



**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENGIKUTI
RESIMEN MAHASISWA DI TERITORIAL SUB-A
MAHADIPA JAWA TENGAH**

SKRIPSI

**disajikan sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi**

Oleh

Deni Pragas Septian Pratama

1511414003

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2020

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi ini dengan judul "Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Wilayah Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah" ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Scmarang, 26 Febniari 2020

Yang menyatakan,



Deni Pragas Septian Pratama
1511414003

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah” telah diujikan pada hari, Rabu 26 Februari 2020 dan telah dilakukan perbaikan oleh pengusul.

Panitia,

Ketua



Dra. Sinta Saraswati, M.pd., Kons.
NIP. 196006051999032001

Sekretaris

A handwritten signature in black ink, likely belonging to Abdul Aziz.

Abdul Aziz, S.Psi., M. Psi.
NIP. 198204232014041001

Penguji I

A handwritten signature in black ink, likely belonging to Dra. Tri Esti Budiningsih.

Dra. Tri Esti Budiningsih, S.Psi., M. A.
NIP. 195811251986012001

Penguji II

A handwritten signature in black ink, likely belonging to Rahmawati Prihastuty.

Rahmawati Prihastuty, S.Psi., M. Si.
NIP. 197905022008012018

Penguji III/Pembimbing

A handwritten signature in black ink, likely belonging to Sugiariyanti.

Sugiariyanti, S.Psi., M. A.
NIP. 197804192003122001

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Moto :

Tidak ada yang mustahil jika kita berusaha menyelesaikan tugas yang berat.

(Penulis)

Persembahan:

Skripsi ini penulis peruntukan kepada segenap keluarga dan saudara, lebih khusus untuk Bapak dan Ibu tercinta Bapak Supardi dan Ibu Nurchasanah.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT dengan rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik, apabila tanpa bantuan serta bimbingan berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Achmad Rifai RC, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
2. Rahmawati Prihastuty, S.Psi., M.Si., Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan yang sekaligus Dosen Wali dan Dosen penguji 2.
3. Sugiariyanti, S.Psi., M.A., Dosen pembimbing yang dengan sabar membimbing penulis dan memberikan kritik dan saran yang membangun dalam proses penyusunan skripsi ini.
4. Dra. Tri Esti Budiningsih, S. Psi., M. A., Dosen penguji 1 yang telah memberikan ilmunya dalam penyempurnaan skripsi ini.
5. Yogi Swaraswati, S.Psi., M.Si., Dosen yang membantu penulis dalam memberikan masukan terkait variabel penelitian.

6. Woro Apriliana Sari, S.Psi., M.Si., Dosen yang membantu penulis dalam pengolahan data penelitian dan memberikan masukan terkait hasil penelitian.
7. Seluruh Dosen dan Staf Jurusan Psikologi yang telah memberikan bimbingan dan pelajaran selama penulis belajar di Jurusan Psikologi.
8. Segenap keluarga penulis, Bapak, Ibu, Adik dan Seluruh Keluarga Besar yang telah memberikan dukungan dan motivasi tiada henti kepada penulis.
9. Sahabat-sahabat dari seluruh mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Semarang khususnya dari angkatan 2014 yang telah memberikan dukungan, maupun saran pada proses pembuatan skripsi ini.
10. Seluruh anggota aktif Resimen Mahasiswa di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah dan tidak lupa kepada seluruh alumni, teman sengkatan, dan junior Batalyon 902 Unnes yang telah memberikan semangat dan motivasi.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, baik secara langsung maupun tidak langsung yang telah membantu menyelesaikan skripsi.

Akhirnya, penulis mengucapkan terima kasih setulus hati kepada semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini, penulis berharap skripsi ini memberikan manfaat dan kontribusi untuk perkembangan ilmu Psikologi kedepannya.

Semarang, 26 Februari 2020

Penulis

ABSTRAK

Pratama, Deni Pragas Septian. 2020. "Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah". Skripsi. Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I Sugiariyanti, S.Psi., M.A.

Kata Kunci : Kontrol Diri, Prokrastinasi Akademik, Resimen Mahasiswa

Mahasiswa dikenal sebagai pelaku utama *agent of change* karena mahasiswa merupakan calon cendekiawan atau intelektual dalam suatu lapisan masyarakat dan dituntut harus bisa terjun langsung dalam masyarakat. Agar hal tersebut dapat terwujud dengan baik, maka mahasiswa bisa mengikuti organisasi yang ada di dalam kampusnya. Salah satu organisasi yang dimiliki perguruan tinggi adalah Resimen Mahasiswa. Namun, pada kenyataannya tidak semua mahasiswa dapat membagi waktunya dengan baik antara berorganisasi dan melakukan kegiatan akademik, bahkan sering dijumpai kasus anggota Resimen Mahasiswa cenderung menunda untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugas akademiknya karena menjalankan tugasnya sebagai anggota Resimen Mahasiswa.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Variable bebas dalam penelitian ini adalah kontrol diri dan variabel tergantung adalah prokrastinasi akademik. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling* dengan jumlah sampel 207 subjek. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala prokrastinasi akademik dan skala kontrol diri. Analisis validitas dan reliabilitas instrument menggunakan *software* pengolah data. Instrument dinyatakan reliabel dengan koefisien reliabilitas untuk prokrastinasi akademik sebesar 0,906 dan skala kontrol diri sebesar 0,778. Analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi *product moment* dengan *software* pengolah data.

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh hasil korelasi $r_{xy} = -0,558$ dengan $\text{sig} = 0,000$; $p < 0,01$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada Resimen Mahasiswa. Tingkat kontrol diri yang dimiliki oleh Resimen Mahasiswa tergolong tinggi dan tingkat prokrastinasi akademik yang dimiliki tergolong sedang.

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN.....	ii
PENGESAHAN.....	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB	
1. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	11
1.4.1 Manfaat teoritis	11
1.4.2 Manfaat praktis.....	11
2. LANDASAN TEORI.....	12
2.1 Prokrastinasi Akademik	12
2.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik	12
2.1.2 Karakteristik Prokrastinasi Akademik.....	14
2.1.3 Aspek Prokrastinasi Akademik	15
2.1.4 Pendekatan Teori Prokrastinasi	16
2.1.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	19
2.1.6 Area Prokrastinasi Akademik.....	21
2.2 Kontrol Diri	22
2.2.1 Pengertian Kontrol Diri	22
2.2.2 Aspek-Aspek Kontrol Diri	24

2.2.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	26
2.3	Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik	26
2.4	Kerangka Berpikir	28
2.5	Hipotesis.....	28
3.	METODE PENELITIAN	29
3.1	Jenis Penelitian	29
3.2	Desain Penelitian	29
3.3	Identifikasi Variabel	30
3.4	Definisi Operasional.....	30
3.4.1	Prokrastinasi Akademik	30
3.4.2	Kontrol Diri	31
3.4.3	Hubungan Antar Variabel	31
3.5	Populasi dan Sampel	32
3.5.1	Populasi	32
3.5.2	Sampel.....	33
3.6	Metode Pengumpulan Data	36
3.6.1	Skala Prokrastinasi Akademik	36
3.6.2	Skala Kontrol Diri	38
3.7	Validitas dan Reliabilitas	38
3.7.1	Validitas	38
3.7.2	Reliabilitas.....	40
3.8	Metode Analisis Data	41
4.	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
4.1	Persiapan Penelitian	42
4.1.1	Orientasi Kancah Penelitian	42
4.1.2	Penentuan Subjek	43
4.2	Penyusunan Instrumen Penelitian	43
4.3	Uji Coba Instrumen	45
4.4	Pelaksanaan Penelitian	45
4.4.1	Pengumpulan Data	45
4.4.2	Pelaksanaan Skoring	46

4.5	Hasil Penelitian	47
4.5.1	Data Demografi	48
4.5.1.1	<i>Data Responden Berdasarkan Usia</i>	48
4.5.1.2	<i>Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin</i>	49
4.5.2	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	50
4.5.2.1	<i>Validitas Instrumen Kontrol Diri</i>	50
4.5.2.2	<i>Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik</i>	51
4.5.2.3	<i>Reliabilitas Instrumen Kontrol Diri</i>	53
4.5.2.4	<i>Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik</i>	53
4.5.3	Hasil Analisis Inferensial	54
4.5.3.1	<i>Hasil Uji Asumsi</i>	54
4.5.3.1.1	<i>Hasil Uji Normalitas</i>	54
4.5.3.1.2	<i>Hasil Uji Linieritas</i>	55
4.5.3.2	<i>Hasil Uji Hipotesis</i>	56
4.5.4	Hasil Analisis Deskriptif	56
4.5.4.1	<i>Gambaran Prokrastinasi Akademik</i>	57
4.5.4.1.1	<i>Gambaran Umum Prokrastinasi Akademik</i>	57
4.5.4.1.2	<i>Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik</i>	59
4.5.4.1.3	<i>Rangkuman Gambaran Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Semua Aspek</i>	70
4.5.4.2	<i>Gambaran Kontrol Diri</i>	71
4.5.4.2.1	<i>Gambaran Umum Kontrol Diri</i>	71
4.5.4.2.2	<i>Gambaran Spesifik Kontrol Diri</i>	73
4.5.4.2.3	<i>Rangkuman Gambaran Kontrol Diri Berdasarkan Semua Aspek</i>	79
4.6	Pembahasan	80
4.6.1	Pembahasan Analisis Inferensial Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik	80
4.6.2	Pembahasan Analisis Deskriptif Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik	82
4.6.2.1	<i>Pembahasan Analisis Deskriptif Kontrol Diri</i>	82
4.6.2.2	<i>Pembahasan Analisis Deskriptif Prokrastinasi Akademik</i>	84
4.7	Keterbatasan Penelitian	86

5.	PENUTUP	88
5.6	Simpulan.....	88
5.7	Saran.....	88
	DAFTAR PUSTAKA	90
	LAMPIRAN.....	93

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Hasil Studi Pendahuluan	6
Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah.....	32
Tabel 3.2 Jumlah Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah Sesuai dengan Karakteristik	34
Tabel 3.3 <i>Scoring</i> Skala Likert.....	36
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Prokrastinasi Akaedmik.....	37
Tabel 3.5 <i>Blue Print</i> Kontrol Diri	38
Tabel 3.6 Interpretasi Validitas	40
Tabel 3.7 Interpretasi Nilai Reliabilitas	40
Tabel 4.1 Alternatif Jawaban dan Penskoran Item.....	47
Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan Usia	48
Tabel 4.3 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	49
Tabel 4.4 Hasil Sebaran Item Kontrol Diri	50
Tabel 4.5 Hasil Sebaran Item Prokrastinasi Akademik.....	51
Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas Kontrol Diri	52
Tabel 4.7 Tabel Interpretasi Nilai Reliabilitas	52
Tabel 4. 8 Hasil Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik	53
Tabel 4. .9 Tabel Interpretasi Nilai Reliabilitas	53
Tabel 4. 10 Tabel Hasil Uji Normalitas	54
Tabel 4. 11 Tabel Hasil Uji Linieritas.....	55
Tabel 4. 12 Tabel Hasil Korelasi antara Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik.....	56
Tabel 4. 13 Tabel Penggolongan Distribusi Frekuensi	57
Tabel 4.14 Kategori Prokrastinasi Akademik	58
Tabel 4.15 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Aspek Gangguan Perhatian	61
Tabel 4.16 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Aspek Keyakinan Psikologis Akan Kemampuan	62

Tabel 4.17 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Inisiatif Personal	64
Tabel 4.18 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Keterampilan Mengatur Waktu	66
Tabel 4.19 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Faktor Sosial Prokrastinasi	67
Tabel 4.20 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Kemalasan	69
Tabel 4.21 Ringkasan Deskriptif Prokrastinasi Akademik	70
Tabel 4.22 Kategori Kontrol Diri.....	72
Tabel 4.23 Kategori Kontrol Diri Berdasarkan Aspek <i>Behavioral Control</i>	74
Tabel 4.24 Kategori Kontrol Diri Berdasarkan Aspek <i>Cognitif Control</i>	76
Tabel 4.25 Kategori Kontrol Diri Berdasarkan Aspek <i>Desicional Control</i>	78
Tabel 4.26 Ringkasan Deskriptif Kontrol Diri.....	79

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	28
Gambar 3.1 Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik	32
Gambar 3.2 Proses Pemilihan Sampel Berdasarkan <i>Cluster Random Sampling</i> 35	
Gambar 4.1 Data Responden Berdasarkan Usia	49
Gambar 4.2 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	50
Gambar 4.3 Diagram Gambaran Umum Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah	59
Gambar 4.4 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Aspek Gangguan Perhatian.....	61
Gambar 4.5 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Aspek Keyakinan Psikologis Akan Kemampuan	63
Gambar 4.6 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Inisiatif Personal	64
Gambar 4.7 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Keterampilan Mengatur Waktu.....	66
Gambar 4.8 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Faktor Sosial Prokrastinasi	68
Gambar 4.9 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Kemalasan.....	70
Gambar 4.10 Diagram Gambaran Umum Kontrol Diri pada Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah.....	73
Gambar 4.11 Diagram Gambaran Spesifik Kontrol Diri Berdasarkan Aspek <i>Behavioral Control</i>	75
Gambar 4.12 Diagram Gambaran Spesifik Kontrol Diri Berdasarkan Aspek <i>Cognitif Control</i>	77
Gambar 4.13 Diagram Gambaran Spesifik Kontrol Diri Berdasarkan Aspek <i>Desicional Control</i>	79

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kusioner Studi Pendahuluan	94
Lampiran 2. Blueprint Penelitian	97
Lampiran 3. Skala Penelitian	107
Lampiran 4. Tabulasi Penelitian	117
Lampiran 5. Hasil Validitas dan Reliabilitas	139
Lampiran 6. Hasil Uji Asumsi	148
Lampiran 7. Hasil Uji Hipotesis.....	151

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa mempunyai status tertinggi di dalam dunia pendidikan dan sebagai calon sarjana, mahasiswa dididik untuk mempunyai kemampuan dalam bidang akademis maupun non akademis, seperti kemampuan dalam berorganisasi, profesional, dan intelektual. Mahasiswa juga mempunyai ciri khas yaitu rasional, analisis, kritis, universal, dan sistematis (Kurniawan, 2019). Selain itu, mahasiswa juga dikenal sebagai pelaku utama *agent of change* karena mahasiswa merupakan calon cendekiawan atau intelektual dalam suatu lapisan masyarakat dan dituntut harus bisa terjun langsung dalam masyarakat. Agar hal tersebut dapat terwujud dengan baik, maka mahasiswa bisa mengikuti organisasi yang ada di dalam kampusnya

Manfaat yang akan di dapatkan mahasiswa ketika mengikuti organisasi adalah belajar mengatur waktu, menumbuhkan dan melatih peran kepemimpinan, memperluas pergaulan mahasiswa, menjadi pribadi yang terlatih dalam menghadapi tekanan, menjadi tempat untuk mempraktekkan dan mengembangkan ilmu, meningkatkan wawasan pengetahuan, membangun dan memperluas jaringan serta kerjasama sekaligus menjadi tempat latihan sebelum masuk dunia kerja, menumbuhkembangkan kemampuan sosial individu sebagai modal sebelum bermasyarakat (Hendra, 2018).

Huang dan Chang (2004) menjelaskan bahwa mahasiswa yang terlibat aktif di akademik maupun di luar akademik akan memaksimalkan pertumbuhan kognitif (keterampilan kognitif dan komunikasi) dan afektif (kepercayaan diri dan keterampilan interpersonal). Suranto & Rusdianti (2018) menyebutkan bahwa dengan berorganisasi, mahasiswa mendapatkan pengalaman dan membentuk *softskill* diantaranya adalah kepemimpinan, kemampuan komunikasi, kerjasama, memperluas jaringan, *problem solving*, dan manajemen konflik. Hal itu terjadi karena dalam suatu organisasi akan terjadi interaksi dan hubungan antar manusia yang diantaranya adalah proses komunikasi, proses pengambilan keputusan, proses evaluasi prestasi, proses sosialisasi, dan karir.

Salah satu dari sekian banyak organisasi yang dimiliki perguruan tinggi adalah Resimen Mahasiswa. Resimen Mahasiswa adalah salah satu kekuatan sipil yang dilatih dan dipersiapkan untuk mempertahankan NKRI sebagai perwujudan Sistem Pertahanan dan Keamanan Rakyat Semesta (Sishankamrata). Resimen Mahasiswa juga merupakan salah satu komponen warga negara yang mendapatkan pelatihan militer (unsur mahasiswa). Markas komando satuan Resimen Mahasiswa bertempat di perguruan tinggi di kesatuan masing-masing yang anggotanya adalah mahasiswa yang berkedudukan di kampus tersebut. Resimen Mahasiswa merupakan komponen cadangan pertahanan negara yang diberikan pelatihan ilmu militer seperti penggunaan senjata, taktik militer, penyamaran, navigasi dan sebagainya (Wikipedia, 2017). Anggota Resimen Mahasiswa di setiap perguruan tinggi atau kampus membentuk satuan-satuan yang merupakan salah satu bagian organisasi mahasiswa di unit kegiatan

mahasiswa (UKM). Resimen Mahasiswa diberikan wewenang dan tanggung jawab yang berbeda dengan UKM lain dan berada langsung di bawah rektorat. UKM Resimen Mahasiswa di Jawa Tengah mempunyai teritorial yang terbagi menjadi 5 sub, yaitu Sub-A (Semarang, Kendal, Ungaran, Salatiga, Demak), Sub- B (Boyolali, Sragen, Surakarta, klaten, Sukoharjo, Karanganyar, Wonogiri), Sub-C (Cilacap, Banyumas, Purbalingga, Banjarnegara, Kebumen, Wonosobo, Temanggung, Magelang, Purworejo), Sub-D (Brebes, Tegal, Pemalang, Pekalongan, Batang), dan Sub-E (Jepara, Kudus, Grobogan, Pati, Blora, Rembang). Setiap sub ada komandannya dan semua sub itu dibawah naungan Resimen Mahasiswa Jawa Tengah atau biasa disebut dengan Mahasiswa Diponegoro (Mahadipa).

UKM Resimen Mahasiswa sendiri adalah UKM yang produktif di batalion perguruan tinggi masing-masing. Perguruan tinggi biasanya membutuhkan personil Resimen Mahasiswa untuk pengamanan demi kelancaran acara yang diadakan masing-masing perguruan tinggi. Setiap ada dinas luar, UKM Resimen Mahasiswa pasti diminta untuk medelegasikan anggotanya bersama UKM lain mewakili seluruh mahasiswa di dalam perguruan tinggi tersebut. Hal ini menyebabkan anggota Resimen Mahasiswa dituntut untuk menyeimbangkan antara kegiatan organisasi dan tugasnya sebagai mahasiswa. Namun, pada kenyataannya tidak semua mahasiswa dapat membagi waktunya dengan baik antara berorganisasi dan melakukan kegiatan akademik, bahkan sering dijumpai kasus anggota Resimen Mahasiswa cenderung menunda untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugas akademiknya karena menjalankan tugasnya sebagai

anggota Resimen Mahasiswa. Hal itu sesuai dengan pernyataan Komandan Batalion di Batalion 902 Universitas Negeri Semarang yang menyatakan bahwa kegiatan Resimen Mahasiswa memang padat karena selalu terlibat aktif dalam kegiatan universitas baik di dinas luar maupun di dinas dalam sehingga menyebabkan anggotanya kesulitan untuk mengatur waktunya. Suatu kecenderungan untuk menunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan dalam dunia psikologi disebut dengan istilah prokrastinasi.

Steel (2007) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun orang itu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk. McCloskey (2011) menyebutkan bahwa prokrastinator mempunyai masalah utama, yaitu mengenai orientasi pada tujuan. Mereka kesulitan untuk membagi dan mengatur waktu, dan itulah mengapa prokrastinator memiliki kesenjangan antara niat dan perilaku aktualnya. Hal itu menyebabkan prokrastinator mempunyai ciri khas yaitu kesulitan mengatur waktu secara efektif,. Namun, Keterampilan mengatur waktu bukanlah sifat yang melekat, tetapi karakteristik yang dipelajari dalam diri individu. Selain itu, Swaraswati (2016) mengemukakan alasan lain yang mendasari prokrastinasi yaitu salah satunya adalah kesibukan berorganisasi.

Peneliti melakukan studi awal pada tanggal 29 september 2019 dengan memberikan angket kepada 45 mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Berikut hasil studi awal dengan memberikan angket yang telah disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 1.1 Hasil Studi Pendahuluan

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1.	Saya menunda untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas	34 (75,6%)	11 (24,4%)
2	Saya pernah/hampir mengumpulkan tugas lebih dari deadline pengumpulan	25 (55,6%)	20 (44,4%)
3	Saya pernah merencanakan untuk mengerjakan tugas hari ini namun saya tunda (kesenjangan waktu)	37 (82,2%)	8 (17,8%)
4	Saya pernah melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas	38 (84,4%)	7 (15,6%)
5	Pendapat saya lebih baik mengerjakan nanti dari pada sekarang, dan menunda pekerjaan adalah bukan suatu masalah.	38 (84,4%)	7 (15,6%)

Berdasarkan tabel 1.1 data hasil studi pendahuluan di atas dapat disimpulkan bahwa Resimen Mahasiswa mengalami kecenderungan prokrastinasi akademik. Terdapat 5 pernyataan yang bergerak 55,6% sampai dengan 84,4%. Persentase tertinggi terdapat pada pernyataan yang menjelaskan bahwa anggota Resimen Mahasiswa pernah melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas dan menganggap bahwa bukan masalah jika suatu tugas ditunda untuk diselesaikan.

Peneliti juga melakukan studi awal berupa wawancara kepada anggota Resimen Mahasiswa di Universitas Negeri Semarang pada tanggal 13 Juni 2019.

Berikut salah satu petikan wawancara:

“Saya pernah menunda tugas akademik saya karena kegiatan Menwa yang padat dan mungkin karena saya sendiri yang belum bisa mengatur waktunya mas...” (JH, 19 tahun)

Selain mewawancarai JH, peneliti juga mewawancarai senior satu tingkat di atasnya. Berikut salah satu petikan wawancara:

“Kalau saya menunda tugas saya ya karena ingin saja. Kalau sedang ingin mengerjakan tugas ya saya tinggal mengerjakan. Namun adakalanya saya menunda tugas saya karena kegiatan Menwa...” (IA, 20 tahun)

Peneliti juga mewawancarai senior satu tingkat di atas IA, berikut salah satu petikan wawancara:

“Saya kadang nunda kerjaan kuliah saya gara-gara agenda menwa. Ini saya sedang rapat padahal besok pagi deadlinenya. Mau tidak mau saya ikut rapat dulu...” (ADR, 21 tahun)

Hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa anggota Resimen Mahasiswa cenderung melakukan prokrastinasi karena kesulitan dalam mengatur waktu dan karena terbentur dengan kegiatan Resimen Mahasiswa. Alaihim, dkk (2014) menemukan fakta bahwa tidak semua mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengatur waktunya dengan baik. McCloskey (2011) berpendapat bahwa manajemen waktu yang buruk dapat mengakibatkan seseorang lupa untuk mengerjakan dan menyerahkan tugas, menunda belajar, bahkan mengerjakan kegiatan lain yang kurang penting daripada tugas akademik. Dengan demikian, kesulitan dalam mengatur waktu bisa menjadi ciri khas dari mahasiswa penunda tugas akademik.

Hasil wawancara menguatkan angket yang dilakukan oleh peneliti bahwa beberapa mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik. Fenomena prokrastinasi dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhinya. Ghufon & Risnawita (2012:164-165) menyebutkan bahwa beberapa faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik

ada dua macam, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan sedangkan faktor internal yang berasal dari dalam diri sendiri yaitu kondisi fisik dan psikologis individu. Dijelaskan juga bahwa rendahnya kontrol diri termasuk bagian dari kondisi psikologis individu yang merupakan faktor internal prokrastinasi akademik. Sedangkan Burka & Yuen (2008:278) menyebutkan bahwa prokrastinator memiliki 3 karakteristik, yaitu Kesenjangan antara niat dan tindakan, kesadaran rendah, dan disiplin diri yang buruk karena kurangnya kontrol diri dalam perencanaan dan organisasi.

Pada penelitian ini, peneliti memilih faktor internal yang mempengaruhi prokrastinasi, yaitu faktor psikologi, sehingga peneliti memilih kontrol diri sebagai variabel independennya. Hal itu dikarenakan Resimen Mahasiswa dikenal akan kedisiplinannya dan untuk membentuk individu yang memiliki kedisiplinan diperlukan adanya kontrol diri. Menurut Tu'u (dalam Fachrurrozi, dkk, 2018) kontrol diri yang dimiliki individu berhubungan erat dengan kedisiplinan. Perilaku disiplin akan lebih mudah tumbuh dan berkembang jika muncul kesadaran dari diri seseorang yaitu adanya kontrol diri (Kohlberg, dalam Widodo, 2013). Durkheim (dalam Widodo, 2013) menyebutkan dua unsur semangat disiplin yaitu keinginan adanya keteraturan diri dan keinginan adanya kontrol diri.

Setiap individu memiliki suatu mekanisme yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku, yaitu kontrol diri. Ghufroon & Risnawita (2012:21-22) menjelaskan kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi 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 menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu sesuai dengan orang lain, dan cenderung menutupi perasaannya.

Individu yang memiliki kontrol diri yang baik, akan terhindar dari berbagai tingkah laku negatif. Sebaliknya individu yang lemah dalam kontrol dirinya, cenderung untuk bertingkah laku negatif atau cenderung menunjukkan gejala perilaku tidak disiplin yang melanggar, yang disebut sebagai bentuk masalah pelanggaran disiplin (Berk, dalam Widodo, 2013).

