

Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa di SMK Informatika Sumber Ilmu Tulangan

Oleh:

Reza Nur Aini

Dwi Nastiti

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

2024



Pendahuluan

Pendidikan memiliki peran yang penting dalam pengembangan dan aktualisasi diri individu, sebab pendidikan adalah upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang bermutu sehingga dapat hidup mandiri, produktif, dan bertanggung jawab. Namun, dalam proses belajar di sekolah siswa tidak lepas dari masalah-masalah yang bisa menghambat pengembangan potensi siswa, yang salah satunya adalah kebiasaan menunda-nunda penyelesaian tugas yang diberikan guru dan kejenuhan belajar.

Kebiasaan siswa dalam menunda penyelesaian tugas akademiknya dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi apabila dilakukan secara terus-menerus akan menjadi kebiasaan yang buruk, kebiasaan buruk dalam menunda tugas dari guru akan menjadi tingkat prokrastinasi yang tinggi pada siswa.

Salah satu faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik adalah kontrol diri. Seorang siswa yang mampu dalam mengontrol dirinya demi kesenangan-kesenangan yang dimilikinya akan bertanggung jawab pada tugas-tugas akademik yang diberikan oleh guru dan segera mengerjakannya dengan baik. Sedangkan siswa yang tidak mampu mengontrol dirinya akan menunda-nunda tugas yang diberikan guru.

Hipotesis

Terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa. semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki siswa maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri siswa maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya.

Kajian Teori Prokrastinasi Akademik

Definisi prokrastinasi akademik menurut Waruru (2021), prokrastinasi akademik adalah perilaku seseorang dalam menunda-nunda menyelesaikan suatu tugas akademik hingga melewati batas waktu yang ditentukan karena melakukan kegiatan lain yang tidak berhubungan dengan tugas

Ciri-ciri prokrastinasi akademik menurut Ferrari dalam Muslimin (2018):

1. penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi.
2. keterlambatan dalam mengerjakan tugas.
3. kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual.
4. melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Kajian Teori Kontrol Diri

Definisi Kontrol Diri Menurut Hurlock dalam Aisy dan Sugiyo (2021) kontrol diri adalah kemampuan individu dalam membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk-bentuk perilaku melalui pertimbangan kognitif yang dapat membawa ke arah positif.

Aspek-aspek Kontrol Diri Menurut Averill dalam Prasetyo (2016) :

1. kontrol perilaku (kemampuan individu dalam menentukan siapa yang mengendalikan situasi dan kondisi atau keadaan, diri sendiri, atau sesuatu diluar dirinya).
2. kontrol kognitif (kemampuan individu dalam mengolah informasi dengan menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan kejadian dalam kerangka kognitif).
3. kontrol keputusan (kemampuan individu dalam memilih hasil atau tindakan berdasarkan pada keyakinannya atau persetujuannya).

Metode Penelitian

1

Metode Yang Digunakan :
Kuantitatif Korelasional

2

Teknik Pengambilan Sampel :
proportionate stratified random sampling

3

Populasi Subjek Penelitian :
Siswa SMK berjumlah 430 siswa terdiri dari 160 siswa kelas X,
150 siswa kelas XI, dan 120 siswa kelas XII

4

Sampel Subjek Penelitian :
perhitungan jumlah sampel menurut Issac & Michael dengan taraf
signifikansi 5%, sehingga menemukan jumlah sampel 203 siswa
yang terdiri dari 76 siswa kelas X, 70 siswa kelas XI, dan 57 siswa
kelas XII.

Validitas dan Reliabilitas

Validitas Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan skala Prokrastinasi Akademik yang dikembangkan oleh Ferrari terdapat nilai validitas sebesar 0,302-0,644

Validitas Kontrol Diri

Berdasarkan skala Kontrol Diri yang dikembangkan oleh Averill terdapat nilai validitas sebesar 0,314-0,532

Reliabilitas Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan skala Prokrastinasi Akademik diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,836

Reliabilitas Kontrol Diri

Berdasarkan skala Kontrol Diri diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,804

Hasil Penelitian

1. Uji Normalitas

Asumsi:

Jika nilai signifikansi ≥ 0.05 maka data terdistribusi normal, dan sebaliknya

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		203
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	4,97561637
Most Extreme Differences	Absolute	,089
	Positive	,089
	Negative	-,044
Test Statistic		,089
Asymp. Sig. (2-tailed)		,001 ^c

Pada hasil uji normalitas diatas maka dapat diketahui nilai signifikansinya 0,001 lebih kecil dari 0,05. sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan dua variabel tersebut tidak berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik * Kontrol Diri	Between Groups	(Combined)	5095,099	29	175,693	7,114	,000
		Linearity	4367,056	1	4367,056	176,815	,000
		Deviation from Linearity	728,043	28	26,002	1,053	,402
	Within Groups		4272,822	173	24,698		
	Total		9367,921	202			

Berdasarkan pada tabel tersebut diatas, ditunjukkan dengan nilai Deviation from linearity sebesar 0,402, dimana nilai Sig. $> 0,05$ sehingga menyatakan adanya hubungan yang bersifat linier antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik.

3. Uji Korelasi

Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel ditunjukkan dengan nilai 0,000. Hasil uji hipotesis menunjukkan korelasi antara variabel x dengan variabel y bertaraf kuat, ditunjukkan dengan nilai -0,623 Hasil tersebut menunjukan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, semakin tinggi tingkat kontrol diri maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa. Sebaliknya semakin rendah tingkat kontrol diri maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa.

Correlations				
			Kontrol Diri	Prokrastinasi Akademik
Spearman's rho	Kontrol Diri	Correlation Coefficient	1,000	-,623**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	203	203
	Prokrastinasi Akademik	Correlation Coefficient	-,623**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	203	203
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).				

4. Koefisien Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,683 ^a	,466	,464	4,98798

Berdasarkan pada hasil analisis koefisien determinasi diatas didapatkan nilai Adjusted R Square (koefisien determinasi) sebesar 0,464. Diartikan bahwa pengaruh variabel kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa sebesar 46,4%. Sedangkan sisanya sebesar 53,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang bukan menjadi fokus penelitian ini.

Pembahasan

1. Variabel kontrol diri dengan prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang berdistribusi tidak normal ditunjukkan dengan nilai uji normalitas sebesar 0,001.
2. Pada uji linier menunjukkan hasil yang linier dengan taraf signifikansi sebesar $0,402 < 0,05$.
3. Pada uji korelasi menunjukkan adanya hubungan yang saling berkaitan dengan hasil $0,000 < 0,05$. serta memperoleh tingkat kekuatan korelasi sebesar -0,623 yang berarti hubungan variabel x dan y bertaraf kuat.

Simpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMK Informatika dengan nilai koefisien korelasi $-0,623$ dengan nilai signifikansi $0,000$ lebih kecil dari ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri siswa, maka semakin rendah perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh siswa. sebaliknya, semakin rendah kontrol diri siswa, maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi siswa. Variabel kontrol diri memberikan sumbangan sebesar $46,6\%$ terhadap prokrastinasi akademik pada siswa. Sebagian besar subjek pada penelitian ini, memiliki tingkat kontrol diri pada kategori sedang. Begitu pula dengan tingkat prokrastinasi akademik siswa pada kategori sedang.

