
- SS
- S
- TS
- STS

8. Saya tergesa-gesa saat mengambil keputusan *
- SS
- S



9. Saya menerima informasi dengan bijak, dan menyikapinya dengan penuh pertimbangan *

- SS
- S
- TS
- STS

10. Ketika jam kosong, saya menyempatkan mabar geme dan membuat konten bersama teman *

- SS
- S
- TS
- STS

11. Saya mencoba tenang saat mengambil keputusan *

- SS
- S
- TS
- STS

12. Saya mudah percaya dengan informasi yang beredar *

- SS
- S
- TS
- STS

13. Saya akan melakukan aktivitas lain apabila tugas sudah selesai *

- SS
- S

14. Saya tidak bisa memilih hal yang baik untuk saya *

- SS
- S
- TS
- STS

15. Saya mampu memikirkan konsekuensi dan manfaat dari tindakan yang saya lakukan *

- SS
- S
- TS
- STS

16. Saya bermain sosial media atau hal yang menyenangkan sebelum menyelesaikan tugas *

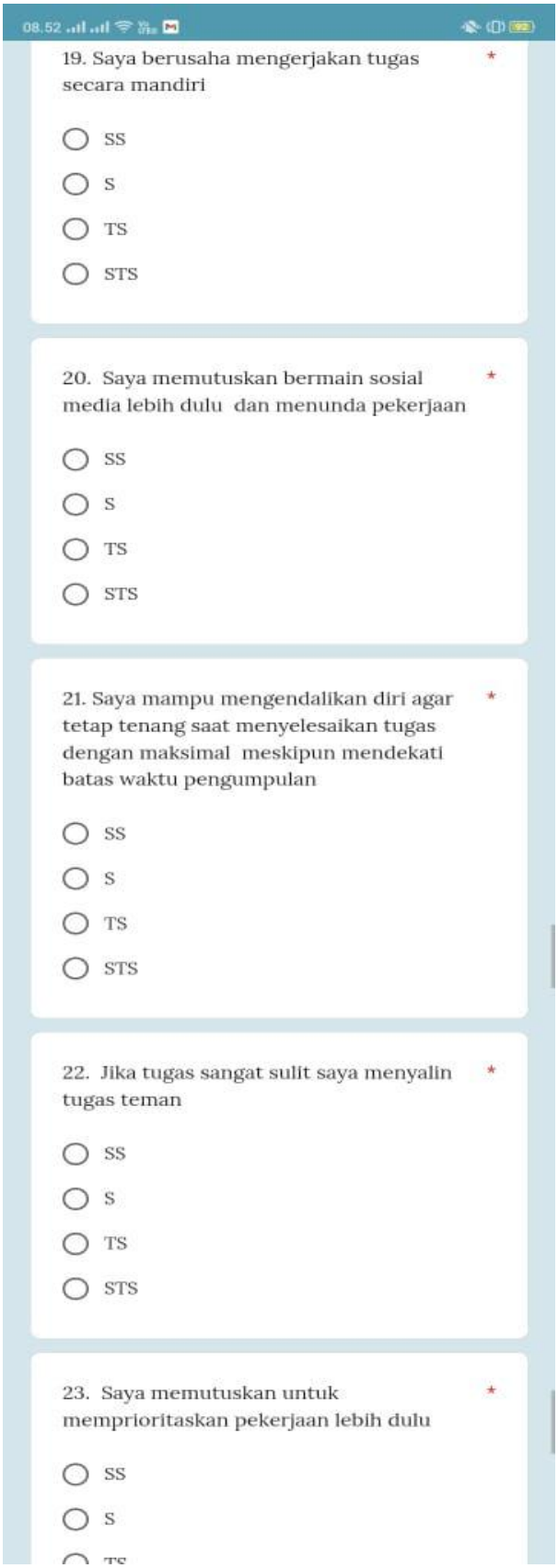
- SS
- S
- TS
- STS

17. Saya mampu memilih hal yang baik dan buruk untuk saya *

- SS
- S
- TS
- STS

18. Saya melakukan sesuatu tanpa mempertimbangkan konsekuensinya *

- SS
- S



19. Saya berusaha mengerjakan tugas secara mandiri *

- SS
- S
- TS
- STS

20. Saya memutuskan bermain sosial media lebih dulu dan menunda pekerjaan *

- SS
- S
- TS
- STS

21. Saya mampu mengendalikan diri agar tetap tenang saat menyelesaikan tugas dengan maksimal meskipun mendekati batas waktu pengumpulan *

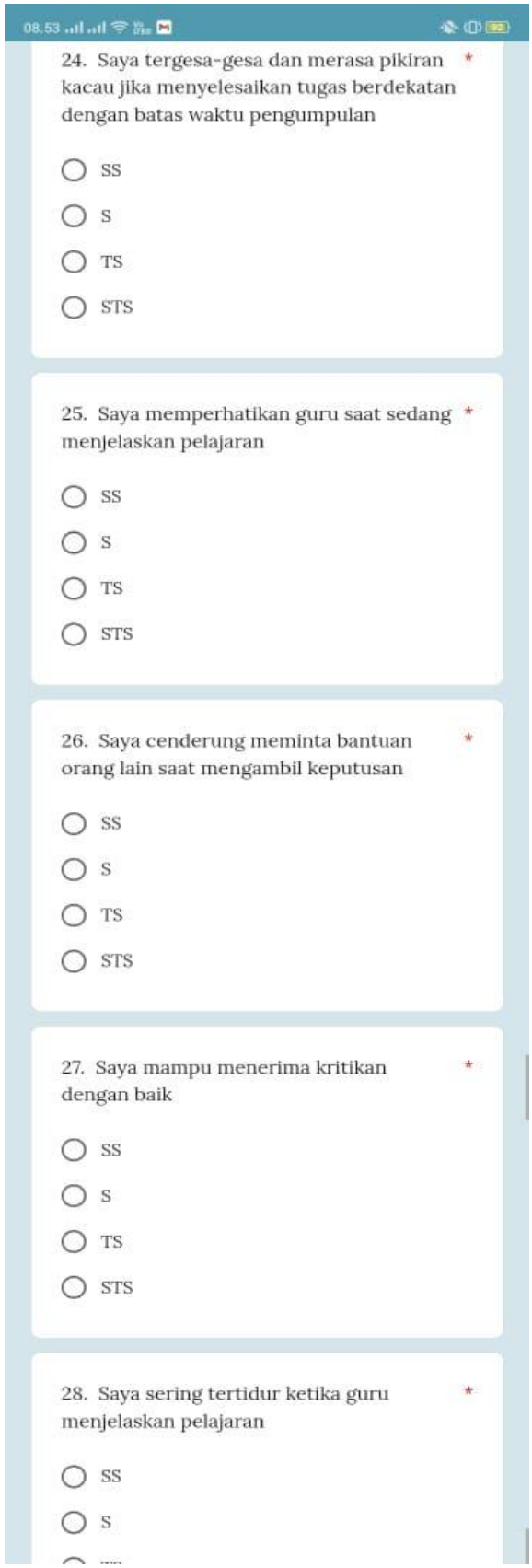
- SS
- S
- TS
- STS

22. Jika tugas sangat sulit saya menyalin tugas teman *

- SS
- S
- TS
- STS

23. Saya memutuskan untuk memprioritaskan pekerjaan lebih dulu *

- SS
- S
- TS



24. Saya tergesa-gesa dan merasa pikiran kacau jika menyelesaikan tugas berdekatan dengan batas waktu pengumpulan *

- SS
- S
- TS
- STS

25. Saya memperhatikan guru saat sedang menjelaskan pelajaran *

- SS
- S
- TS
- STS

26. Saya cenderung meminta bantuan orang lain saat mengambil keputusan *

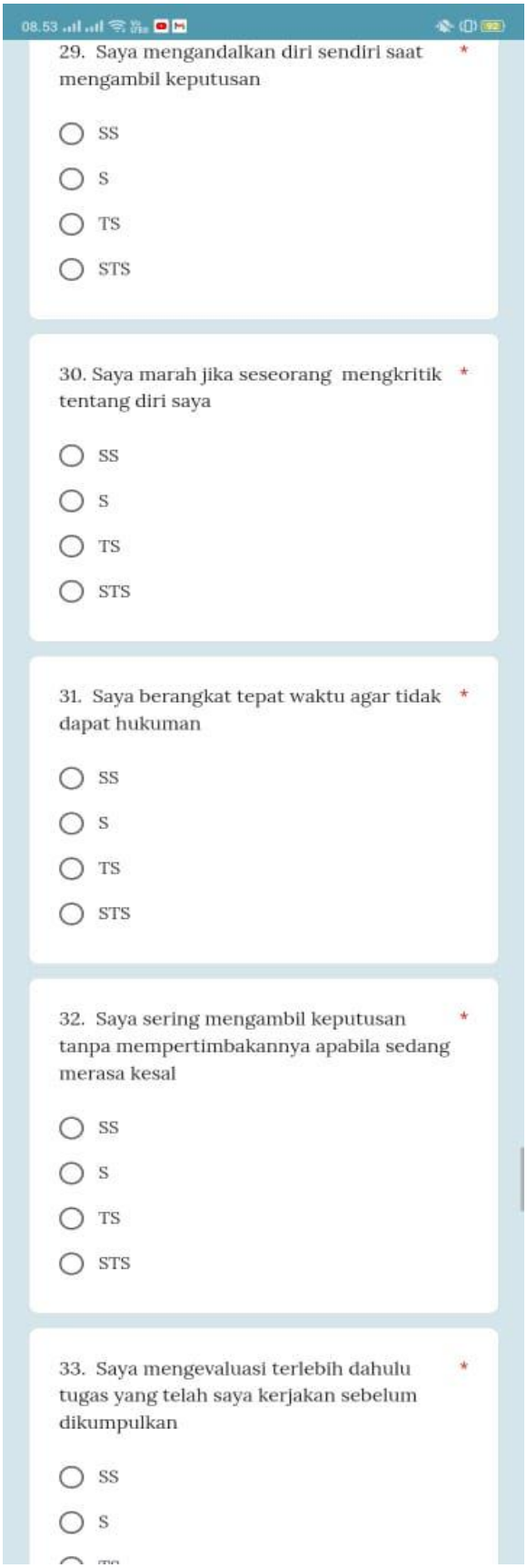
- SS
- S
- TS
- STS

27. Saya mampu menerima kritikan dengan baik *

- SS
- S
- TS
- STS

28. Saya sering tertidur ketika guru menjelaskan pelajaran *

- SS
- S



29. Saya mengandalkan diri sendiri saat mengambil keputusan *

- SS
- S
- TS
- STS

30. Saya marah jika seseorang mengkritik tentang diri saya *

- SS
- S
- TS
- STS

31. Saya berangkat tepat waktu agar tidak dapat hukuman *

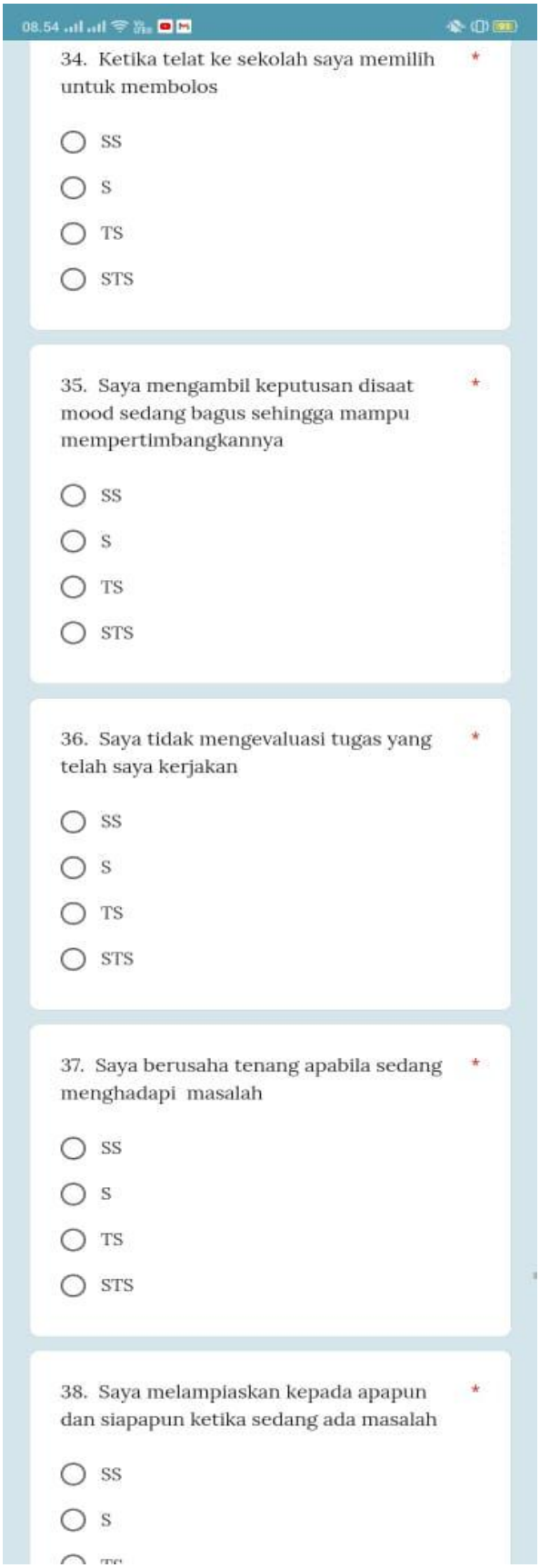
- SS
- S
- TS
- STS

32. Saya sering mengambil keputusan tanpa mempertimbakannya apabila sedang merasa kesal *

- SS
- S
- TS
- STS

33. Saya mengevaluasi terlebih dahulu tugas yang telah saya kerjakan sebelum dikumpulkan *

- SS
- S



34. Ketika telat ke sekolah saya memilih untuk membolos *

- SS
- S
- TS
- STS

35. Saya mengambil keputusan disaat mood sedang bagus sehingga mampu mempertimbangkannya *

- SS
- S
- TS
- STS

36. Saya tidak mengevaluasi tugas yang telah saya kerjakan *

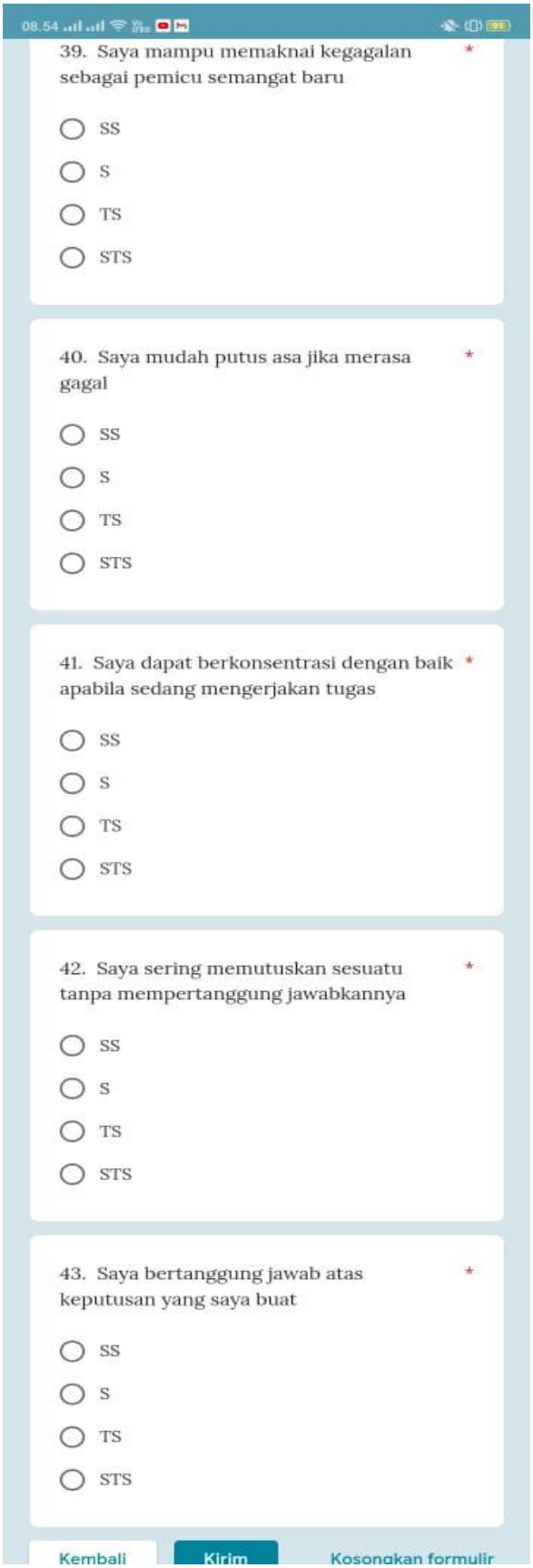
- SS
- S
- TS
- STS

37. Saya berusaha tenang apabila sedang menghadapi masalah *

- SS
- S
- TS
- STS

38. Saya melampiaskan kepada apapun dan siapapun ketika sedang ada masalah *

- SS
- S



39. Saya mampu memaknai kegagalan sebagai pemicu semangat baru *

- SS
- S
- TS
- STS

40. Saya mudah putus asa jika merasa gagal *

- SS
- S
- TS
- STS

41. Saya dapat berkonsentrasi dengan baik apabila sedang mengerjakan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

42. Saya sering memutuskan sesuatu tanpa mempertanggung jawabkannya *

- SS
- S
- TS
- STS

43. Saya bertanggung jawab atas keputusan yang saya buat *

- SS
- S
- TS
- STS

Kembali Kirim Kosongkan formulir

Lampiran 9 Presensi *Try Out*

PRESENSI TRYOUT

Kelas: VIII H

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Abistha Renata Odelia	1.
2.	Alexa Cinta Setyaningrum	2.
3.	Amanda Rizky Puteri	3.
4.	Andini Dinda Aurelia	4.
5.	Andini Nindya Wuri	5.
6.	Anindya Zahra Nugraheni	6.
7.	Balqis Vanessa Almira	7.
8.	Beryl Nasywa Nareswari	8.
9.	Callysta Lareina Syandana	9.
10.	Carissa Ainy	10.
11.	Carrissa Putri Arfari	11.
12.	Chalisa Sabrina Ayu Chumaera	12.
13.	Citra Novia Prameswari	13.
14.	Devin Afrillia	14.
15.	Fauziyah Mayta Elvina Putri	15.
16.	Febrianindhita Syifa Nur Rahma	16.
17.	Hayfa Farras Fauzi	17.
18.	Indira Salwa Tricahaya	18.
19.	Jihan Makayla Chanienta	19.
20.	Joaquin Aveline Tan	20.
21.	Jovita Auryn Hermalia Putri	21.
22.	Khansa Yudhitia Asyifa	22.
23.	Kharismatul Fauziah	23.
24.	Mia Cristianingrum	24.
25.	Michiko Gassania Rahma Khairunnisa	25.