Kontrol diri dimaksudkan sebagai suatu keinginan individu untuk menciptakan ketertiban, keteraturan, dan kepatuhan dalam kehidupan yang terjadi karena adanya dorongan dari diri sendiri bukan hanya kepatuhan pada norma dan nilai aturan yang dipaksakan dari luar individu (Widodo, 2013). Apabila seorang Resimen Mahasiswa yang notabene adalah mahasiswa dengan tingkat kedisiplinan tinggi yang tahu tentang kewajibannya untuk menyelesaikan tugas akademiknya dengan baik dan mempunyai kontrol diri yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku, serta mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang untuk menyelesaikan tugasnya. Sebaliknya, jika mahasiswa yang bersangkutan memiliki kontrol diri yang rendah maka ia cenderung tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya. Ia akan mementingkan sesuatu yang lebih menyenangkan, sehingga banyak melakukan prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Bintaraningtyas (2015), menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada Siswa SMA. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmantori (2018), yang menunjukkan bahwa ada korelasi negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hasil serupa pun juga dikemukakan oleh Ursia, dkk (2013), Aini & Mahardayani (2011), dan Annisa (2017) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan, yaitu semakin rendah tingkat perilaku kontrol diri yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi yang dimiliki.

Berdasarkan penelusuran literatur studi, ada banyak penelitian terdahulu yang melibatkan mahasiswa dan siswa, sedangkan penelitian yang melibatkan Resimen Mahasiswa belum ada sama sekali. Maka dari itu, peneliti akan meneliti mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa yang ada di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Peneliti menggunakan Resimen Mahasiswa sebagai subjek penelitiannya karena dalam kesehariannya Resimen Mahasiswa mendapatkan Pendidikan kedisiplinan di batalion perguruan tingginya masing- masing dan dikenal memiliki kedisiplinan yang tinggi. Resimen Mahasiswa juga mempunyai program latihan yang tergolong padat dan setiap batalion perguruan tinggi mempunyai program latihan yang berbeda. Berdasarkan latar belakang di atas, penting untuk mengkaji hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi

akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat disimpulkan rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah?
2. Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah?
3. Bagaimana gambaran kontrol diri pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah?

1.3 Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian yang dicapai adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah?
2. Untuk mengetahui gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah?
3. Untuk mengetahui gambaran kontrol diri pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah?

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi, sehingga menambah wawasan keilmuan dalam bidang psikologi, khususnya dalam penelitian mengenai prokrastinasi akademik dan kontrol diri

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi Resimen Mahasiswa, khususnya Komandan Batalion di Perguruan Tinggi masing-masing yang dapat lebih bijak dalam mengambil keputusan dalam menangani masalah prokrastinasi akademik bagi anggotanya.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman empiris dalam bidang penelitian ilmiah. Selain itu juga menjadi pengalaman yang berharga sebagai bagian dari upaya pengaplikasian teori yang diterima peneliti selama masa kuliah.

BAB 2

LANDASAN TEORI

2.1 Prokrastinasi Akademik

2.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik

DeSimone (dalam Ferrari, dkk, 1995:4) menjelaskan bahwa Prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastinare*, dari kata *pro* yang berarti maju, dan *crastinus* yang berarti besok atau menjadi hari esok. Jadi, dari asal katanya prokrastinasi adalah menunda hingga hari esok atau lebih suka melakukan pekerjaannya besok. Beberapa peneliti berusaha mengajukan definisi yang lebih jelas mengenai perilaku prokrastinasi ini. McCloskey (2011) menjelaskan bahwa Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda kegiatan dan perilaku yang berkaitan dengan akademik. Steel (2007) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun orang itu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk.

Ghufron & Risnawita (2012:149) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kesulitan yang dimiliki seseorang untuk melakukan atau mengerjakan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan segala sesuatu dengan berlebihan, dan gagal dalam menyelesaikan tugasnya sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan dan dapat dikatakan perilaku ini merupakan perilaku yang tidak efisien dalam memanfaatkan waktu dan tidak segera memulai mengerjakan ketika

dihadapkan oleh suatu tugas. Prokrastinasi memiliki banyak nuansa yang dapat dengan mudah menyelip di bawah kesadaran. Ini dapat mewakili gejala takut akan ketidaknyamanan, keraguan diri, perfeksionisme, ketakutan akan kegagalan, menghindari resiko, kecemasan, pemberontakan, depresi, atau perasaan rentan. Prokrastinasi bisa dimulai ketika suatu tugas dinilai terlalu rumit, menyusahkan, menakutkan, atau terlalu membosankan (Knaus, 2002:11).

Milgram, dkk (1993) mengidentifikasi lima kategori penundaan yaitu: (1) prokrastinasi kehidupan sehari-hari, yang didefinisikan sebagai kesulitan yang dialami seseorang dalam melakukan penjadwalan rutinitas; (2) prokrastinasi keputusan, yang didefinisikan sebagai ketidakmampuan untuk membuat keputusan tepat waktu; (3) prokrastinasi neurotik, didefinisikan sebagai kecenderungan untuk menunda keputusan hidup utama; (4) prokrastinasi kompulsif, didefinisikan sebagai prokrastinasi *decisional* dan *behavioural* pada orang yang sama; (5) prokrastinasi akademik, didefinisikan sebagai membuat makalah atau mempersiapkan ujian pada menit akhir. Prokrastinasi akademik diperkirakan terjadi setidaknya setengah dari mahasiswa, tepatnya 52% dan lebih sering dilakukan oleh pria daripada wanita (Özer, dkk 2009). Sedangkan menurut Rothblum, dkk (1985) prokrastinasi lebih sering dilakukan oleh wanita daripada pria.

Solomon & Rothblum (1984) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu tindakan menunda tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan sehingga mengalami ketidaknyamanan dan hal ini merupakan hal yang umum. Apabila penundaan tersebut terjadi dalam lingkungan akademik, maka dapat dikatakan sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik dapat terjadi karena

perilaku tersebut merupakan bentuk *coping* dari mahasiswa untuk mengatasi stress akademik (Covington & Omelich, dalam Hayyinah, 2004). Perilaku ini sering dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan bidang akademik.

Berdasarkan pemaparan oleh para ahli di atas, dapat disimpulkan prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda menyelesaikan tugas yang dilakukan secara sengaja oleh mahasiswa terkait dengan tugas akademik.

2.1.2 Karakteristik Prokrastinasi Akademik

Burka & Yuen (2008:278) menyebutkan berbagai karakteristik prokrastinasi akademik, Yaitu:

1. Kesenjangan antara niat dan tindakan, yang mengacu pada kegagalan untuk bertindak atas niat seseorang. Meskipun prokrastinator berencana untuk bekerja sekeras orang lain dan menetapkan tujuannya, namun perilakunya tidak sesuai dengan niat awalnya.
2. Kesadaran rendah (*low conscientiousness*), yang mengacu pada tidak melakukan tugas, mengalami kesulitan pada perencanaan dan ketekunan yang disengaja, dan mengalami motivasi yang rendah untuk berprestasi kecuali pada pekerjaan dasar.
3. Disiplin diri yang buruk (*poor self-discipline*), merujuk pada kurangnya kontrol diri dalam perencanaan dan organisasi.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga karakteristik prokrastinasi akademik, yaitu kesenjangan antara niat dan tindakan, kesadaran rendah, dan disiplin diri yang buruk.

2.1.3 Aspek Prokrastinasi Akademik

McCloskey (2011) menyebutkan enam aspek yang menggambarkan prokrastinasi akademik, yaitu:

1. Gangguan perhatian

Prokrastinator akan mengalihkan perhatiannya pada aktivitas lain yang dianggapnya menyenangkan dan menarik. Mereka cenderung menghindari tanggung jawab yang diberikan kepadanya berupa tugas akademik dari pemberi materi. Meski aktivitas itu sebenarnya mengganggu penyelesaian tugas, prokrastinator tetap menikmatinya.

2. Keyakinan psikologis akan kemampuan

Prokrastinator meyakini bahwa dirinya dapat menyelesaikan tugas dibawah tekanan, seperti menyelesaikan tugas dalam waktu satu malam atau satu jam sebelum batas waktu pengumpulan atau sebelum ujian dimulai.

3. Kurang Inisiatif

Siswa yang melakukan prokrastinasi lebih mengandalkan motivasi eksternal daripada motivasi internalnya. Mereka yang lebih mengandalkan motivasi eksternal cenderung melakukan prokrastinasi.

4. Kesulitan mengatur waktu

Prokrastinator mempunyai masalah utama, yaitu mengenai orientasi pada tujuan. Mereka kesulitan untuk membagi dan mengatur waktu, dan itulah mengapa prokrastinator memiliki kesenjangan antara niat dan perilaku aktualnya. Hal itu menyebabkan prokrastinator mempunyai ciri khas yaitu kesulitan mengatur waktu

secara efektif,. Namun, Keterampilan mengatur waktu bukanlah sifat yang melekat, tetapi karakteristik yang dipelajari dalam diri individu

5. Faktor sosial

Prokrastinator akan memilih bersosialisasi dengan teman-temannya dan melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan tugas akademik yang telah diberikan. Hal itu diakibatkan karena prokrastinator mengalami stress.

6. Kemalasan

Kemalasan merupakan kecenderungan untuk menghindari pekerjaan atau tugas walaupun secara fisik prokrastinator mampu. Padahal mereka menyadari bahwa pekerjaan atau tugas itu harus dikerjakan dan diselesaikan sebelum *deadline*

2.1.4 Pendekatan Teori Prokrastinasi

Berikut ini akan disajikan beberapa pandangan teoritis mengenai prokrastinasi yang peneliti rangkum dari buku Ferarri, dkk (1995:22-35):

1. Psikoanalitik

Dalam banyak bidang psikologi, teori psikoanalitik telah membentuk beberapa penjelasan komprehensif perilaku paling awal. Konsep penghindaran, khususnya yang berkaitan dengan tugas-tugas khusus, dibahas oleh Freud, dan kemudian secara lebih luas oleh sejumlah pengikutnya. Peran kecemasan dalam perilaku penghindaran paling baik dijelaskan oleh Freud dalam monograf *Inhibitions, Gejala, dan Anxiety*. Freud percaya bahwa kecemasan adalah sinyal peringatan bagi ego dari material bawah sadar yang tertekan yang bisa mengganggu. Begitu ia mendeteksi kecemasan, ego melembagakan berbagai macam pertahanan. Gagasan Freudian tentang pertahanan dinamis dan

penghindaran tugas mendalilkan bahwa tugas-tugas yang tidak diselesaikan dihindari terutama karena mereka mengancam ego.

Masalah yang jelas dengan teori psikoanalitik tentang penundaan, seperti dengan kebanyakan formulasi psikoanalitik, adalah bahwa teori tersebut sangat sulit untuk diuji secara empiris, dan karena beberapa kritikus yang lebih gencar telah lama dicatat, mungkin secara ilmiah mustahil untuk diperbaiki. Seperti diketahui, Eysenck dan neobehavioris lainnya sangat kritis terhadap kemampuan psikoanalisis untuk menjelaskan segala sesuatu dan ketidakmampuan paradigma untuk memungkinkan percobaan untuk menguji kegunaan konstruksi utama. Namun, beberapa penelitian eksperimental tentang prokrastinasi dilakukan oleh ahli teori yang beroperasi dari perspektif psikoanalitik dan penelitian ini layak dibahas, meskipun berpotensi ambiguitas dalam interpretasi.

2. Psikodinamik

Ahli teori psikodinamik umumnya menolak struktur kaku dari prinsip-prinsip Freudian tetapi biasanya mendukung aspek-aspek lain dari model dinamis dari perilaku manusia yang diperjuangkan oleh Freud dan para pengikutnya. Umumnya yang terpenting di antara para pemikir psikodinamik adalah keyakinan akan keutamaan anak usia dini pada pengembangan kepribadian masa depan dan keyakinan bahwa emosi dari satu periode dapat diekspresikan secara simbolis melalui metode selain ekspresi langsung. Tidak mengherankan kemudian, teori psikodinamik sering menekankan aspek simbolik dari prokrastinasi karena berkaitan dengan pengalaman masa kecil sebelumnya, terutama trauma masa

kanak-kanak. Mereka mungkin juga menekankan cara pengalaman anak usia dini membentuk proses kognitif orang dewasa..

3. Behaviorisme

Kunci utama behaviorisme adalah melibatkan teori-teori tentang penguatan perilaku (*reinforcement*). Sebuah pepatah dari teori penguatan sangatlah sederhana, yaitu perilaku ada karena telah diperkuat. Akibatnya, menurut teori perilaku, siswa yang menunda-nunda mungkin memiliki sejarah sebagai penunda yang sukses, atau setidaknya menemukan tugas yang lebih menguat daripada belajar.

Teori pembelajaran klasik telah menekankan hukuman dan penghargaan. Oleh karena itu, menurut teori belajar, seharusnya prokrastinasi terjadi paling sering pada siswa yang diberi penghargaan atas perilaku tersebut atau yang belum dihukum.

Mengenai imbalan prokrastinasi, McCown dan Johnson secara tidak langsung menguji prinsip-prinsip teori penguatan dengan memeriksa apa yang siswa lakukan ketika mereka menghindari belajar. Tidak mengherankan, siswa terlibat dalam berbagai kegiatan yang mereka temukan lebih “menguat” daripada belajar. Siswa yang ekstrovert cenderung bergaul dengan jumlah orang yang lebih banyak, sementara siswa yang introvert cenderung memilih pengaturan yang lebih terisolasi. Apapun, siswa cenderung melakukan kegiatan yang dipandang lebih menyenangkan daripada belajar, disarankan untuk menggunakan paradigma penguatan untuk menguraikan kausalitas prokrastinasi.

Mengenai hukuman (topik penting lain untuk behavioris), Solomon dan Rothblum mempelajari prokrastinasi akademik pada 342 mahasiswa. Mereka

memberikan analisis faktor alasan mengapa siswa mengalami prokrastinasi. Faktor umum "ketidaknyamanan tugas" muncul dari matriks, yang menyumbang sekitar seperempat dari varians. Siswa menunda tugas yang mereka anggap tidak menyenangkan. Kepercayaanannya adalah bahwa banyak orang tidak menyelesaikan tugas-tugas yang tidak menyenangkan.

4. Kognitif dan behavioral-kognitif

Ellis dan Knaus menjelaskan prokrastinasi akademik dari sudut pandang ini, bahwa prokrastinasi akademik terjadi karena adanya ketakutan yang irasional dan kritik terhadap diri sendiri. Prokrastinator sering tidak yakin dengan kemampuan mereka untuk menyelesaikan suatu tugas dan akibatnya mereka menunda memulai tugas.

2.1.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Burka & Yuen (2008:155-157) menyebutkan 4 faktor penyebab yang memungkinkan perilaku prokrastinasi dapat terjadi:

1. Kepercayaan Diri yang Rendah pada Kemampuan untuk Berhasil

Untuk membangun kepercayaan diri bahwa Anda dapat berhasil disarankan Anda memilih tujuan yang realistis, dapat dicapai, dan mudah diukur. Kemudian pecahkan menjadi bagian-bagian kecil yang dapat dikelola dan mulai dengan sesuatu yang dapat Anda capai dalam waktu singkat, karena tidak ada yang berhasil seperti kesuksesan.

2. Membayangkan bahwa prosesnya akan sulit atau hasilnya tidak menyenangkan

Prokrastinator menganggap hal demikian padahal nyatanya tidak selalu seperti itu. Suatu tugas tidak nyaman karena itu terkait dengan rasa takut atau

kecemasan yang mendasarinya, dan ketidaknyamanan inilah yang membuat tugas menjadi dihindari.

3. Hasilnya terlalu jauh untuk terasa nyata

Untuk membantu agar tujuan atau hasil terasa lebih nyata, berusaha untuk bekerja dalam waktu singkat dan sering memberikan penghargaan pada diri sendiri.

4. Kesulitan dalam pengaturan diri (*self-regulation*), seperti menjadi impulsive dan mudah teralihkan

Seseorang dengan pengaturan diri (*self-regulation*) tinggi akan lebih mudah dalam mengerjakan tugas yang padat karena prosesnya lebih terarah dan terjadwal. Orang itu akan tahu kapan harus memulainya dan mengatur jadwal untuk menyelesaikan tugas itu. Berbeda dengan orang yang rendah pengaturan dirinya. Dia mudah teralihkan oleh sesuatu yang sebenarnya sia-sia dan bahkan merugikan dirinya sendiri.

Selanjutnya, Sebagaimana faktor psikologis lainnya, Ghufroon & Risnawita (2012:163-166) menyebutkan faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu dipengaruhi oleh beberapa faktor:

1. Faktor internal.

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis dari individu.

- a. Kondisi fisik, Faktor dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya *fatigue*
 - b. Kondisi psikologis, salah satunya adalah karena rendahnya kontrol diri seseorang.
2. Faktor eksternal.

Faktor yang terdapat di luar individu yang dapat mempengaruhi prokrastinasi, meliputi pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan.

2.1.6 Area Prokrastinasi Akademik

Solomon & Rothblum (1984) membagi area prokrastinasi menjadi 6 bagian, yaitu:

1. Menulis makalah, berkaitan tugas untuk menulis makalah mengenai kapan harus mulai dan kapan menyelesaikan tulisan itu.
2. Belajar untuk ujian, mencakup penundaan yang dilakukan seseorang untuk belajar yang berkaitan dengan ujian harian, semesteran, ataupun ujian akhir.
3. Mengikuti tugas membaca mingguan, berkaitan dengan penundaan untuk membaca referensi yang ditugaskan oleh pengajar.
4. Melakukan tugas administrasi, berkaitan dengan penundaan pengerjaan yang mencakup administrasi.
5. Menghadiri pertemuan, berkaitan dengan menunda atau terlambat menghadiri pertemuan atau suatu perkumpulan yang telah ditetapkan.
6. Melakukan tugas akademik secara umum, berkaitan dengan penundaan tugas di ruang lingkup akademik secara umum.

2.2 Kontrol Diri

2.2.1 Pengertian Kontrol Diri

Blankstein & Polivy (1982:3) menggunakan istilah kontrol diri sebagai sejauhmana seseorang mampu mengendalikan dan meregulasi proses psikologis, perilaku, dan fisiknya sendiri. Orang yang melakukan pengendalian diri mampu mengatur perilakunya sendiri (emosi, tindakan, dan keinginan) dengan memancarkan respon untuk menghambat, mempertahankan, atau mengubah perilaku ke arah yang diinginkan. Baumister, dkk (2007) menjelaskan kontrol diri adalah pengendalian diri yang mengacu pada kapasitas untuk mengubah respons atau perilaku sendiri, terutama untuk menyesuaikannya dengan standar seperti cita-cita, nilai-nilai, moral, dan harapan sosial untuk mendukung tujuan jangka Panjang.

Ghufron & Risnawita (2012:21-22) menjelaskan kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi 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 menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu sesuai dengan orang lain, dan cenderung menutupi perasaannya.

Kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengontrol perilakunya, kemampuan untuk membimbing, menyusun, mengatur, dan membawa orang itu ke bentuk perilaku yang positif (Aviyah & Farid, 2014). Gottfredson dan Hirschi (dalam Wikstrom & Treiber, 2007) menyatakan bahwa individu yang

memiliki kontrol diri rendah cenderung bertindak impulsif, melibatkan kemampuan fisik, egois, senang mengambil resiko dan mudah kehilangan kendali emosi karena mudah frustrasi. Individu dengan karakteristik ini lebih mungkin terlibat dalam hal kriminal karena mereka gagal untuk mempertimbangkan konsekuensi negative dan menyakitkan dari tindakan mereka daripada mereka yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi.

Levy (2013:1) menyatakan seseorang dengan gangguan kontrol diri akan menyebabkan kecanduan. Pecandu adalah orang-orang yang (pada semua penampilan) merasa sulit untuk menyesuaikan perilaku mereka dengan penilaian terbaik mereka. Kecanduan sering dilaporkan kehilangan kendali, dan para ahli teori sering menggunakan bahasa kehilangan kendali untuk menggambarkan kecanduan. Memang, hilangnya kendali atas perilaku sering dianggap sebagai defisiensi kecanduan.

Sebagai contoh, Anda seorang perokok dan Anda baru saja selesai makan malam dan siap untuk rokok pasca makan malam seperti biasa. Anda berhenti sejenak untuk mempertimbangkan. Mungkin Anda tidak harus merokok. Semua alasan kuat untuk tidak merokok muncul dalam pikiran: kanker, kesehatan yang buruk, emfisema, penyakit jantung — ketidaksetujuan sosial, ketidaknyamanan dan biaya yang semakin meningkat, hilangnya kekuatan atas perilaku Anda sendiri. Namun, di sisi lain dengan merokok, Anda juga akan terhindar dari kekurangan, campuran perasaan terganggu, kehilangan konsentrasi, dan gugup. Menimbang semua pikiran yang bersaing, Anda mempertimbangkan dua pertanyaan, yang satu penting, dan yang satu relatif sepele, apakah harus memutuskan untuk berhenti

merokok selama sisa hidup Anda atau Apakah akan merokok sekarang. Jika Anda memilih pilihan pertama, Anda dapat dikatakan berhasil dalam mengontrol diri Anda karena berbagai keputusan (Rachlin, 2000:9)

Contoh di atas merupakan praktek seseorang dalam mengontrol dirinya terhadap lingkungan sekitar padahal Anda yang dimaksud perokok ini sudah terbiasa dengan rokok.

Peneliti memberikan kesimpulan kontrol diri adalah kemampuan seseorang membaca situasi dan lingkungannya untuk menahan perilaku yang dianggap melanggar aturan atau norma yang telah ditetapkan dalam suatu kelompok.

2.2.2 Aspek-Aspek Kontrol Diri

Averill (1973) mengelompokkan kontrol diri menjadi tiga jenis Setiap jenis kontrol terkait dengan stres dengan cara yang kompleks, kadang-kadang meningkatkannya, kadang-kadang mengurangnya, dan kadang-kadang tidak memiliki pengaruh sama sekali yaitu:

1. *Behavioral control* (kontrol perilaku)

Dalam banyak situasi sehari-hari, seseorang tidak memiliki alternatif selain menanggapi stimulus yang berpotensi berbahaya. Namun, ia mungkin dapat mengendalikan hal-hal seperti siapa yang mengelola stimulus (misalnya dirinya sendiri atau orang lain) dan bagaimana serta kapan stimulus tersebut akan ditemui. Kasus lain, stimulus dapat dicegah seluruhnya, dihentikan sebelum waktunya, atau dimodifikasi oleh beberapa bentuk tindakan langsung (misalnya Penghindaran, melarikan diri, menyerang, dan sebagainya). Mengontrol perilaku merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi

atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Ini menunjukkan kontrol perilaku dibagi menjadi dua, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan dirinya sendiri atau sesuatu di luar dirinya. Individu yang mempunyai kemampuan mengontrol diri yang baik akan mampu mengontrol perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan jika tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki di hadapi.

2. *Cognitive control* (kontrol pikiran)

Jika kontrol perilaku melibatkan tindakan langsung pada lingkungan, kontrol kognitif mengacu pada cara menafsirkan peristiwa yang berpotensi berbahaya. Mungkin kelihatannya kita memperluas konsep kontrol terlalu jauh dengan memasukkan interpretasi peristiwa di bawahnya.

3. *Desicional control* (kontrol pengambilan keputusan)

Studi oleh Corah dan Boffa memperkenalkan masalah kontrol pengambilan keputusan, yang dapat didefinisikan sebagai rentang pilihan atau jumlah opsi yang terbuka untuk seseorang. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. Aspek ini terdiri dari dua komponen, yaitu mengantisipasi peristiwa dan menafsirkan peristiwa, yaitu kemampuan menahan diri.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kontrol diri antara lain *behavioral control* (kontrol perilaku), *cognitive control* (kontrol pikiran), *dicisional control* (kontrol pengambilan keputusan).

2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Sebagaimana faktor psikologis lainnya kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Ghufron & Risnawita (2012:32) menyebutkan faktor yang mempengaruhi kontrol diri, yaitu:

1. Faktor internal.

faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia maka semakin baik pula seseorang itu mengontrol dirinya, dan individu yang psikologisnya sudah matang akan mampu mengontrol perilakunya karena telah mampu mempertimbangkan mana hal yang baik dan yang tidak baik bagi dirinya.

2. Faktor eksternal.

Lingkungan keluarga adalah faktor eksternal yang turut andil dalam mempengaruhi kontrol diri seseorang, terutama pola asuh orang tua. Jika orang tua menerapkan kedisiplinan, maka anak tersebut cenderung akan memiliki kontrol diri yang baik.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi kontrol diri, yaitu faktor internal dan faktor eksternal

2.3 Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik

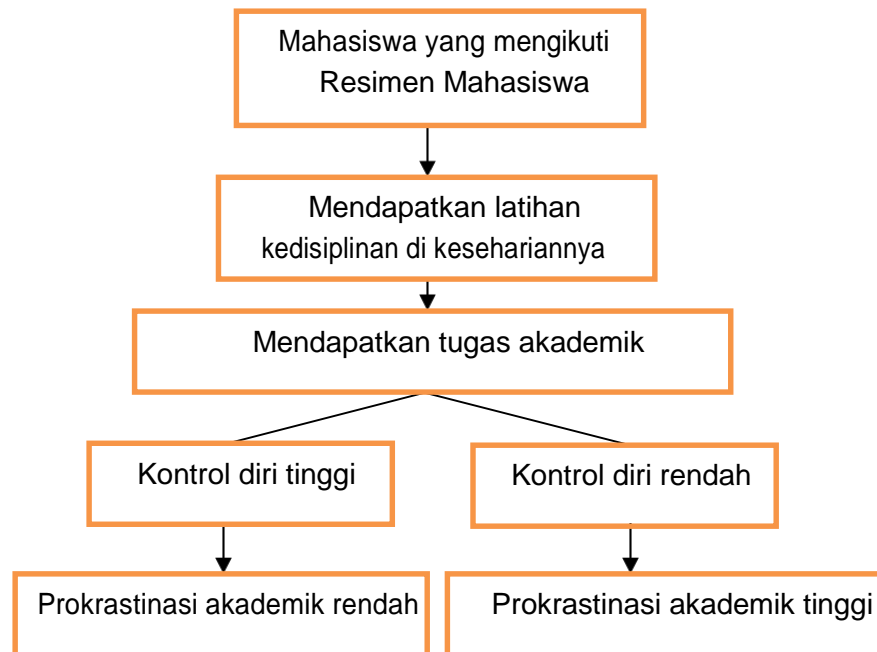
Perilaku prokrastinasi bisa terjadi pada siapa saja tanpa memandang status seseorang ataupun jenis kelamin. Prokrastinasi bisa dicegah dengan meningkatkan

kontrol diri karena individu dengan kontrol diri yang tinggi akan mempunyai tujuan yang lebih jelas dan dapat dikatakan mempunyai prestasi akademik. Ferrari, dkk (1995:169) menjelaskan tentang penemuan penelitiannya yang menunjukkan adanya hubungan positif antara prokrastinasi dan penurunan kontrol diri. Ferrari & Emmons (1995) menjelaskan hasil penelitiannya bahwa kontrol diri adalah prediktor tunggal terbaik dari masing-masing metode prokrastinasi. Tampaknya beberapa orang mungkin sering menunda keputusan atau tugas karena mereka tidak dapat mengendalikan keinginan mereka untuk kesenangan jangka pendek.