Referensi

- [1] F. F. Farhan and O. Usman, "THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY, SELF-CONTROL AND SELF-ESTEEM TO STUDENTS ACADEMIC PROCRASTINATION," *SSRN Electron. J.*, pp. 1–11, 2020, doi: <https://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3644522>.
- [2] D. Widyastari, D. Atrizka, B. Ramadhani, and D. S. Damanik, "Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Kontrol Diri Pada Siswa-Siswi SMA Swasta Ar-Rahman Medan Academic Procrastination Viewed From Self Control On Students At SMA Swasta Ar-Rahman MEDAN sumber daya manusia yang bermutu sehingga dapat hidup mandiri , produ," *J. Penelit. Pendidikan, Psikol. Dan Kesehat.*, vol. 1, no. 2, pp. 82–91, 2020, [Online]. Available: <http://www.jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/index>
- [3] A. Tifarany, "PENGARUH BURNOUT TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA DI MTS. AL- JAM'İYATUL WASHLIYAH TEMBUNG," Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, 2020. [Online]. Available: http://repository.uinsu.ac.id/9985/1/SKRIPSI_ADDHIENA_TIFARANY.pdf
- [4] F. E. M. Waruwu, "Pengaruh strategi pengembangan self-regulated learning terhadap prokrastinasi akademik dan kemampuan berpikir kreatif matematis siswa kelas XI IPA pada materi limit fungsi aljabar di SMA Negeri 1 Kalasan," Universitas Sanata Dharma, 2021. [Online]. Available: https://repository.usd.ac.id/40718/2/171414102_full.pdf
- [5] D. Mandasari and H. Nirwana, "Relationship Of Self-Control With Student Academic Procrastination," *J. Neo Konseling*, vol. 1, no. 2, pp. 1–7, 2019, doi: 10.24036/00103kons2019.
- [6] F. Husna, T. Suprihatin, M. Fakultas, P. Universitas, I. Sultan, and K. Diri, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Islam Sultan Agung 1 Semarang The Relationship Between Self-Control And Academic Procrastination In Students Sultan Agung 1 Islamic High School Semarang," vol. 000, pp. 1092–1099, 2019.
- [7] K. A. I and H. Hadiwinarto, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X Ips Di Sma Negeri 2 Mukomuko," *Cons. J. Ilm. Bimbing. dan Konseling*, vol. 3, no. 1, pp. 1–9, 2020, doi: 10.33369/consilia.v3i1.8288.
- [8] Muslimin, "Prokrastinasi akademik pada mahasiswa skripsi di Universitas Muhammadiyah Malang ditinjau dari keaktifan berorganisasi," Universitas Muhammadiyah Malang, 2018. [Online]. Available: <https://eprints.umm.ac.id/42653/1/Skripsi.pdf>
- [9] F. Muflihah and A. Sholihah, "HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN GADGET DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK," *TRIADIK*, vol. 18, no. 1, pp. 84–93, 2019.
- [10] R. Widyaningrum and T. Susilarini, "Hubungan Antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMAIT Raflesia Depok," *J. IKRA-ITH Hum.*, vol. 5, no. 2, pp. 34–39.
- [11] D. F. Aisy and Sugiyo, "Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA N 1 Kedungwuni," *J. Guid. Couns.*, vol. 5, no. 2, pp. 157–177, 2021, doi: 10.21043/konseling.v5i2.12068.

- [12] D. Prasetyo, "HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA," UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA, 2016.
- [13] Sugiyono, *METODE PENELITIAN : Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Ke-26. Bandung: Alfabeta, 2017.
- [14] D. T. Azhari, "Kontrol diri mahasiswa yang memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik," Universitas Negeri Padang, 2019. [Online]. Available: http://repository.unp.ac.id/25231/1/5_DINIE_THARA_AZHARI_15006032_5856_2019.pdf
- [15] N. Livita, "Hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik mahasiswa IAIN palu," Institut Agama Islam Negeri Palu, 2019. [Online]. Available: http://repository.iainpalu.ac.id/1304/1/LIVITA_NGKABO.pdf
- [16] V. Tiyana, "AKADEMIK PADA SISWA DI SMP NEGERI 13 MALANG PROPOSAL SKRIPSI Oleh Viramita Tiyana UNIVERSITAS ISLAM NEGERI," UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG, 2023.
- [17] T. Sulistyani and D. H. Wibowo, "Hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)," *J. Ris. Psikol.*, vol. 5, no. 3, pp. 67–76, 2022, [Online]. Available: <httpsejournal.unp.ac.idstudentsindex.phppsiarticleview13710pdf>
- [18] I. S. Zahraningsih and Abdurrohimi, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang," in *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) 2*, 2019, pp. 420–427.
- [19] F. K. Chisan and M. Jannah, "HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS," *J. Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 3, p., 2021.
- [20] L. Indriyani, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas 2 Di SMA," Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, 2019.
- [21] S. Kim, S. Fernandez, and L. Terrier, "Procrastination, personality traits, and academic performance," *Pers. Individ. Dif.*, vol. 108, no. April, pp. 154–157, 2017, doi: <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2016.12.021>.