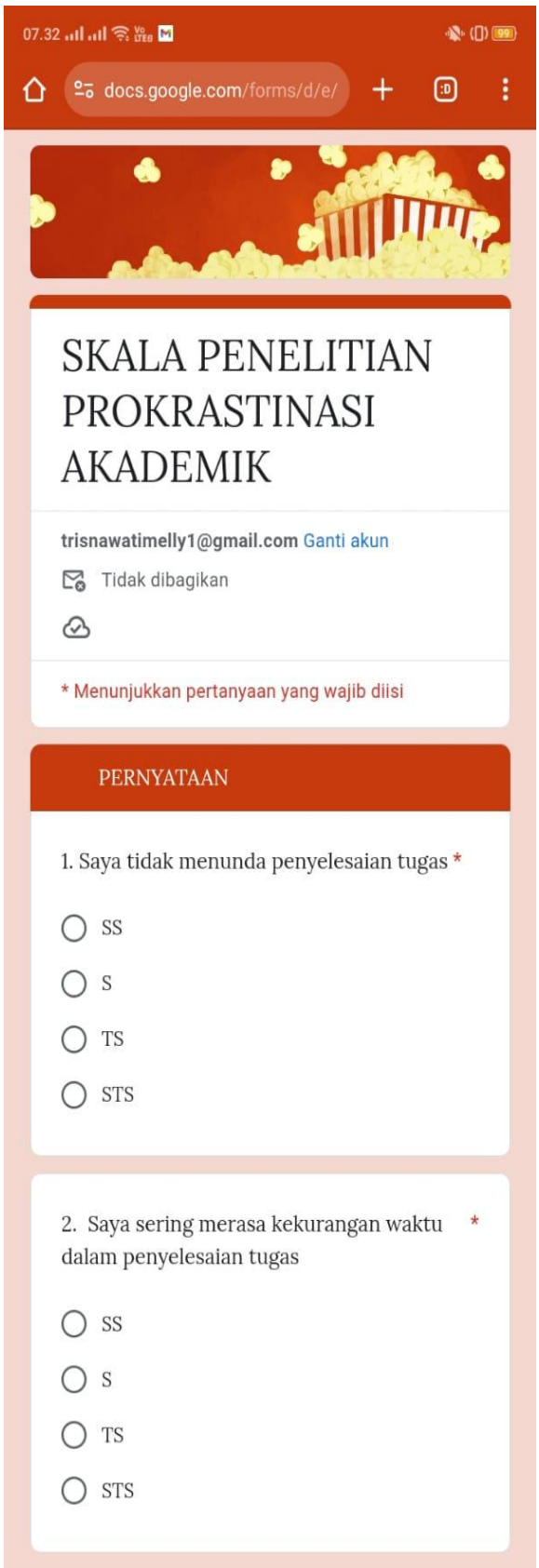
Lampiran 10 Kisi-Kisi Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik

No.	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Adanya penundaan untuk menyelesaikan tugas yang dihadapi	5) Saya sering menunda dalam memulai mengerjakan tugas 13) Saya menunda penyelesaian tugas hingga mendekati batas waktu pengumpulan 29) Terlalu banyak tugas membuat saya merasa bosan dan mengabaikannya	1) Saya tidak menunda penyelesaian tugas 9) Saya menyelesaikan tugas segera setelah diberikan 25) Rasa bosan tidak membuat saya melakukan penundaan mengerjakan tugas akademik 33) Meskipun guru berhalangan hadir, saya tetap mengerjakan tugas yang diberikan 41) Saya merasa takut apabila menunda mengerjakan tugas	8
2.	Keterlambatan dalam penyelesaian tugas karena melakukan hal-hal lain yang tidak	7) Saya sering terlambat mengumpulkan tugas karena mementingkan hal lain 23) Kegiatan yang padat membuat tugas	3) Saya menyelesaikan tugas dengan cepat agar tidak terlambat 11) Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu	8

	dibutuhkan	saya terbengkalai 31) Saya sengaja mengulur waktu dengan melakukan kegiatan lain sehingga tugas tersebut menjadi PR	sebelum bermain 19) Meskipun kegiatan saya padat, tetapi tugas tetap saya selesaikan 27) Saat diberikan tugas, saya memilih menyelesaikanya sampai jam pelajaran habis 39) Saya memanfaatkan waktu luang untuk megerjakan tugas	
3.	Kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dengan kinerja yang actual	2) Saya sering merasa kekurangan waktu dalam penyelesaian tugas 18) Saya kesulitan mengikuti rencana waktu yang saya buat untuk mengerjakan tugas	6) Saya memiliki dispilin yang kuat dalam menyelesaikan tugas 22) Saya menyelesaikan tugas sesuai jadwal yang telah saya tetapkan 30) Saya mengerjakan tugas jauh hari sebelum batas waktu 34) Saya merencanakan waktu dengan baik sehingga memiliki cukup waktu untuk mengerjakan tugas tanpa terburu buru	6

			maksimal	
4.	Melakukan aktivitas yang menyenangkan daripada tugas yang harus dikerjakan	4) Saya merasa puas jika melakukan kesenangan seperti bermain game terlebih dahulu sebelum mengerjakan tugas 12) Saya seringkali menunda mengerjakan tugas dan memilih melakukan hal lain yang lebih menyenangkan 28) Saya merasa kehilangan waktu untuk mengerjakan tugas karena sibuk scrol tiktok dan sosial media lainnya ekstrakulikuler atau hobi saya sehingga tugas saya menumpuk atau selesai dengan tidak maksimal	16) Saya merasa bangga dengan pecapaian akademik saya 32) Saya mengerjakan tugas segera setelah diberikan, agar memiliki banyak waktu untuk kegaitan lain	5
Jumlah		11	16	27

Lampiran 11 Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik



07.32 docs.google.com/forms/d/e/

SKALA PENELITIAN PROKRASTINASI AKADEMIK

trisnawatimelly1@gmail.com Ganti akun

Tidak dibagikan

* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

PERNYATAAN

1. Saya tidak menunda penyelesaian tugas *
- SS
- S
- TS
- STS

2. Saya sering merasa kekurangan waktu dalam penyelesaian tugas *
- SS
- S
- TS
- STS

3. Saya menyelesaikan tugas dengan cepat agar tidak terlambat *
- SS
- S
- TS
- STS

4. Saya merasa puas jika melakukan kesenangan seperti bermain game terlebih dahulu sebelum mengerjakan tugas *
- SS
- S
- TS
- STS

5. Saya sering menunda dalam memulai mengerjakan tugas *
- SS
- S
- TS
- STS

6. Saya memiliki dispilin yang kuat dalam menyelesaikan tugas *
- SS
- S
- TS
- STS

7. Saya sering terlambat mengumpulkan tugas karena mementingkan hal lain *
- SS

8. Saya menyelesaikan tugas segera setelah diberikan *

- SS
- S
- TS
- STS

9. Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain *

- SS
- S
- TS
- STS

10. Saya seringkali menunda mengerjakan tugas dan memilih melakukan hal lain yang lebih menyenangkan *

- SS
- S
- TS
- STS

11. Saya menunda penyelesaian tugas hingga mendekati batas waktu pengumpulan *

- SS
- S
- TS
- STS

12. Saya merasa bangga dengan pecapaian akademik saya *

- SS
- S

13. Saya kesulitan mengikuti rencana waktu yang saya buat untuk mengerjakan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

14. Meskipun kegiatan saya padat, tetapi tugas tetap saya selesaikan *

- SS
- S
- TS
- STS

15. Saya menyelesaikan tugas sesuai jadwal yang telah saya tetapkan *

- SS
- S
- TS
- STS

16. Kegiatan yang padat membuat tugas saya terbengkalai *

- SS
- S
- TS
- STS

17. Rasa bosan tidak membuat saya melakukan penundaan mengerjakan tugas akademik *

- SS
- S

18. Saat diberikan tugas, saya memilih menyelesaikanya sampai jam pelajaran habis *

- SS
- S
- TS
- STS

19. Saya merasa kehilangan waktu untuk mengerjakan tugas karena sibuk scrol tiktok dan sosial media lainnya *

- SS
- S
- TS
- STS

20. Terlalu banyak tugas membuat saya merasa bosan dan mengabaikannya *

- SS
- S
- TS
- STS

21. Saya mengerjakan tugas jauh hari sebelum batas waktu *

- SS
- S
- TS
- STS

22. Saya sengaja mengulur waktu dengan melakukan kegiatan lain sehingga tugas tersebut menjadi PR *

- SS
- S

23. Saya mengerjakan tugas segera setelah diberikan, agar memiliki banyak waktu untuk kegaitan lain *

- SS
- S
- TS
- STS

24. Meskipun guru berhalangan hadir, saya tetap mengerjakan tugas yang diberikan *

- SS
- S
- TS
- STS

25. Saya merencanakan waktu dengan baik sehingga memiliki cukup waktu untuk mengerjakan tugas tanpa terburu-buru *

- SS
- S
- TS
- STS

26. Saya memanfaatkan waktu luang untuk megerjakan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

27. Saya merasa takut apabila menunda mengerjakan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

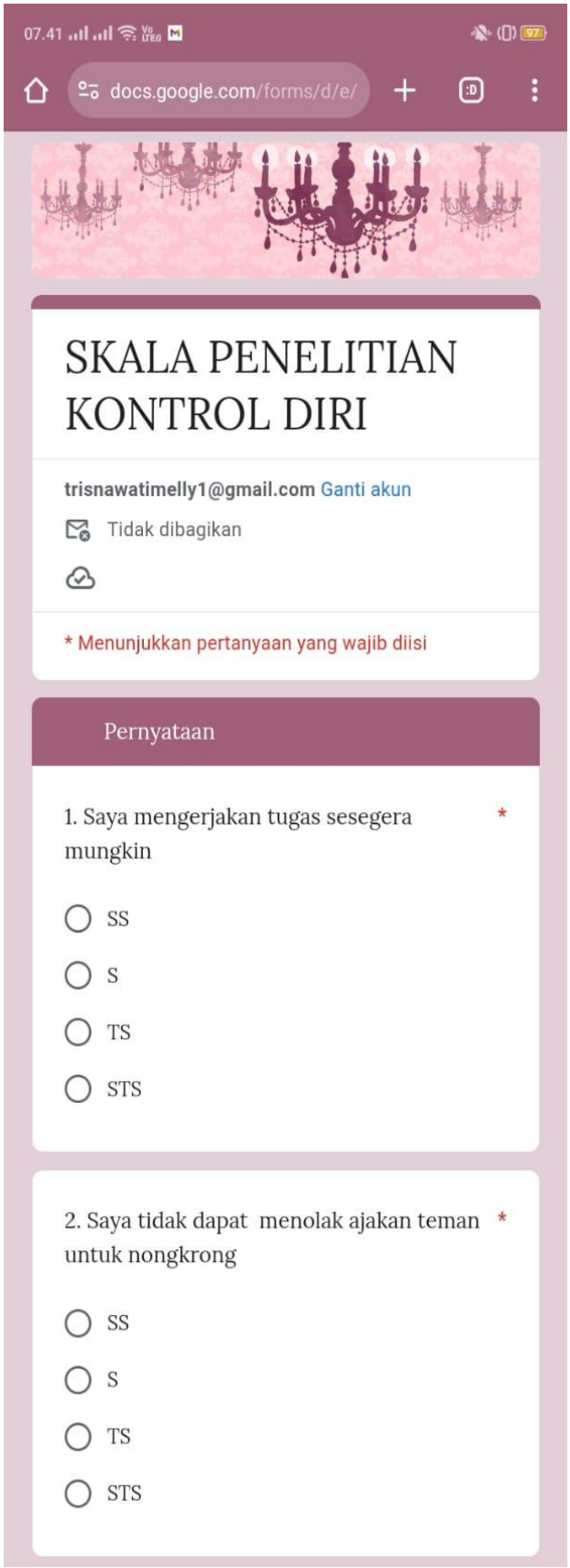
Kembali Kirim Kosongkan

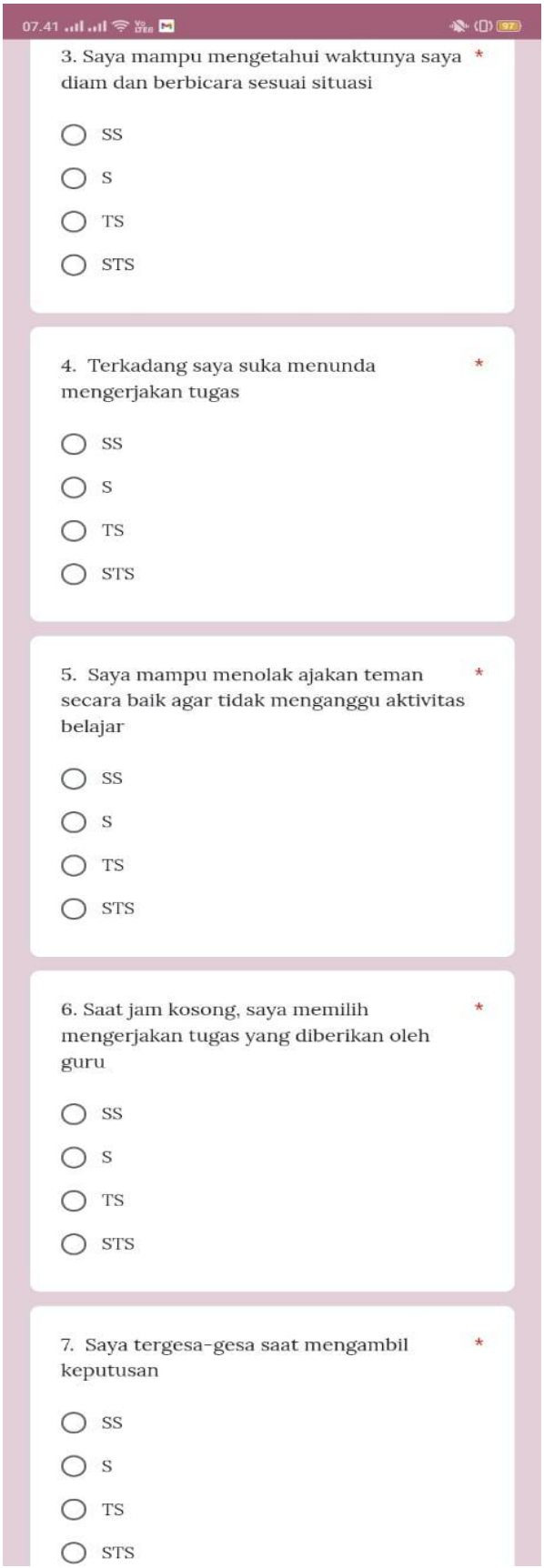
Lampiran 12 Kisi-Kisi Skala Penelitian Kontrol Diri

No.	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Mengatur Perilaku (Behavior Control)	1) Saya mengerjakan tugas sesegera mungkin 7) Saat jam kosong, saya memilih mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru 19) Saya berusaha mengerjakan tugas secara mandiri 25) Saya memperhatikan guru saat sedang menjelaskan pelajaran 31) Saya berangkat tepat waktu agar tidak dapat hukuman 37) Saya berusaha tenang apabila sedang menghadapi masalah 41) Saya dapat berkonsentrasi dengan baik apabila sedang mengerjakan tugas	4) Terkadang saya suka menunda mengerjakan tugas 16) Saya bermain sosial media atau hal yang menyenangkan sebelum menyelesaikan tugas 22) Jika tugas sangat sulit saya menyalin tugas teman 38) Saya melampiaskan kepada apapun dan siapapun ketika sedang ada masalah	11
2.	Mengontrol Kognitif (cognitive control)	3) Saya mampu mengetahui waktunya saya diam dan berbicara sesuai situasi 9) Saya menerima informasi dengan bijak,	12) Saya mudah percaya dengan informasi yang beredar 18) Saya melakukan sesuatu tanpa mempertimbangkan	9

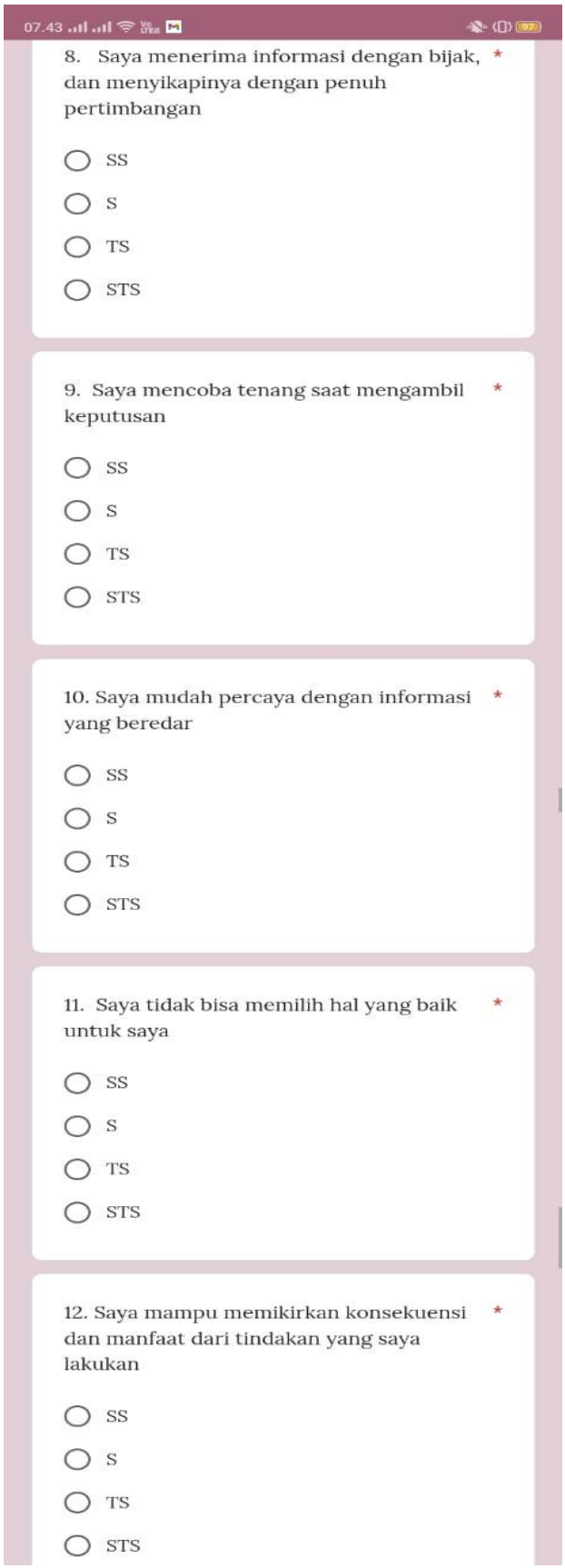
		dan menyikapinya dengan penuh pertimbangan 15) Saya mampu memikirkan konsekuensi dan manfaat dari tindakan yang saya lakukan 21) Saya mampu mengendalikan diri agar tetap tenang saat menyelesaikan tugas dengan maksimal meskipun mendekati batas waktu pengumpulan 27) Saya mampu menerima kritikan dengan baik 33) Saya mengevaluasi terlebih dahulu tugas yang telah saya kerjakan sebelum dikumpulkan 39) Saya mampu memaknai kegagalan sebagai pemicu semangat baru	konsekuensinya 30) Saya marah jika seseorang mengkritik tentang diri saya	
3.	Mengontrol Keputusan (decision control)	5) Saya mampu menolak ajakan teman secara baik agar tidak menganggu aktivitas belajar 11) Saya mencoba tenang saat mengambil keputusan 17) Saya mampu memilih hal yang baik dan buruk	2, 8, 14, 20, 26, 42 2) Saya tidak dapat menolak ajakan teman untuk nongkrong 8) Saya tergesa-gesa saat mengambil keputusan 14) Saya tidak bisa	12

		untuk saya 23) Saya memutuskan untuk memprioritaskan pekerjaan lebih dulu 29) Saya mengandalkan diri sendiri saat mengambil keputusan mempertimbangkannya 43) Saya bertanggung jawab atas keputusan yang saya buat	memilih hal yang baik untuk saya 20) Saya memutuskan bermain sosial media lebih dulu dan menunda pekerjaan 26) Saya cenderung meminta bantuan orang lain saat mengambil keputusan 42) Saya sering memutuskan sesuatu tanpa mempertanggung jawabkannya	
Jumlah		19	13	32