Steel (2007) menyatakan bahwa prokrastinator cenderung impulsif, mudah terganggu, dan kurang kontrol diri, dengan demikian, mereka sangat sensitif terhadap prokrastinasi meskipun secara kepribadian mereka cukup stabil. Ghufroon & Risnawita (2012) menyebutkan bahwa beberapa faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik ada dua macam, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan sedangkan faktor internal yang berasal dari dalam diri sendiri yaitu kondisi fisik dan psikologis individu. Dijelaskan juga bahwa rendahnya kontrol diri termasuk bagian dari kondisi psikologis individu yang merupakan faktor internal prokrastinasi akademik

Dugaan adanya hubungan kontrol diri dan prokrastinasi akademik ini juga dijelaskan oleh Steel (2007) bahwa prokrastinasi akademik memiliki korelasi negative yang kuat dengan kontrol diri.

2.4 Kerangka Berpikir



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik

2.5 Hipotesis

Ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Artinya, semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah.

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Menurut Azwar (2010:5) penelitian kuantitatif merupakan jenis penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang di olah dengan metode statistika yang pada dasarnya dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesisnya) dan dengan kuantitatif akan diperoleh signifikansi persamaan variabel atau perbedaan kelompok yang akan diteliti.

3.2 Desain Penelitian

Berdasarkan analisisnya, penelitian ini termasuk jenis penelitian kuantitatif korelasional yang menggambarkan adanya hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di wilayah teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Teknik korelasional adalah salah satu teknik statistik yang digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel (Hadi, 2017:250)

Dengan demikian, penelitian korelasional ini bertujuan untuk membuktikan bahwa adanya hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub- A Mahadipa Jawa Tengah.

3.3 Identifikasi Variabel

Azwar (2010:116) menjelaskan bahwa identifikasi variabel merupakan langkah untuk menetapkan variabel-variabel utama dan penentuan fungsinya masing-masing dalam penelitian. Penelitian ini menggunakan variabel dependen (tergantung) dan independen (bebas). Variabel bebas adalah suatu variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain, sedangkan variabel tergantung adalah variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain (Azwar, 2010:62). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kontrol diri sedangkan variabel tergantung dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik.

3.4 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel merupakan suatu uraian yang memiliki arti dan dapat diterima berdasarkan karakteristik-karakteristik dalam variabel yang diamati (Azwar, 2015:74). Definisi operasional bertujuan untuk menghindari adanya kesalahan dalam membuat alat pengumpul data serta menetapkan kegiatan atau tindakan yang perlu untuk mengukur variabel yang hendak diukur. Definisi operasional dalam penelitian ini terkait dengan variabel prokrastinasi akademik (Y) dan kontrol diri (X).

3.4.1 Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda menyelesaikan tugas yang dilakukan secara sengaja oleh mahasiswa terkait dengan tugas akademik. Untuk mengungkap tingkat prokrastinasi akademik akan digunakan skala yang disusun berdasarkan aspek prokrastinasi akademik yang disebutkan oleh

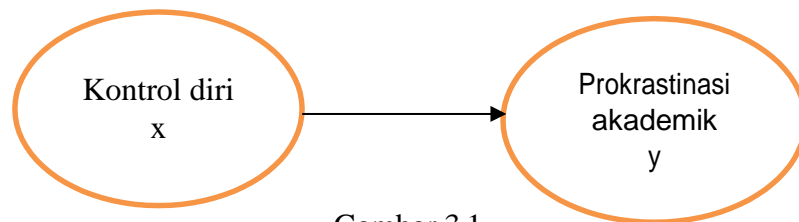
McCloskey (2011), meliputi: gangguan perhatian, keyakinan psikologis akan kemampuan, inisiatif personal, keterampilan mengatur waktu, faktor sosial prokrastinasi, dan kemalasan. Semakin tinggi skor yang didapat, menunjukkan prokrastinasi akademik mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah yang tinggi, begitu pula sebaliknya.

3.4.2 Kontrol Diri

Kontrol diri adalah kemampuan seseorang membaca situasi dan lingkungannya untuk menahan perilaku yang dianggap melanggar aturan atau norma yang telah ditetapkan dalam suatu kelompok. Untuk mengungkap tingkat kontrol diri akan digunakan skala yang disusun berdasarkan aspek kontrol diri yang disebutkan oleh Averill (1973), meliputi *behavioral control* (kontrol perilaku), *cognitive control* (kontrol pikiran), dan *decisional control* (kontrol pengambilan keputusan). Semakin tinggi skor yang didapat, menunjukkan kontrol diri mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah yang tinggi, begitu pula sebaliknya.

3.4.3 Hubungan Antar Variabel

Hubungan variabel merupakan hal yang penting untuk mengetahui hubungan variabel satu dengan variabel lain yang akan diteliti dalam suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah prokrastinasi sebagai variabel tergantung dan kontrol diri sebagai variabel bebas. Hubungan antar variabel dapat dilihat pada gambar di bawah ini dimana x merupakan variabel bebas dan y merupakan variabel tergantung.



Gambar 3.1

Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik

3.5 Populasi dan Sampel

3.5.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek/objek penelitian yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan hasilnya akan ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2013:80).

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Adapun persebaran jumlah anggota aktif Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah tahun 2019/2020, yaitu:

Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah

No	Nama satuan/ perguruan tinggi	Jumlah anggota
1	Batalyon 901/ Universitas Diponegoro	68
2	Batalyon 902/ Universitas Negeri Semarang	70
3	Batalyon 906/ Universitas Islam Negeri Walisongo	59
4	Batalyon 907/ Universitas 17 Agustus 1945 Semarang	28
5	Batalyon 908/ Universitas Islam Sultan Agung Semarang	30
6	Batalyon 909/ Politeknik Bumi Akpelni	60
7	Batalyon 911/ Sekolah Tinggi Ilmu Pertanian Farming	9
8	Batalyon 913/ Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Veteran	30
9	Batalyon 914/ Universitas Kristen Satya Wacana	18
10	Batalyon 919/ Universitas Katholik Soegijapranata	18
11	Batalyon 921/ Stimart Amni	45

12	Batalyon 927/ Universitas PGRI Semarang	31
13	Batalyon 936/ STIKES Karya Husadha	22
14	Batalyon 947/ Universitas Semarang	29
15	Batalyon 948/ Universitas Dian Nuswantoro	48
16	Batalyon 950/ Politeknik Negeri Semarang	49
17	Batalyon 953/ Institut Agama Islam Negeri Salatiga	54
18	Batalyon 958/ Universitas Muhammadiyah Semarang	29
19	Batalyon 967/ Universitas Ngudi Waluyo	17
Total		714

Adapun karakteristik subyek penelitian adalah sebagai berikut:

1. Telah melakukan registrasi akademik tahun 2019/2020 di perguruan tinggi masing-masing dan terdaftar sebagai mahasiswa aktif di wilayah territorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah
2. Tidak sedang mengambil cuti
3. Mengikuti Resimen Mahasiswa di wilayah territorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah
4. Telah lulus Pendidikan Dasar Keprajuritan di Rindam IV/ Diponegoro yang dibuktikan dengan menunjukkan NBP.
5. Mempunyai jabatan dan belum purna yudha di Batalyon Perguruan Tinggi masing-masing
6. Pernah atau sedang menempuh kuliah yang berkaitan dengan/ tugas akademik

3.5.2 Sampel

Pengertian sampel menurut Sugiyono (2013:80) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dipilih karena adanya keterbatasan dana, waktu, dan tenaga. Setelah itu, kesimpulannya akan diberlakukan untuk populasi. Maka dari itu, sampel yang diambil harus benar-benar mewakili populasi (representatif).

Probability sampling adalah teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini. Sugiyono (2013:82) menjelaskan bahwa *probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*. Teknik ini digunakan jika persebaran anggota populasinya terlalu luas dan terbagi dalam suatu area tertentu (Sugiyono, 2013:83).

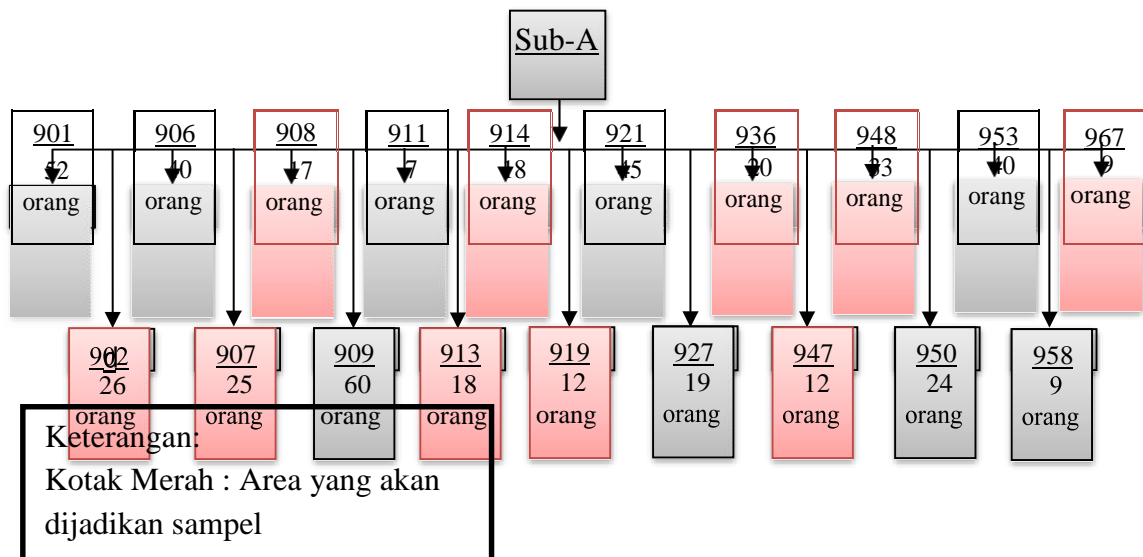
Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa yang dikelompokkan dalam 19 Universitas dan semuanya berada di daerah wilayah teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Berdasarkan karakteristik populasi yang telah ditentukan oleh peneliti, maka ditemukan jumlah anggota populasinya sesuai dengan karakteristik, yaitu:

Tabel 3.2 Jumlah Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah Sesuai dengan Karakteristik

No	Nama satuan/ perguruan tinggi	Jumlah anggota
1	Batalyon 901/ Universitas Diponegoro	52
2	Batalyon 902/ Universitas Negeri Semarang	26
3	Batalyon 906/ Universitas Islam Negeri Walisongo	40
4	Batalyon 907/ Universitas 17 Agustus 1945 Semarang	25
5	Batalyon 908/ Universitas Islam Sultan Agung Semarang	17
6	Batalyon 909/ Politeknik Bumi Akpelni	60
7	Batalyon 911/ Sekolah Tinggi Ilmu Pertanian Farming	7
8	Batalyon 913/ Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Veteran	18
9	Batalyon 914/ Universitas Kristen Satya Wacana	18
10	Batalyon 919/ Universitas Katholik Soegijapranata	12
11	Batalyon 921/ Stimart Amni	45
12	Batalyon 927/ Universitas PGRI Semarang	19
13	Batalyon 936/ STIKES Karya Husadha	20
14	Batalyon 947/ Universitas Semarang	12

15	Batalyon 948/ Universitas Dian Nuswantoro	33
16	Batalyon 950/ Politeknik Negeri Semarang	24
17	Batalyon 953/ Institut Agama Islam Negeri Salatiga	40
18	Batalyon 958/ Universitas Muhammadiyah Semarang	9
19	Batalyon 967/ Universitas Ngudi Waluyo	9
Total		486

Berdasarkan tabel di atas, maka jumlah anggota populasi yang sesuai karakteristik adalah 486 orang. Setelah itu, peneliti melakukan teknik pengambilan sampel dengan cara *cluster random sampling*. Berikut adalah proses pemilihannya:



Gambar 3.2 Proses Pemilihan Sampel Berdasarkan *Cluster Random Sampling*

Berdasarkan gambar di atas, peneliti menjadikan 10 Area menjadi sampel penelitian, yaitu: Batalyon 902 di Universitas Negeri Semarang, Batalyon 907 di Universitas 17 Agustus 1945 Semarang, Batalyon 908 di Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Batalyon 913 di Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Veteran, Batalyon 914 di Universitas Kristen Satya Wacana, Batalyon 919 di Universitas Katholik Soegijapranata, Batalyon 936 di STIKES Karya Husadha,

Batalyon 947 di Universitas Semarang, Batalyon 948 di Universitas Dian Nuswantoro, dan Batalyon 967 di Universitas Ngudi Waluyo. Sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 207 orang.

3.6 Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan skala psikologi sebagai cara untuk pengumpulan datanya. Model skala yang akan digunakan dalam penelitian ini mengacu pada skala *likert* dengan 5 pilihan respon. Subjek diminta untuk memilih salah satu jawaban alternatif yang sesuai dengan kondisi dirinya. Alternatif jawaban telah ditetapkan oleh peneliti sehingga subjek hanya bisa menjawab sesuai dengan pilihan jawaban. Skala penelitian ini terdiri dari item-item *favorable* (item yang memihak aspek atribut) dan item-item *unfavorable* (item yang tidak memihak aspek atribut). Pilihan alternatif jawaban dan *scoring* setiap item dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 3.3 *Scoring* Skala Likert

Alternatif jawaban	Skor	
	<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

Pengumpulan data menggunakan dua macam alat ukur, yaitu skala prokrastinasi akademik dan skala kontrol diri dengan rincian sebagai berikut:

3.6.1 Skala Prokrastinasi Akademik

Skala prokrastinasi akademik ini berisi item pernyataan-pernyataan berdasarkan aspek prokrastinasi akademik yang disebutkan oleh McCloskey

(2011), meliputi: gangguan perhatian, keyakinan psikologis akan kemampuan, inisiatif personal, keterampilan mengatur waktu, faktor sosial prokrastinasi, dan kemalasan. Pedoman pembuatan aitem pada skala prokrastinasi akademik ini dituangkan dalam *blue print* sebagai berikut:

Tabel 3.4 *Blue Print* Prokrastinasi Akademik

Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
		<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
Gangguan perhatian	Mengalihkan perhatiannya pada aktivitas lain yang dianggapnya menyenangkan dan menarik	4, 15, 22	1, 16, 35	6
Keyakinan psikologis akan kemampuan	Merasa yakin dapat menyelesaikan tugas dibawah tekanan	5, 18, 29	2, 21, 13	6
Kurang inisiatif	Mengandalkan teman dan tidak yakin terhadap diri sendiri	6, 23, 31	3, 27, 14	6
Kesulitan mengatur waktu	Tidak bisa membagi waktu dengan baik	17,	32	2
	memiliki kesenjangan antara niat dan perilaku aktualnya	10	19	2
	Tidak mampu memprioritaskan kegiatan yang lebih penting	33	7	2
Faktor sosial	memilih bersosialisasi dengan teman-temannya daripada mengerjakan tugas	11, 26, 36	8, 24, 20	6
Kemalasan	menghindari pekerjaan atau tugas walaupun	12, 25, 30	9, 28, 34	6

	mampu secara fisik			
Total		18	18	18

3.6.2 Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri ini berisi item pernyataan-pernyataan berdasarkan aspek kontrol diri yang disebutkan oleh Averill (1973), meliputi *behavioral control* (kontrol perilaku), *cognitive control* (kontrol pikiran), dan *decisional control* (kontrol pengambilan keputusan). Pedoman pembuatan aitem pada skala prokrastinasi akademik ini dituangkan dalam *blue print* sebagai berikut:

Tabel 3.5 *Blue Print* Kontrol Diri

Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
		<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
<i>Behavioral control</i>	Menolak ajakan teman melakukan perbuatan tercela	1, 9, 18	5,24	5
	Kemampuan mengatur perilaku	4, 17, 23	2, 12	5
<i>Cognitive control</i>	Kemampuan menilai keadaan	13, 15, 21	22, 28	5
	Berpikir jernih walaupun dalam keadaan tertekan	6, 11, 29	16, 26	5
<i>Desicional control</i>	Kemampuan mengambil keputusan	8, 19, 30	7, 20	5
	Kemampuan memilih tindakan	3, 10, 25	14, 27	5
Total		18	12	30

3.7 Validitas dan Reliabilitas

3.7.1 Validitas

Pengukuran bisa dikatakan mempunyai validitas yang tinggi jika hasil datanya akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti yang dikehendaki tujuan pengukuran tersebut. Akurat dalam hal ini adalah tepat dan cermat sehingga jika tes menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan

pengukuran maka pengukuran itu memiliki validitas yang rendah (Azwar, 2018:8-9).

Pada penelitian ini jenis validitas yang digunakan adalah validitas isi dan validitas konstruk. Haynes, dkk (dalam Azwar, 2018:111-112) menjelaskan bahwa validitas isi adalah sejauhmana elemen-elemen di dalam suatu instrumen pengukuran benar-benar relevan dan mewakili dari konstruk yang sesuai dengan tujuan pengukuran. Dijelaskan bahwa validitas isi mencakup *face validity* dan *logical validity*. *Face validity* merupakan titik awal evaluasi kualitas tes yang dalam hal ini adalah item-itemnya. *Face validity* merupakan kondisi yang perlu dipenuhi pertama kali sebelum layak membahas sisi lain dari kualitas tes. Dan *logical validity* adalah prosedur yang dihasilkan dari penilaian oleh suatu panel *expert* (ahli) dan dilakukan kesepakatan dengan penulis item apakah suatu item itu layak atau tidak.

Sedangkan validitas konstruk merupakan pembuktian apakah hasil pengukuran yang diperoleh melalui item-item tes berkorelasi tinggi dengan konstruk teoritik yang mendasari penyusunan tes ini (Azwar, 2018:116). Uji validitas dalam penelitian ini dihitung menggunakan korelasi antara skor item dan skor total dengan menggunakan analisis *product moment* melalui bantuan *software* pengolah data. Item dinyatakan valid jika memiliki taraf kesalahan di bawah 5%. Koefisien validitas yang besarnya 0,30 sampai 0,50 dapat memberikan kontribusi yang baik bagi suatu alat ukur (Azwar, 2018:148). Dibawah ini adalah tabel interpretasi terhadap besaran koefisien validitas (Azwar, 2018:149), yaitu:

Tabel 3.6 Interpretasi Validitas

Koefisien Validitas	Interpretasi
>0,35	Sangat berguna
0,21-0,35	Berguna
0,11-0,20	Tergantung keadaan
<0,11	Tidak berguna

3.7.2 Reliabilitas

Suatu pengukuran dapat dikatakan *reliable* hanya jika dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap subjek yang sama diperoleh hasil yang sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang tidak berubah (Azwar, 2018:7). Suatu data dinyatakan *reliable* jika dua atau lebih peneliti dalam obyek yang sama, atau peneliti sama dalam waktu berbeda menghasilkan data yang relatif sama, atau sekelompok data bila dipecah menjadi dua menunjukkan data yang tidak berbeda (Sugiyono, 2013:268).

Dalam penelitian ini, reliabilitas dihitung menggunakan teknik analisis data dengan formula koefisien *Alpha* dari Cronbach dan menggunakan bantuan *software* pengolah data. Sesuai Namanya, data yang dihitung diperoleh lewat sekali saja penyajian skala pada sekelompok responden dan pendekatan reliabilitas dengan prosedur ini lebih praktis karena dapat mengatasi beberapa *problem* yang ditemui pada pendekatan tes-ulang yaitu pendekatan *single trial administration* (Azwar,2019:115).

Tabel 3.7 Tabel Interpretasi Nilai Reliabilitas

Besar Linier <i>r</i>	Interpretasi
0,800 – 1,00	Tinggi
0,600 – 0,800	Cukup
0,400 – 0,600	Agak Rendah
0,200 – 0,400	Rendah
0,000 – 0,200	Sangat Rendah

3.8 Metode Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik korelasi sebagai teknik statistiknya. Teknik ini dipilih karena dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus analisis korelasi *product momen* dari Karl Pearson.

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Persiapan Penelitian

4.1.1 Orientasi Kanchah Penelitian

Orientasi kanchah dilakukan sebelum penelitian dilaksanakan. Tujuan dilaksanakannya orientasi kanchah adalah untuk mengetahui kesesuaian karakteristik subjek penelitian dengan lokasi penelitian. Subjek yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah.

Pemilihan subjek dalam penelitian ini didasarkan pada teknik *cluster random sampling* yang mana peneliti memilih 10 dari 19 perguruan tinggi di teritorial Sub-A Mahadipa yang akan dijadikan sampel penelitian dan peneliti mendapatkan 207 mahasiswa dari total 486 mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa. Setelah dilakukan prosedur pemilihan subjek penelitian seperti di atas, selanjutnya peneliti meminta izin secara lisan kepada Komandan Batalion di Perguruan Tinggi tempat dijadikannya sampel penelitian. Setelah mendapatkan izin, peneliti meminta kesediaan kepada anggota Resimen Mahasiswa yang bersangkutan untuk menjadi responden lalu mengisi skala kontrol diri dan prokrastinasi akademik yang sebelumnya telah diberikan penjelasan mengenai tata cara pengisian skala tersebut dan dilanjutkan dengan pengisian identitas subjek atau responden.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Adapun pertimbangan dilakukannya penelitian tersebut adalah sebagai berikut :

1. Sebagian besar penelitian terdahulu adalah mahasiswa dan siswa secara umum.
2. Terdapat fenomena prokrastinasi akademik pada Resimen Mahasiswa yang dibuktikan melalui studi pendahuluan.
3. Belum pernah ada penelitian mengenai prokrastinasi akademik pada Resimen Mahasiswa.
4. Resimen Mahasiswa dikenal memiliki kontrol diri yang tinggi karena mengikuti pendidikan kedisiplinan.

4.1.2 Penentuan Subjek

Subjek dalam penelitian ini melibatkan responden yang merupakan mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Pemilihan subjek dilakukan berdasarkan pada teknik *Cluster Random Sampling*.

4.2 Penyusunan Instrumen Penelitian

Penyusunan instrumen dalam penelitian ini dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu:

1. Membuat *Blueprint*

Sebelum dilakukannya uji coba instrumen, maka dibuatlah *blueprint* dan kemudian dilakukan uji coba. *Blueprint* dibuat berdasarkan aspek-aspek dari teori yang digunakan sebagai acuan. Kemudian diturunkan menjadi indikator-indikator

perilaku yang mewakili aspek-aspek tersebut. Yang selanjutnya akan dibuat item-item yang sesuai dengan indikator-indikator perilaku yang telah dibuat. *Blueprint* ini digunakan untuk mempermudah dalam proses perancangan instrumen penelitian.

2. Menentukan Karakteristik Jawaban yang Dikehendaki

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis skala *Likert*, yang mana merupakan skala psikometrik yang digunakan untuk mengukur persepsi, sikap, atau pendapat seseorang maupun kelompok tentang sebuah fenomena sosial berdasarkan definisi operasional yang telah ditetapkan oleh peneliti. Jawaban dari masing-masing item dibuat menurut skala *Likert* terdiri atas lima alternatif jawaban, yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, ragu, sesuai, dan sangat sesuai. Sedangkan jenis pernyataan yang dipakai dalam skala penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Untuk pernyataan *favorable*, nilai tertinggi 5 diberikan untuk jawaban Sangat sesuai, nilai 4 untuk jawaban sesuai, nilai 3 untuk jawaban ragu, nilai 2 untuk jawaban Tidak sesuai, nilai 1 untuk jawaban Sangat Tidak sesuai. Sebaliknya, pernyataan *unfavorable* nilai tertinggi 5 diberikan untuk jawaban Sangat Tidak sesuai, nilai 4 untuk jawaban Tidak sesuai, nilai 3 untuk jawaban ragu, nilai 2 untuk jawaban sesuai, dan nilai 1 untuk jawaban Sangat sesuai.

3. Menyusun Format dan Penyebaran Instrumen Penelitian

Penyusunan format skala dalam penelitian ini yaitu menggunakan bantuan *Google Form*, yang mana peneliti membuat formulir (instrumen) yang berisikan item-item sesuai dengan *blueprint* kemudian mengubah formulir tersebut menjadi sebuah *link* (tautan) yang bisa diakses melalui internet untuk pengisiannya. Peneliti

melakukan pengumpulan data melalui Google Form (*online*) karena penelitian bertepatan dengan jadwal Ujian Akhir Semester di Perguruan Tinggi Swasta dan jadwal liburan di Perguruan Tinggi Negeri. Dalam penyebaran skala penelitian, peneliti memberikan skala penelitian kepada masing-masing responden melalui alamat web yang peneliti berikan melalui aplikasi *Chatting Whatsapp*. Responden diberikan kebebasan untuk membaca tiap item pernyataan sendiri.

4.3 Uji Coba Instrumen

Uji coba instrumen dimaksudkan sebagai pengujian skala perilaku prokrastinasi akademik dan kontrol diri sebelum disebarkan langsung kepada responden penelitian yang sesuai dengan kriteria. Namun dalam penelitian ini uji coba instrumen dilakukan sekaligus pada saat pengambilan data di lapangan. Hal ini dikarenakan teknik uji coba terpakai memiliki keunggulan dalam hal efisiensi dan kepraktisan, subjek yang berjumlah banyak, selain itu juga mempertimbangkan keterbatasan subjek dan waktu dalam penelitian karena pada saat penelitian bertepatan dengan jadwal Ujian Akhir Semester di Perguruan Tinggi Swasta dan jadwal liburan di Perguruan Tinggi Negeri.

4.4 Pelaksanaan Penelitian

4.4.1 Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 27 Desember 2019 hingga 13 Januari 2020. Pengumpulan data penelitian menggunakan skala kontrol diri dan prokrastinasi akademik yang masing-masing terdiri dari 30 item dan 36 item serta 5 alternatif jawaban yaitu “Sangat Sesuai” (SS), “Sesuai” (S), “Ragu” (R), “Tidak Sesuai” (TS), dan “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Sebelum pengumpulan data,

peneliti terlebih dahulu meminta izin kepada Komandan Batalyon masing-masing perguruan tinggi dan selanjutnya peneliti melakukan penelitian kepada anggotanya. Peneliti melakukan pengumpulan data melalui Google Form (*online*) karena penelitian bertepatan dengan jadwal Ujian Akhir Semester di Perguruan Tinggi Swasta dan jadwal liburan di Perguruan Tinggi Negeri. Dalam penyebaran skala penelitian, peneliti memberikan skala penelitian kepada masing-masing responden melalui alamat web yang peneliti berikan melalui aplikasi *Chatting Whatsapp*. Responden diberikan kebebasan untuk membaca tiap item pernyataan sendiri.

Penelitian ini menggunakan *tryout* terpakai (*applied try-out*), yaitu menguji cobakan alat ukur atau instrument penelitian sekaligus sebagai data penelitian. Teknik uji coba terpakai dipilih karena mempunyai keunggulan dalam hal efisiensi dan kepraktisan, subjek yang berjumlah banyak, selain itu juga mempertimbangkan keterbatasan subjek dan waktu dalam penelitian karena pada saat penelitian bertepatan dengan jadwal Ujian Akhir Semester di Perguruan Tinggi Swasta dan jadwal liburan di Perguruan Tinggi Negeri.

4.4.2 Pelaksanaan Skoring

Pemberian skor (*skoring*) dilakukan ketika peneliti telah selesai mengumpulkan data penelitian di lapangan. *Skoring* dilakukan dengan memberi skor atau nilai pada masing-masing item yang telah dijawab oleh subjek. Rentang skor yang digunakan dalam *skoring* antara satu sampai lima. Langkah-langkah *skoring* dilakukan dengan memberikan skor pada masing-masing jawaban item yang telah diisi oleh responden dengan rentang skor satu (1) sampai lima (5) pada skala kontrol diri dan prokrastinasi akademik dengan memperhatikan sifat item

favorable (mendukung) dan *unfavorable* (tidak mendukung). Pemberian skor untuk butir aitem *favorable* dan *unfavorable* dengan mengikuti ketentuan sebagai berikut: butir item *favorable* memiliki skor 5 untuk jawaban Sangat Sesuai (SS), 4 untuk jawaban Sesuai (S), 3 untuk jawaban Ragu (R), 2 untuk jawaban Tidak Sesuai (TS) dan 1 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Kemudian untuk butir item *unfavorable* memiliki skor 1 untuk jawaban Sangat Sesuai (SS), 2 untuk jawaban Sesuai (S), 3 untuk jawaban Ragu (R), dan 4 untuk jawaban Tidak Sesuai (TS) dan 5 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Berikut adalah tabel mengenai pemberian skor berdasarkan karakteristik item *favorable* dan *unfavorable*.

Tabel 4.1 Alternatif Jawaban dan Penskoran Item

Alternatif jawaban	Skor	
	<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

4.5 Hasil Penelitian

Hasil penelitian memberikan gambaran mengenai temuan-temuan penelitian untuk menjawab tujuan penelitian dan hipotesis penelitian yang berbunyi Ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Untuk itu, pada hasil penelitian ini dijelaskan mengenai hasil analisis inferensial dan analisis deskriptif sebagai temuan penelitian lainnya. Selanjutnya akan dijelaskan sebagai berikut:

4.5.1 Data Demografi

Penelitian ini dilaksanakan pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah dengan jumlah responden sejumlah 207 subjek.

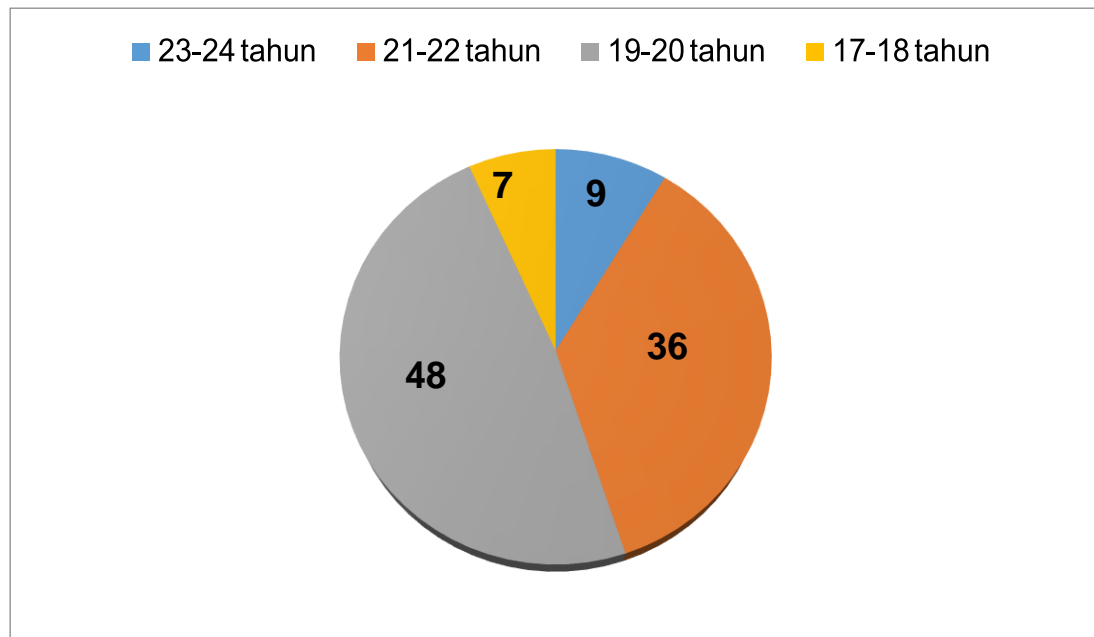
4.5.1.1 Data Responden Berdasarkan Usia

Responden yang dijadikan sampel dalam penelitian ini memiliki rentang usia 17 sampai 24 tahun. Gambaran umum berdasarkan usia maka diperoleh hasil yang kemudian digolongkan menjadi empat golongan usia. Berikut data penelitian yang didapatkan :

Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
23-24	18	9%
21-22	75	36%
19-20	100	48%
17-18	14	7%
Total	207	100%

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat jika jumlah responden berdasarkan usia sebagian besar terdapat pada rentang usia 19-20 tahun yaitu sejumlah 100 responden atau 48%. Berikut gambaran umum responden berdasarkan usia dalam bentuk diagram lingkaran:



Gambar 4.1 Data Responden Berdasarkan Usia

4.5.1.2 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

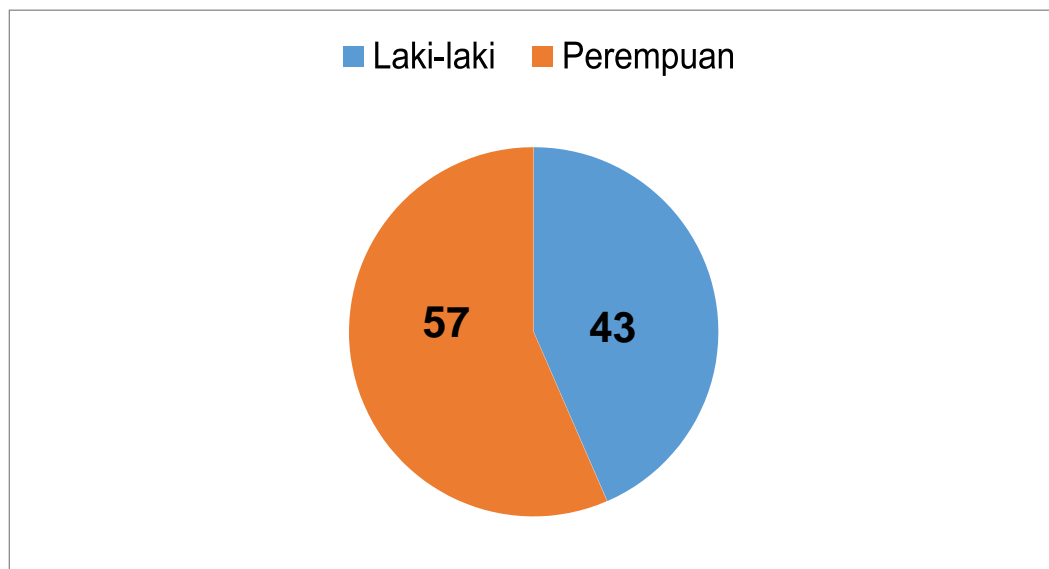
Responden dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.

Berikut adalah gambaran umum responden penelitian berdasarkan jenis kelamin :

Tabel 4.3 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	90	43%
Perempuan	117	57%
Total	207	100%

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat jika jumlah responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sejumlah 117 responden atau 57%. Berikut gambaran umum responden berdasarkan jenis kelamin dalam bentuk diagram lingkaran :



Gambar 4.2 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

4.5.2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Uji validitas dan reliabilitas instrument kontrol diri dan prokrastinasi akademik dilakukan dengan bantuan *software* pengolah data.

4.5.2.1 Validitas Instrumen Kontrol Diri

Berdasarkan hasil pengukuran uji validitas yang dilakukan untuk skala kontrol diri menunjukkan dari 30 item yang diuji, terdapat 5 item yang tidak valid atau gugur yakni item nomor 3, 7, 8, 15, dan 20, sedangkan sisanya sebanyak 25 item dinyatakan valid.

Tabel 4.4 Hasil Sebaran Item Kontrol Diri

Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
		<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
<i>Behavioral control</i>	Menolak ajakan teman melakukan perbuatan tercela	1, 9, 18	5,24	5
	Kemampuan mengatur perilaku	4, 17, 23	2, 12	5
<i>Cognitive control</i>	Kemampuan menilai keadaan	13, 15*, 21	22, 28	5

	Berpikir jernih walaupun dalam keadaan tertekan	6, 11, 29	16, 26	5
<i>Desicional control</i>	Kemampuan mengambil keputusan	8*, 19, 30	7*, 20*	5
	Kemampuan memilih tindakan	3*, 10, 25	14, 27	5
Total		18	12	30

Keterangan (*) merupakan item yang tidak valid

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat 5 item (3, 7, 8, 15, dan 20) yang dinyatakan tidak valid atau gugur karena memiliki nilai koefisien validitas kurang dari 0,300. Item 3 mempunyai nilai koefisien validitas $0,297 < 0,300$, item 7 mempunyai nilai koefisien validitas $0,234 < 0,300$, item 8 mempunyai nilai koefisien validitas $0,166 < 0,300$, item 15 mempunyai nilai koefisien validitas $0,047 < 0,300$, dan item 20 mempunyai nilai koefisien validitas $0,035 < 0,300$.

4.5.2.2 Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil pengukuran uji validitas yang dilakukan untuk skala prokrastinasi akademik menunjukkan dari 36 item yang diuji, terdapat 7 item yang tidak valid atau gugur yakni item nomor 1, 19, 20, 24, 27, 33, dan 34, sedangkan sisanya sebanyak 29 item dinyatakan valid.

Tabel 4.5 Hasil Sebaran Item Prokrastinasi Akademik

Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
		<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
Gangguan perhatian	Mengalihkan perhatiannya pada aktivitas lain yang dianggapnya menyenangkan dan menarik	4, 15, 22	1*, 16, 35	6
Keyakinan psikologis akan kemampuan	Merasa yakin dapat menyelesaikan tugas dibawah tekanan	5, 18, 29	2, 21, 13	6

Kurang inisiatif	Mengandalkan teman dan tidak yakin terhadap diri sendiri	6, 23, 31	3, 27*, 14	6
Kesulitan mengatur waktu	Tidak bisa membagi waktu dengan baik	17,	32	2
	memiliki kesenjangan antara niat dan perilaku aktualnya	10	19*	2
	Tidak mampu memprioritaskan kegiatan yang lebih penting	33*	7	2
Faktor sosial	memilih bersosialisasi dengan teman-temannya daripada mengerjakan tugas	11, 26, 36	8, 24*, 20*	6
Kemalasan	menghindari pekerjaan atau tugas walaupun mampu secara fisik	12, 25, 30	9, 28, 34*	6
Total		18	18	18

Keterangan (*) merupakan item yang tidak valid

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat 7 item (1, 19, 20, 24, 27, 33, dan 34) yang dinyatakan tidak valid atau gugur karena memiliki nilai koefisien validitas kurang dari 0,300. Item 1 mempunyai nilai koefisien validitas $0,267 < 0,300$, item 19 mempunyai nilai koefisien validitas $0,130 < 0,300$, item 20 mempunyai nilai koefisien validitas $0,107 < 0,300$, item 24 mempunyai nilai koefisien validitas $0,236 < 0,300$, item 27 mempunyai nilai koefisien validitas $0,279 < 0,300$, item 33 mempunyai nilai koefisien validitas $0,076 < 0,300$, dan item 34 mempunyai nilai koefisien validitas $0,273 < 0,300$.

4.5.2.3 Reliabilitas Instrumen Kontrol Diri

Berdasarkan hasil pengukuran uji reliabilitas untuk skala kontrol diri diperoleh koefisien sebesar 0,778 dengan jumlah item sebanyak 25 item.

Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas Kontrol Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.778	25

Karena nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,778, maka instrument kontrol diri dinyatakan reliabel pada taraf yang cukup.

Tabel 4.7 Tabel Interpretasi Nilai Reliabilitas

Besar Linier r	Interpretasi
0,800 – 1,00	Tinggi
0,600 – 0,800	Cukup
0,400 – 0,600	Agak Rendah
0,200 – 0,400	Rendah
0,000 – 0,200	Sangat Rendah

4.5.2.4 Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil pengukuran uji reliabilitas untuk skala prokrastinasi akademik diperoleh koefisien sebesar 0,906 dengan jumlah item sebanyak 29 item.

Tabel 4.8 Hasil Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.906	29

Karena nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,906, maka instrument prokrastinasi akademik dinyatakan reliabel pada taraf yang tinggi.

Tabel 4.9 Tabel Interpretasi Nilai Reliabilitas

Besar Linier r	Interpretasi
0,800 – 1,00	Tinggi
0,600 – 0,800	Cukup
0,400 – 0,600	Agak Rendah
0,200 – 0,400	Rendah
0,000 – 0,200	Sangat Rendah

4.5.3 Hasil Analisis Inferensial

4.5.3.1 Hasil Uji Asumsi

4.5.3.1.1 Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk membuktikan apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *software* olah data dengan teknik *One-Sample Kolmogrov-Smirnov Test*. Hasil uji normalitas penelitian ini disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.10 Tabel Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		PROKRASINASI AKADEMIK	KONTROL DIRI
N		207	207
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	74.4879	99.6377
	Std. Deviation	14.71472	8.58420
Most Extreme Differences	Absolute	.039	.065
	Positive	.039	.065
	Negative	-.035	-.046
Kolmogorov-Smirnov Z		.554	.935
Asymp. Sig. (2-tailed)		.918	.347

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui hasil uji normalitas menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* bahwa nilai Z (*Kolmogorov-Smirnov*) skala prokrastinasi akademik sebesar 0,554 dengan nilai signifikansi (p)

sebesar 0,918. Karena signifikansi p $0,918 > \alpha = 0,05$, maka data prokrastinasi akademik berdistribusi normal, sedangkan uji normalitas terhadap skala kontrol diri diperoleh nilai Z (*Kolmogorov-Smirnov*) sebesar 0.935 dengan nilai signifikansi p sebesar 0,347. Karena signifikansi p $0,347 > \alpha = 0,05$, maka data kontrol diri berdistribusi normal. Maka dapat disimpulkan bahwa data yang digunakan dalam penelitian tersebut berdistribusi normal.

4.5.3.1.2 Hasil Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk membuktikan apakah variabel kontrol diri mempunyai hubungan linier atau tidak dengan variabel prokrastinasi akademik. Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan *Test of Linierity* yang dilakukan dengan bantuan *software* pengolah data. Hasil uji linieritas adalah sebagai berikut:

Tabel 4.11 Tabel Hasil Uji Linieritas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PROKRASTINASI AKADEMIK * KONTROL DIRI	Between Groups	(Combined)	17502.901	39	448.792	2.766	.000
		Linearity	13895.371	1	13895.371	85.626	.000
		Deviation from Linearity	3607.530	38	94.935	.585	.973
Within Groups			27100.819	167	162.280		
Total			44603.720	206			

Berdasarkan tabel diatas, untuk mengetahui linier atau tidaknya sebuah data, maka nilai signifikansi harus $< \alpha$ 0,05. Maka dapat diketahui bahwa pada baris *Linierity* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena signifikansi $0,000 < 0,05$, maka kontrol diri dan prokrastinasi akademik mempunyai hubungan yang linier.

4.5.3.2 Hasil Uji Hipotesis

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dengan menggunakan bantuan *software* pengolah data. Berikut uji hipotesis dalam penelitian ini:

Tabel 4.12 Tabel Hasil Korelasi antara Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik

Correlations			
		PROKRASTINASI AKADEMIK	KONTROL DIRI
PROKRASTINASI AKADEMIK	Pearson Correlation	1	-.558**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	207	207
KONTROL DIRI	Pearson Correlation	-.558**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	207	207

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,558$ dengan signifikansi (p) sebesar $0,000$. Dengan demikian dikarenakan signifikansi $0,00 < 0,05$ membuktikan bahwa hipotesis penelitian “Ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah” diterima. Nilai koefisien korelasi $-0,558$ menunjukkan adanya hubungan negatif. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah, begitupula sebaliknya.

4.5.4 Hasil Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai subjek penelitian berdasarkan data variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang

diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis (Azwar, 2013:126). Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Untuk menganalisis hasil penelitian, peneliti menggunakan angka yang dideskripsikan dengan menguraikan kesimpulan yang didasari oleh angka yang diolah dengan metode statistik. Metode statistik digunakan untuk mencari tahu besarnya *mean* teoritik (μ), dan standar deviasi (σ) dengan mendasarkan pada jumlah aitem dan skor maksimal serta skor minimal pada masing-masing alternatif jawaban. Kriteria yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan kategori berdasarkan model distribusi normal. Menurut Azwar, (2016:149) penggolongan subjek ke dalam tiga kategorisasi adalah sebagai berikut:

Tabel 4.13 Tabel Penggolongan Distribusi Frekuensi

Interval Skor	Kriteria
$(\mu + 1 \sigma) \leq X$	Tinggi
$(\mu - 1 \sigma) \leq X < (\mu + 1 \sigma)$	Sedang
$X < (\mu - 1 \sigma)$	Rendah

Keterangan :

μ : *mean* teoritis

σ : *mean* deviasi

Deskripsi data tersebut memberi gambaran penting mengenai distribusi skor skala pada kelompok subjek yang dikenai pengukuran dan berfungsi sebagai informasi mengenai keadaan subjek pada aspek atau variabel yang diteliti.

4.5.4.1 Gambaran Prokrastinasi Akademik

4.5.4.1.1 Gambaran Umum Prokrastinasi Akademik

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala prokrastinasi akademik yang disebutkan oleh McCloskey (2011), meliputi: gangguan perhatian,

keyakinan psikologis akan kemampuan, inisiatif personal, keterampilan mengatur waktu, faktor sosial prokrastinasi, dan kemalasan.

Gambaran secara umum prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah dapat dilihat dari analisis data dengan perhitungan manual. Prokrastinasi akademik diukur menggunakan skala prokrastinasi akademik yang terdiri dari 36 item dengan skor tertinggi 5 (lima) dan skor terendah 1 (satu). Namun terdapat 7 item yang tidak valid, sehingga jumlah item yang valid sebanyak 29 item. Berikut ini statistik deskriptif prokrastinasi akademik dengan perhitungan secara manual dan bantuan *software* pengolah data.

Pengkategorisasian prokrastinasi akademik dilakukan secara manual dengan rincian sebagai berikut:

$$\text{Jumlah item valid} = 29$$

$$\text{Skor tertinggi} = 29 \times 5 = 145$$

$$\text{Skor terendah} = 29 \times 1 = 29$$

$$\begin{aligned} \text{Mean Teoritis } (\mu) &= \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2} \\ &= \frac{145 + 29}{2} = 87 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Standar Deviasi } (\sigma) &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{6} \\ &= \frac{145 - 29}{6} = 19 \end{aligned}$$

$$87 + (1 \times 19) \leq X \qquad = 106 \leq X$$

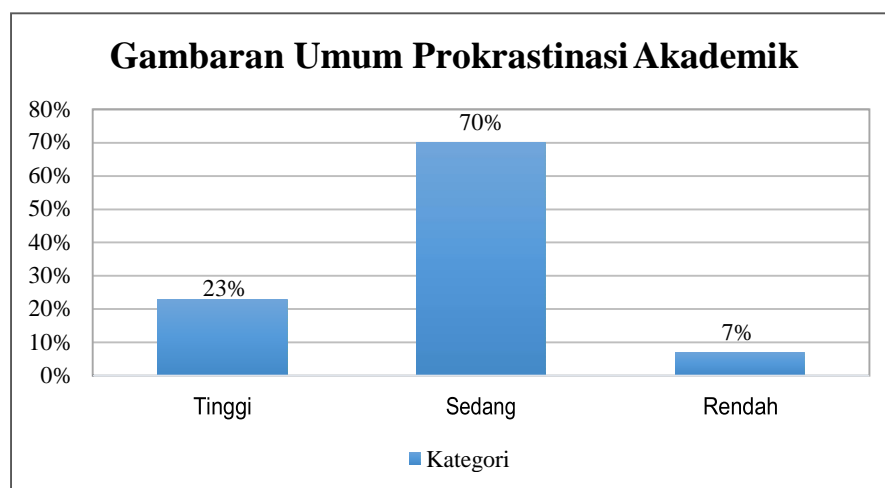
$$87 - (1 \times 19) \leq X < 87 + (1 \times 19) \qquad = 68 \leq X < 106$$

$$X < 87 - (1 \times 19) \qquad = X < 68$$

Tabel 4.14 Kategori Prokrastinasi Akademik

Interval	Kategori	Prokrastinasi Akademik	
		F	%
$106 \leq X$	Tinggi	47	23%
$68 \leq X < 106$	Sedang	146	70%
$X < 68$	Rendah	14	7%
Jumlah		207	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, prokrastinasi akademik berada dalam kategori tinggi sebesar 23% (47 subjek), kategori sedang sebesar 70% (146 subjek), dan kategori rendah sebesar 7% (14 subjek).



Gambar 4.3 Diagram Gambaran Umum Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah

Berdasarkan perhitungan program pengolah data didapatkan mean prokrastinasi akademik sebesar 74,4879. Maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori sedang karena berada di dalam rentang $68 \leq X < 106$ dengan persentase sebesar 70% (146 subjek).

4.5.4.1.2 Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik

Gambaran spesifik prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah dapat dilihat dari

aspek prokrastinasi akademik yang disebutkan oleh McCloskey (2011), meliputi: gangguan perhatian, keyakinan psikologis akan kemampuan, inisiatif personal, keterampilan mengatur waktu, faktor sosial prokrastinasi, dan kemalasan. Gambaran tiap-tiap aspek dari prokrastinasi akademik dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Aspek Gangguan Perhatian

Gambaran aspek gangguan perhatian diukur dengan menggunakan 5 item yang valid yaitu nomor 4, 15, 16, 22, dan 35. Selanjutnya pengkategorisasian distribusi prokrastinasi akademik berdasarkan aspek gangguan perhatian dengan rincian sebagai berikut:

$$\text{Jumlah item valid} = 5$$

$$\text{Skor tertinggi} = 5 \times 5 = 25$$

$$\text{Skor terendah} = 5 \times 1 = 5$$

$$\text{Mean Teoritis } (\mu) = \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2}$$

$$= \frac{25+5}{2} = 15$$

$$\text{Standar Deviasi } (\sigma) = \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{6}$$

$$= \frac{25-5}{6} = 3$$

$$15 + (1 \times 3) \leq X \quad = 18 \leq X$$

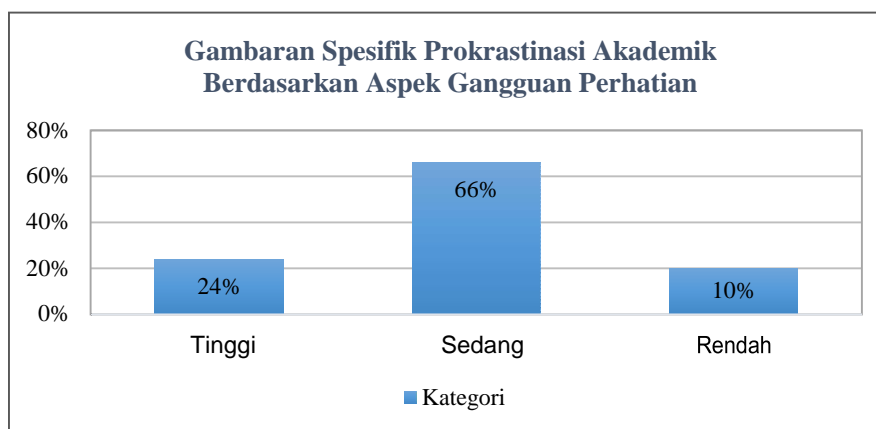
$$15 - (1 \times 3) \leq X < 15 + (1 \times 3) \quad = 12 \leq X < 18$$

$$X < 15 - (1 \times 3) \quad = X < 12$$

Tabel 4.15 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Aspek Gangguan Perhatian

Interval	Kategori	Prokrastinasi akademik	
		F	%
$18 \leq X$	Tinggi	50	24%
$12 \leq X < 18$	Sedang	137	66%
$X < 12$	Rendah	20	10%
Jumlah		207	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, maka aspek gangguan perhatian berada dalam kategori tinggi sebesar 24% (50 subjek), kategori sedang sebesar 66% (137 subjek) dan kategori rendah sebesar 20% (32 subjek).