07.41
docs.google.com/forms/d/e/
SKALA PENELITIAN KONTROL DIRI
trisnawatimelly1@gmail.com Ganti akun
Tidak dibagikan
* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi
Pernyataan
1. Saya mengerjakan tugas sesegera mungkin *
SS
S
TS
STS
2. Saya tidak dapat menolak ajakan teman untuk nongkrong *
SS
S
TS
STS


07.41
3. Saya mampu mengetahui waktunya saya diam dan berbicara sesuai situasi *
SS
S
TS
STS
4. Terkadang saya suka menunda mengerjakan tugas *
SS
S
TS
STS
5. Saya mampu menolak ajakan teman secara baik agar tidak menganggu aktivitas belajar *
SS
S
TS
STS
6. Saat jam kosong, saya memilih mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru *
SS
S
TS
STS
7. Saya tergesa-gesa saat mengambil keputusan *
SS
S
TS
STS

Lampiran 13 Skala Penelitian Kontrol Diri



8. Saya menerima informasi dengan bijak, dan menyikapinya dengan penuh pertimbangan *

- SS
- S
- TS
- STS

9. Saya mencoba tenang saat mengambil keputusan *

- SS
- S
- TS
- STS

10. Saya mudah percaya dengan informasi yang beredar *

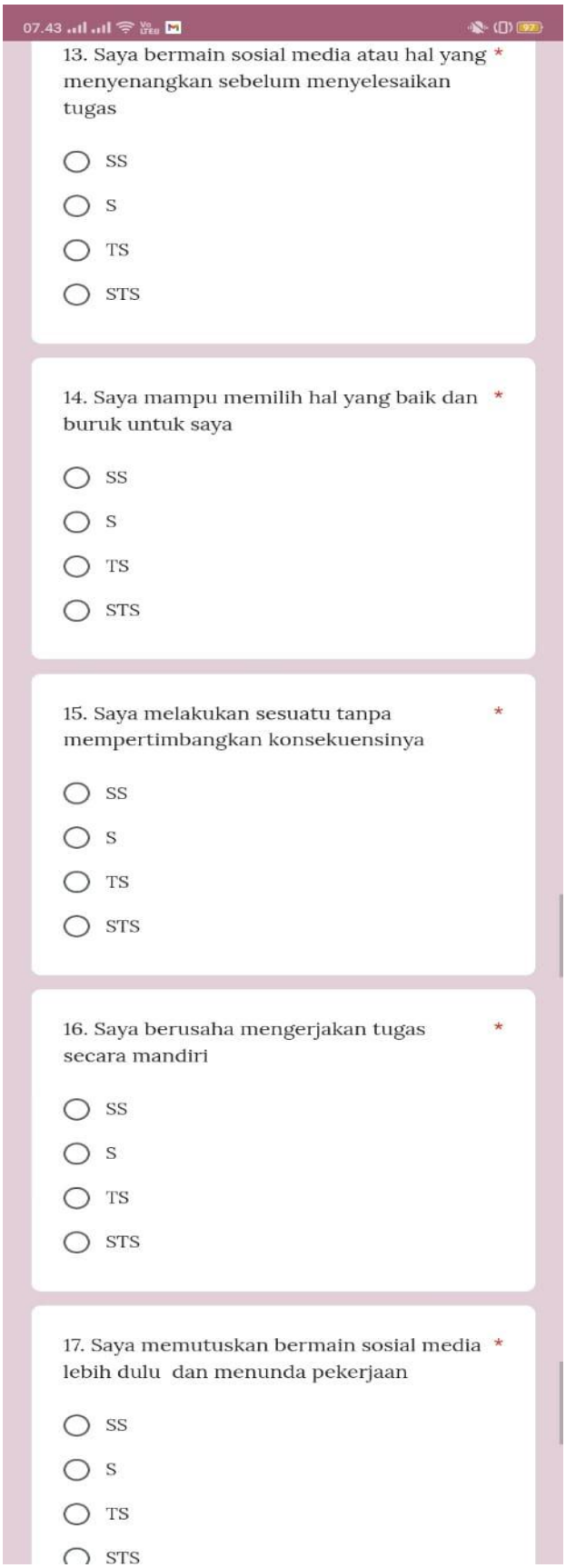
- SS
- S
- TS
- STS

11. Saya tidak bisa memilih hal yang baik untuk saya *

- SS
- S
- TS
- STS

12. Saya mampu memikirkan konsekuensi dan manfaat dari tindakan yang saya lakukan *

- SS
- S
- TS
- STS



13. Saya bermain sosial media atau hal yang menyenangkan sebelum menyelesaikan tugas *

- SS
- S
- TS
- STS

14. Saya mampu memilih hal yang baik dan buruk untuk saya *

- SS
- S
- TS
- STS

15. Saya melakukan sesuatu tanpa mempertimbangkan konsekuensinya *

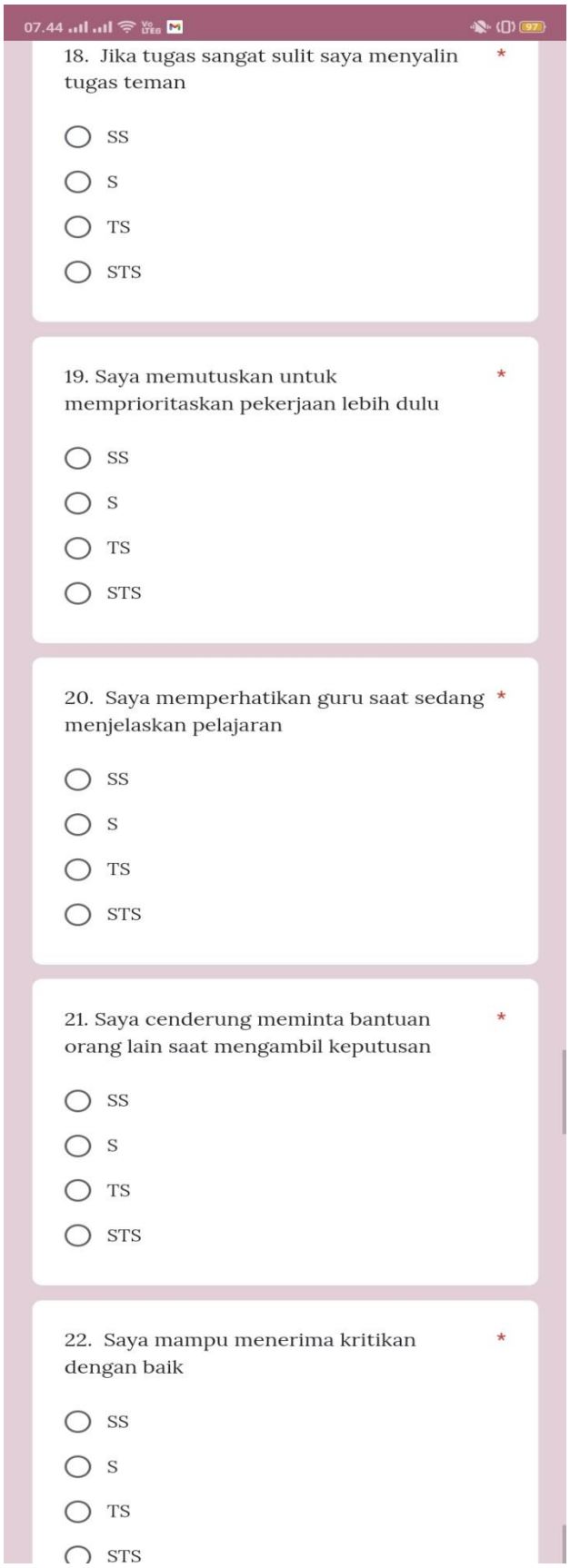
- SS
- S
- TS
- STS

16. Saya berusaha mengerjakan tugas secara mandiri *

- SS
- S
- TS
- STS

17. Saya memutuskan bermain sosial media lebih dulu dan menunda pekerjaan *

- SS
- S
- TS
- STS



18. Jika tugas sangat sulit saya menyalin tugas teman *

- SS
- S
- TS
- STS

19. Saya memutuskan untuk memprioritaskan pekerjaan lebih dulu *

- SS
- S
- TS
- STS

20. Saya memperhatikan guru saat sedang menjelaskan pelajaran *

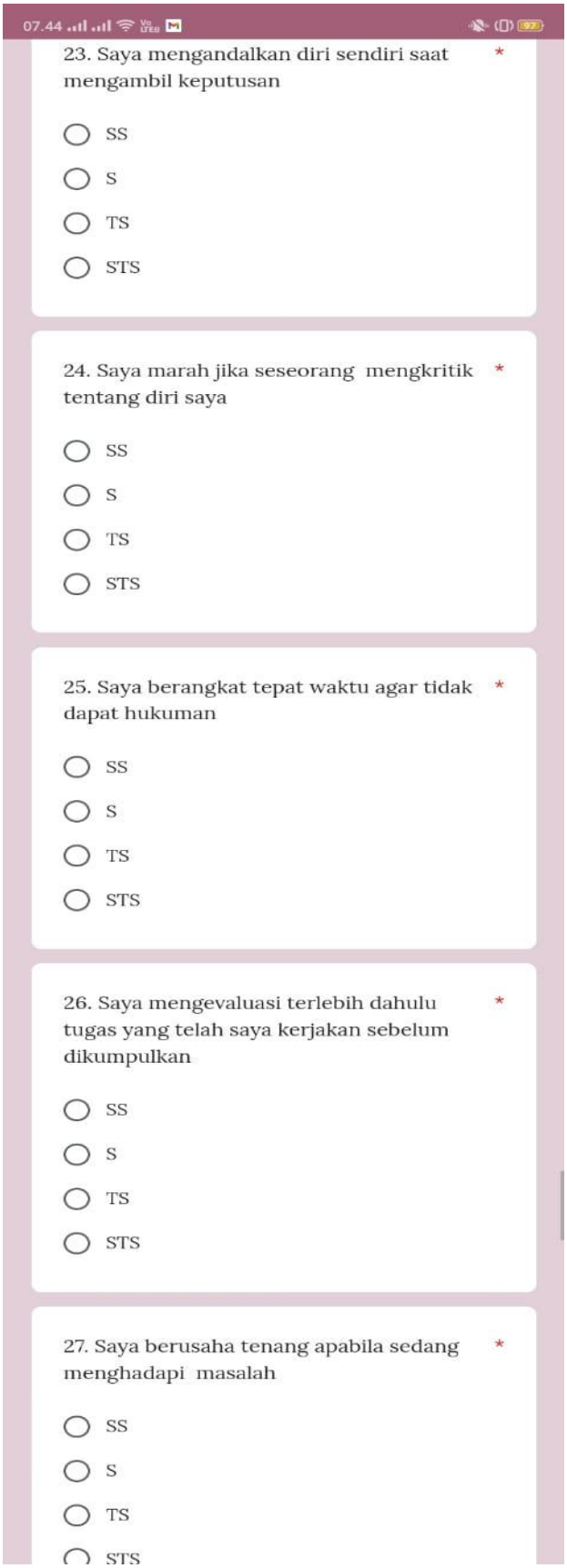
- SS
- S
- TS
- STS

21. Saya cenderung meminta bantuan orang lain saat mengambil keputusan *

- SS
- S
- TS
- STS

22. Saya mampu menerima kritikan dengan baik *

- SS
- S
- TS
- STS



23. Saya mengandalkan diri sendiri saat mengambil keputusan *

- SS
- S
- TS
- STS

24. Saya marah jika seseorang mengkritik tentang diri saya *

- SS
- S
- TS
- STS

25. Saya berangkat tepat waktu agar tidak dapat hukuman *

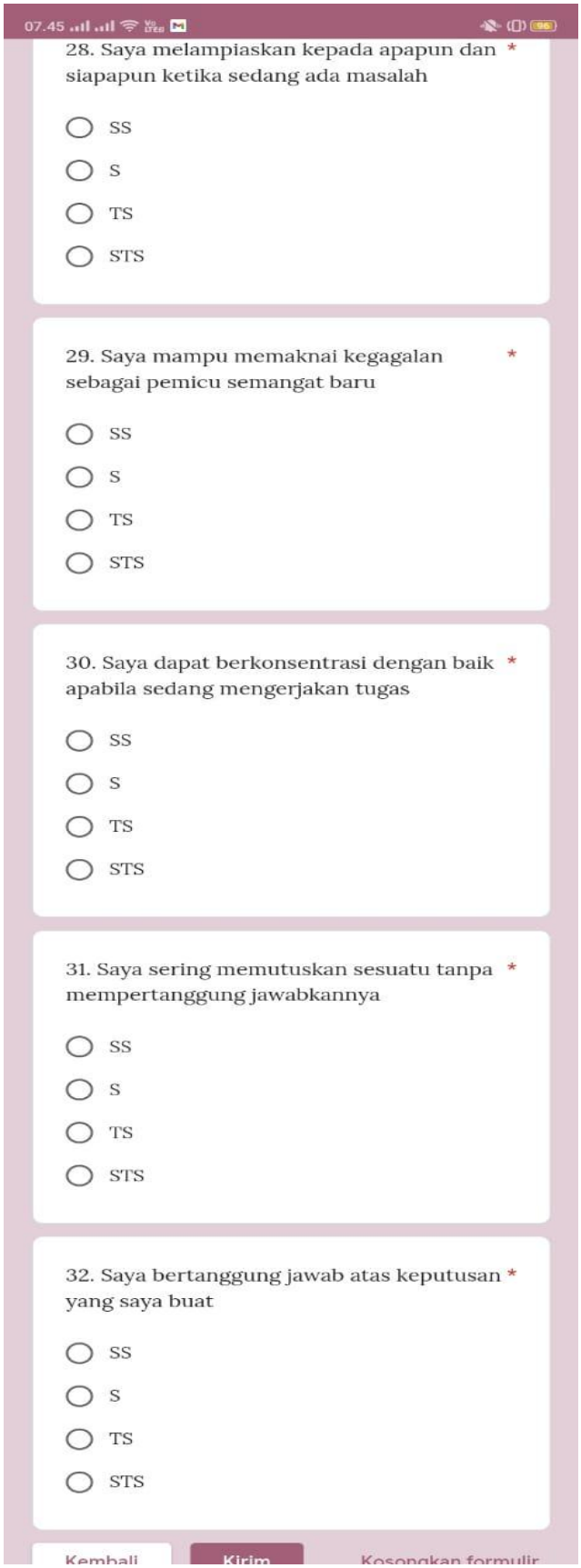
- SS
- S
- TS
- STS

26. Saya mengevaluasi terlebih dahulu tugas yang telah saya kerjakan sebelum dikumpulkan *

- SS
- S
- TS
- STS

27. Saya berusaha tenang apabila sedang menghadapi masalah *

- SS
- S
- TS
- STS


07.45
28. Saya melampiaskan kepada apapun dan siapapun ketika sedang ada masalah *
SS
S
TS
STS
29. Saya mampu memaknai kegagalan sebagai pemicu semangat baru *
SS
S
TS
STS
30. Saya dapat berkonsentrasi dengan baik apabila sedang mengerjakan tugas *
SS
S
TS
STS
31. Saya sering memutuskan sesuatu tanpa mempertanggung jawabkannya *
SS
S
TS
STS
32. Saya bertanggung jawab atas keputusan yang saya buat *
SS
S
TS
STS
Kembali
Kirim
Kosongkan formulir

Lampiran 14 Presensi Penelitian

PRESENSI PENELITIAN

Kelas: VIII A

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Afdhal Rafi	1.
2.	Alfian Febrianto	2.
3.	Alfirda Agustinasari	3.
4.	Artha Aulia Permatasari	4.
5.	Azalea Jingga Prasetya Putri	5.
6.	Calista Ainunnisya	6.
7.	Dias Ega Praditha	7.
8.	Elisabeth Novita Putri Setiawan	8.
9.	Fadal Ardiyanta Ramdani	9.
10.	Ivan Aldo Aji Saputra	10.
11.	Jasmine Serafina Soemarno	11.
12.	Jessita Putry A	12.
13.	Kafka Pradipta Azfar	13.
14.	Kameila Fadyani	14.
15.	Keyla Batrisya Putri	15.
16.	Lionel Verjunot Yazid Pradana	16.
17.	Lukmansyah Wijayanto Nugroho	17.
18.	M Naufal Azmil Mubarok	18.
19.	Maria Ave Kirana Wijaya	19.
20.	Mochammad Faiz Fadillah	20.
21.	Muhammad Faishal Chanif	21.

Semarang,

Guru BK

Dra. Sutini, S. Pd
NIP. 196711102008012008

Peneliti

Mely Trisnawati
NPM. 20110021

PRESENSI PENELITIAN

Kelas: VIII B

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Abhyasa Daffa Kumara	1.
2.	Ahza Raditya Handriyanto	2.
3.	Althafunnisa Dinda Maulidya	3.
4.	Anas Walid Zaid Rozaq	4.
5.	Arfan Ghaisan Ghani	5.
6.	Azril Hanif Ardiansyah	6.
7.	Dini Luthfiana Dewi	7.
8.	Elvira Putri Ainurrahmi	8.
9.	Fadjrul Ulul Azmi	9.
10.	Farhan Ramadan	10.
11.	Febiola Angel Maharani	11.
12.	Inayah Nadiatu Usna	12.
13.	Kaila Zahra Nugroho	13.
14.	Kayana Sugito	14.
15.	Leila Lathifah Kaltsum	15.
16.	Luthfiyyatun Nur Layla Ramadhani	16.
17.	Meilani Nur Fadhillah	17.
18.	Muhammad Tristan Aditya	18.
19.	Nadine Graciella Augustine	19.
20.	Najahan Dwi Andika Wibowo	20.
21.	Praja Octarianto Putra	21.

Semarang,

Guru BK

Dra. Sutini, S. Pd
NIP. 196711102008012008

Peneliti

Mely Trisnawati
NPM. 20110021

PRESENSI PENELITIAN

Kelas: VIII C

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Aji Susilo	1.
2.	Alvino Tristan Adelio	2.
3.	Arya Bima Ramadhani Adikusuma	3.
4.	Asahi Naura Queensha Yahya	4.
5.	Aulia Dimar Ramadina	5.
6.	Azna Ramadhani Lailatul Khasanah	6.
7.	Bening Cahayaning Bulan	7.
8.	Devina Chika Indriani	8.
9.	Fadilla Faris Priyanto	9.
10.	Gavin Rayssa Fawwaz Vianda	10.
11.	Ilona Zivana Ramadhani	11.
12.	Jihan Syafa Az-Zahra	12.
13.	Keyla Dian Qinansih	13.
14.	Khaazin Muhammad Ilyas	14.
15.	Linda Abel Almayda	15.
16.	Mahmud Ubaedillah	16.
17.	Marsela Aulia	17.
18.	Muhamad Noval Setiawan	18.
19.	Niken Ayu Kumala Dewi	19.
20.	Novan Setyo B	20.
21.	Quinsha Anantya Hafizah	21.

Semarang,

Guru BK

Dra. Sutini, S. Pd
NIP. 196711102008012008

Peneliti

Mely Trisnawati
NPM. 20110021

PRESENSI PENELITIAN

Kelas: VIII D

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Abel Rafif Diovanni	1.
2.	Aditya Pratama Putra	2.
3.	Amelia Septiana	3.
4.	Andika Pratama	4.
5.	Angelina Kanaya	5.
6.	Annisa Putri Waneva	6.
7.	Arif Ainur Rofiq	7.
8.	Athaya Raissa Keandre Ramadhan	8.
9.	Bilqis Amadea L.P	9.
10.	Chaerul Ikhsan Latif	10.
11.	Delicia Aura Pramesti	11.
12.	Eka Putra Purandrita	12.
13.	Fabrian Three Pamungkas	13.
14.	Felicia Maharani Purwanto	14.
15.	Kayla Yuanita Aurely	15.
16.	Keyko Aldiano Wijaya	16.
17.	Layla Anugrah Mareeta	17.
18.	Muhammad Adifa Tiar Pamungkas	18.
19.	Muhammad Zakka Badi'uzzaman	19.

Semarang,

Guru BK

Dra. Sutini, S. Pd
NIP. 196711102008012008

Peneliti

Mely Trisnawati
NPM. 20110021

PRESENSI PENELITIAN

Kelas: VIII E

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Ajeng Kusuma Wardani	1.
2.	Amanda Karunia Putri	2.
3.	Arvin Raditya Buchori	3.
4.	Aurelia Noverita	4.
5.	Aurora Ribka Krisnawati	5.
6.	Aydin Azmi Hail	6.
7.	Azalia Alifah	7.
8.	Bagus Arya Wildan Hakeem	8.
9.	Claudia Marsa Agustine	9.
10.	Derell Milanniarta Asna	10.
11.	Ghaffara Hairan Nanda Kusuma	11.
12.	Hafza Faizal Tamir Raffa	12.
13.	Jovano Trias Firmansyah	13.
14.	Justine Emanuelle Marvin Santosa	14.
15.	Kenny Purnomo	15.
16.	Maria Mediatrixs Easter Santoso	16.
17.	Muhamad Yusuf Akbar Sahputra	17.
18.	Nadilla Putri Saresty	18.
19.	Nadya Aulia Rahma	19.

Semarang,

Guru BK

Dra. Sutini, S. Pd
NIP. 196711102008012008

Peneliti

Mely Trisnawati
NPM. 20110021

PRESENSI PENELITIAN

Kelas: VIII F

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Aisha Wafa Latifatuz Zahra	1.
2.	Almayra Ayudia Ap	2.
3.	Alvin Zidna Faqih	3.
4.	Alyaa Khalisha Putri	4.
5.	Anggita Widya Dewi	5.
6.	Aurel Verlita Wibowo	6.
7.	Azalea Lestian Pamela	7.
8.	Cristian Satria Ramadhan	8.
9.	Devina Shaila Nugrahanifa	9.
10.	Diva Alifya Murdiyanti	10.
11.	Fadhil Arkana Mahardika	11.
12.	Fakhri Surya Alamsyah	12.
13.	Farrel Muhammad Al Khaidir	13.
14.	Ferdy Firmansah	14.
15.	Frida Anggita Saputri	15.
16.	Iqbal Syarif Nurfathin	16.
17.	Meicha Alika Islam Madina	17.
18.	Meylanie Ardhila Nur Aini	18.
19.	Muhammad Arzaqi	19.

Semarang,

Guru BK

Dra. Sutini, S. Pd
NIP. 196711102008012008

Peneliti

Mely Trisnawati
NPM. 20110021

PRESENSI PENELITIAN

Kelas: VIII G

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Abdi Atha Bagus Narudfi	1.
2.	Adyatma Antar Triwarsawa	2.
3.	Aldi Wijaya Omega	3.
4.	Amara Naysa Putri	4.
5.	Anindya Adeline Saralee	5.
6.	Ariel Bagus Setyawan	6.
7.	Azzam Nazwan Aqila	7.
8.	Deztian Hanayu Putri	8.
9.	Diego Andreanto	9.
10.	El Yota Abikreshna Aryadhipta	10.
11.	Fauziah Aulia Nazifa	11.
12.	Framesya Nadilia Istiqomah	12.
13.	Galuh Sekar Larasati	13.
14.	Kaisa Yasmin Yusriyya	14.
15.	Kenzia Nararya Maheswari	15.
16.	Khanza Azzalea Khairunnisa	16.
17.	Livia Althaf Annajwa	17.
18.	Meilia Tri Budianti	18.
19.	Mochamad Kevin Bayanaka	19.
20.	Nadya Aisha Elvaretta	20.

Semarang,

Guru BK

Dra. Sutini, S. Pd
NIP. 196711102008012008

Peneliti

Mely Trisnawati
NPM. 20110021

PRESENSI PENELITIAN

Kelas: VIII I

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Adelia Nur Khairuniza	1.
2.	Alisha Putri Ramadhani	2.
3.	Alysa Nur Hannifa.	3.
4.	Amelia Putri Andini	4.
5.	Andini Srianti	5.
6.	Benita Farra Arianti	6.
7.	Callysta Nadine Sugiyarto	7.
8.	Carissa Nabila Aristyani	8.
9.	Casanova Putri Cia L.R	9.
10.	Celsilia Oktaviani Putri	10.
11.	Charelia Mutiara Verzani	11.
12.	Charissa Ardelia Putri	12.
13.	Damia Najmi Az Zahra	13.
14.	Diya Afra Aulia	14.
15.	Eka Novianti	15.
16.	Ghinaya Khalifansa Wahyudi	16.
17.	Hevalia Amanda Rizky	17.
18.	Jihan Salma Kamila	18.
19.	Khanza Azalia Nayamukti	19.

Semarang,

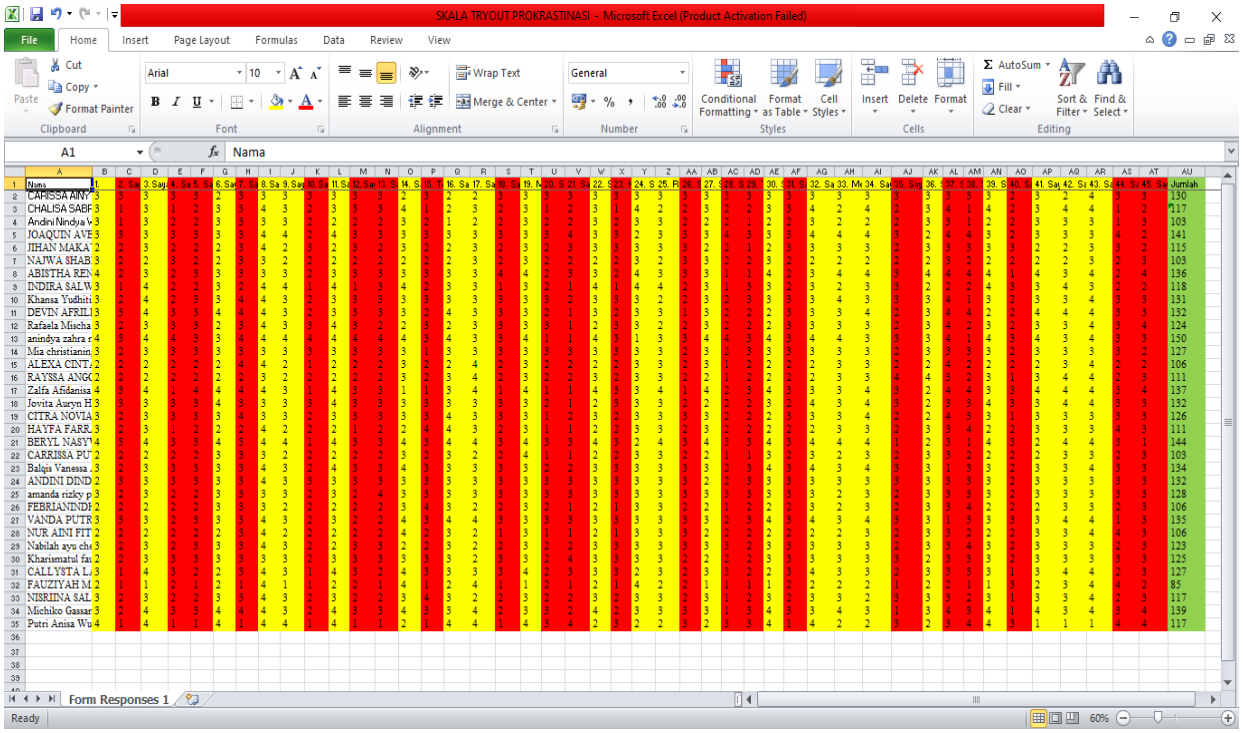
Guru BK

Dra. Sutini, S. Pd
NIP. 196711102008012008

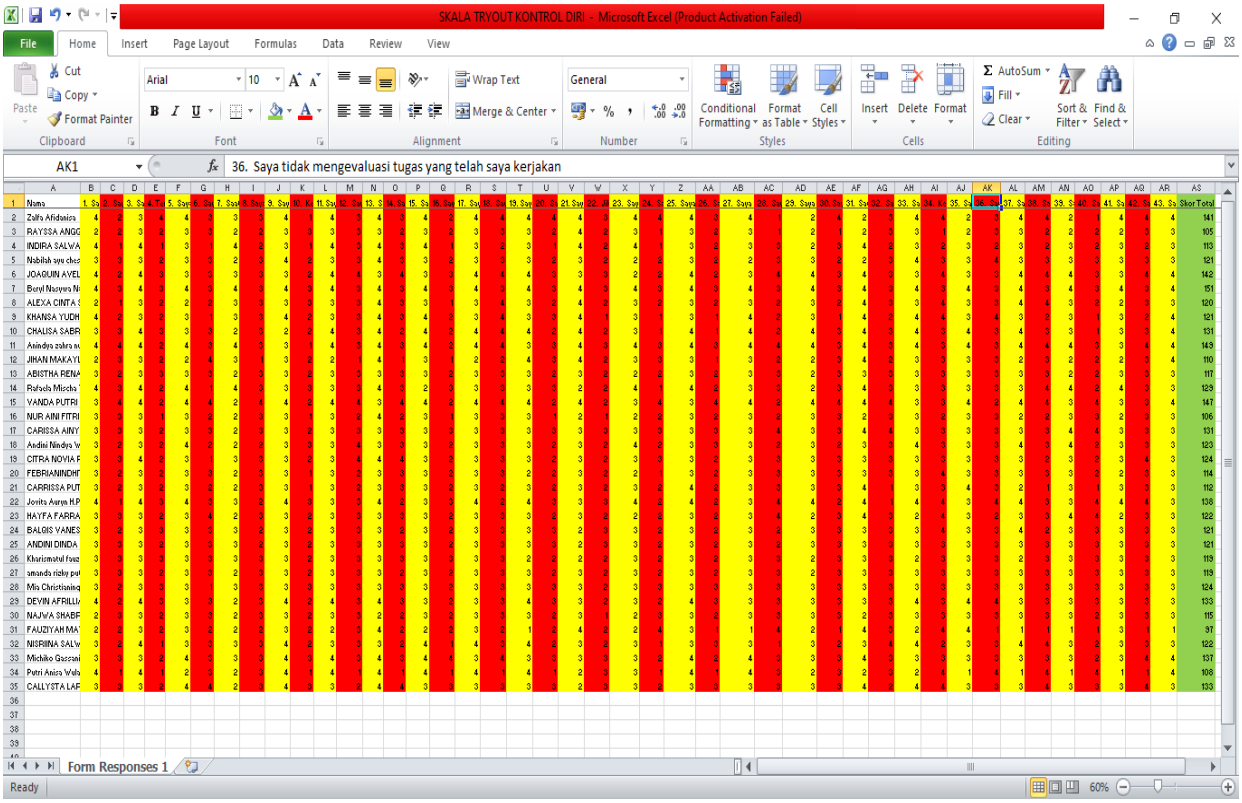
Peneliti

Mely Trisnawati
NPM. 20110021

Lampiran 15 Tabulasi *Try Out* Prokrastinasi Akademik



Lampiran 16 Tabulasi *Try Out* Kontrol Diri



Lampiran 17 Hasil Validitas Prokrastinasi Akademik

Pivot Table Correlations

File Edit View Insert Pivot Format Help

SansSerif 11

Correlations

		item_30	item_31	item_32	item_33	item_34	item_35	item_36	item_37	item_38	item_39	item_40	item_41	item_42	item_43	item_44	item_45	total
item_1	Pearson Correlation	.658**	.104	.521**	.381*	.258	.104	-.088	.217	.118	.595**	.167	.312	.032	.000	.040	.243	.612**
	Sig. (2-tailed)	.000	.557	.002	.026	.140	.559	.619	.218	.508	.000	.346	.072	.855	1.000	.824	.165	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_2	Pearson Correlation	.356*	.430*	.186	.552**	.521**	.251	-.016	.148	.264	.127	.186	.354*	.175	.308	.214	.023	.625**
	Sig. (2-tailed)	.039	.011	.293	.001	.002	.153	.926	.403	.131	.474	.293	.040	.322	.077	.225	.896	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_3	Pearson Correlation	.542**	.388*	.593**	.473**	.295	.150	-.052	.248	.167	.672**	.114	.415*	.168	-.030	.063	.182	.744**
	Sig. (2-tailed)	.001	.023	.000	.005	.090	.397	.771	.158	.345	.000	.520	.015	.342	.866	.724	.304	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_4	Pearson Correlation	.089	.463**	.244	.446**	.140	-.035	-.060	.065	-.110	.144	-.127	.266	.035	.249	.141	-.096	.466**
	Sig. (2-tailed)	.618	.006	.165	.008	.428	.845	.736	.715	.537	.417	.473	.129	.842	.155	.426	.591	.006
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_5	Pearson Correlation	.473**	.693**	.308	.666**	.661**	.230	.040	.263	.263	.353*	-.034	.666**	.333	.379*	.027	.200	.788**
	Sig. (2-tailed)	.005	.000	.077	.000	.000	.192	.821	.134	.132	.040	.848	.000	.054	.027	.879	.257	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_6	Pearson Correlation	.614**	.097	.552**	.227	.375*	.034	-.238	.146	.237	.499**	.222	.227	.223	-.133	.037	.163	.535**
	Sig. (2-tailed)	.000	.584	.001	.196	.029	.851	.175	.410	.177	.003	.208	.196	.204	.452	.835	.357	.001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_7	Pearson Correlation	.200	.585**	.123	.478**	.437**	-.059	.072	.524**	.000	.106	-.246	.538**	.239	.433*	-.195	.120	.506**
	Sig. (2-tailed)	.257	.000	.489	.004	.010	.741	.684	.001	1.000	.552	.161	.001	.173	.010	.270	.500	.002
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_8	Pearson Correlation	.094	.190	.192	.236	.073	-.127	-.130	-.019	-.074	.104	.286	.054	.129	.188	.231	-.129	.183
	Sig. (2-tailed)	.597	.282	.275	.180	.683	.476	.465	.916	.677	.558	.101	.763	.469	.286	.189	.469	.299
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_9	Pearson Correlation	.645**	.292	.739**	.403*	.311	.304	-.177	.151	.093	.762**	.158	.278	.100	-.163	.020	.026	.759**

Pivot Table Correlations

File Edit View Insert Pivot Format Help

SansSerif 9

Correlations

		item_30	item_31	item_32	item_33	item_34	item_35	item_36	item_37	item_38	item_39	item_40	item_41	item_42	item_43	item_44	item_45	total
item_10	Pearson Correlation	.059	.335	.121	.254	.055	.219	.392*	.154	-.026	.167	-.006	.315	-.192	.096	.066	.130	.304
	Sig. (2-tailed)	.740	.053	.496	.148	.758	.213	.022	.385	.883	.347	.975	.069	.277	.591	.709	.462	.080
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_11	Pearson Correlation	.587**	.331	.722**	.433*	.395*	.213	-.262	.095	.107	.717**	.167	.325	.216	.112	.220	.162	.752**
	Sig. (2-tailed)	.000	.056	.000	.011	.021	.226	.135	.594	.547	.000	.346	.061	.219	.528	.211	.359	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_12	Pearson Correlation	.243	.760**	.412*	.633**	.480**	.007	.133	.402*	-.027	.335	-.102	.508**	.180	.453**	.042	.007	.651**
	Sig. (2-tailed)	.167	.000	.016	.000	.004	.968	.452	.018	.881	.053	.566	.002	.308	.007	.814	.967	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_13	Pearson Correlation	.460**	.643**	.343*	.454**	.537**	.169	.078	.286	.070	.505**	-.044	.642**	.299	.227	.008	-.048	.741**
	Sig. (2-tailed)	.006	.000	.047	.007	.001	.340	.661	.101	.692	.002	.807	.000	.086	.197	.966	.788	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_14	Pearson Correlation	.014	.131	.282	.070	.161	-.211	.105	-.314	-.461**	.157	-.010	.070	.385*	.353*	-.155	-.442**	.075
	Sig. (2-tailed)	.937	.460	.106	.693	.364	.231	.554	.071	.006	.376	.954	.693	.025	.040	.380	.009	.673
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_15	Pearson Correlation	.064	.157	.132	.410*	.134	.126	.217	-.022	.169	.091	-.342*	.205	.051	.186	.021	.154	.327
	Sig. (2-tailed)	.718	.376	.458	.016	.451	.477	.218	.900	.340	.610	.048	.245	.773	.293	.907	.385	.059
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_16	Pearson Correlation	.386*	.082	.319	.346*	.394*	.163	-.038	-.037	.368*	.312	.072	.166	.194	-.124	.310	.106	.500**
	Sig. (2-tailed)	.024	.645	.066	.045	.021	.356	.829	.835	.032	.072	.684	.348	.271	.484	.074	.551	.003
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_17	Pearson Correlation	.212	.000	.065	.254	.199	-.062	-.230	.000	-.042	.224	.261	-.063	.190	.131	.155	-.063	.185
	Sig. (2-tailed)	.229	1.000	.714	.148	.260	.726	.190	1.000	.814	.202	.137	.722	.281	.459	.382	.722	.295
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_18	Pearson Correlation	.233	.536**	.399*	.597**	.479**	.169	.305	.153	.134	.289	-.300	.370*	.140	.264	-.083	.030	.629**