Gambar 4.4 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Aspek Gangguan Perhatian

Berdasarkan perhitungan *software* pengolahan data didapatkan mean aspek gangguan perhatian sebesar 15,3816. Maka dapat disimpulkan bahwa aspek gangguan perhatian pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di

teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori sedang karena berada di dalam rentang $12 \leq X < 18$ dengan persentase sebesar 66% (137 subjek).

2. Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Keyakinan Psikologis Akan Kemampuan

Gambaran aspek keyakinan psikologis akan kemampuan diukur dengan menggunakan 6 item yang valid yaitu nomor 2, 5, 13,18,21,dan 29. Selanjutnya pengkategorisasian distribusi prokrastinasi akademik berdasarkan aspek keyakinan psikologis akan kemampuan dengan rincian sebagai berikut:

$$\text{Jumlah item valid} = 6$$

$$\text{Skor tertinggi} = 6 \times 5 = 30$$

$$\text{Skor terendah} = 6 \times 1 = 6$$

$$\begin{aligned} \text{Mean Teoritis } (\mu) &= \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2} \\ &= \frac{30+6}{2} = 18 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Standar Deviasi } (\sigma) &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{6} \\ &= \frac{30-6}{6} = 4 \end{aligned}$$

$$18 + (1 \times 4) \leq X \quad = 22 \leq X$$

$$18 - (1 \times 4) \leq X < 18 + (1 \times 4) \quad = 14 \leq X < 22$$

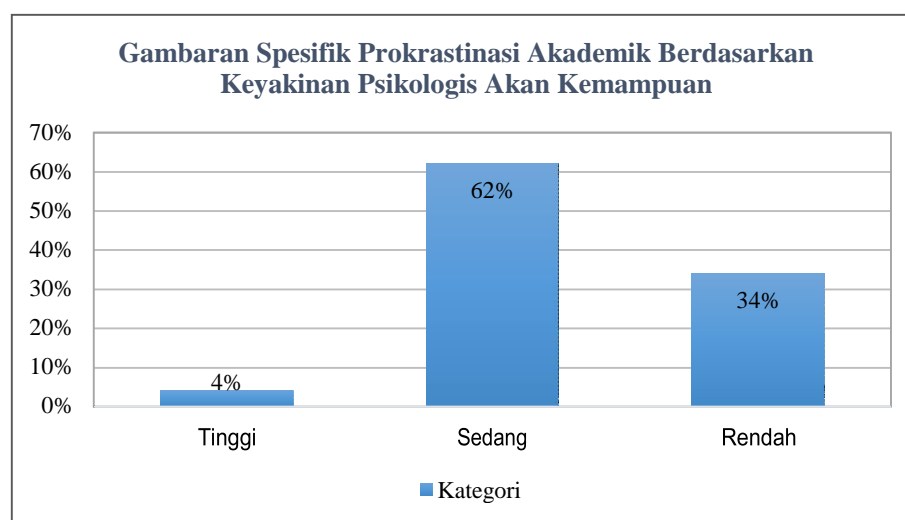
$$X < 18 - (1 \times 4) \quad = X < 14$$

Tabel 4.16 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Aspek Keyakinan Psikologis Akan Kemampuan

Interval	Kategori	Prokrastinasi akademik	
		F	%
$22 \leq X$	Tinggi	9	4%
$14 \leq X < 22$	Sedang	127	62%

$X < 14$	Rendah	71	34%
Jumlah		207	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, maka aspek keyakinan psikologis akan kemampuan berada dalam kategori tinggi sebesar 4% (9 subjek), kategori sedang sebesar 62% (127 subjek) dan kategori rendah sebesar 34% (71 subjek).



Gambar 4.5 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Aspek Keyakinan Psikologis Akan Kemampuan

Berdasarkan perhitungan *software* pengolah data didapatkan mean aspek keyakinan psikologis akan kemampuan sebesar 14,8502. Maka dapat disimpulkan bahwa aspek keyakinan psikologis akan kemampuan pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori sedang karena berada di dalam rentang $14 \leq X < 22$ dengan persentase sebesar 62% (127 subjek).

3. Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Inisiatif Personal

Gambaran aspek inisiatif personal diukur dengan menggunakan 5 item yang valid yaitu nomor 3, 6, 14, 23, dan 31. Selanjutnya pengkategorisasian distribusi

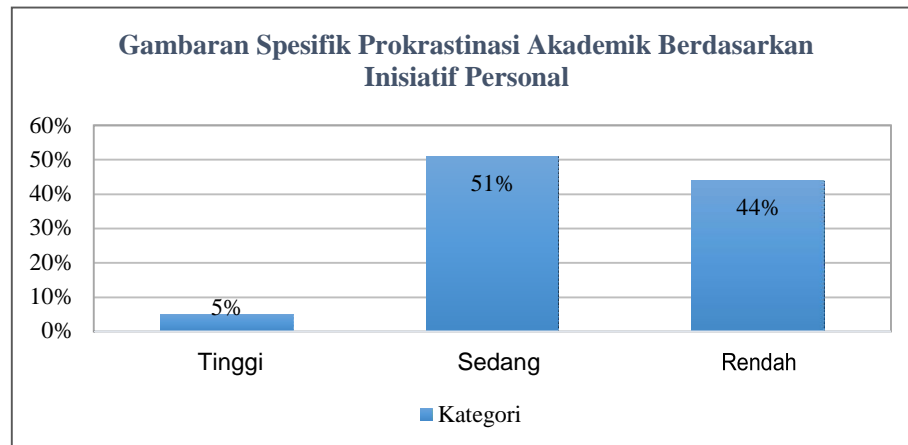
prokrastinasi akademik berdasarkan aspek inisiatif personal dengan rincian sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Jumlah item valid} &= 5 \\ \text{Skor tertinggi} &= 5 \times 5 = 25 \\ \text{Skor terendah} &= 5 \times 1 = 5 \\ \text{Mean Teoritis } (\mu) &= \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2} \\ &= \frac{25+5}{2} = 15 \\ \text{Standar Deviasi } (\sigma) &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{6} \\ &= \frac{25-5}{6} = 3 \\ 15 + (1 \times 3) &\leq X &= 18 \leq X \\ 15 - (1 \times 3) &\leq X < 15 + (1 \times 3) &= 12 \leq X < 18 \\ X < 15 - (1 \times 3) &&= X < 12 \end{aligned}$$

Tabel 4.17 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Inisiatif Personal

Interval	Kategori	Prokrastinasi Akademik	
		F	%
$18 \leq X$	Tinggi	11	5%
$12 \leq X < 18$	Sedang	106	51%
$X < 12$	Rendah	90	44%
Jumlah		207	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, maka aspek inisiatif personal berada dalam kategori tinggi sebesar 5% (11 subjek), kategori sedang sebesar 51% (106 subjek) dan kategori rendah sebesar 44% (90 subjek).



Gambar 4.6 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Inisiatif Personal

Berdasarkan perhitungan *software* pengolah data didapatkan mean aspek inisiatif personal sebesar 12,3237. Maka dapat disimpulkan bahwa aspek inisiatif personal pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori sedang karena berada di dalam interval $12 \leq X < 18$ dengan persentase sebesar 51% (106 subjek).

4. Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Keterampilan Mengatur Waktu

Gambaran aspek keterampilan mengatur waktu diukur dengan menggunakan 4 item yang valid yaitu nomor 7, 10, 17, dan 32. Selanjutnya pengkategorisasian distribusi prokrastinasi akademik berdasarkan aspek keterampilan mengatur waktu dengan rincian sebagai berikut:

$$\text{Jumlah item valid} = 4$$

$$\text{Skor tertinggi} = 4 \times 5 = 20$$

$$\text{Skor terendah} = 4 \times 1 = 4$$

$$\text{Mean Teoritis } (\mu) = \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2}$$

$$= \frac{20+4}{2} = 12$$

$$\text{Standar Deviasi } (\sigma) = \frac{\text{skor tertinggi}-\text{skor terendah}}{6}$$

$$= \frac{20-4}{6} = 2,7 = 3$$

$$12 + (1 \times 3) \leq X \qquad = 15 \leq X$$

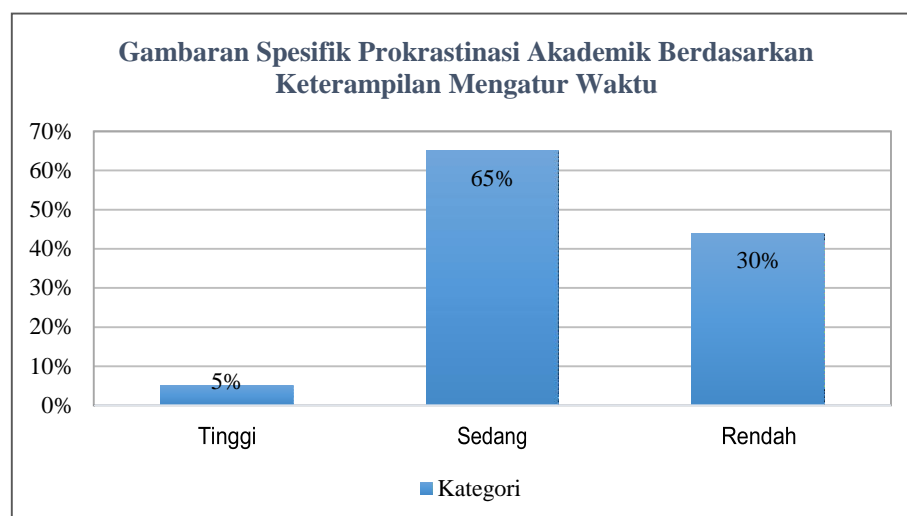
$$12 - (1 \times 3) \leq X < 12 + (1 \times 3) \qquad = 9 \leq X < 15$$

$$X < 12 - (1 \times 3) \qquad = X < 9$$

Tabel 4.18 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Keterampilan Mengatur Waktu

Interval	Kategori	Prokrastinasi Akademik	
		F	%
$15 \leq X$	Tinggi	10	5%
$9 \leq X < 15$	Sedang	134	65%
$= X < 9$	Rendah	63	30%
Jumlah		207	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, maka aspek keterampilan mengatur waktu berada dalam kategori tinggi sebesar 5% (11 subjek), kategori sedang sebesar 65% (134 subjek) dan kategori rendah sebesar 30% (30 subjek).



Gambar 4.7 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Keterampilan Mengatur Waktu

Berdasarkan perhitungan *software* pengolah data didapatkan mean aspek keterampilan mengatur waktu sebesar 9,8309. Maka dapat disimpulkan bahwa aspek keterampilan mengatur waktu pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori sedang karena berada di dalam interval $9 \leq X < 15$ dengan persentase sebesar 65% (134 subjek).

5. Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Faktor Sosial Prokrastinasi

Gambaran aspek faktor sosial prokrastinasi diukur dengan menggunakan 4 item yang valid yaitu nomor 8, 11, 26, dan 36. Selanjutnya pengkategorisasian distribusi prokrastinasi akademik berdasarkan aspek faktor social prokrastinasi dengan rincian sebagai berikut:

$$\text{Jumlah item valid} = 4$$

$$\text{Skor tertinggi} = 4 \times 5 = 20$$

$$\text{Skor terendah} = 4 \times 1 = 4$$

$$\begin{aligned} \text{Mean Teoritis } (\mu) &= \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2} \\ &= \frac{20 + 4}{2} = 12 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Standar Deviasi } (\sigma) &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{6} \\ &= \frac{20 - 4}{6} = 2,7 = 3 \end{aligned}$$

$$12 + (1 \times 3) \leq X = 15 \leq X$$

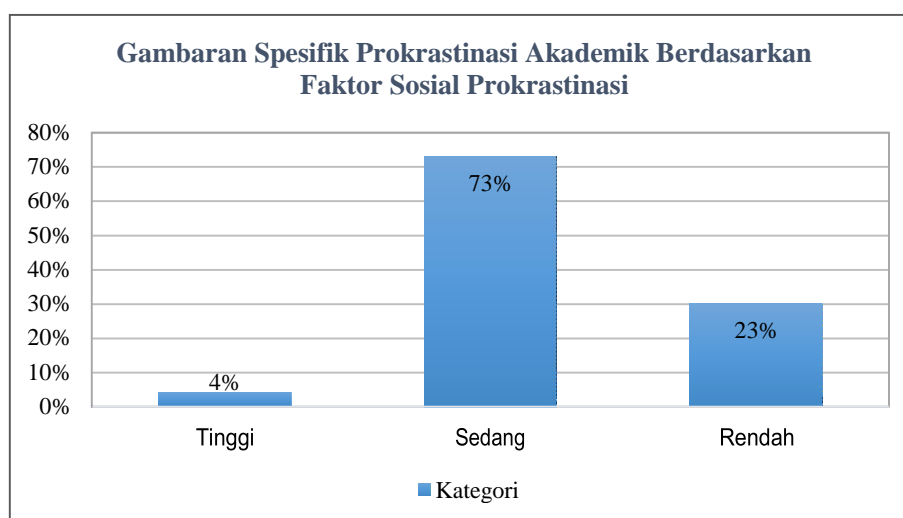
$$12 - (1 \times 3) \leq X < 12 + (1 \times 3) = 9 \leq X < 15$$

$$X < 12 - (1 \times 3) = X < 9$$

Tabel 4.19 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Faktor Sosial Prokrastinasi

Interval	Kategori	Prokrastinasi Akademik	
		F	%
$15 \leq X$	Tinggi	8	4%
$9 \leq X < 15$	Sedang	151	73%
$= X < 9$	Rendah	48	23%
Jumlah		207	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, maka aspek faktor sosial prokrastinasi berada dalam kategori tinggi sebesar 4% (8 subjek), kategori sedang sebesar 73% (151 subjek) dan kategori rendah sebesar 23% (48 subjek).



Gambar 4.8 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Faktor Sosial Prokrastinasi

Berdasarkan perhitungan *software* pengolahan data didapatkan mean aspek faktor sosial prokrastinasi sebesar 10,3333. Maka dapat disimpulkan bahwa aspek faktor sosial prokrastinasi pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di

teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori sedang karena berada di dalam interval $9 \leq X < 15$ dengan persentase sebesar 73% (151 subjek).

6. Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Kemalasan

Gambaran aspek kemalasan diukur dengan menggunakan 5 item yang valid yaitu nomor 9, 12, 25, 28, dan 30. Selanjutnya pengkategorisasian distribusi prokrastinasi akademik berdasarkan aspek kemalasan dengan rincian sebagai berikut:

$$\text{Jumlah item valid} = 5$$

$$\text{Skor tertinggi} = 5 \times 5 = 25$$

$$\text{Skor terendah} = 5 \times 1 = 5$$

$$\begin{aligned} \text{Mean Teoritis } (\mu) &= \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2} \\ &= \frac{25 + 5}{2} = 15 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Standar Deviasi } (\sigma) &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{6} \\ &= \frac{25 - 5}{6} = 3 \end{aligned}$$

$$15 + (1 \times 3) \leq X \qquad = 18 \leq X$$

$$15 - (1 \times 3) \leq X < 15 + (1 \times 3) \qquad = 12 \leq X < 18$$

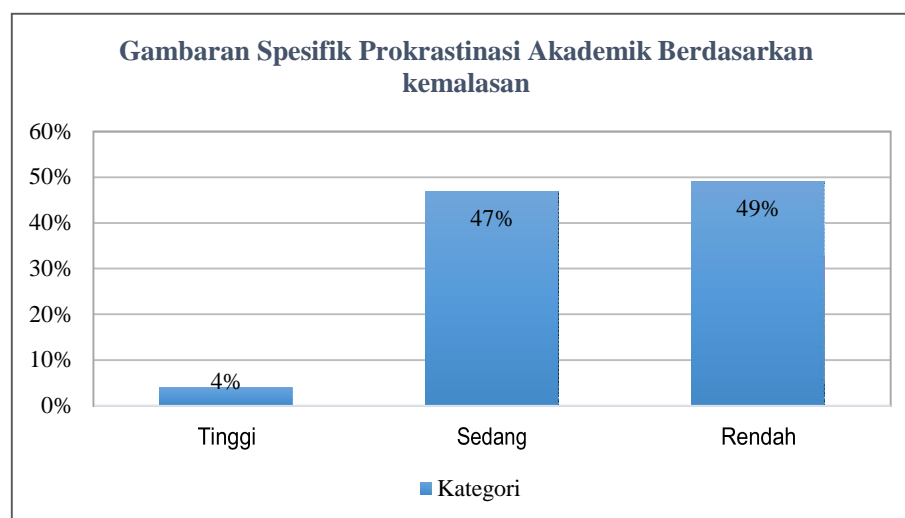
$$X < 15 - (1 \times 3) \qquad = X < 12$$

Tabel 4.20 Kategori Prokrastinasi Akademik Berdasarkan kemalasan

Interval	Kategori	Prokrastinasi Akademik	
		F	%
$18 \leq X$	Tinggi	9	4%
$12 \leq X < 18$	Sedang	96	47%
$X < 12$	Rendah	102	49%

Jumlah	207	100%
---------------	------------	-------------

Berdasarkan tabel kategori di atas, maka aspek kemalasan berada dalam kategori tinggi sebesar 4% (9 subjek), kategori sedang sebesar 47% (96 subjek) dan kategori rendah sebesar 49% (102 subjek).



Gambar 4.9 Diagram Gambaran Spesifik Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Kemalasan

Berdasarkan perhitungan *software* pengolah data didapatkan mean aspek kemalasan sebesar 11,7681. Maka dapat disimpulkan bahwa aspek kemalasan pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori rendah karena berada di dalam interval $X < 12$ dengan persentase sebesar 49% (102 subjek).

4.5.4.1.3 Rangkuman Gambaran Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Semua Aspek

Dari berbagai hasil data diatas dapat disimpulkan dalam tabel berikut:

Tabel 4.21 Ringkasan Deskriptif Prokrastinasi Akademik

No	Elemen	Kategori (%)			Total (%)
		Tinggi	Sedang	Rendah	
1	Gangguan perhatian	24%	66%	10%	100
2	Keyakinan psikologis akan kemampuan	4%	62%	34%	100
3	Inisiatif personal	5%	51%	44%	100
4	Keterampilan mengatur waktu	5%	65%	30%	100
5	Faktor sosial prokrastinasi	4%	73%	23%	100
6	kemalasan	4%	47%	49%	100

Penjelasan kategorisasi prokrastinasi akademik setiap aspek di atas disusun berdasarkan kategorisasi distribusi normal. Berdasarkan tabel di atas maka aspek gangguan perhatian, keyakinan psikologis akan kemampuan, inisiatif personal, keterampilan mengatur waktu, dan faktor sosial prokrastinasi berada dalam kategori sedang, sedangkan untuk aspek kemalasan berada dalam kategori rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dari enam aspek prokrastinasi akademik, lima indikator berada kategori sedang dan satu indikator berada dalam kategori rendah.

4.5.4.2 Gambaran Kontrol Diri

4.5.4.2.1 Gambaran Umum Kontrol Diri

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kontrol diri yang telah disebutkan oleh Averill (1973), yang meliputi 3 (tiga) aspek yaitu: *behavioral control*, *cognitive control*, dan *decisional control*. Gambaran secara umum kontrol

diri pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah dapat dilihat dari analisis data dengan perhitungan manual. Kontrol diri diukur menggunakan skala kontrol diri yang terdiri dari 30 item dengan skor tertinggi 5 (lima) dan skor terendah 1 (satu). Namun terdapat 5 item yang tidak valid, sehingga jumlah item yang valid sebanyak 25 item. Berikut ini statistik deskriptif kontrol diri dengan perhitungan secara manual dan bantuan program pengolah data:

Pengkategorisasian kontrol diri yang dilakukan secara manual dengan rincian sebagai berikut:

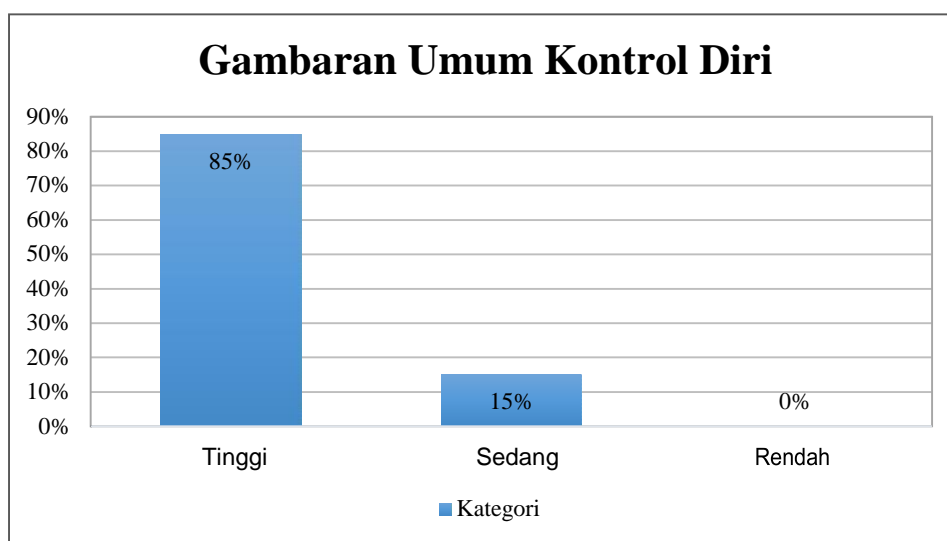
$$\begin{aligned} \text{Jumlah item valid} &= 25 \\ \text{Skor tertinggi} &= 25 \times 5 = 125 \\ \text{Skor terendah} &= 25 \times 1 = 25 \\ \text{Mean Teoritis } (\mu) &= \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2} \\ &= \frac{125 + 25}{2} = 75 \\ \text{Standar Deviasi } (\sigma) &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{6} \\ &= \frac{125 - 25}{6} = 16,6 = 17 \\ 75 + (1 \times 17) &\leq X &= 92 \leq X \\ 75 - (1 \times 17) &\leq X < 75 + (1 \times 17) &= 58 \leq X < 92 \\ X < 75 - (1 \times 17) & &= X < 58 \end{aligned}$$

Tabel 4.22 Kategori Kontrol Diri

Interval	Kategori	Kontrol Diri	
		F	%
$92 \leq X$	Tinggi	176	85%
$58 \leq X < 92$	Sedang	31	15%

$X < 58$	Rendah	0	0%
Jumlah		207	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, kontrol diri berada dalam kategori kategori tinggi sebesar 85% (176 subjek), kategori sedang sebesar 15% (31 subjek), dan tidak ada yang berada di kategori rendah.



Gambar 4.10 Diagram Gambaran Umum Kontrol Diri pada Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah

Berdasarkan perhitungan program pengolah data didapatkan mean kontrol diri sebesar 99,5314. Maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori tinggi karena berada di dalam interval $92 \leq X$ dengan persentase sebesar 85% (176 subjek).

4.5.4.2.2 Gambaran Spesifik Kontrol Diri

1. Gambaran Spesifik Kontrol Diri Berdasarkan Aspek *Behavioral Control*

Gambaran aspek *behavioral control* diukur dengan menggunakan 10 item yang valid yaitu nomor 1, 2, 4, 5, 9, 12, 17, 18, 23, dan 24. Selanjutnya

pengkategorisasian distribusi kontrol diri berdasarkan aspek *behavioral control*

secara manual dengan rincian sebagai berikut:

$$\text{Jumlah item valid} = 10$$

$$\text{Skor tertinggi} = 10 \times 5 = 50$$

$$\text{Skor terendah} = 10 \times 1 = 10$$

$$\begin{aligned} \text{Mean Teoritis } (\mu) &= \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2} \\ &= \frac{50 + 10}{2} = 30 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Standar Deviasi } (\sigma) &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{6} \\ &= \frac{50 - 10}{6} = 6,7 = 7 \end{aligned}$$

$$30 + (1 \times 7) \leq X \quad = 37 \leq X$$

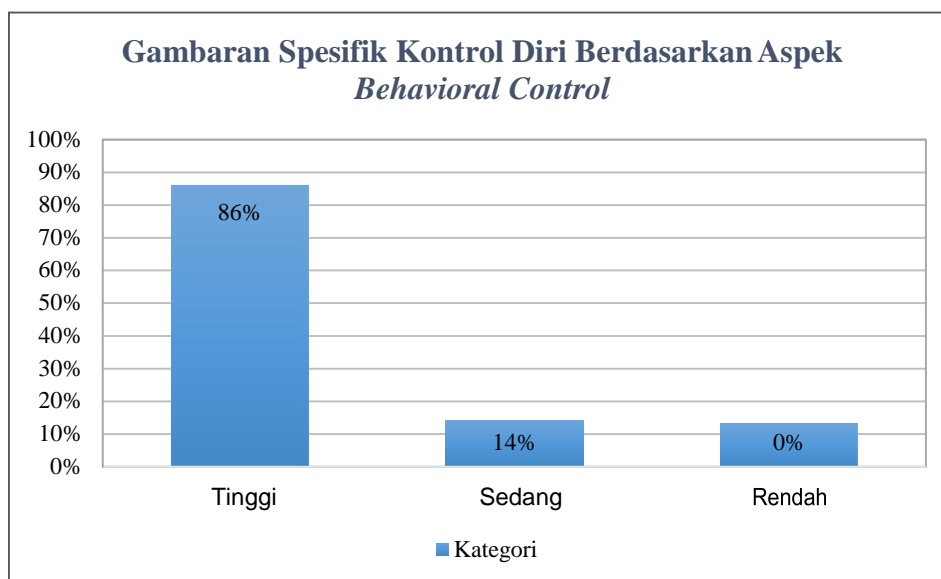
$$30 - (1 \times 7) \leq X < 30 + (1 \times 7) \quad = 23 \leq X < 37$$

$$X < 30 - (1 \times 7) \quad = X < 23$$

Tabel 4.23 Kategori Kontrol Diri Berdasarkan Aspek *Behavioral Control*

Interval	Kategori	Kontrol Diri	
		F	%
$37 \leq X$	Tinggi	178	86%
$23 \leq X < 37$	Sedang	29	14%
$X < 23$	Rendah	0	0%
Jumlah		207	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, kontrol diri berdasarkan aspek *behavioral control* berada dalam kategori kategori tinggi sebesar 86% (178 subjek), kategori sedang sebesar 14% (29 subjek), dan tidak ada yang berada di kategori rendah.