Pivot Table Correlations

File Edit View Insert Pivot Format Help

SansSerif 9

Correlations

		item_30	item_31	item_32	item_33	item_34	item_35	item_36	item_37	item_38	item_39	item_40	item_41	item_42	item_43	item_44	item_45	total
	Sig. (2-tailed)	.160	.001	.019	.000	.004	.339	.060	.367	.490	.098	.065	.031	.429	.131	.042	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_19	Pearson Correlation	.578**	.020	.452**	.284	.270	.241	.127	.296	.196	.511**	-.036	.126	.033	-.123	-.154	.284	.494**
	Sig. (2-tailed)	.000	.911	.007	.103	.123	.170	.475	.090	.265	.002	.840	.478	.855	.488	.386	.103	.003
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_20	Pearson Correlation	.232	.205	.227	.271	-.100	.028	.004	-.137	.096	.227	.040	-.153	-.210	-.125	.113	-.032	.311
	Sig. (2-tailed)	.186	.245	.197	.121	.572	.875	.981	.439	.588	.197	.821	.387	.232	.480	.524	.857	.074
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_21	Pearson Correlation	.324	.208	.355*	.247	.019	.199	-.051	-.063	.250	.329	-.109	-.205	-.338	-.374*	.048	-.114	.314
	Sig. (2-tailed)	.061	.238	.040	.159	.913	.260	.773	.724	.153	.058	.539	.246	.051	.029	.789	.520	.071
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_22	Pearson Correlation	.520**	.558**	.375*	.498**	.332	.126	.055	.102	-.078	.576**	.030	.565**	.375*	.243	-.143	-.107	.669**
	Sig. (2-tailed)	.002	.001	.029	.003	.055	.476	.758	.566	.661	.000	.864	.000	.029	.165	.419	.548	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_23	Pearson Correlation	.445**	.492**	.482**	.510**	.193	.296	-.040	.005	.259	.357*	.175	.091	-.151	-.093	.205	.151	.643**
	Sig. (2-tailed)	.008	.003	.004	.002	.275	.089	.821	.979	.138	.038	.322	.607	.393	.602	.246	.393	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_24	Pearson Correlation	-.264	-.169	-.440**	-.385*	.023	-.090	.131	-.174	-.034	-.203	-.138	.056	.165	.152	-.278	-.017	-.449**
	Sig. (2-tailed)	.131	.338	.009	.024	.899	.615	.460	.324	.848	.250	.437	.752	.352	.390	.111	.923	.008
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_25	Pearson Correlation	.255	.176	.111	.227	.398*	.097	-.082	-.117	.223	.214	.111	.313	.460**	.133	-.068	-.202	.369*
	Sig. (2-tailed)	.145	.319	.530	.196	.020	.585	.643	.509	.205	.224	.530	.071	.006	.452	.703	.252	.032
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_26	Pearson Correlation	.367*	.104	.206	.192	-.004	-.025	.062	-.194	.045	.309	-.018	-.171	-.482**	-.225	.149	-.026	.251
	Sig. (2-tailed)	.033	.557	.243	.277	.980	.887	.728	.271	.801	.075	.922	.334	.004	.200	.399	.886	.151
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34

Pivot Table Correlations

File Edit View Insert Pivot Format Help

SansSerif 9

Correlations

		item_30	item_31	item_32	item_33	item_34	item_35	item_36	item_37	item_38	item_39	item_40	item_41	item_42	item_43	item_44	item_45	total
item_27	Pearson Correlation	.536**	.489**	.327	.527**	.438**	.029	-.031	.309	.036	.438**	-.014	.461**	.269	.309	-.103	-.004	.682**
	Sig. (2-tailed)	.001	.003	.059	.001	.010	.871	.863	.075	.840	.010	.937	.006	.123	.075	.561	.983	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_28	Pearson Correlation	.272	.417*	.539**	.271	.158	.084	-.175	.132	.117	.284	.267	.059	-.165	-.192	.316	-.100	.525**
	Sig. (2-tailed)	.120	.014	.001	.121	.373	.635	.322	.456	.510	.104	.127	.740	.351	.277	.069	.575	.001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_29	Pearson Correlation	.589**	.378*	.397*	.315	.239	.279	-.197	-.072	.130	.469**	.205	.190	.059	-.032	.249	.004	.645**
	Sig. (2-tailed)	.000	.027	.020	.070	.174	.110	.264	.685	.463	.005	.245	.281	.742	.856	.156	.984	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_30	Pearson Correlation	1	.184	.576**	.399*	.322	.313	-.021	-.060	.150	.699**	.190	.237	-.022	-.028	-.071	.237	.690**
	Sig. (2-tailed)		.298	.000	.020	.063	.072	.906	.738	.397	.000	.282	.177	.901	.876	.691	.177	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_31	Pearson Correlation	.184	1	.350*	.491**	.510**	-.098	.098	.152	.037	.217	-.055	.491**	.296	.367*	.009	-.139	.637**
	Sig. (2-tailed)	.298		.043	.003	.002	.581	.581	.391	.837	.218	.759	.003	.089	.033	.958	.433	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_32	Pearson Correlation	.576**	.350*	1	.288	.452**	.186	-.096	-.083	.090	.653**	.253	.089	.175	-.034	-.109	-.043	.654**
	Sig. (2-tailed)	.000	.043		.099	.007	.293	.588	.639	.614	.000	.148	.615	.322	.848	.539	.810	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_33	Pearson Correlation	.399*	.491**	.288	1	.443**	.160	.151	.371*	.110	.442**	-.175	.485**	.159	.400*	.194	.034	.756**
	Sig. (2-tailed)	.020	.003	.099		.009	.365	.393	.031	.536	.009	.322	.004	.369	.019	.271	.848	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_34	Pearson Correlation	.322	.510**	.452**	.443**	1	.138	.026	.133	.299	.374*	.039	.443**	.565**	.382*	-.021	-.095	.628**
	Sig. (2-tailed)	.063	.002	.007	.009		.436	.883	.453	.085	.029	.829	.009	.000	.026	.907	.594	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_35	Pearson Correlation	.313	-.098	.186	.160	.138	1	.187	-.106	.192	.323	-.010	.224	.030	-.033	-.093	.287	.285

Pivot Table Correlations

File Edit View Insert Pivot Format Help

SansSerif 9

Correlations

		item_30	item_31	item_32	item_33	item_34	item_35	item_36	item_37	item_38	item_39	item_40	item_41	item_42	item_43	item_44	item_45	total
	Sig. (2-tailed)	.397	.837	.614	.536	.085	.278	.812	.873		.785	.470	.390	.390	.042	.161	.017	.141
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_39	Pearson Correlation	.699**	.217	.653**	.442**	.374*	.323	.032	.164	.049	1	.069	.271	.127	.000	-.076	.100	.703**
	Sig. (2-tailed)	.000	.218	.000	.009	.029	.063	.856	.354	.785		.699	.121	.473	1.000	.668	.572	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_40	Pearson Correlation	.190	-.055	.253	-.175	.039	-.010	-.496**	-.315	-.128	.069	1	-.307	-.023	-.171	.214	-.307	.028
	Sig. (2-tailed)	.282	.759	.148	.322	.829	.957	.003	.070	.470	.699		.077	.896	.333	.225	.077	.874
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_41	Pearson Correlation	.237	.491**	.089	.485**	.443**	.224	.385*	.315	.152	.271	-.307	1	.481**	.533**	-.068	.356*	.581**
	Sig. (2-tailed)	.177	.003	.615	.004	.009	.203	.025	.070	.390	.121	.077		.004	.001	.703	.039	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_42	Pearson Correlation	-.022	.296	.175	.159	.565**	.030	.082	-.033	-.152	.127	-.023	.481**	1	.600**	-.351*	-.227	.247
	Sig. (2-tailed)	.901	.089	.322	.369	.000	.867	.643	.852	.390	.473	.896	.004		.000	.042	.196	.159
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_43	Pearson Correlation	-.028	.367*	-.034	.400*	.382*	-.033	.282	.088	-.351*	.000	-.171	.533**	.600**	1	-.190	-.067	.234
	Sig. (2-tailed)	.876	.033	.848	.019	.026	.854	.106	.623	.042	1.000	.333	.001	.000		.282	.708	.183
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_44	Pearson Correlation	-.071	.009	-.109	.194	-.021	-.093	-.311	.120	.246	-.076	.214	-.068	-.351*	-.190	1	.037	.124
	Sig. (2-tailed)	.691	.958	.539	.271	.907	.603	.073	.499	.161	.668	.225	.703	.042	.282		.835	.485
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_45	Pearson Correlation	.237	-.139	-.043	.034	-.095	.287	.307	.202	.407*	.100	-.307	.356*	-.227	-.067	.037	1	.144
	Sig. (2-tailed)	.177	.433	.810	.848	.594	.100	.077	.251	.017	.572	.077	.039	.196	.708	.835		.417
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
total	Pearson Correlation	.690**	.637**	.654**	.756**	.628**	.285	.064	.228	.258	.703**	.028	.581**	.247	.234	.124	.144	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.102	.721	.195	.141	.000	.874	.000	.159	.183	.485	.417	

Lampiran 18 Hasil Validitas Kontrol Diri

Pivot Table Correlations

File Edit View Insert Pivot Format Help

SansSerif 11

Correlations

		item_28	item_29	item_30	item_31	item_32	item_33	item_34	item_35	item_36	item_37	item_38	item_39	item_40	item_41	item_42	item_43	total
item_1	Pearson Correlation	.231	.245	.281	.143	-.159	.357*	.201	-.033	.382*	.253	.284	.313	.223	.402*	.119	.443**	.558**
	Sig. (2-tailed)	.189	.162	.108	.420	.370	.038	.255	.854	.026	.149	.103	.072	.205	.018	.502	.009	.001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_2	Pearson Correlation	.088	.231	.379*	.108	.364*	.055	-.196	.414*	-.192	.078	.159	.378*	.187	.166	.353*	.221	.361*
	Sig. (2-tailed)	.621	.189	.027	.544	.034	.758	.266	.015	.277	.662	.369	.027	.290	.347	.041	.209	.036
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_3	Pearson Correlation	.157	.424*	.192	.254	.073	.247	-.097	.195	.104	.297	.326	.194	.202	.235	.056	.327	.474**
	Sig. (2-tailed)	.374	.012	.278	.148	.683	.160	.584	.269	.560	.088	.060	.272	.253	.180	.752	.059	.005
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_4	Pearson Correlation	.044	.190	.240	.042	-.065	.245	.355*	.169	.146	.393*	.117	.070	-.071	.539**	.418*	.171	.477**
	Sig. (2-tailed)	.807	.281	.172	.812	.714	.163	.039	.339	.409	.022	.511	.693	.689	.001	.014	.333	.004
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_5	Pearson Correlation	.097	.366*	.192	.210	-.009	.473**	-.004	.294	-.087	.474**	.200	.429*	.057	.716**	.501**	.138	.670**
	Sig. (2-tailed)	.586	.033	.277	.234	.958	.005	.981	.091	.624	.005	.256	.011	.750	.000	.003	.437	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_6	Pearson Correlation	.004	.117	.296	-.020	.178	.014	.142	-.002	.000	.124	.400*	-.060	.427*	-.178	.256	.261	.254
	Sig. (2-tailed)	.984	.509	.089	.911	.315	.936	.424	.993	1.000	.486	.019	.735	.012	.315	.144	.135	.147
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_7	Pearson Correlation	.028	.129	.096	.352*	-.126	.182	-.043	.080	.000	.322	.189	.322	-.070	.439**	.205	.291	.400*
	Sig. (2-tailed)	.875	.466	.591	.041	.476	.304	.810	.652	1.000	.063	.286	.063	.693	.009	.245	.095	.019
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_8	Pearson Correlation	.119	.298	.377*	-.029	.402*	.055	.108	.150	.091	.178	.378*	.272	.177	.090	.171	.260	.424*
	Sig. (2-tailed)	.502	.087	.028	.869	.019	.756	.544	.396	.610	.313	.027	.120	.318	.611	.335	.137	.013
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_9	Pearson Correlation	-.091	.121	-.029	-.093	-.047	.356*	.180	-.175	.384*	.078	.298	-.130	.249	.197	.057	.253	.359*

Pivot Table Correlations

File Edit View Insert Pivot Format Help

SansSerif 11

Correlations

		item_28	item_29	item_30	item_31	item_32	item_33	item_34	item_35	item_36	item_37	item_38	item_39	item_40	item_41	item_42	item_43	total
item_10	Pearson Correlation	-.024	.143	-.337	.248	.020	.176	-.022	.058	.072	.306	.160	.234	.094	.289	.240	-.106	.231
	Sig. (2-tailed)	.894	.421	.051	.158	.913	.318	.904	.745	.684	.078	.366	.183	.597	.097	.171	.551	.189
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_11	Pearson Correlation	.007	.404*	.472**	.029	.181	.286	-.031	.026	.182	.415*	.409*	.234	.177	.166	.211	.643**	.642**
	Sig. (2-tailed)	.967	.018	.005	.869	.305	.101	.860	.884	.304	.015	.016	.184	.318	.348	.231	.000	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_12	Pearson Correlation	.048	.341*	-.066	.132	.364*	.195	-.080	.310	-.220	.604**	.047	.459**	.000	.519**	.315	-.077	.444**
	Sig. (2-tailed)	.787	.049	.711	.457	.035	.270	.654	.075	.212	.000	.793	.006	1.000	.002	.069	.664	.009
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_13	Pearson Correlation	.031	.038	-.114	.245	-.286	.293	.150	.043	.178	-.097	.032	-.177	-.145	.084	-.037	.177	.161
	Sig. (2-tailed)	.861	.830	.523	.163	.101	.092	.397	.808	.313	.585	.857	.316	.415	.637	.833	.316	.364
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_14	Pearson Correlation	.216	.326	.263	.311	.103	.180	.146	.311	-.134	.379*	.181	.518**	.065	.374*	.465**	.074	.532**
	Sig. (2-tailed)	.221	.060	.134	.074	.563	.310	.411	.073	.451	.027	.307	.002	.714	.029	.006	.676	.001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_15	Pearson Correlation	-.309	.326	.240	.029	.098	.372*	-.108	-.062	.182	.349*	.278	.017	.000	-.005	.058	.733**	.428*
	Sig. (2-tailed)	.075	.060	.171	.869	.582	.030	.544	.727	.304	.043	.112	.924	1.000	.977	.743	.000	.012
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_16	Pearson Correlation	.433*	.269	.108	.334	-.036	.092	.206	.187	.071	.191	.107	.398*	.160	.555**	.469**	.091	.541**
	Sig. (2-tailed)	.010	.124	.545	.053	.839	.606	.242	.289	.692	.278	.549	.020	.365	.001	.005	.609	.001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_17	Pearson Correlation	.008	.538**	.182	.033	.202	.320	.135	.029	.101	.463**	.457**	.100	.197	.281	.150	.415*	.595**
	Sig. (2-tailed)	.963	.001	.302	.854	.251	.065	.445	.871	.569	.006	.007	.575	.264	.108	.396	.015	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_18	Pearson Correlation	-.232	.430*	.135	.147	.395*	.382*	.049	.266	.000	.657**	.356*	.448**	-.159	.272	.529**	.402*	.576**

Pivot Table Correlations

File Edit View Insert Pivot Format Help

SansSerif 11

Correlations

		item_28	item_29	item_30	item_31	item_32	item_33	item_34	item_35	item_36	item_37	item_38	item_39	item_40	item_41	item_42	item_43	total
item_19	Pearson Correlation	-.282	.377*	.355*	.003	-.008	.475**	-.067	-.111	.448**	.460**	.495**	.129	.242	.120	.303	.713**	.525**
	Sig. (2-tailed)	.106	.028	.040	.985	.964	.005	.708	.532	.008	.006	.003	.466	.167	.499	.082	.000	.001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_20	Pearson Correlation	.022	.242	.150	.272	-.072	.429*	.346*	.130	.216	.411*	.280	.251	-.023	.579**	.522**	.283	.610**
	Sig. (2-tailed)	.901	.167	.399	.120	.686	.011	.045	.465	.219	.016	.108	.152	.896	.000	.002	.105	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_21	Pearson Correlation	-.142	.153	-.231	.309	-.026	.271	-.099	.311	-.276	.283	-.094	-.103	-.403*	.095	-.065	.210	.166
	Sig. (2-tailed)	.424	.387	.189	.075	.884	.121	.578	.073	.114	.105	.598	.561	.018	.591	.716	.234	.349
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_22	Pearson Correlation	.238	.226	.290	.222	.013	.106	.320	-.137	.083	.259	.374*	.081	.377*	.230	.332	.257	.529**
	Sig. (2-tailed)	.175	.198	.096	.206	.940	.552	.065	.439	.641	.140	.029	.647	.028	.191	.055	.142	.001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_23	Pearson Correlation	-.170	.119	.110	.253	-.215	.436*	-.115	.006	.149	.384*	.214	.236	-.024	.484**	.190	.314	.462**
	Sig. (2-tailed)	.336	.504	.536	.148	.221	.010	.519	.971	.400	.025	.224	.180	.892	.004	.282	.070	.006
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_24	Pearson Correlation	.170	.132	.303	.061	.193	-.055	.195	.304	-.394*	.023	.006	-.083	.091	.296	.182	-.066	.289
	Sig. (2-tailed)	.336	.456	.082	.731	.274	.759	.269	.081	.021	.898	.973	.641	.607	.089	.302	.711	.097
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_25	Pearson Correlation	.215	.329	.262	.203	-.231	.272	.183	.106	.317	.156	.254	.111	-.034	.328	.238	.465**	.523**
	Sig. (2-tailed)	.222	.058	.135	.250	.188	.119	.299	.552	.067	.378	.147	.531	.847	.058	.175	.006	.001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_26	Pearson Correlation	-.069	.354*	.393*	.003	.378*	.380*	-.181	.236	-.070	.534**	.414*	.456**	.364*	.377*	.461**	.111	.616**
	Sig. (2-tailed)	.698	.040	.022	.985	.027	.026	.307	.179	.693	.001	.015	.007	.034	.028	.006	.533	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_27	Pearson Correlation	-.269	.335	.443**	.090	.056	.308	.008	-.115	.330	.393*	.426*	.206	.080	.046	.267	.888**	.571**

Pivot Table Correlations

File Edit View Insert Pivot Format Help

SansSerif 11

Correlations

		item_28	item_29	item_30	item_31	item_32	item_33	item_34	item_35	item_36	item_37	item_38	item_39	item_40	item_41	item_42	item_43	total
item_28	Pearson Correlation	1	.134	.080	.407*	-.177	-.282	.372*	.271	-.116	-.220	-.053	.265	.396*	.106	.013	-.225	.159
	Sig. (2-tailed)		.451	.653	.017	.316	.106	.030	.121	.512	.211	.765	.129	.020	.549	.942	.201	.370
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_29	Pearson Correlation	.134	1	.102	.316	.017	.541**	.113	.517**	.215	.595**	.199	.504**	.209	.297	.430*	.369*	.655**
	Sig. (2-tailed)	.451		.566	.069	.922	.001	.523	.002	.223	.000	.258	.002	.236	.088	.011	.032	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_30	Pearson Correlation	.080	.102	1	-.005	.174	-.076	.095	.055	-.071	.144	.396*	.210	.299	.129	.373*	.431*	.439**
	Sig. (2-tailed)	.653	.566		.978	.325	.668	.594	.759	.691	.417	.020	.232	.086	.466	.030	.011	.009
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_31	Pearson Correlation	.407*	.316	-.005	1	-.263	.045	.279	.574**	-.327	.192	.015	.381*	-.021	.265	.092	.092	.372*
	Sig. (2-tailed)	.017	.069	.978		.133	.799	.110	.000	.059	.278	.932	.026	.905	.130	.604	.605	.030
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_32	Pearson Correlation	-.177	.017	.174	-.263	1	-.142	-.201	-.041	-.229	.191	.379*	.113	.223	-.114	-.055	.013	.152
	Sig. (2-tailed)	.316	.922	.325	.133		.424	.255	.816	.192	.279	.027	.526	.205	.520	.758	.940	.391
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_33	Pearson Correlation	-.282	.541**	-.076	.045	-.142	1	-.082	.257	.470**	.648**	.238	.325	-.178	.504**	.448**	.340*	.540**
	Sig. (2-tailed)	.106	.001	.668	.799	.424		.647	.142	.005	.000	.175	.061	.314	.002	.008	.049	.001
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_34	Pearson Correlation	.372*	.113	.095	.279	-.201	-.082	1	-.036	.070	.024	.212	-.046	.091	.047	-.010	.041	.201
	Sig. (2-tailed)	.030	.523	.594	.110	.255	.647		.840	.693	.893	.229	.796	.609	.793	.953	.818	.254
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_35	Pearson Correlation	.271	.517**	.055	.574**	-.041	.257	-.036	1	-.324	.220	-.229	.392*	-.131	.408*	.130	-.137	.322
	Sig. (2-tailed)	.121	.002	.759	.000	.816	.142	.840		.062	.212	.193	.022	.459	.017	.464	.439	.064
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_36	Pearson Correlation	-.116	.215	-.071	-.327	-.229	.470**	.070	-.324	1	.121	.241	.066	.162	.000	.210	.415*	.173

Pivot Table Correlations

File Edit View Insert Pivot Format Help

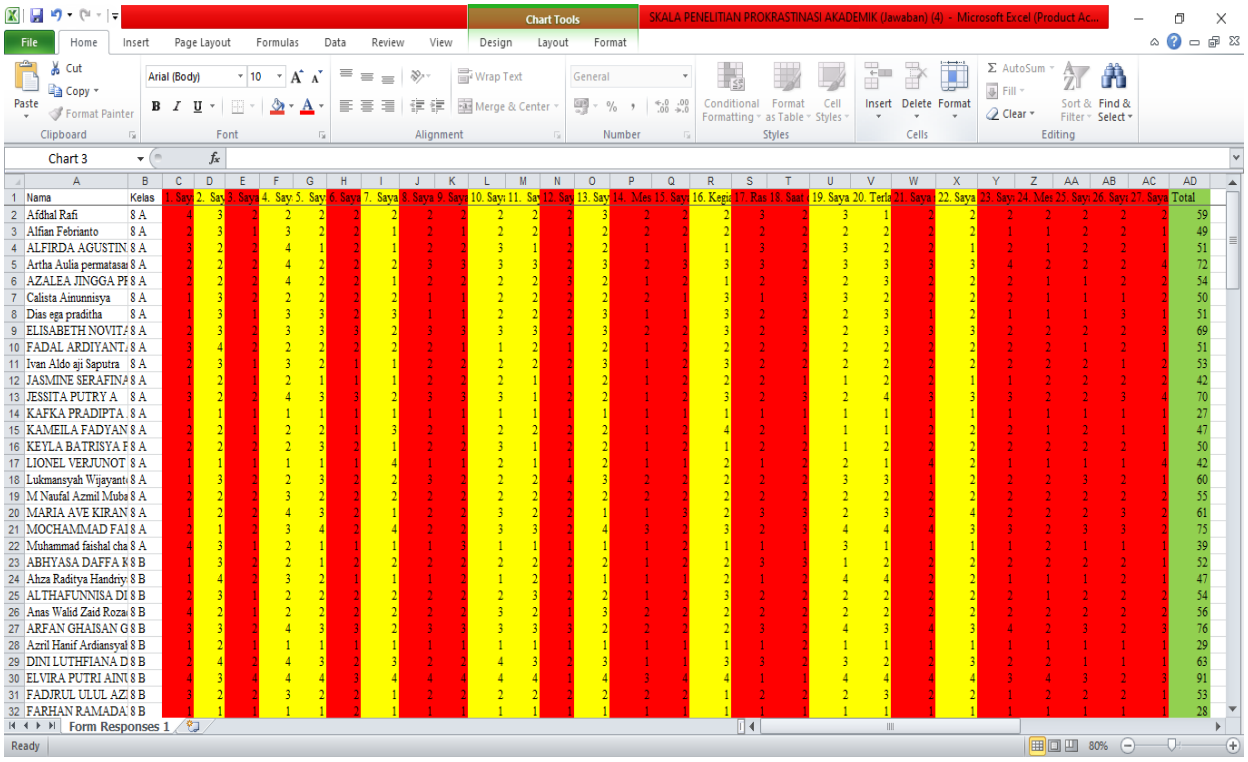
SansSerif 11

Correlations

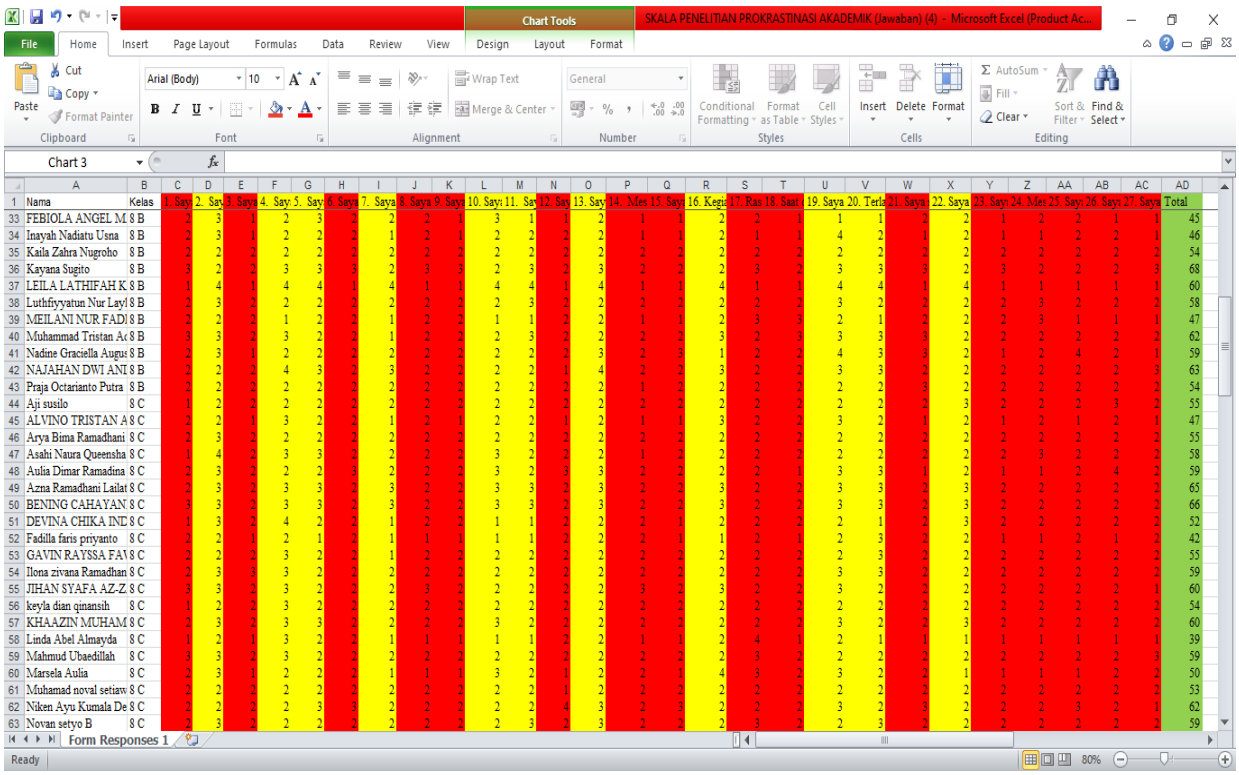
		item_28	item_29	item_30	item_31	item_32	item_33	item_34	item_35	item_36	item_37	item_38	item_39	item_40	item_41	item_42	item_43	total
item_37	Pearson Correlation	-.220	.595**	.144	.192	.191	.648**	.024	.220	.121	1	.441**	.582**	.059	.476**	.606**	.379*	.716**
	Sig. (2-tailed)	.211	.000	.417	.278	.279	.000	.893	.212	.495		.009	.000	.741	.004	.000	.027	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_38	Pearson Correlation	-.053	.199	.396*	.015	.379*	.238	.212	-.229	.241	.441**	1	.238	.371*	.050	.356*	.494**	.576**
	Sig. (2-tailed)	.765	.258	.020	.932	.027	.175	.229	.193	.170	.009		.175	.031	.779	.039	.003	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_39	Pearson Correlation	.265	.504**	.210	.381*	.113	.325	-.046	.392*	.066	.582**	.238	1	.280	.367*	.503**	.213	.576**
	Sig. (2-tailed)	.129	.002	.232	.026	.526	.061	.796	.022	.710	.000	.175		.109	.033	.002	.226	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_40	Pearson Correlation	.396*	.209	.299	-.021	.223	-.178	.091	-.131	.162	.059	.371*	.280	1	-.153	.114	.108	.302
	Sig. (2-tailed)	.020	.236	.086	.905	.205	.314	.609	.459	.359	.741	.031	.109		.388	.522	.545	.082
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_41	Pearson Correlation	.106	.297	.129	.265	-.114	.504**	.047	.408*	.000	.476**	.050	.367*	-.153	1	.404*	-.005	.588**
	Sig. (2-tailed)	.549	.088	.466	.130	.520	.002	.793	.017	1.000	.004	.779	.033	.388		.018	.979	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_42	Pearson Correlation	.013	.430*	.373*	.092	-.055	.448**	-.010	.130	.210	.606**	.356*	.503**	.114	.404*	1	.332	.635**
	Sig. (2-tailed)	.942	.011	.030	.604	.758	.008	.953	.464	.233	.000	.039	.002	.522	.018		.055	.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
item_43	Pearson Correlation	-.225	.369*	.431*	.092	.013	.340*	.041	-.137	.415*	.379*	.494**	.213	.108	-.005	.332	1	.579**
	Sig. (2-tailed)	.201	.032	.011	.605	.940	.049	.818	.439	.015	.027	.003	.226	.545	.979	.055		.000
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
total	Pearson Correlation	.159	.655**	.439**	.372*	.152	.540**	.201	.322	.173	.716**	.576**	.576**	.302	.588**	.635**	.579**	1
	Sig. (2-tailed)	.370	.000	.009	.030	.391	.001	.254	.064	.327	.000	.000	.000	.082	.000	.000	.000	
	N	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34

**. Correlation is significant at tl

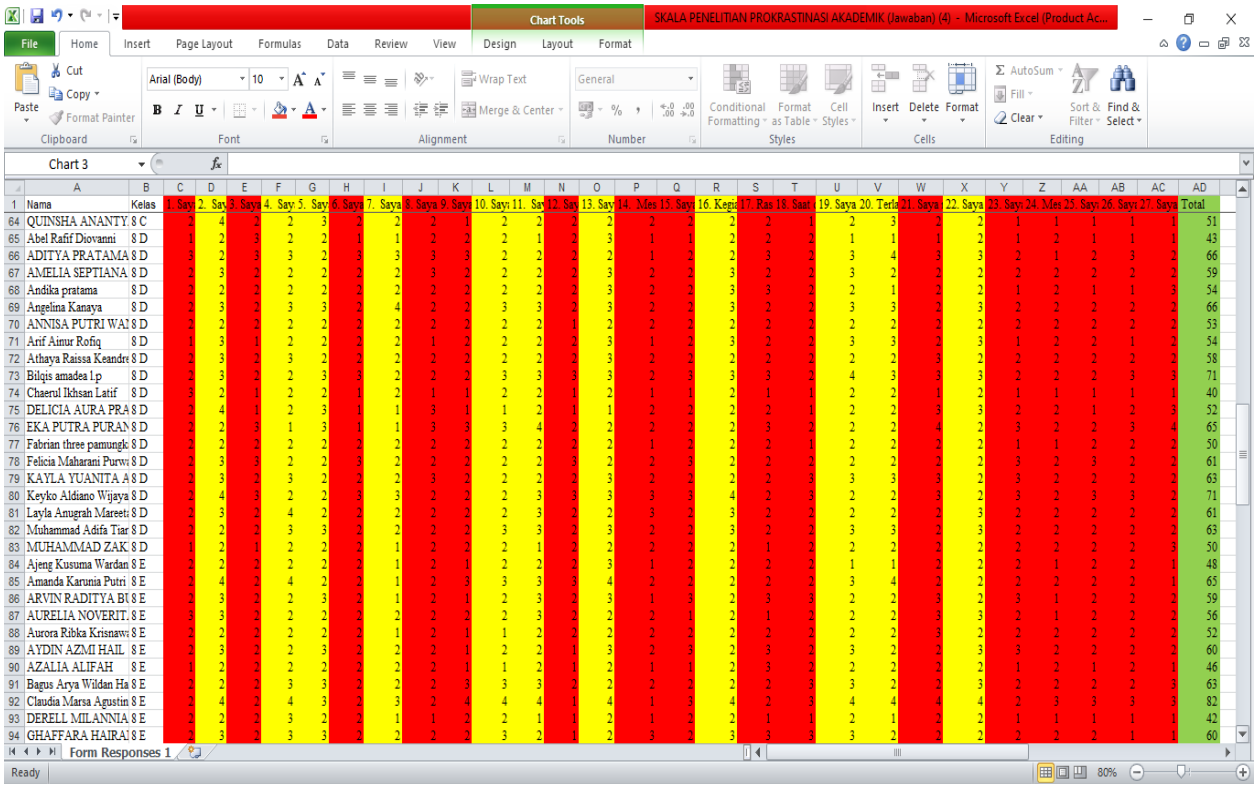
Lampiran 19 Tabulasi Penelitian Prokrastinasi Akademik



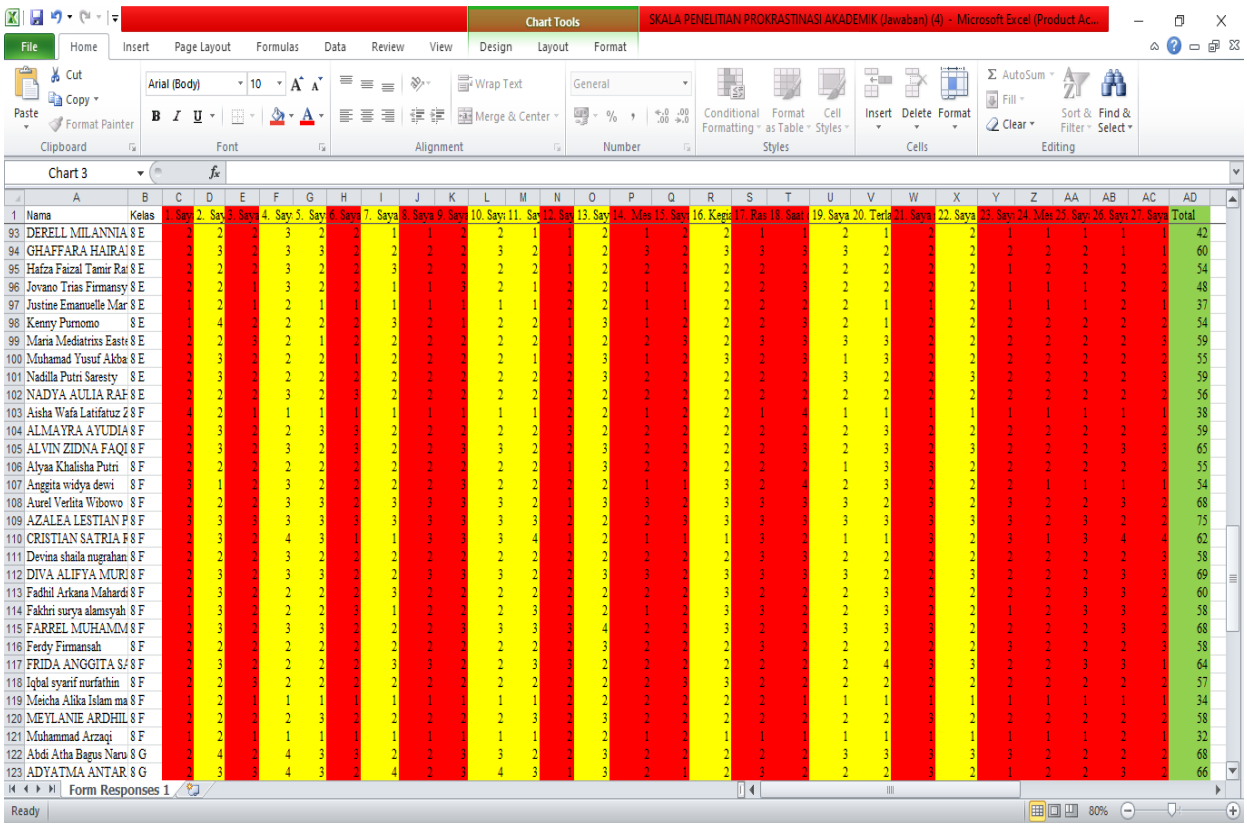
Nama	Kelas	1. Say	2. Say	3. Saya	4. Say	5. Say	6. Say	7. Saya	8. Saya	9. Saya	10. Say	11. Say	12. Say	13. Say	14. Mes	15. Say	16. Kegi	17. Ras	18. Saat	19. Saya	20. Terla	21. Saya	22. Saya	23. Sayi	24. Mes	25. Say	26. Sayi	27. Saya	Total
Afdhal Rafi	8 A	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	59
Alfian Febrianto	8 A	2	3	1	3	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	49
ALFIRDA AGUSTIN	8 A	3	2	2	4	1	2	1	2	2	3	1	2	2	1	1	1	3	2	3	2	2	1	2	1	2	2	1	51
Artha Aulia permatasa	8 A	2	2	2	4	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	2	4	72
AZALEA JINGGA PF	8 A	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	54
Calista Ainunnisya	8 A	1	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	3	1	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	50
Dias ega praditha	8 A	1	3	1	3	3	3	3	1	1	2	2	2	3	1	1	3	2	2	2	3	1	2	1	1	1	3	1	51
ELISABETH NOVIT/	8 A	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	69
FADAL ARDIYANT/	8 A	3	4	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	51
Ivan Aldo aji Saputra	8 A	2	3	1	3	2	1	1	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	53
JASMINE SERAFINA	8 A	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	42
JESSITA PUTRY A	8 A	3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	1	2	2	1	2	3	2	3	2	4	3	3	3	2	2	3	4	70
KAFKA PRADIPTA	8 A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
KAMEILA FADYAN	8 A	2	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	4	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	47
KEYLA BATRISYA F	8 A	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	50
LIONEL VERJUNOT	8 A	1	1	1	1	1	4	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	4	2	1	1	1	1	42
Lukmansyah Wijayant	8 A	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	3	2	1	60
M Naufal Azmil Muba	8 A	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	55
MARIA AVE KIRAN	8 A	1	2	2	4	3	2	1	2	2	3	2	2	1	1	3	2	3	3	2	3	2	4	2	2	2	3	2	61
MOCHAMMAD FAI	8 A	2	1	2	3	4	2	4	2	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	4	4	4	3	3	2	3	3	2	75
Muhammad faishal cha	8 A	4	3	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	39
ABHYASA DAFFA K	8 B	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	52
Ahza Raditya Handriy	8 B	1	4	2	3	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	4	4	2	2	1	1	1	2	1	47
ALTHAFUNNISA DI	8 B	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	54
Anas Walid Zaid Roza	8 B	4	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	56
ARFAN GHAISAN G	8 B	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	4	3	4	3	4	2	3	2	3	76
Azril Hanif Ardiansyal	8 B	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29
DINI LUTHFIANA D	8 B	2	4	2	4	3	2	3	2	2	4	3	2	3	1	1	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1	1	1	63
ELVIRA PUTRI AINI	8 B	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	1	4	4	4	4	3	4	3	2	3	91
FADJRUL ULUL AZI	8 B	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	53
FARHAN RAMADA	8 B	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28