Gambar 4.11 Diagram Gambaran Spesifik Kontrol Diri Berdasarkan Aspek
Behavioral Control

Berdasarkan perhitungan program pengolah data didapatkan mean kontrol diri berdasarkan aspek *behavioral control* sebesar 40,3623. Maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri berdasarkan aspek *behavioral control* pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori tinggi karena berada di dalam interval $37 \leq X$ dengan persentase sebesar 86% (178 subjek).

2. Gambaran Spesifik Kontrol Diri Berdasarkan Aspek *Cognitif Control*

Gambaran aspek *cognitif control* diukur dengan menggunakan 9 item yang valid yaitu nomor 6, 11, 13, 16, 21, 22, 26, 28, dan 29. Selanjutnya pengkategorisasian distribusi kontrol diri berdasarkan aspek *behavioral control* secara manual dengan rincian sebagai berikut:

$$\text{Jumlah item valid} = 9$$

$$\text{Skor tertinggi} = 9 \times 5 = 45$$

$$\text{Skor terendah} = 9 \times 1 = 9$$

$$\begin{aligned} \text{Mean Teoritis } (\mu) &= \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2} \\ &= \frac{45 + 9}{2} = 27 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Standar Deviasi } (\sigma) &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{6} \\ &= \frac{45 - 9}{6} = 6 \end{aligned}$$

$$27 + (1 \times 6) \leq X = 33 \leq X$$

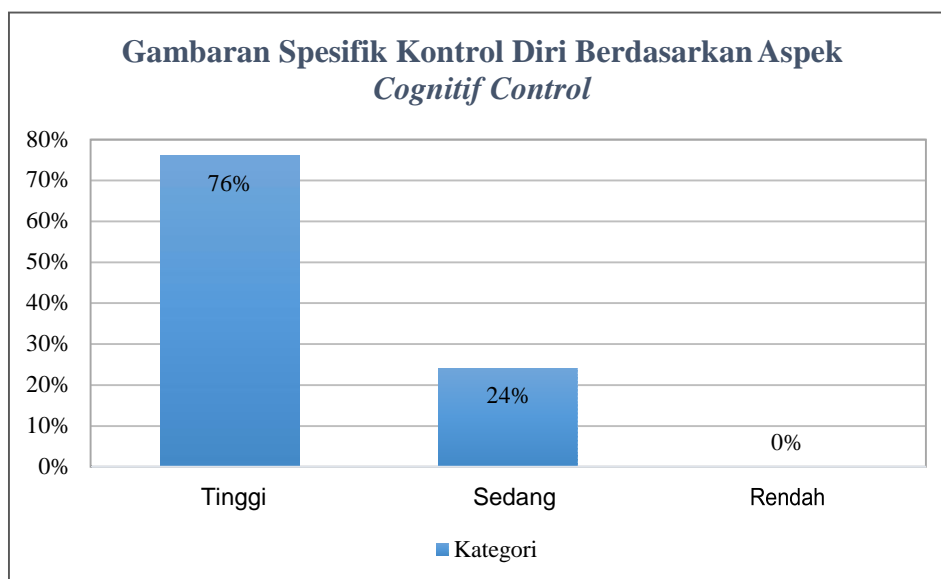
$$27 - (1 \times 6) \leq X < 27 + (1 \times 6) = 21 \leq X < 33$$

$$X < 27 - (1 \times 6) = X < 21$$

Tabel 4.24 Kategori Kontrol Diri Berdasarkan Aspek *Cognitif Control*

Interval	Kategori	Kontrol Diri	
		F	%
$33 \leq X$	Tinggi	157	76%
$21 \leq X < 33$	Sedang	50	24%
$X < 21$	Rendah	0	0%
Jumlah		207	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, kontrol diri berdasarkan aspek *cognitif control* berada dalam kategori kategori tinggi sebesar 76% (157 subjek), kategori sedang sebesar 24% (50 subjek), dan tidak ada yang berada di kategori rendah.



Gambar 4.12 Diagram Gambaran Spesifik Kontrol Diri Berdasarkan Aspek
Cognitif Control

Berdasarkan perhitungan program pengolah data didapatkan mean kontrol diri berdasarkan aspek *cognitif control* sebesar 34,8841. Maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri berdasarkan aspek *cognitif control* pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori tinggi karena berada di dalam interval $33 \leq X$ dengan persentase sebesar 76% (157 subjek).

3. Gambaran Spesifik Kontrol Diri Berdasarkan Aspek *Desicional Control*

Gambaran aspek *decisional control* diukur dengan menggunakan 6 item yang valid yaitu nomor 10, 14, 19, 25, 27, dan 30. Selanjutnya pengkategorisasian distribusi kontrol diri berdasarkan aspek *decisional control* secara manual dengan rincian sebagai berikut:

$$\text{Jumlah item valid} = 6$$

$$\text{Skor tertinggi} = 6 \times 5 = 30$$

$$\text{Skor terendah} = 6 \times 1 = 6$$

$$\begin{aligned} \text{Mean Teoritis } (\mu) &= \frac{\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}}{2} \\ &= \frac{30 + 6}{2} = 18 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Standar Deviasi } (\sigma) &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{6} \\ &= \frac{30 - 6}{6} = 4 \end{aligned}$$

$$18 + (1 \times 4) \leq X = 22 \leq X$$

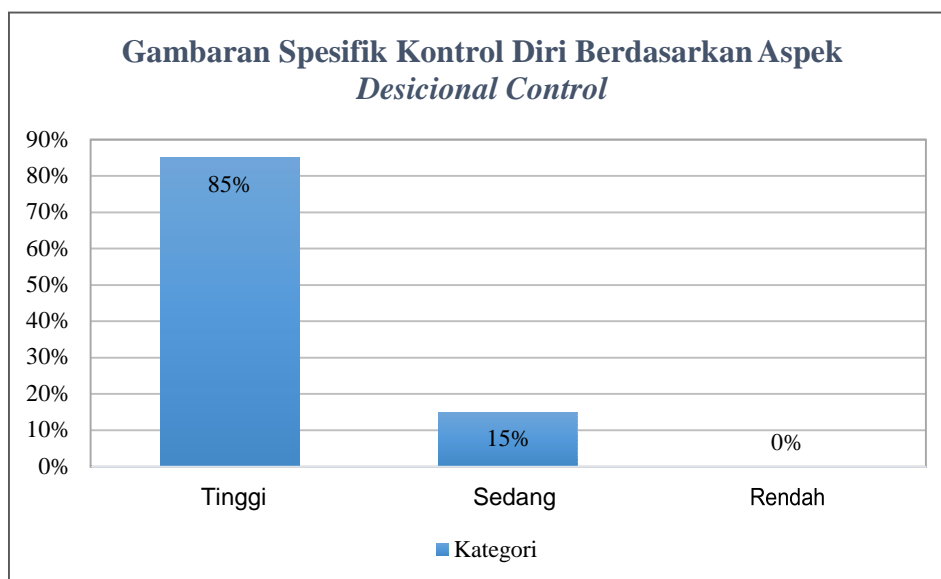
$$18 - (1 \times 4) \leq X < 18 + (1 \times 4) = 14 \leq X < 22$$

$$X < 18 - (1 \times 4) = X < 14$$

Tabel 4.25 Kategori Kontrol Diri Berdasarkan Aspek *Desicional Control*

Interval	Kategori	Kontrol Diri	
		F	%
$22 \leq X$	Tinggi	176	85%
$14 \leq X < 22$	Sedang	31	15%
$X < 14$	Rendah	0	0%
Jumlah		207	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, kontrol diri berdasarkan aspek *desicional control* berada dalam kategori kategori tinggi sebesar 85% (176 subjek), kategori sedang sebesar 15% (31 subjek), dan tidak ada yang berada di kategori rendah.



Gambar 4.13 Diagram Gambaran Spesifik Kontrol Diri Berdasarkan Aspek
Desicional Control

Berdasarkan perhitungan program pengolah data didapatkan mean kontrol diri berdasarkan aspek *desicional control* sebesar 24,2850. Maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri berdasarkan aspek *desicional control* pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori tinggi karena berada di dalam interval $22 \leq X$ dengan persentase sebesar 85% (176 subjek).

4.5.4.2.3 Rangkuman Gambaran Kontrol Diri Berdasarkan Semua Aspek

Dari berbagai hasil data diatas dapat disimpulkan dalam tabel berikut :

Tabel 4.26 Ringkasan Deskriptif Kontrol Diri

No	Aspek	Kategori (%)			Total (%)
		Tinggi	Sedang	Rendah	
1	<i>Behavioral Control</i>	86%	14%	0%	100
2	<i>Cognitive Control</i>	76%	24%	0%	100
3	<i>Decisional Control</i>	85%	15%	0%	100

Penjelasan kategorisasi kontrol diri setiap aspek di atas disusun berdasarkan kategorisasi distribusi normal. Berdasarkan tabel di atas maka aspek *behavioal control*, *cognitive control*, *decisional control* berada dalam kategori tinggi semua. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dari ketiga aspek kontrol diri berada dalam kategori tinggi.

4.6 Pembahasan

Pembahasan yang akan dipaparkan oleh peneliti terdiri dari dua bagian, yaitu pembahasan mengenai analisis inferensial dan hasil analisis deskriptif. Berikut ini merupakan pembahasan yang akan dipaparkan oleh peneliti :

4.6.1 Pembahasan Analisis Inferensial Kontrol Diri dan Prokrastinasi

Akademik

Hasil analisis data menunjukkan bahwa hipotesis (H_a) yang menyatakan “Ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah” diterima. Hasil uji korelasi antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik menghasilkan nilai $r_{xy} = -0,558$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ dimana $p < 0,05$. Hubungan negatif tersebut artinya hubungan antara dua variabel atau lebih yang berjalan secara berlawanan atau bertentangan. Jadi semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah, dan sebaliknya.

Selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bintaraningtyas (2015) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan

prokrastinasi akademik pada siswa SMA. Hasil serupa pun juga dikemukakan oleh Rahmantori (2018), yang menunjukkan bahwa ada korelasi negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hasil serupa pun juga dikemukakan oleh Ursia, dkk (2013), Aini & Mahardayani (2011), dan Annisa (2017) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Individu yang mempunyai kontrol diri yang tinggi cenderung dapat mengendalikan dirinya terhadap perilaku-perilaku yang menyimpang seperti prokrastinasi akademik salah satunya. Hal ini juga disampaikan oleh Aviyah & Farid (2014) yang menjelaskan kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengontrol perilakunya, kemampuan untuk membimbing, menyusun, mengatur, dan membawa orang itu ke bentuk perilaku yang positif.

Prokrastinasi bisa dicegah dengan meningkatkan kontrol diri karena individu dengan kontrol diri yang tinggi akan mempunyai tujuan yang lebih jelas dan dapat dikatakan mempunyai prestasi akademik. Ghufron & Risnawita (2012) menyebutkan bahwa beberapa faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik ada dua macam, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan sedangkan faktor internal yang berasal dari dalam diri sendiri yaitu kondisi fisik dan psikologis individu. Dijelaskan juga bahwa rendahnya kontrol diri termasuk bagian dari kondisi psikologis individu yang merupakan faktor internal prokrastinasi akademik.

Individu yang memiliki kontrol diri yang baik, akan terhindar dari berbagai tingkah laku negatif. Sebaliknya individu yang lemah dalam kontrol dirinya, cenderung untuk bertingkah laku negatif atau cenderung menunjukkan gejala perilaku tidak disiplin yang melanggar, yang disebut sebagai bentuk masalah pelanggaran disiplin (Berk, dalam Widodo, 2013).

Dalam penelitian ini, kontrol diri sangat diperlukan dalam menekan adanya prokrastinasi akademik. Pemenuhan semua aspek kontrol diri yang meliputi kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan akan memengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah. Mereka yang mampu mengendalikan perilaku menunda-nunda, mempertimbangkan apa konsekuensinya, dan mampu memutuskan suatu tindakan berdasarkan apa yang diyakini merupakan hal yang didapatkan untuk menekan adanya prokrastinasi akademik pada penelitian ini.

4.6.2 Pembahasan Analisis Deskriptif Kontrol Diri dan Prokrastinasi

Akademik

4.6.2.1 Pembahasan Analisis Deskriptif Kontrol Diri

Secara umum kontrol diri pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori tinggi. Artinya, mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah mempunyai kontrol diri yang baik. Mereka mampu untuk mengendalikan perilaku, menilai keadaan, berpikir jernih walaupun dalam keadaan tertekan, mengambil keputusan, dan memilih tindakan. Kontrol diri dimaksudkan sebagai suatu keinginan individu untuk menciptakan ketertiban, keteraturan, dan

kepatuhan dalam kehidupan yang terjadi karena adanya dorongan dari diri sendiri bukan hanya kepatuhan pada norma dan nilai aturan yang dipaksakan dari luar individu (Widodo, 2013).

Individu yang memiliki kontrol diri yang baik, akan terhindar dari berbagai tingkah laku negatif. Sebaliknya individu yang lemah dalam kontrol dirinya, cenderung untuk bertingkah laku negatif atau cenderung menunjukkan gejala perilaku tidak disiplin yang melanggar, yang disebut sebagai bentuk masalah pelanggaran disiplin (Berk, dalam Widodo, 2013). Dalam hal ini, kemampuan mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah dalam hal menahan diri termasuk dalam kategori tinggi.

Averill (1973) mengungkapkan bahwa terdapat 3 jenis kemampuan mengontrol diri yang meliputi 3 aspek, yaitu *behavioral control* (kontrol perilaku), *cognitive control* (kontrol kognitif), *decisional control* (mengontrol keputusan). Berdasarkan hasil penelitian, aspek – aspek kontrol diri berada dalam kategori tinggi semua, namun yang paling dominan adalah aspek *behavioral control* (mengontrol perilaku). *behavioral control* merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah mampu untuk mengatur perilakunya ketika dihadapkan stimulus yang tidak dikehendaki. Hasil penelitian menyebutkan bahwa persentase aspek *behavioral control* dalam kategori tinggi sebesar 86% yaitu sebanyak 178 subjek.

Selain itu, ada aspek lain yang dalam kategori tinggi yaitu aspek *cognitif control* dengan presentase 76% yaitu sebanyak 157 subjek. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah memiliki kemampuan untuk menilai keadaan dan berpikir jernih walaupun dalam keadaan tertekan.

Selanjutnya ada aspek *desicional control* yang dalam kategori tinggi dengan persentase 85% yaitu sebanyak 176 subjek. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan dan memilih tindakan dengan baik dalam kehidupannya.

4.6.2.2 Pembahasan Analisis Deskriptif Prokrastinasi Akademik

Secara umum, prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada dalam kategori sedang. Artinya, mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah beresiko melakukan prokrastinasi akademik. Kejadian ini menyerang siapapun tanpa memandang latar belakang mahasiswa bahkan untuk Resimen Mahasiswa sekalipun. Hal itu dikarenakan UKM Resimen Mahasiswa merupakan UKM yang produktif di perguruan tinggi masing-masing. UKM Resimen Mahasiswa mempunyai kegiatan dan agenda yang terjadwal, bahkan dapat dikatakan kegiatan dan agenda tersebut membuat anggotanya menjadi sibuk dalam berorganisasi, hingga kesulitan untuk mengatur waktu. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Rosario, dkk (2009) yang menyebutkan salah satu ciri dari prokrastinasi akademik adalah ketidakmampuan seseorang

dalam mengelola dan memanfaatkan waktunya secara baik dan Swaraswati (2016) menjelaskan bahwa yang mendasari prokrastinasi yaitu salah satunya adalah kesibukan berorganisasi. Hal itu pun sesuai dengan temuan peneliti yang melakukan wawancara pendahuluan kepada 3 anggota Resimen Mahasiswa yang menyebutkan alasan mereka menunda tugas akademik karena tidak bisa mengatur waktu dan agenda Resimen Mahasiswa yang padat.

Prokrastinasi akademik mempunyai 6 aspek dan aspek yang paling dominan berdasarkan hasil penelitian adalah aspek gangguan perhatian dengan persentase 66% pada kategori sedang yaitu sebanyak 137 subjek. Gangguan perhatian dapat terjadi ketika prokrastinator mengalihkan perhatiannya pada aktivitas lain yang dianggapnya menyenangkan dan menarik. Mereka cenderung menghindari tanggung jawab yang diberikan kepadanya berupa tugas akademik dari pemberi materi. Meski aktivitas ini sebenarnya mengganggu penyelesaian tugas, prokrastinator tetap menikmatinya.

Aspek selanjutnya yaitu keyakinan psikologis akan kemampuan, dimana Prokrastinator meyakini bahwa dirinya dapat menyelesaikan tugas dibawah tekanan, seperti menyelesaikan tugas dalam waktu satu malam atau satu jam sebelum batas waktu pengumpulan atau sebelum ujian dimulai. Dalam penelitian ini, aspek tersebut mempunyai persentase sebesar 62% yaitu sebanyak 127 subjek. Ini menandakan mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah merasa yakin dapat menyelesaikan tugas dibawah tekanan.

Aspek selanjutnya yaitu kurang inisiatif, dimana individu lebih mengandalkan motivasi eksternal daripada motivasi internalnya. Dalam penelitian ini aspek tersebut mempunyai persentase 51% yaitu sebanyak 106 subjek. Ini menandakan mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah cenderung lebih mengandalkan motivasi eksternal daripada motivasi internalnya.

Aspek selanjutnya adalah kesulitan mengatur waktu. Dalam penelitian ini aspek tersebut mempunyai persentase 65% yaitu sebanyak 134 subjek. Lalu, aspek selanjutnya adalah faktor sosial, dimana Prokrastinator akan memilih bersosialisasi dengan teman-temannya dan melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan tugas akademik yang telah diberikan. Dalam penelitian ini aspek tersebut diperoleh persentase 73% yaitu sebanyak 151 subjek. Ini menandakan mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah memilih bersosialisasi dengan teman-temannya daripada mengerjakan tugas

Lalu yang terakhir adalah aspek kemalasan, aspek ini diperoleh persentase sebanyak yang 49% pada kategori rendah. Hal itu menandakan mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah cenderung tidak malas.

4.7 Keterbatasan Penelitian

Penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Mengikuti Resimen Mahasiswa Di Teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah” memiliki beberapa keterbatasan. Peneliti melakukan pengumpulan data melalui Google Form (*online*) karena penelitian

bertepatan dengan jadwal Ujian Akhir Semester di Perguruan Tinggi Swasta dan jadwal liburan di Perguruan Tinggi Negeri. Dalam penyebaran skala penelitian, peneliti memberikan skala penelitian kepada masing-masing responden melalui alamat web yang peneliti berikan melalui aplikasi *Chatting Whatsapp*. Responden diberikan kebebasan untuk membaca tiap item pernyataan sendiri. Jadi, peneliti kurang membangun *raport* kepada responden.

BAB 5

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan, sebagai berikut:

1. Tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada pada kategori sedang.
2. Tingkat kontrol diri pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah berada pada kategori tinggi
3. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan kepada subjek penelitian, mahasiswa yang mengikuti Resimen Mahasiswa di teritorial Sub-A Mahadipa Jawa Tengah lebih mengutamakan kewajibannya untuk menyelesaikan tugas akademiknya dengan baik agar tidak terjadi prokrastinasi akademik. Tugas utama Resimen mahasiswa adalah menyelesaikan akademiknya dengan baik karena bela negara tidak harus selalu

angkat senjata melainkan melaksanakan tugas dan kewajiban sesuai dengan profesi masing-masing dalam hal ini adalah mahasiswa dalam lingkup civitas akademika. Fokus bukan berarti meninggalkan sesuatu, dalam hal ini fokus dalam akademik dan tidak meninggalkan tugas dan kewajiban di Resimen Mahasiswa. Resimen Mahasiswa dikenal akan kontrol dirinya yang tinggi dan baik sehingga dianggap hal yang tabu jika Resimen Mahasiswa melakukan indisipliner dan meninggalkan profesionalitas.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan pada peneliti selanjutnya yang hendak meneliti atau mengembangkan penelitian serupa, bisa dilakukan penelitian eksperimen agar prokrastinasi akademik bisa diminimalisir. Jika peneliti selanjutnya ingin meneliti dengan subjek yang serupa, bisa melakukan penelitian yang lebih mendalam tentang kontrol diri pada Resimen Mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Psikologi Pitutur*, 1(2), 65-71.
- Alaihimi, W. S., Arneliwati, & Misrawati. (2014). Perbandingan Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jom Psik*, 1, 1-8
- Annisa, W. (2017). Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Psikologi yang Mengerjakan Skripsi Di Universitas Medan Area. *Skripsi*.
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, Kontrol Diri Dan Kenakalan Remaja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2), 126-129.
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2018). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2019). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baumister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The Strength Model of Self-Control. *Association for Psychological Science*, 16(6), 351-355.
- Bintaraningtyas, N. (2015). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA. *Skripsi*.
- Blankstein, K. R., & Polivy, J. (1982). *Self-control and Self-modification of Emotional Behavior*. New York & London: Plenum Press.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why You Do It, What to Do About It Now*. Da Capo Press.
- Fachrurrozi, Firman, & Ibrahim, I. (2018). Hubungan Kontrol Diri dengan Disiplin Siswa dalam Belajar. *Neo Konseling*, 1(1), 1-6.
- Ferrari, J. R., & Emmons, R. A. (1995). Methods of procrastination and their relation to self-control and self-reinforcement: An exploratory study. *Journal of Social Behavior & Personality*, 10(1), 135-142.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York: Plenum Press.

- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruz Media.
- Hadi, S. (2017). *Statistik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hayyinah. (2004). Religiusitas dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *PSIKOLOGIKA*, 17, 31-41.
- Hendra, F. (2018). Peran Organisasi Mahasiswa dalam Meningkatkan Mutu Pembelajaran Keterampilan Berbahasa Arab. *Arabiyat*, 5(1), 103-120.
- Huang, Y.-R., & Chang, S.-M. (2004). Academic and Cocurricular Involvement: Their Relationship and the Best Combination. *Journal of College Student Growth*, 45(4), 391-406.
- Kurniawan, A. (2019, Oktober 29). *Gurupendidikan.com*. Retrieved from Pengertian Mahasiswa Menurut Para Ahli Beserta Peran dan Fungsinya: <https://www.gurupendidikan.co.id/pengertian-mahasiswa/>
- Levy, N. (2013). *Addiction and Self-Control*. New York: Oxford University Press.
- McCloskey, J. D. (2011). Finally, My Thesis On Academic Procrastination. *Thesis*.
- Milgram, N. A., Batori, G., & Mowrer, D. (1993). Correlates of Academic Procrastination. *School Psychology*, 31, 487-500.
- Özer, B. U., & Ferrari, J. R. (2009). Exploring Academic Procrastination Among Turkish Students: Possible Gender Differences in Prevalence and Reasons. *Social Psychology*, 149(2), 241–257.
- Pychyl, T. A. (2009, Juli 3). *Active Procrastination: Thoughts on Oxymorons*. Retrieved Oktober 29, 2019, from Psychology Today: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/dont-delay/200907/active-procrastination-thoughts-oxymorons>
- Rachlin, H. (2000). *The Science of Self-Control*. Cambridge & London: Harvard University Press.
- Rahmantori, A. (2018). Hubungan antara Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Skripsi. *Skripsi*.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Counseling Psychology*, 31(4), 503-509.

- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suranto, & Rusdianti, F. (2018). Pengalaman Berorganisasi dalam Membentuk Softskill Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 28(1), 58-65.
- Swaraswati, Y. (2016). Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Ditinjau dari Self Efficacy Akademik dan Trait Kepribadian The Big Five. *Tesis*.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control Pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora*, 17(1), 1-8.
- Widodo, B. (2013). Perilaku Disiplin Siswa Ditinjau dari Aspek Pengendalian Diri (Self Control) dan Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Pada Siswa SMK Wonoasri Caruban Kabupaten Madiun. *Widya Warta*(1), 140-151.
- Wikipedia. (2019, Oktober 3). *Wikipedia*. Retrieved from Wikipedia: https://id.wikipedia.org/w/index.php?title=Resimen_mahasiswa&stable=1
- Wikström, P.-O. H., & Treiber, K. (2007). The Role of Self-Control in Crime Causation. *European Journal of Criminology*, 4(2), 237-264.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1
KUISIONER STUDI
PENDAHULUAN

JURUSAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Saya adalah mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang yang sedang mengadakan penelitian yang berkaitan dengan keyakinan mahasiswa akhir dalam memasuki dunia kerja di Jurusan Psikologi UNNES. Hasil penelitian ini akan digunakan sebagai bahan untuk menyusun skripsi. Mengingat data ini sangat penting, maka saudara diharapkan mengisi skala ini dengan benar sesuai keadaan saudara. Peneliti akan senantiasa menjamin kerahasiaan jawaban dan identitas saudara.