Nama	Kelas	1. Say	2. Say	3. Saya	4. Say	5. Say	6. Saya	7. Saya	8. Saya	9. Saya	10. Say	11. Say	12. Say	13. Say	14. Mes	15. Say	16. Kegi	17. Ras	18. Saat	19. Saya	20. Terla	21. Saya	22. Saya	23. Sayi	24. Mes	25. Say	26. Sayi	27. Saya	Total
FEBIOLA ANGEL M	8 B	2	3	1	2	3	2	2	2	1	3	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	45
Inayah Nadiatu Usna	8 B	2	3	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	4	2	1	2	1	1	2	2	1	46
Kaila Zahra Nugroho	8 B	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	54
Kayana Sugito	8 B	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	68
LEILA LATHIFAH K	8 B	1	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	1	4	1	1	4	1	1	4	4	1	4	1	1	1	1	1	60
Luthfiyyatun Nur Layl	8 B	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	58
MEILANI NUR FADI	8 B	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	3	3	2	1	2	2	2	3	1	1	1	47
Muhammad Tristan Ac	8 B	3	3	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	62
Nadine Graciella Augu	8 B	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	4	3	3	2	1	2	4	2	1	59
NAJAHAN DWI ANI	8 B	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2	2	1	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	63
Praja Octarianto Putra	8 B	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	54
Aji susilo	8 C	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	55
ALVINO TRISTAN A	8 C	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	47
Arya Bima Ramadhani	8 C	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	55
Asahi Naura Queensha	8 C	1	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	58
Aulia Dimar Ramadina	8 C	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	3	3	1	2	1	1	2	4	2	59
Azna Ramadhani Lailat	8 C	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	65
BENING CAHAYAN	8 C	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	66
DEVINA CHIKA IND	8 C	1	3	2	4	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	52
Fadilla faris priyanto	8 C	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	3	2	2	1	1	2	1	2	42
GAVIN RAYSSA FAV	8 C	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	55
Ilona zivana Ramadhan	8 C	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	59
JIHAN SYAFA AZ-Z	8 C	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	60
keyla dian qinansih	8 C	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	54
KHAAZIN MUHAM	8 C	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	60
Linda Abel Almayda	8 C	1	2	1	3	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	39
Mahmud Ubaedillah	8 C	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	59
Marsela Aulia	8 C	2	3	1	2	2	2	1	1	1	3	2	1	2	2	1	4	3	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	50
Muhamad noval setiaw	8 C	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	53
Niken Ayu Kumala De	8 C	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	62
Novan setyo B	8 C	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	59



	Nama	Kelas	1. Saya	2. Say	3. Saya	4. Say	5. Say	6. Saya	7. Saya	8. Saya	9. Saya	10. Saya	11. Say	12. Say	13. Say	14. Mes	15. Saya	16. Kegia	17. Ras	18. Saat	19. Saya	20. Terla	21. Saya	22. Saya	23. Saya	24. Mes	25. Saya	26. Saya	27. Saya	Total
64	QUINSHA ANANTY	8 C	2	4	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	1	1	1	1	1	51
65	Abel Rafif Diovanni	8 D	1	2	3	2	2	1	1	2	2	2	1	2	3	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	43
66	ADITYA PRATAMA	8 D	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	4	3	3	2	1	2	3	2	66
67	AMELIA SEPTIANA	8 D	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	59
68	Andika pratama	8 D	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	2	2	1	2	1	1	3	54
69	Angelina Kanaya	8 D	2	3	2	3	3	2	4	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	66
70	ANNISA PUTRI WA	8 D	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	53
71	Arif Aimur Rofiq	8 D	1	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	3	1	2	2	1	2	54
72	Athaya Raissa Keandr	8 D	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	58
73	Bilqis amadea Lp	8 D	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	71
74	Chaerul Ikhsan Latif	8 D	3	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	40
75	DELICIA AURA PRA	8 D	2	4	1	2	3	1	1	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	2	1	2	52
76	EKA PUTRA PURAN	8 D	2	2	3	1	3	1	1	3	3	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	3	2	2	3	4	65
77	Fabrian three pamungk	8 D	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	50
78	Felicia Maharani Purwi	8 D	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	61
79	KAYLA YUANITA A	8 D	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	63
80	Keyko Aldiano Wijaya	8 D	2	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	71
81	Layla Anugrah Mareet	8 D	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	61
82	Muhammad Adifa Tiar	8 D	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	63
83	MUHAMMAD ZAK	8 D	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	50
84	Ajeng Kusuma Wardan	8 E	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	48
85	Amanda Karunia Putri	8 E	2	4	2	4	2	2	1	2	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	1	65
86	ARVIN RADITYA BU	8 E	2	3	2	2	3	2	1	2	1	2	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	59
87	AURELIA NOVERIT	8 E	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	56
88	Aurora Ribka Krisnawa	8 E	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	52
89	AYDIN AZMI HAIL	8 E	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	60
90	AZALIA ALIFAH	8 E	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	46
91	Bagus Arya Wildan Ha	8 E	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	63
92	Claudia Marsa Agustin	8 E	2	4	2	4	3	2	3	2	4	4	4	1	4	1	3	4	2	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	82
93	DERELL MILANNIA	8 E	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	42
94	GHAFFARA HAIRA	8 E	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	60
95	Hafza Faizal Tamir Ra	8 E	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	54
96	Jovano Trias Firmansy	8 E	2	2	1	3	2	2	1	1	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	2	48
97	Justine Emanuelle Mar	8 E	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	37
98	Kenny Purnomo	8 E	1	4	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	3	1	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	54
99	Maria Mediatrixs Easte	8 E	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	59
100	Muhamad Yusuf Akba	8 E	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	1	2	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	55
101	Nadilla Putri Saresty	8 E	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	59
102	NADYA AULIA RAF	8 E	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	56
103	Aisha Wafa Latifatuz Z	8 F	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	38
104	ALMAYRA AYUDIA	8 F	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	59
105	ALVIN ZIDNA FAQI	8 F	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	65
106	Alyaa Khalisha Putri	8 F	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	55
107	Anggita widya dewi	8 F	3	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	3	2	4	2	3	2	2	2	1	1	1	1	54
108	Aurel Verlita Wibowo	8 F	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	68
109	AZALEA LESTIAN P	8 F	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	75
110	CRISTIAN SATRIA F	8 F	2	3	2	4	3	1	1	3	3	3	4	1	2	1	1	1	3	2	1	1	3	2	3	1	3	4	4	62
111	Devina shaila nugrahan	8 F	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	58
112	DIVA ALIFYA MURI	8 F	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	69
113	Fadhil Arkana Mahardi	8 F	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	60
114	Fakhri surya alamsyah	8 F	1	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	58
115	FARREL MUHAMM	8 F	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	68
116	Ferdy Firmansah	8 F	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	58
117	FRIDA ANGGITA S	8 F	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2	3	3	1	64
118	Iqbal syarif nurfathin	8 F	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	57
119	Meicha Alika Islam ma	8 F	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	34
120	MEYLANIE ARDHIL	8 F	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	58
121	Muhammad Arzaqi	8 F	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	32
122	Abdi Atha Bagus Naru	8 G	2	4	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	68
123	ADYATMA ANTAR	8 G	2	3	3	4	3	2	4	2	3	4	3	1	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	66



	Nama	Kelas	1. Saya	2. Say	3. Saya	4. Say	5. Say	6. Saya	7. Saya	8. Saya	9. Saya	10. Saya	11. Say	12. Say	13. Say	14. Mes	15. Saya	16. Kegia	17. Ras	18. Saat	19. Saya	20. Terla	21. Saya	22. Saya	23. Saya	24. Mes	25. Saya	26. Saya	27. Saya	Total
93	DERELL MILANNIA	8 E	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	42
94	GHAFFARA HAIRA	8 E	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	60
95	Hafza Faizal Tamir Ra	8 E	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	54
96	Jovano Trias Firmansy	8 E	2	2	1	3	2	2	1	1	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	2	48
97	Justine Emanuelle Mar	8 E	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	37
98	Kenny Purnomo	8 E	1	4	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	3	1	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	54
99	Maria Mediatrixs Easte	8 E	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	59
100	Muhamad Yusuf Akba	8 E	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	1	2	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	55
101	Nadilla Putri Saresty	8 E	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	59
102	NADYA AULIA RAF	8 E	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	56
103	Aisha Wafa Latifatuz Z	8 F	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	38
104	ALMAYRA AYUDIA	8 F	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	59
105	ALVIN ZIDNA FAQI	8 F	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	65
106	Alyaa Khalisha Putri	8 F	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	55
107	Anggita widya dewi	8 F	3	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	3	2	4	2	3	2	2	2	1	1	1	1	54
108	Aurel Verlita Wibowo	8 F	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	68
109	AZALEA LESTIAN P	8 F	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	75
110	CRISTIAN SATRIA F	8 F	2	3	2	4	3	1	1	3	3	3	4	1	2	1	1	1	3	2	1	1	3	2	3	1	3	4	4	62
111	Devina shaila nugrahan	8 F	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	58
112	DIVA ALIFYA MURI	8 F	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	69
113	Fadhil Arkana Mahardi	8 F	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	60
114	Fakhri surya alamsyah	8 F	1	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	58
115	FARREL MUHAMM	8 F	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	68
116	Ferdy Firmansah	8 F	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	58
117	FRIDA ANGGITA S	8 F	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2	3	3	1	64
118	Iqbal syarif nurfathin	8 F	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	57
119	Meicha Alika Islam ma	8 F	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	34
120	MEYLANIE ARDHIL	8 F	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	58
121	Muhammad Arzaqi	8 F	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	32
122	Abdi Atha Bagus Naru	8 G	2	4	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	68
123	ADYATMA ANTAR	8 G	2	3	3	4	3	2	4	2	3	4	3	1	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	66

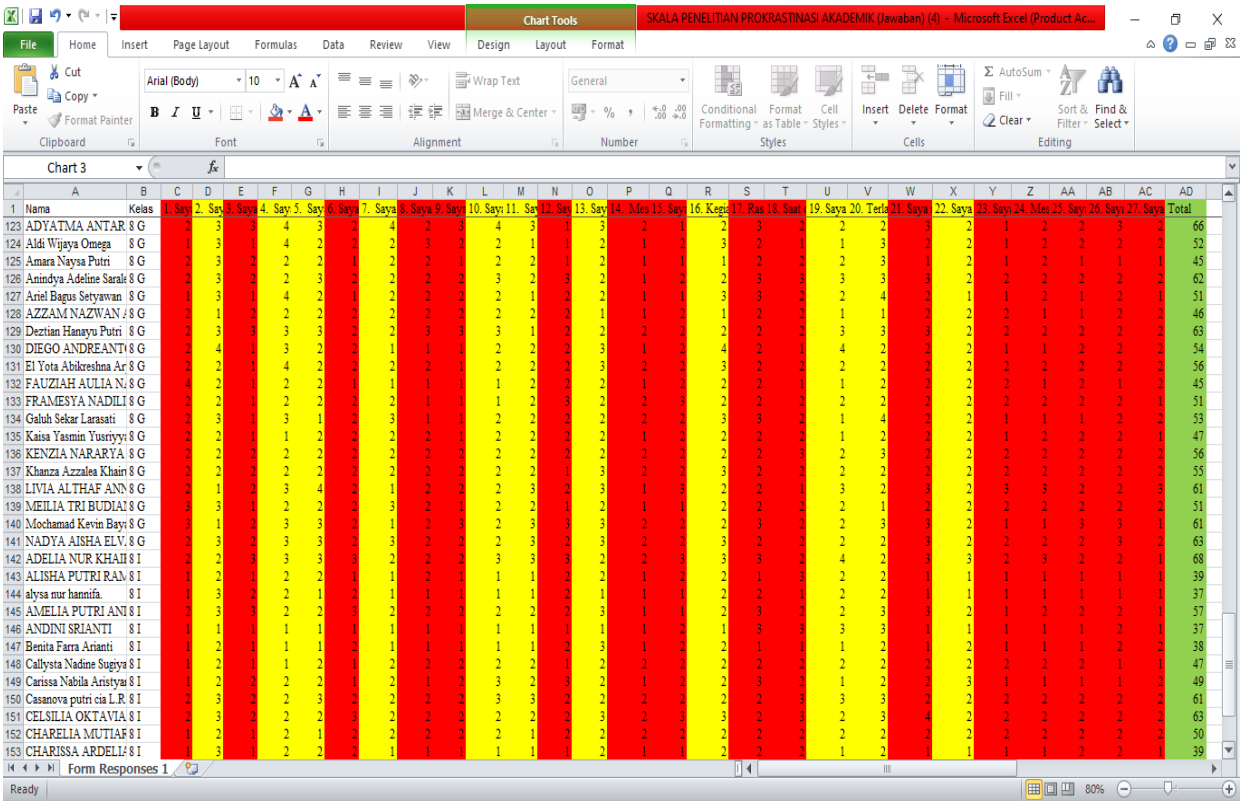


Chart Tools
SKALA PENELITIAN PROKRASTINASI AKADEMIK (Jawaban) (4) - Microsoft Excel (Product Ac...
File
Home
Insert
Page Layout
Formulas
Data
Review
View
Design
Layout
Format
Chart 3
Form Responses 1
Ready