Di tengah aktivitas yang saudara lakukan, saya mengharap kesediaan dan keikhlasan saudara untuk berpartisipasi menjawab pernyataan pada skala-skala tersebut sesuai dengan petunjuk yang diberikan. Atas partisipasi saudara, saya mengucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Deni Pragas Septian P.

SKALA

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Ada perasaan bahwa mencari pekerjaan setelah lulus itu cukup sulit		
2	Saya ragu bisa dengan cepat dapat pekerjaan setelah lulus		
3	Saya merasa pesimis bersaing dengan lulusan psikologi dari kampus lain		
4	Saya merasa takut bahwa dunia kerja itu lebih sulit daripada menjadi mahasiswa		
5	Saya merasa belum menguasai banyak softskill yang menunjang dunia kerja nantinya		
6	Saya merasa kurang yakin dengan kemampuan saya dalam memasuki dunia kerja		

LAMPIRAN 2
BLUEPRINT PENELITIAN

PROKRASINASI AKADEMIK

Aspek	Item	
	<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>
Gangguan perhatian	<p>4. saya menonton film/ bermain game sejenak dan mengalihkan tugas kuliah sejenak</p> <p>15. Saya tunda tugas kuliah saya Sebentar dan melakukan kegiatan yang menyenangkan</p> <p>22. Saya sempatkan tidur walaupun ada deadline tugas kuliah besok</p>	<p>1. Meskipun banyak gangguan, saya tetap mengerjakan tugas kuliah sampai tuntas dan selesai</p> <p>16. Saya rela tidak menonton film/ bermain game demi membaca materi kuliah</p> <p>35. Saya tetap membaca buku kuliah meski ada gangguan</p>
Keyakinan psikologis akan kemampuan	<p>5. Saya lebih bersemangat mengerjakan tugas kuliah dengan SKS (sistem kebut semalam)</p> <p>18. Saya lebih tertantang ketika</p>	<p>2. Ketika dosen memberi tugas Kuliah, malamnya saya langsung kerjakan</p> <p>21. Saya menyicil tugas kuliah agar</p>

	<p>mengerjakan tugas kuliah dengan SKS (sistem kebut semalam)</p> <p>29. Saya menunda untuk belajar materi kuliah walaupun besoknya ada ujian</p>	<p>Tidak keteteran</p> <p>13. Saya belajar setiap hari secara rutin agar mudah mengerjakan ujian nanti</p>
Inisiatif personal	<p>6. Saya belum mengerjakan tugas kuliah jika teman saya belum mengerjakannya</p> <p>23. Saya belum mengerjakan tugas kuliah jika tidak mendapatkan inspirasi dari teman saya</p> <p>31. Saya tunda membaca materi kuliah jika besok tidak ada pop quiz atau ujian</p>	<p>3. Saya mulai mengerjakan tugas saya meskipun teman saya banyak yang belum</p> <p>27. Saya mengerjakan tugas kuliah sesuai dengan keyakinan saya sendiri, tanpa inspirasi dari teman</p> <p>14. Saya tetap membaca buku kuliah meskipun besok tidak ada pop quiz ataupun ujian</p>

Keterampilan mengatur waktu	<p>10. saya berniat mengerjakan tugas kuliah di hari itu namun kenyataannya tidak (tidak sesuai niat)</p> <p>17. Saya kesulitan mengatur waktu untuk belajar</p> <p>33. Saya pernah absen kuliah karena kegiatan organisasi</p>	<p>7. Saya bisa membagi waktu di organisasi dan di kuliah</p> <p>32. Saya tidak kesulitan mengatur waktu untuk belajar</p> <p>19. Saya selalu mengerjakan tugas kuliah sesuai waktu yang ditentukan</p>
Factor sosial prokrastinasi	<p>11. Saya sempatkan membalas chat teman saya dan menunda mengerjakan tugas kuliah</p> <p>26. Saya nongkrong dengan teman dan saya tunda mengerjakan tugas kuliah sejenak</p> <p>36. Saya asyik mengobrol hingga</p>	<p>8. Saya lebih memilih menyelesaikan tugas kuliah daripada mengobrol</p> <p>24. Saya lebih memilih mengerjakan tugas kuliah sendiri daripada bersama teman-teman saya</p>

	saya lupa mengerjakan tugas kuliah di hari itu	20. Demi menyelesaikan tugas kuliah, saya tidak menemui sahabat saya untuk sementara
kemalasan	12. saya agak malas ketika mulai mengerjakan tugas kuliah 25. Saya menunda belajar sebentar dan lebih asyik bermain game/ nonton film 30. Saya memilih tidur dulu daripada mengerjakan tugas kuliah	9. Ketika ada tugas kuliah, Langsung saya kerjakan 28. Saya tinggalkan film/ game demi menyelesaikan tugas dulu 34. Saya rela tidak tidur demi menyelesaikan tugas dulu

KONTROL DIRI

Aspek	Indikator	Item	
		<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>
<i>Behavioral control</i>	Menolak ajakan teman melakukan perbuatan tercela	1. saya tetap berangkat kuliah tepat waktu dan tidak mempedulikan rayuan teman 9. Saya menolak ajakan teman saya untuk melanggar aturan di organisasi 18. Saya tidak mau melakukan kekerasan meskipun didukung teman	5. Saya pernah datang kuliah terlambat karena ajakan teman 24. Saya pernah membolos kuliah karena ajakan teman

	Kemampuan mengatur perilaku	<p>4. Saya menaati peraturan organisasi yang ada</p> <p>17. Saya mampu untuk menahan perilaku yang tidak sesuai dengan aturan organisasi</p> <p>23. Saya menunjukkan perilaku sopan ke orang yang lebih tua</p>	<p>2. ketika saya marah, saya hilang kendali dan memukul atau membanting sesuatu</p> <p>12. Saya sering membentak kepada orang yang saya benci</p>
<i>Cognitive control</i>	Kemampuan menilai keadaan	<p>13. ketika ada informasi yang sedang viral, saya tidak mudah percaya dan saya akan mengecek kebenarannya</p> <p>15. Saya berpendapat, orang</p>	<p>22. saya sulit mengambil suatu hikmah/pesan berharga dari kejadian buruk yang menimpa saya</p> <p>28. Ketika yang lain serius membahas masalah</p>

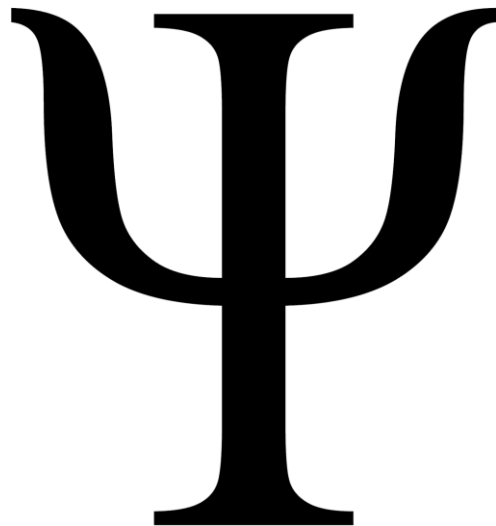
		<p>yang tercela tidak patut ditiru</p> <p>21. Saya akan serius memecahkan masalah ketika dihadapkan suatu permasalahan</p>	<p>kelompok, saya memilih santai</p>
	<p>Berpikir jernih walaupun dalam keadaan tertekan</p>	<p>6. Saya berusaha tidak memutuskan sesuatu ketika marah</p> <p>11. Saya berusaha tidak sembrono ketika sibuk di organisasi dan kuliah</p> <p>29. Ketika marah, saya berusaha tetap tenang dan</p>	<p>16. Ketika marah, saya tidak menyalahkan diri sendiri dan cenderung menyalahkan teman saya</p> <p>26. Saya kesulitan berfikir jernih ketika tertekan</p>

		menilai tidak secara emosional	
<i>Desicional control</i>	Kemampuan mengambil keputusan	<p>8. Ketika dihadapkan pilihan yang sulit, antara organisasi dan kuliah, saya lebih memilih kuliah</p> <p>19. ketika ada masalah dengan teman, lebih baik saya menyelesaikannya daripada mendiamkannya</p> <p>30. Ketika tidak ada kegiatan, lebih baik saya berolahraga atau membaca buku</p>	<p>7. Ketika membahas suatu aturan organisasi, saya mengikuti suara terbanyak</p> <p>20. Ketika ada masalah, saya cerita dan meminta pendapat orang lain</p>

	Kemampuan memilih tindakan	3. ketika ada kecelakaan lalu lintas, saya akan menolongnya. 10. saya akan bertindak sesuai dengan peran saya di organisasi 25. Saya akan mengingatkan orang lain jika itu salah dan tidak baik	14. saya kesulitan memprioritaskan antara tugas kuliah dan tugas organisasi 27. Saya tidak berani bertindak walaupun saya benar.
--	----------------------------	---	---

LAMPIRAN 3
SKALA PENELITIAN

SKALA PSIKOLOGI



JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019

IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial :

NBP:

Usia :

Jenis Kelamin :

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat pernyataan-pernyataan yang mungkin atau tidak mungkin menggambarkan diri Saudara. Berilah tanda silang (V) pada salah satu kotak pilihan di sebelah kanan setiap pernyataan untuk menunjukkan sejauhmana Saudara **setuju** atau **tidak setuju** dengan pernyataan tersebut.

Keterangan :

SS : **Sangat sesuai**
 S : **sesuai**
 R : **Ragu-ragu**
 TS : **Tidak sesuai**
 STS : **Sangat Tidak sesuai**

Contoh Pengisian

NO	Pernyataan	STS	TS	R	S	SS
1.	Saya Jomblo					V

Contoh Koreksi Jawaban

NO	Pernyataan	STS	TS	R	S	SS
1.	Saya Jomblo	V				V

SKALA 1

NO	Pernyataan	STS	TS	R	S	SS
1.	Meskipun banyak gangguan, saya tetap mengerjakan tugas kuliah sampai tuntas dan selesai					
2.	Ketika dosen memberi tugas kuliah, malamnya langsung saya kerjakan					
3.	Saya mulai mengerjakan tugas kuliah saya meskipun teman saya banyak yang belum					
4.	Saya menonton film/ bermain game sejenak dan mengalihkan tugas kuliah sejenak					
5.	Saya lebih bersemangat mengerjakan tugas kuliah dengan SKS (sistem kebut semalam)					
6.	Saya belum mengerjakan tugas kuliah jika teman saya belum mengerjakannya					
7.	Saya bias membagi waktu di organisasi dan di kuliah					
8.	Saya lebih memilih menyelesaikan tugas kuliah daripada mengobrol					
9.	Ketika ada tugas kuliah, langsung saya kerjakan					
10.	Saya berniat mengerjakan tugas kuliah di hari itu namun kenyataannya tidak (tidak sesuai niat)					
11.	Saya sempatkan membalas chat teman saya dan menunda mengerjakan tugas kuliah sejenak					
12.	Saya agak malas ketika mulai mengerjakan tugas kuliah					
13.	Saya belajar setiap hari secara rutin agar mudah mengerjakan ujian nanti					

14.	Saya tetap membaca buku kuliah meskipun besok tidak ada pop quiz ataupun ujian					
15.	Saya tunda tugas kuliah saya sebentar dan melakukan kegiatan yang menyenangkan					
16.	Saya rela tidak menonton film/ bermain game demi membaca materi kuliah					
17.	Saya kesulitan mengatur waktu untuk belajar					
18.	Saya lebih tertantang ketika mengerjakan tugas kuliah dengan SKS (sistem kebut semalam)					
19.	Saya selalu mengerjakan tugas kuliah sesuai niat waktu yang ditentukan					
20.	Demi menyelesaikan tugas kuliah, saya tidak menemui sahabat saya untuk sementara					
21.	Saya menyicil tugas kuliah agar tidak keteteran					
22.	Saya sempatkan tidur walaupun ada deadline tugas kuliah besok					
23.	Saya belum mengerjakan tugas kuliah jika tidak mendapatkan inspirasi dari teman saya					
24.	Saya lebih memilih mengerjakan tugas kuliah sendiri daripada Bersama teman-teman saya					
25.	Saya menunda belajar sebentar dan lebih asyik bermain game/ nonton film					
26.	Saya nongkrong dengan teman dan saya tunda mengerjakan tugas kuliah sejenak					
27.	Saya mengerjakan tugas kuliah sesuai dengan keyakinan saya sendiri, tanpa inspirasi dari teman					
28.	Saya tinggalkan film/ game demi menyelesaikan tugas kuliah					

29.	Saya menunda untuk belajar materi kuliah walaupun besoknya ada ujian					
30.	Saya memilih tidur daripada mengerjakan tugas kuliah					
31.	Saya tunda membaca materi kuliah jika besok tidak ada pop quiz atau ujian					
32.	Saya tidak kesulitan mengatur waktu untuk belajar					
33.	Saya pernah absen kuliah karena kegiatan organisasi					
34.	Saya rela tidak tidur demi menyelesaikan tugas kuliah					
35.	Saya tetap membaca buku kuliah meski ada gangguan					
36.	Saya asyik mengobrol hingga saya lupa mengerjakan tugas kuliah di hari itu					

SKALA 2

NO	Pernyataan	STS	TS	R	S	SS
1.	Saya tetap berangkat kuliah tepat waktu dan tidak mempedulikan rayuan teman					
2.	Ketika saya marah, saya hilang kendali dan memukul atau membanting sesuatu					
3.	Ketika ada kecelakaan lalu lintas, saya akan menolongnya					
4.	Saya menaati aturan organisasi yang ada					
5.	Saya pernah datang kuliah terlambat karena ajakan teman					
6.	Saya berusaha tidak memutuskan sesuatu ketika sedang marah					
7.	Ketika membahas suatu aturan organisasi, saya mengikuti suara terbanyak					
8.	Ketika dihadapkan pilihan yang sulit, antara organisasi dan kuliah, saya lebih memilih kuliah					
9.	Saya menolak ajakan teman saya untuk melanggar aturan di organisasi					
10.	Saya akan bertindak sesuai dengan peran saya di organisasi					
11.	Saya berusaha tidak sembrono ketika sibuk di organisasi dan kuliah					
12.	Saya sering membentak kepada orang yang saya benci					
13.	Ketika ada informasi yang sedang viral, saya tidak mudah percaya dan saya akan mengecek kebenarannya					

14.	Saya kesulitan memprioritaskan antara tugas kuliah dan tugas organisasi					
15.	Saya berpendapat, orang yang tercela tidak patut ditiru					
16.	Ketika marah, saya tidak menyalahkan diri sendiri dan menyalahkan teman saya					
17.	Saya mampu untuk menahan perilaku yang tidak sesuai dengan peraturan organisasi					
18.	Saya tidak mau melakukan kekerasan meskipun didukung teman					
19.	Ketika ada masalah dengan teman, lebih baik saya menyelesaikannya daripada mendiamkannya					
20.	Ketika ada masalah, saya cerita dan meminta pendapat orang lain					
21.	Saya akan serius memecahkan masalah ketika dihadapkan suatu permasalahan					
22.	Saya sulit mengambil suatu hikmah/ pesan berharga dari kejadian buruk yang menimpa saya					
23.	Saya menunjukkan perilaku sopan ke orang yang lebih tua					
24.	Saya pernah membolos kuliah karena ajakan teman					
25.	Saya akan mengingatkan orang lain jika itu salah dan tidak baik					
26.	Saya kesulitan berfikir jernih ketika tertekan					
27.	Saya tidak berani bertindak walaupun saya benar					
28.	Ketika yang lain serius membahas masalah kelompok, saya memilih santai					

29.	Ketika marah, saya berusaha tetap tenang dan menilai tidak secara emosional					
30.	Ketika tidak ada kegiatan, lebih baik saya berolahraga atau membaca buku (melakukan kegiatan positif)					

LAMPIRAN 4
TABULASI PENELITIAN

Tabulasi Skala Prokrastinasi Akademik

S	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	Σ	
1	1	4	1	5	1	1	1	1	1	5	5	2	4	2	4	2	1	1	1	1	1	5	1	5	2	2	4	1	1	1	1	1	5	1	2	1	78	
2	2	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	2	4	2	4	4	2	2	2	4	4	2	4	4	2	2	4	4	4	2	4	2	2	4	108	
3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	4	2	1	1	4	1	2	1	2	2	1	4	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	4	2	2	1	63	
4	1	2	2	2	2	1	1	2	2	4	4	1	1	2	2	4	1	2	4	5	1	2	1	2	1	1	4	2	2	1	1	1	3	4	2	1	74	
5	1	3	3	4	5	5	1	2	3	5	5	5	4	3	3	4	3	2	3	1	2	4	2	2	2	2	2	3	4	2	3	3	4	1	2	3	106	
6	2	2	2	3	4	3	1	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	90	
7	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	3	2	4	3	4	2	2	3	2	4	2	4	2	2	3	2	2	2	3	2	4	2	4	3	2	2	96	
8	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	5	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	2	4	3	2	95	
9	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	5	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	2	4	3	2	95	
10	1	2	3	5	4	4	2	2	2	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	5	2	2	2	106	
11	2	4	2	4	3	2	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	2	2	5	2	3	4	2	2	2	2	4	4	2	4	107	
12	1	3	2	5	2	1	1	2	2	3	4	2	3	5	4	2	1	2	2	1	1	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	5	3	4	2	83	
13	1	3	2	5	2	1	1	2	4	3	4	2	3	5	4	2	1	2	2	1	1	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	5	3	4	2	85	
14	2	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	4	4	2	4	2	2	4	107	
15	2	2	2	5	3	2	3	2	2	4	3	2	3	2	3	2	4	3	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	93	
16	1	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	1	2	3	4	1	3	1	89	
17	2	3	2	5	4	2	1	2	3	4	3	4	3	2	3	3	2	4	1	2	1	4	2	2	3	4	2	2	3	1	3	2	4	1	3	3	95	
18	2	2	3	4	5	5	2	2	3	3	5	4	2	2	4	5	1	5	1	1	5	5	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	1	1	1	5	5	124
19	1	2	2	2	2	5	2	2	4	4	2	4	2	4	2	2	2	2	1	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	2	1	2	2	2	2	92	

20	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	2	4	1	4	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	3	100			
21	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	2	4	1	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3	98	
22	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	3	3	1	52				
23	2	2	3	3	5	4	2	2	3	4	5	1	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	2	1	5	5	4	4	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	113	
24	1	1	2	5	1	1	1	2	2	5	4	2	2	2	4	4	2	2	4	4	2	5	1	4	4	2	4	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	92		
25	2	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	2	4	4	2	4	3	4	3	117		
26	3	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	5	3	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	2	123		
27	1	5	2	5	5	4	5	3	5	5	5	4	5	5	5	5	5	1	5	2	5	2	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	1	2	5	4	150			
28	1	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	2	3	85
29	1	2	2	3	3	3	2	2	2	4	4	2	3	3	4	3	2	3	2	2	2	4	3	4	2	2	3	2	2	2	3	2	4	3	4	2	96			
30	2	1	2	4	4	2	2	1	2	3	4	3	2	3	4	1	2	4	2	2	2	5	2	3	4	2	2	1	2	2	4	2	4	2	2	3	92			
31	2	1	2	4	4	2	2	1	2	3	4	3	2	3	4	1	2	4	2	2	2	5	2	3	4	2	2	1	2	2	4	2	4	2	4	2	3	92		
32	5	5	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	5	1	4	4	2	4	2	2	4	112			
33	1	2	1	5	3	2	2	2	2	2	4	2	3	3	4	1	3	3	2	4	1	2	3	2	3	4	3	1	1	2	4	4	2	1	3	3	90			
34	1	3	3	4	4	3	1	2	3	5	3	2	3	3	3	2	3	4	2	1	2	4	2	3	2	2	2	1	4	4	3	1	4	2	4	3	98			
35	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	3	2	2	4	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2	3	2	81	
36	1	2	2	4	4	2	1	2	1	4	4	2	2	2	4	3	3	3	1	2	2	4	4	5	1	4	5	5	1	1	1	1	2	5	1	3	3	96		
37	5	5	5	1	1	5	5	5	5	3	3	5	5	5	1	5	5	1	3	1	5	1	5	1	5	1	5	5	1	5	5	5	1	5	5	5	5	134		
38	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	4	2	4	3	1	5	1	1	2	3	1	1	1	2	1	1	4	2	1	2	4	2	5	1	5	1	76			
39	2	2	2	4	3	2	2	2	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	3	2	94		
40	1	2	2	4	4	2	2	2	2	4	4	3	3	4	3	2	4	3	3	2	1	3	3	4	2	1	2	5	3	2	3	1	5	1	3	4	99			

41	2	4	4	2	2	4	3	3	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	2	2	4	3	2	4	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	3	119		
42	1	2	2	4	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	83		
43	1	2	3	4	5	2	2	3	2	4	4	4	3	3	4	4	4	5	2	1	2	4	2	3	4	4	2	2	4	2	5	2	2	3	107				
44	1	2	2	5	2	2	1	2	3	2	4	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	80				
45	1	3	2	4	4	3	1	2	3	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	4	1	2	2	4	2	2	3	2	2	1	1	2	2	3	3	2	84		
46	2	2	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	4	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	3	1	1	1	1	1	1	2	4	1	2	2	61	
47	1	2	1	4	5	2	1	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	5	2	4	1	4	2	4	4	4	3	3	2	2	4	4	5	4	4	4	117		
48	2	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	89
49	1	3	2	2	2	1	1	2	3	4	4	2	3	4	4	2	2	1	2	2	1	2	2	4	1	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	83		
50	1	3	2	4	2	2	2	3	2	4	4	3	3	4	4	2	2	2	2	2	3	4	2	2	3	2	4	2	2	4	2	4	2	2	2	2	95		
51	1	3	3	5	5	4	2	3	3	5	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	4	2	2	4	4	2	3	2	3	4	2	4	2	3	4	112		
52	1	2	2	4	5	3	1	1	1	3	4	3	2	2	4	2	1	5	2	3	2	5	1	5	2	4	1	1	2	2	2	2	1	3	1	2	1	86	
53	2	2	2	5	5	3	1	3	3	4	4	4	3	3	4	2	3	3	2	2	2	4	4	2	3	3	2	2	3	3	3	2	5	3	3	3	107		
54	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	5	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	5	1	1	67
55	1	3	3	4	4	4	1	2	3	4	4	3	3	3	4	2	2	4	2	3	2	4	4	2	2	2	3	2	4	2	2	4	4	2	3	2	103		
56	1	2	1	4	1	1	1	1	2	2	2	1	4	2	1	2	1	1	4	1	1	5	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	2	1	63
57	1	3	2	4	4	1	2	3	3	4	4	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	2	2	4	2	3	3	2	2	2	4	2	5	1	1	1	95		
58	1	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	1	1	1	2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	77
59	1	4	3	5	2	1	2	2	3	5	4	2	3	3	5	3	1	3	4	2	2	5	1	1	3	2	1	3	1	1	1	1	2	5	1	3	2	92	
60	2	5	3	4	1	3	2	2	2	5	3	3	2	4	4	3	4	4	2	5	2	5	3	5	4	3	2	3	2	2	1	2	5	2	4	4	112		
61	2	4	4	3	4	3	2	3	3	4	2	1	2	3	5	4	2	4	2	2	2	5	4	4	1	4	3	2	3	2	2	2	3	5	2	2	4	107	

62	1	2	2	4	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	2	4	2	3	2	4	2	4	2	3	2	3	3	3	3	2	5	2	2	2	97			
63	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	4	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	57			
64	1	3	3	4	4	4	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	4	2	2	3	4	4	1	3	3	4	3	3	3	3	5	1	4	3	110			
65	1	3	2	2	2	1	2	2	3	2	4	2	2	3	2	2	4	4	2	4	1	4	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	5	1	3	2	89	
66	1	3	2	4	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	2	2	3	4	2	4	2	4	3	4	2	2	2	2	4	3	5	2	4	4	104	
67	1	2	1	4	5	2	1	2	2	2	1	1	4	5	5	4	1	5	4	4	2	5	2	4	2	2	4	2	2	5	2	1	4	4	4	2	103	
68	1	1	2	4	2	1	2	1	1	3	1	2	2	2	4	3	2	4	2	5	2	4	1	2	2	1	3	2	1	1	1	2	3	2	3	1	76	
69	2	4	3	4	3	2	2	2	2	3	4	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	5	1	1	1	78	
70	2	3	2	4	5	2	2	2	3	4	4	3	2	4	4	2	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	1	3	3	4	1	2	3	97			
71	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	2	2	2	2	2	2	2	2	74		
72	5	3	5	3	2	4	4	4	4	1	2	4	1	1	4	2	5	2	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	1	5	4	3	111	
73	1	3	3	4	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	5	2	1	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	103		
74	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3	4	4	1	1	5	2	4	1	3	4	1	4	3	1	1	2	1	2	5	1	2	2	1	1	4	2	78	
75	1	4	3	4	4	2	2	2	4	4	3	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	1	2	4	2	2	4	1	1	1	2	4	5	1	2	1	86	
76	1	2	2	4	2	1	1	2	2	2	4	1	1	2	4	4	1	1	2	4	2	4	2	5	2	2	4	4	2	1	2	2	1	4	4	2	2	86
77	1	2	2	4	2	2	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	4	2	4	3	4	1	4	2	106	
78	1	3	2	5	4	3	3	2	4	4	2	2	4	4	5	4	2	2	2	2	2	4	3	3	4	4	3	3	2	4	5	1	4	3	5	1	111	
79	2	4	2	4	4	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	5	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	109	
80	1	2	1	4	3	1	2	1	2	3	4	2	2	2	4	1	2	4	2	4	1	4	2	1	2	2	4	2	2	4	2	4	2	2	2	2	85	
81	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	80	
82	5	3	2	1	5	2	1	1	2	5	3	3	3	3	5	3	3	1	3	4	1	1	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1	4	5	1	3	1	87