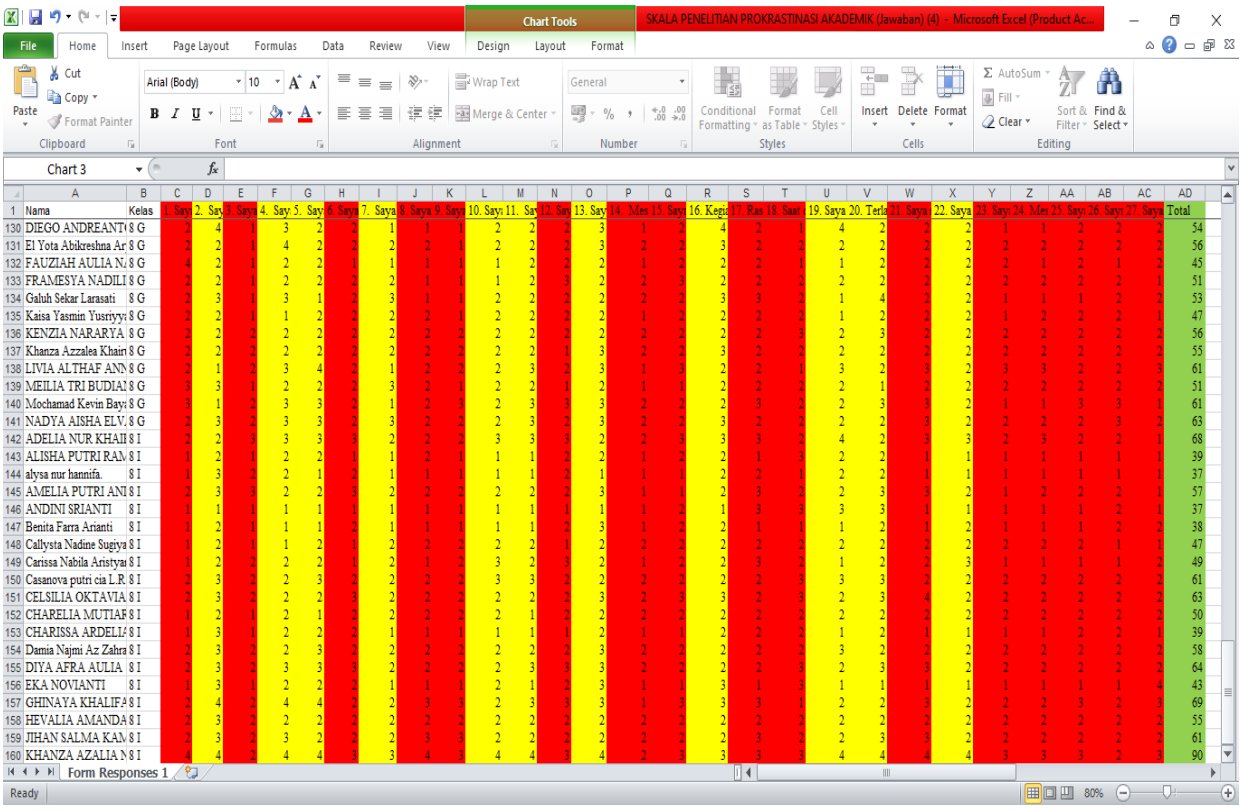
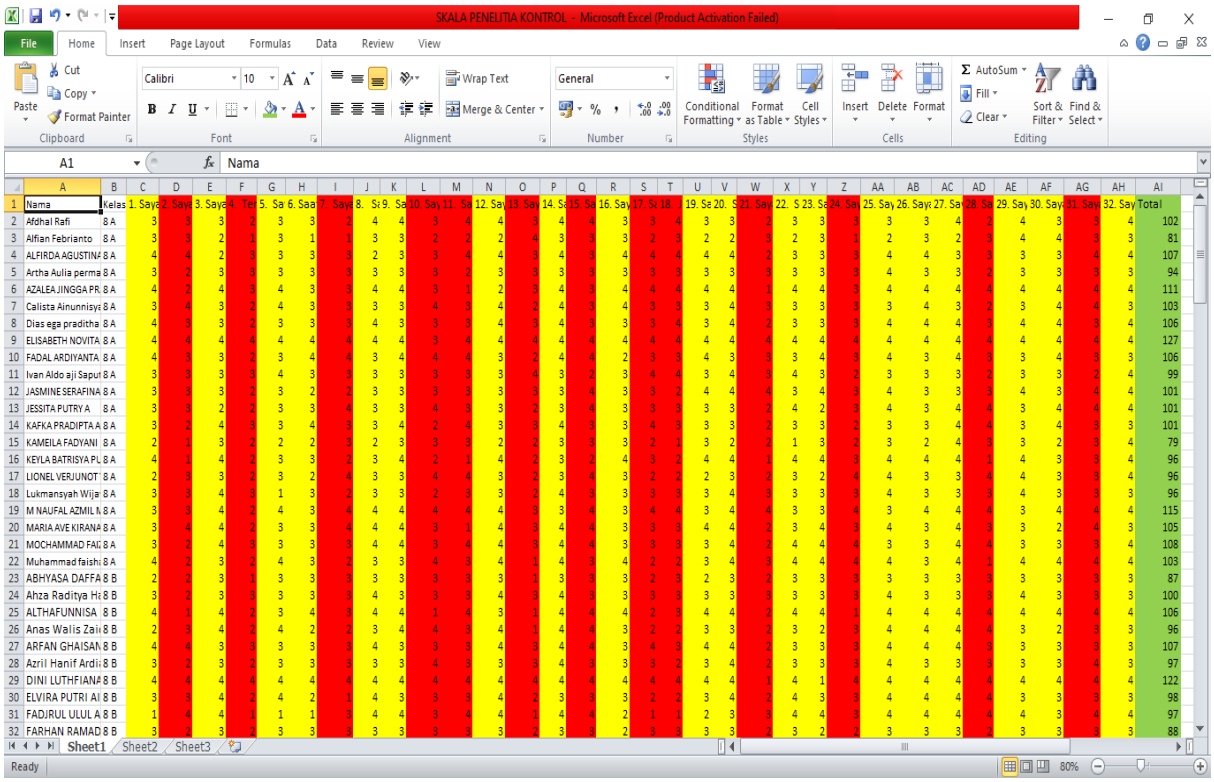
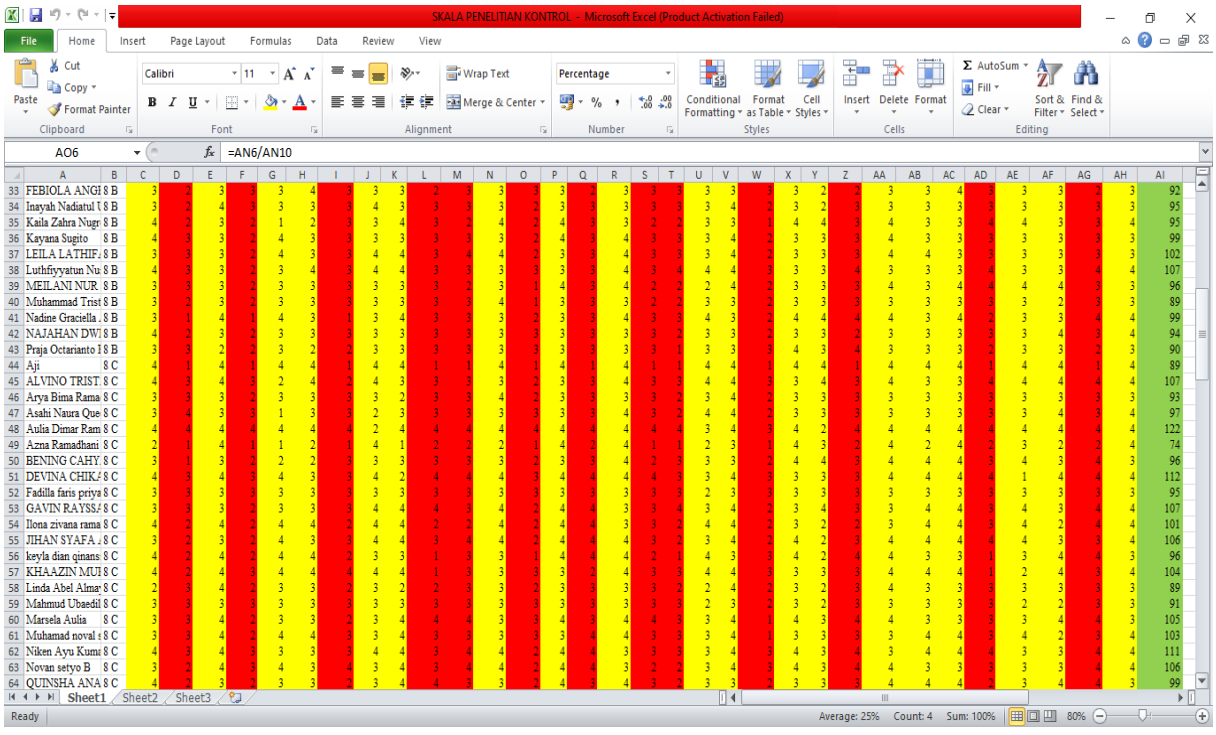
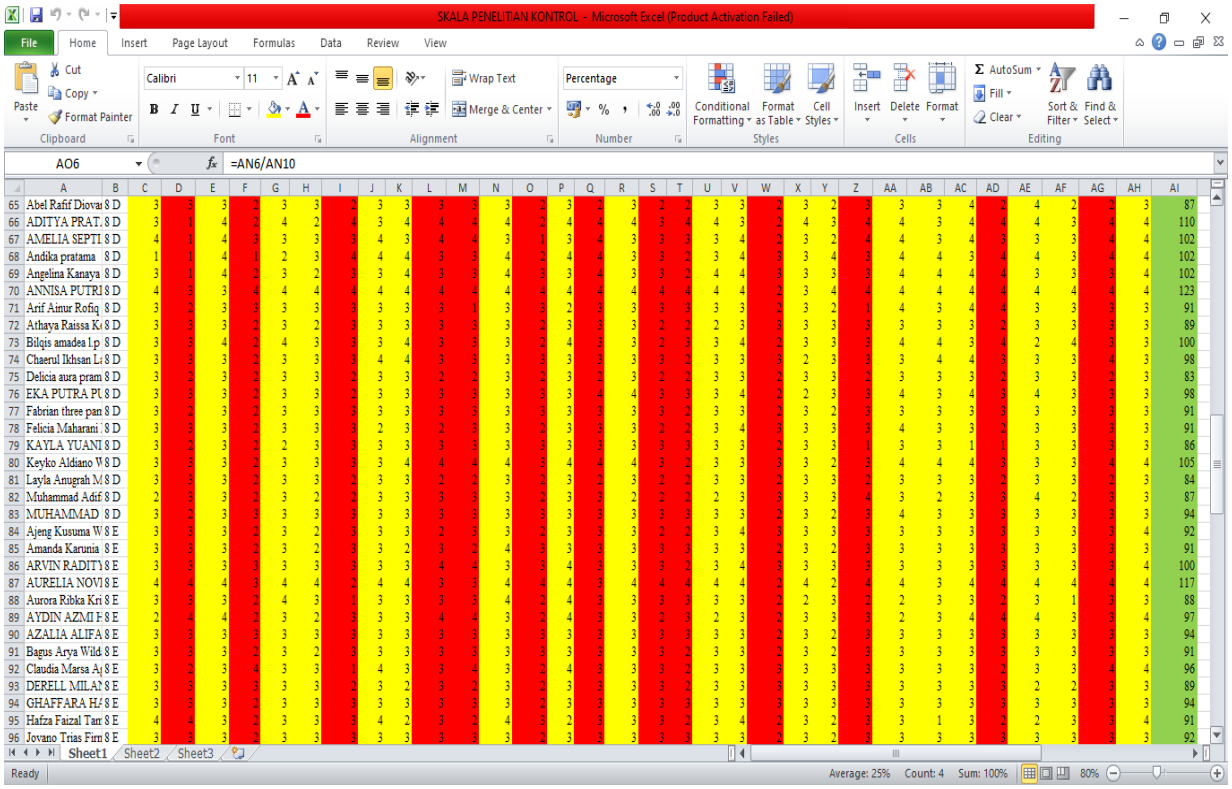


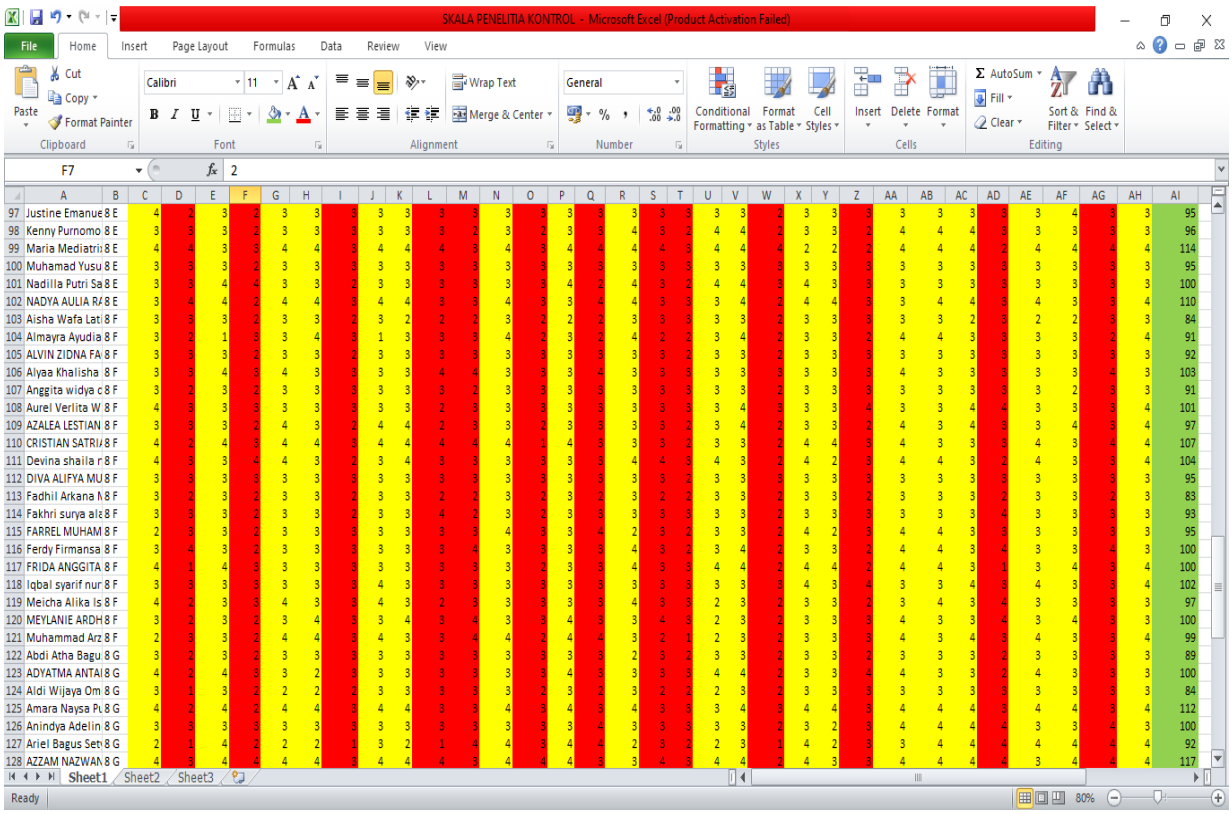
Chart Tools
SKALA PENELITIAN PROKRASTINASI AKADEMIK (Jawaban) (4) - Microsoft Excel (Product Ac...
File
Home
Insert
Page Layout
Formulas
Data
Review
View
Design
Layout
Format
Chart 3
Form Responses 1
Ready

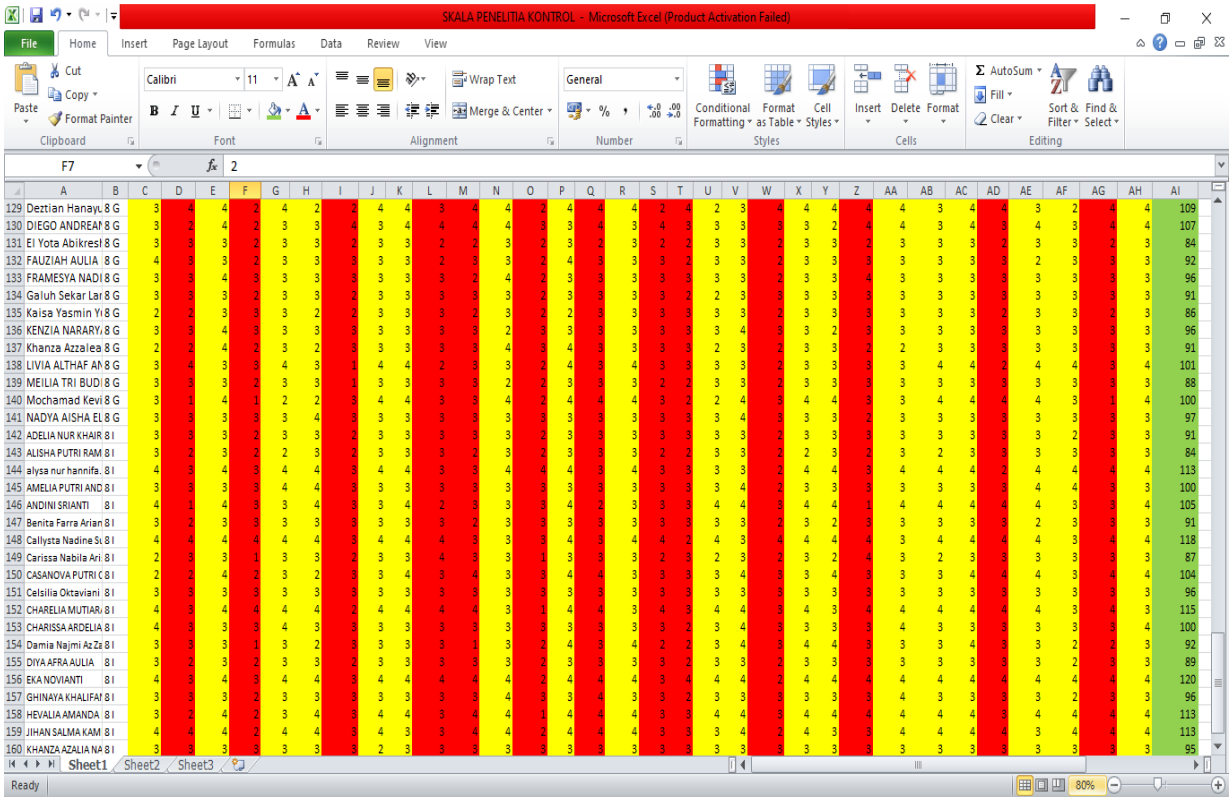
Lampiran 20 Tabulasi Penelitian Kontrol Diri






SKALA PENELITIAN KONTROL - Microsoft Excel (Product Activation Failed)
File Home Insert Page Layout Formulas Data Review View
Cut Copy Format Painter Paste
Calibri 11 Wrap Text Merge & Center
Percentage
Conditional Formatting Format as Table Cell Styles
Insert Delete Format
AutoSum Fill Clear Sort & Filter Find & Select
Clipboard Font Alignment Number Styles Cells Editing
AO6
=AN6/AN10
Sheet1 Sheet2 Sheet3
Ready
Average: 25% Count: 4 Sum: 100%
80%


SKALA PENELITIA KONTROL - Microsoft Excel (Product Activation Failed)
File Home Insert Page Layout Formulas Data Review View
Cut Copy Format Painter Paste
Calibri 11 Wrap Text Merge & Center
General
Conditional Formatting Format as Table Cell Styles
Insert Delete Format
AutoSum Fill Clear Sort & Filter Find & Select
Clipboard Font Alignment Number Styles Cells Editing
F7
2
Sheet1 Sheet2 Sheet3
Ready
80%


SKALA PENELITIA KONTROL - Microsoft Excel (Product Activation Failed)
File
Home
Insert
Page Layout
Formulas
Data
Review
View
Paste
Cut
Copy
Format Painter
Clipboard
Calibri
11
Font
Wrap Text
Merge & Center
Alignment
General
Number
Conditional Formatting
Format as Table
Cell Styles
Styles
Insert
Delete
Format
Cells
AutoSum
Fill
Clear
Sort & Filter
Find & Select
Editing
F7
2
Sheet1
Sheet2
Sheet3
Ready
80%

Lampiran 21 Dokumentasi Wawancara

Lampiran 22 Dokumentasi *Try Out*

Lampiran 23 Dokumentasi Penelitian

Lampiran 24 Jurnal Skripsi

PEMBIMBINGAN SKRIPSI

Pembimbing I

Nama : Dr. Hori Saptadi Ismanto. S.Pd., M.Pd., Kons.

No.	Tanggal	Keterangan	Paraf
	7/9-23	Bimbingan judul	
	6/10-23	Acc judul + LBM	
	28/3/24	Revisi proposal	
	3/4/24	Acc proposal	
	16/5-24	Acc instrumen	
	1/7-24	lanjut ke lapangan	
	25/7-24	Acc hasil pembahasan	
	31/7-24	Acc B.4 - B5	
	6/8-24	Acc Sidang	

PEMBIMBINGAN SKRIPSI

Pembimbing II
Nama : Dr. G. Rohastono Aine, M.Pd.

No.	Tanggal	Keterangan	Paraf
	6/10/23	Acc judul	
	7/10/23	LBM	
	3/9/23	Acc proposal	
	10/5 24	Acc Instrument	
	1/7 24	lanjut Penelitian	
	25/7 24	Acc pembahasan	
	31/7 24	BAB 4	
		BAB 5	
	6/8 24	Acc sidang	