83	1	4	4	4	4	3	1	2	3	4	4	3	3	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	1	4	2	2	1	96		
84	1	3	2	5	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	3	3	5	2	3	2	93		
85	1	3	2	5	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	5	3	2	3	2	4	1	5	4	1	4	4	1	3	2	3	2	2	5	5	3	4	105		
86	1	2	2	2	2	1	1	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	1	4	2	4	2	2	3	1	2	2	2	2	4	4	2	4	85		
87	2	3	2	4	5	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	2	4	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	4	2	3	4	102		
88	2	4	2	4	4	2	2	4	4	4	4	5	4	4	4	2	5	4	1	4	2	4	3	3	4	4	3	3	2	2	4	5	5	2	2	4	121		
89	1	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	1	4	3	4	2	3	2	109		
90	1	3	2	4	3	2	2	2	3	2	4	2	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	3	2	2	2	3	2	4	2	2	2	91		
91	1	2	2	4	3	1	2	2	2	4	3	4	3	3	4	2	2	2	3	2	2	4	1	2	1	2	2	2	2	1	4	4	3	2	2	2	87		
92	1	3	1	5	2	3	1	2	3	4	4	3	1	1	5	2	3	2	4	2	1	5	2	1	4	3	1	3	4	3	3	3	4	3	4	2	98		
93	1	2	2	4	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	2	2	3	2	3	2	4	2	3	3	97		
94	1	3	3	3	2	1	2	2	3	5	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	1	4	3	5	2	4	2	99		
95	2	3	3	4	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	2	4	3	3	2	4	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	3	2	4	3	4	3	97		
96	1	3	2	4	3	2	2	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	3	2	4	2	3	2	2	1	2	3	3	5	1	3	3	97		
97	4	3	4	3	3	3	4	2	2	3	4	3	4	4	4	3	2	4	1	3	1	4	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	5	2	2	1	92	
98	1	2	2	4	5	1	1	2	2	1	3	2	2	5	2	2	2	4	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	4	2	4	2	4	2	79	
99	1	2	2	4	2	1	1	2	2	1	4	1	2	2	2	3	1	1	4	3	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	4	2	2	3	70	
100	1	1	1	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	1	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	79
101	1	4	2	5	5	4	4	2	4	2	2	2	2	4	4	4	5	2	2	4	4	2	5	3	2	1	2	2	2	4	3	5	1	2	3	109			
102	2	3	4	5	4	4	2	3	3	5	4	3	3	3	4	3	4	5	3	4	3	5	5	3	4	4	3	3	5	3	5	2	5	4	3	3	131		
103	2	3	2	4	5	3	2	3	3	4	4	3	2	3	4	2	4	4	2	2	2	3	2	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	101		

104	2	4	4	4	4	3	2	2	4	5	4	3	4	3	4	2	4	2	4	2	3	4	2	4	3	2	3	2	4	5	3	3	1	114					
105	1	2	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	2	4	2	4	4	1	4	4	3	4	2	2	2	2	3	2	1	5	4	110	
106	1	3	3	1	4	3	1	1	2	3	3	2	3	3	5	2	1	4	2	5	2	4	2	2	1	1	1	1	1	1	4	5	5	2	2	4	90		
107	1	2	1	2	1	1	1	2	2	5	4	3	3	2	5	1	4	1	2	2	2	4	1	2	2	3	1	1	1	3	2	2	4	2	3	3	81		
108	1	2	1	3	3	2	2	1	2	3	3	2	2	2	1	2	3	2	3	4	1	3	1	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	81	
109	1	1	2	1	2	2	2	2	1	4	4	1	2	2	2	2	1	1	2	4	1	4	1	4	2	1	4	2	1	1	2	2	4	2	4	1	75		
110	1	2	2	4	2	2	1	3	3	4	4	2	1	4	4	4	2	2	1	4	1	4	2	4	3	4	4	4	2	2	4	1	1	2	2	2	94		
111	4	4	3	2	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	2	4	2	2	4	4	4	4	2	2	4	3	2	4	2	3	4	3	2	4	2	4	111		
112	1	2	3	4	4	2	2	1	2	4	4	4	4	2	4	4	2	4	1	1	2	4	2	4	2	2	4	2	2	1	4	2	4	1	4	2	97		
113	2	2	4	5	2	4	2	2	3	4	4	4	2	4	4	2	2	4	3	4	2	4	4	4	4	2	3	4	2	4	2	4	2	4	2	4	114		
114	1	4	2	4	4	2	3	3	2	5	4	4	4	2	5	1	5	5	5	2	3	5	2	3	4	3	4	3	2	2	2	2	5	3	4	4	4	120	
115	2	1	2	4	2	2	2	3	3	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	1	4	2	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	1	4	2	84
116	1	3	2	4	2	1	3	2	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	84
117	1	2	2	4	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	2	3	4	2	2	2	5	3	2	5	2	3	2	4	3	2	4	3	2	4	100	
118	2	3	2	2	1	1	1	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	80	
119	2	2	2	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	4	3	2	4	2	3	2	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	85	
120	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	3	3	3	1	3	3	1	2	5	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	4	3	4	1	3	3	69		
121	5	2	3	2	4	1	1	1	1	5	4	2	3	5	3	1	4	3	1	3	3	4	4	2	4	4	2	2	4	3	3	2	4	1	2	3	101		
122	1	3	3	4	5	3	2	2	3	5	4	4	3	4	4	3	3	4	2	3	2	4	4	3	4	4	3	3	2	2	4	2	5	4	3	3	117		
123	2	3	2	4	2	3	1	2	3	3	4	3	2	4	4	3	4	3	2	4	2	4	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	105		
124	1	1	1	4	4	2	2	1	2	4	4	2	2	1	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	1	2	2	2	5	1	1	5	87		

125	2	3	3	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	94				
126	1	2	2	5	2	1	2	3	2	3	3	2	2	3	4	3	2	2	4	5	2	3	2	1	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	87				
127	2	3	3	1	1	3	2	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	4	2	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	4	2	3	2	93				
128	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	120			
129	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	4	2	2	1	2	2	1	1	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	64				
130	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	4	2	3	3	4	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	4	3	3	1	75	
131	1	2	2	4	2	2	2	3	3	5	5	2	3	3	3	2	4	2	3	3	1	2	3	4	2	2	2	2	2	2	4	4	5	2	2	3	98			
132	1	2	2	5	3	2	2	2	3	3	5	3	4	4	5	2	1	3	3	5	1	5	1	3	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	5	5	3	4	100	
133	1	2	2	4	3	2	2	3	2	4	4	3	3	3	2	2	4	4	2	4	1	4	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	4	2	2	2	93		
134	1	2	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	2	2	1	3	2	4	2	2	2	78			
135	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	60			
136	2	3	2	2	1	1	1	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	4	2	4	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	4	3	3	2	83		
137	1	2	1	4	1	1	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	4	2	2	2	69			
138	1	2	2	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	4	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	1	3	3	107			
139	2	2	2	4	2	3	2	2	2	3	4	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	4	3	4	3	3	3	4	2	3	2	4	3	2	2	97			
140	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	3	3	1	1	2	1	4	3	1	3	2	3	1	2	3	2	2	2	3	1	4	2	3	3	71			
141	2	3	2	2	1	1	1	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	80
142	1	2	2	4	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	5	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	5	1	2	1	80		
143	2	1	2	4	3	1	3	2	3	4	3	1	3	4	3	4	4	4	2	4	2	1	1	3	4	3	2	2	2	2	4	4	3	3	3	1	97			
144	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	88	
145	1	2	2	4	3	2	1	2	2	4	4	3	3	2	3	2	3	2	4	2	2	4	2	4	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	3	2	91		

146	1	3	2	4	3	2	2	3	3	4	4	3	2	2	5	2	4	4	2	4	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	103
147	1	2	2	4	2	1	1	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	75
148	2	3	2	4	3	2	2	2	3	4	4	3	4	2	4	2	2	4	2	4	2	5	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	2	2	4	102	
149	1	3	1	5	5	1	1	1	1	5	5	5	2	5	5	2	1	5	1	2	1	1	1	5	4	5	1	1	1	1	5	1	5	1	1	1	1	92	
150	1	2	1	4	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	1	2	1	1	4	2	3	3	1	2	2	4	2	2	1	2	1	4	1	73		
151	1	1	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	4	2	4	1	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	78
152	1	3	3	4	4	2	2	3	3	3	2	4	3	3	5	4	4	4	2	2	3	5	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	4	2	3	2	108		
153	1	5	3	5	3	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	2	2	1	2	5	3	2	2	3	2	1	3	2	2	1	3	1	2	2	2	1	89		
154	1	2	2	1	4	2	1	3	2	3	3	2	2	2	4	2	1	4	2	4	1	4	3	3	2	2	2	4	2	3	2	1	2	4	3	2	87		
155	2	2	2	4	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	4	3	2	4	2	2	2	2	2	3	3	2	4	2	3	2	3	2	2	2	2	3	96		
156	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	81
157	1	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	2	2	4	3	4	3	3	3	106		
158	1	2	1	4	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	4	3	2	2	2	3	2	4	2	3	2	2	3	2	2	2	4	2	4	4	4	2	2	87	
159	2	2	2	4	5	3	2	2	2	3	4	2	3	3	4	4	2	2	2	2	2	5	3	3	4	2	3	3	2	4	3	4	5	5	4	2	109		
160	1	1	1	4	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	4	2	2	2	2	74		
161	2	2	2	3	1	2	2	2	1	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	1	2	1	2	2	3	3	3	4	2	2	2	76		
162	2	2	2	3	1	2	2	2	1	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	3	1	2	1	2	2	3	3	3	4	2	2	2	75		
163	1	2	2	3	3	2	1	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	4	1	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	5	1	2	2	85
164	2	3	3	4	3	2	2	2	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	4	2	3	4	4	2	4	1	2	4	2	2	2	4	2	3	3	106		
165	1	1	1	4	1	1	2	1	1	1	4	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	5	1	1	1	4	1	1	1	2	1	56		
166	1	2	2	4	2	2	2	3	2	3	4	2	2	2	4	4	2	2	3	4	2	3	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	92	

167	2	2	2	4	3	4	1	2	2	2	3	2	3	2	4	3	1	5	3	3	1	3	4	5	3	4	4	2	1	1	3	2	1	2	3	3	95		
168	5	3	2	4	5	2	1	1	1	2	4	2	2	4	2	2	4	2	1	4	2	2	3	2	2	3	2	1	2	4	2	4	4	3	4	95			
169	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	4	1	2	4	1	2	2	2	2	4	2	2	2	67			
170	1	3	2	3	2	2	2	1	2	4	4	2	4	4	4	3	3	2	2	4	1	3	3	4	2	2	4	2	3	2	4	4	5	2	3	2	100		
171	2	3	2	4	4	3	1	2	3	4	4	2	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	4	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	93			
172	1	4	2	4	2	1	1	2	4	5	4	2	4	4	4	2	2	1	1	2	1	2	1	5	4	4	2	1	4	1	5	2	5	5	2	4	100		
173	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	80	
174	1	2	2	4	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	112		
175	1	2	3	2	3	2	1	3	2	4	4	3	3	3	2	2	3	4	1	4	1	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	4	4	2	3	2	92		
176	1	4	2	4	3	2	3	3	2	4	4	4	3	3	4	3	4	2	2	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	3	113	
177	2	3	4	3	4	4	2	2	3	4	4	3	4	4	4	3	2	2	3	4	1	4	4	4	3	4	2	2	3	4	4	3	4	4	3	3	116		
178	1	3	1	4	2	1	1	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	4	2	2	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	98	
179	1	3	2	4	4	3	2	2	3	3	4	3	4	4	4	2	4	4	2	2	2	4	2	3	2	3	4	2	2	2	3	4	4	2	3	3	105		
180	1	2	2	5	2	2	2	2	2	3	4	2	3	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	3	3	2	2	3	2	4	2	2	2	97		
181	1	2	2	2	2	2	1	1	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	67	
182	1	2	2	2	2	1	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	4	4	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	5	2	2	4	85
183	1	2	2	2	1	1	1	2	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	4	2	2	2	77		
184	1	2	1	4	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	5	1	5	1	5	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	63
185	2	3	2	4	3	2	2	3	3	4	4	3	3	3	4	2	2	4	3	3	2	4	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3	4	2	2	4	110		
186	1	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	2	3	4	2	2	2	2	3	1	4	3	4	1	3	4	2	2	3	3	2	4	4	3	2	91		
187	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	4	1	1	2	2	2	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	5	1	57

188	1	4	2	1	4	1	2	1	3	4	1	2	4	4	4	4	2	5	1	1	4	2	2	1	1	2	1	2	1	1	4	2	5	1	4	1	85		
189	2	3	3	4	3	3	2	2	3	4	4	4	2	2	4	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	97		
190	1	3	4	4	2	3	2	3	3	3	2	2	4	4	3	3	2	1	2	3	3	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	5	3	2	87	
191	2	4	4	4	4	2	3	2	3	3	4	2	5	4	2	4	4	2	3	1	2	2	5	1	2	3	4	5	2	4	4	5	4	2	5	2	114		
192	1	4	4	2	4	2	1	3	4	3	4	3	4	4	4	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	4	3	2	3	2	4	2	4	1	4	2	99		
193	1	1	2	4	2	2	2	4	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	4	1	5	2	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	4	2	90	
194	2	4	3	4	5	2	2	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	4	3	5	5	2	2	4	2	4	2	4	2	3	2	5	2	3	4	114			
195	2	2	2	4	2	4	2	2	2	4	3	2	2	4	2	2	3	2	2	4	3	4	4	2	3	1	5	2	4	4	3	2	4	2	3	4	102		
196	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	4	1	4	2	1	2	1	1	4	2	1	2	1	2	1	1	2	1	5	5	3	1	5	1	4	1	76		
197	2	4	4	4	5	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	5	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	5	4	4	2	111
198	1	1	1	4	4	2	1	1	1	2	4	2	3	3	4	3	2	4	1	3	1	4	2	1	4	3	1	1	2	2	3	1	4	1	1	4	82		
199	1	2	2	4	2	2	1	2	2	3	4	2	2	3	4	2	3	4	2	3	1	4	3	2	3	3	1	2	2	2	3	2	4	2	2	4	90		
200	1	2	2	3	3	2	2	2	2	4	4	3	2	2	3	3	2	4	2	2	1	4	4	2	2	2	3	2	2	2	4	2	5	2	2	2	91		
201	1	2	3	3	5	3	1	3	3	2	4	3	2	3	4	2	2	5	2	5	2	5	3	3	2	3	3	4	2	2	2	1	5	5	2	3	105		
202	1	3	1	3	2	2	1	1	3	5	4	5	3	2	2	1	5	2	3	2	1	5	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	5	1	2	2	92		
203	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	86	
204	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	86	
205	1	1	1	4	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	4	2	2	2	2	2	1	5	2	4	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	61	

Tabulasi Skala Kontrol Diri

S	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	Σ	
1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	1	5	5	1	5	1	5	1	5	4	5	5	5	5	5	132
2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	4	4	96
3	5	4	4	4	4	5	2	4	5	4	4	4	5	4	5	2	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	125	
4	5	5	5	4	5	4	3	5	5	5	4	4	5	4	4	2	4	4	4	2	4	4	5	4	4	2	4	4	4	5	123	
5	3	5	3	5	1	4	1	4	4	5	5	3	5	3	3	2	4	5	5	4	4	4	5	4	3	2	2	3	4	3	108	
6	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112
7	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112
8	4	5	5	4	3	2	2	5	1	4	4	5	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	109	
9	4	5	5	4	3	2	2	5	1	4	4	5	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	109	
10	4	5	5	5	2	4	2	3	4	5	4	4	5	3	5	2	5	4	5	3	5	4	5	2	5	4	5	2	5	5	121	
11	4	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	5	2	4	4	4	2	4	4	5	2	4	1	3	2	4	4	103	
12	3	5	5	5	3	5	4	4	5	5	5	5	5	4	3	5	5	1	2	1	4	4	5	2	2	2	3	4	4	5	115	
13	5	5	3	4	5	5	3	5	3	4	3	2	5	2	5	4	3	5	5	4	5	3	5	5	3	5	3	2	4	5	120	
14	4	3	4	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	2	3	2	4	4	4	1	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	95	
15	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	110	
16	5	5	4	5	4	4	3	4	5	4	5	4	5	4	5	2	4	4	5	3	5	3	5	5	3	2	3	2	5	5	122	
17	4	4	4	4	2	5	3	5	4	4	5	2	4	4	4	2	4	4	4	3	4	2	4	2	4	2	4	1	5	4	107	

18	1	5	5	5	1	5	1	3	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	1	5	1	5	1	5	1	5	5	5	112	
19	5	4	5	5	4	5	1	4	5	5	4	4	5	4	5	2	4	4	5	2	4	4	5	4	2	2	4	5	4	5	121
20	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	2	5	3	4	1	4	4	4	4	109	
21	2	2	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	2	4	4	2	4	100
22	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	2	1	5	5	5	1	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	135
23	4	4	4	4	2	4	2	5	5	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	4	4	100
24	5	5	4	5	4	5	1	5	5	5	5	4	2	4	4	4	4	2	2	2	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	121
25	3	5	4	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	5	5	4	4	3	2	3	3	5	2	4	2	4	4	4	3	106
26	4	3	3	4	3	2	2	3	3	4	4	1	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	1	2	2	5	4	95
27	1	1	5	4	1	2	3	5	1	4	4	3	5	2	5	5	3	3	2	2	4	2	5	4	5	2	5	2	4	4	98
28	5	2	5	3	4	2	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	4	4	4	2	2	2	4	2	2	4	3	97
29	4	5	3	5	3	4	2	3	5	5	5	4	5	4	5	4	4	5	4	1	4	2	5	3	4	2	3	4	4	4	115
30	5	2	4	4	2	5	1	5	4	5	5	4	5	4	5	4	4	5	5	2	4	2	4	4	4	2	4	4	5	5	118
31	5	2	4	4	1	5	1	5	4	5	5	4	5	4	5	4	4	5	5	2	4	2	4	4	4	2	4	4	5	5	117
32	5	5	4	5	4	4	3	4	5	4	5	4	5	4	5	2	4	4	5	3	5	3	5	5	3	2	3	2	5	5	122
33	4	4	5	4	3	4	4	4	5	5	5	4	5	3	3	4	4	4	4	2	5	4	5	4	4	3	3	4	5	5	122
34	5	4	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	3	3	4	4	5	4	3	4	4	5	4	4	2	4	3	5	5	126
35	5	5	5	3	4	4	2	5	3	4	4	5	4	4	4	5	3	5	5	3	4	3	3	4	4	4	4	4	5	5	122
36	5	5	4	5	5	5	1	5	1	5	5	2	3	1	5	2	4	5	4	1	5	1	5	5	5	1	1	1	5	5	107
37	5	4	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	3	3	4	4	5	4	3	4	4	5	4	4	2	4	3	5	5	126

38	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	2	4	5	4	4	4	5	5	1	4	4	4	5	4	2	5	5	3	5	127	
39	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	115	
40	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	3	4	4	5	3	4	5	5	1	4	3	4	5	4	2	3	3	3	5	117	
41	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	4	2	4	2	4	4	4	2	3	3	3	5	105	
42	5	4	5	5	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	5	4	4	3	5	4	4	5	120	
43	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	5	4	4	4	4	3	4	4	5	2	5	2	4	4	4	3	117	
44	4	4	5	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	5	3	4	2	4	2	4	4	4	4	109	
45	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	1	5	4	5	4	4	4	2	4	4	5	5	127	
46	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	4	5	4	5	5	1	5	5	5	1	5	4	5	2	5	5	5	4	5	5	120	
47	4	4	4	4	2	4	2	5	4	4	4	4	4	2	5	2	4	4	4	2	4	4	5	2	4	1	3	4	5	4	108	
48	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	111	
49	4	2	4	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	2	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	125	
50	4	5	4	4	4	4	2	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	116	
51	3	4	4	3	2	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	3	2	3	3	3	4	3	98
52	5	5	5	5	5	4	2	5	3	5	4	5	1	4	2	5	4	3	4	2	5	3	5	5	5	4	4	4	5	5	123	
53	3	5	4	4	2	5	2	5	2	2	5	5	5	3	5	5	4	5	5	1	5	2	5	2	5	2	2	3	5	3	111	
54	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	146
55	5	5	5	4	4	4	5	2	2	5	5	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	120	
56	5	5	5	5	4	5	5	4	2	5	5	2	5	4	5	5	5	5	4	1	5	2	5	5	5	2	2	5	5	5	127	
57	4	5	4	3	5	5	5	5	3	4	4	5	5	5	5	5	4	5	4	1	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	132	

58	5	5	4	5	3	3	2	5	4	5	5	3	3	5	5	3	4	4	3	1	5	4	5	4	5	4	4	4	4	5	121
59	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	3	4	5	5	1	5	4	4	3	5	5	135	
60	5	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	3	1	3	4	5	4	5	5	1	5	2	5	4	5	1	4	4	3	4	109
61	3	5	5	4	1	5	3	3	4	4	4	4	5	2	3	5	4	5	5	3	4	3	5	1	5	2	4	2	4	5	113
62	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	114
63	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	142
64	4	4	4	5	4	4	4	3	5	5	5	1	5	1	3	4	5	4	5	1	5	4	5	2	5	4	4	4	5	3	117
65	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	115
66	3	4	4	4	2	4	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	5	4	4	4	111
67	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	5	4	4	4	105
68	4	5	4	4	4	4	5	5	3	4	4	5	1	5	4	4	3	4	4	2	5	2	5	5	4	2	5	3	4	4	117
69	4	5	5	5	5	3	3	4	4	5	5	5	5	3	2	5	4	3	5	2	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	128
70	4	3	4	4	4	4	2	5	4	4	4	2	5	3	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	109
71	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	115
72	4	5	4	4	4	4	5	5	3	4	4	5	1	5	4	4	3	4	4	2	5	2	5	5	4	2	5	3	4	4	117
73	5	4	5	5	5	4	3	3	5	5	5	5	4	3	3	5	4	4	5	3	5	5	4	5	5	3	4	4	5	5	130
74	5	4	5	4	5	1	2	4	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	1	5	2	5	5	5	1	4	5	5	5	125
75	5	5	4	5	4	3	2	3	4	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	2	4	4	5	3	5	2	4	4	4	5	124
76	4	5	5	5	4	4	2	4	4	5	5	4	5	5	2	4	4	4	4	2	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	126
77	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	4	2	5	5	4	5	4	2	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	114

78	5	4	4	3	3	5	3	4	3	4	4	4	4	5	5	5	3	4	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	4	5	4	123
79	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	5	4	4	4	2	4	2	4	4	115
80	4	5	5	5	4	5	2	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	2	5	4	5	2	5	5	4	4	2	5	5	125
81	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	1	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	134
82	5	5	3	5	2	5	1	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	1	5	1	5	5	5	5	2	127
83	5	4	5	5	2	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	1	5	4	5	1	5	5	4	4	4	4	4	124
84	5	5	5	5	4	4	2	4	4	3	5	5	2	5	2	4	5	3	4	4	4	4	5	4	4	2	3	5	3	5	120	
85	4	3	5	4	4	4	4	5	3	5	5	2	2	5	3	4	4	4	4	1	5	5	5	2	5	4	5	5	2	3	116	
86	4	4	3	4	2	4	3	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	112
87	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	5	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	111
88	5	5	5	4	3	5	3	3	5	4	4	4	3	2	4	5	4	5	3	4	3	2	4	3	4	4	4	2	4	5	5	116
89	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	3	107
90	4	5	4	4	2	4	2	5	2	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	5	2	4	3	4	4	4	4	4	115
91	4	4	3	4	2	4	2	5	4	4	5	4	3	4	5	5	4	4	4	2	4	4	5	4	4	4	2	4	4	4	4	115
92	4	5	4	4	4	4	5	5	3	5	5	4	5	4	5	1	1	2	5	1	5	4	5	3	4	4	2	5	3	4	5	116
93	5	5	5	5	4	4	2	4	4	3	5	5	5	2	5	2	4	5	3	4	4	4	4	5	4	4	2	3	5	3	5	120
94	4	3	4	4	2	3	2	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	5	2	4	4	5	3	5	2	5	2	4	4	108	
95	4	4	5	4	4	5	3	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	5	2	4	4	2	4	4	5	120	
96	4	4	3	5	2	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	4	4	5	3	1	5	4	5	1	5	2	3	4	3	4	115	
97	5	4	3	5	2	4	2	5	5	5	4	2	5	2	5	2	5	5	3	2	4	3	5	4	4	4	3	4	2	4	3	111

98	5	4	4	4	5	5	2	4	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	1	4	5	5	5	3	5	5	5	2	3	127
99	5	2	4	5	4	3	4	5	5	5	5	4	5	4	2	4	4	4	2	4	5	5	4	4	3	4	4	4	4	4	121
100	5	3	4	5	2	3	4	3	4	5	5	3	5	4	5	3	4	4	4	2	4	4	5	3	5	3	5	4	4	5	119
101	4	4	5	4	1	3	1	5	4	4	5	4	4	2	5	4	4	5	4	4	5	1	5	1	4	4	4	4	3	5	112
102	5	4	4	5	1	5	2	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	1	5	4	4	2	5	2	5	1	4	4	118
103	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	111
104	5	5	4	4	4	3	4	4	4	5	3	5	4	3	4	3	3	5	4	1	5	4	4	5	5	4	4	4	5	5	122
105	4	4	3	3	4	4	3	5	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	3	4	5	3	2	3	4	4	3	107
106	5	5	5	5	2	3	5	4	5	5	5	5	3	5	4	5	5	5	5	2	5	5	5	2	4	1	5	5	4	4	128
107	5	4	4	5	4	3	3	3	4	4	4	5	5	4	2	4	4	5	5	2	5	4	5	5	5	2	4	4	4	5	122
108	4	5	5	4	2	3	2	5	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	2	4	3	5	2	4	3	5	4	4	5	116
109	5	4	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	1	5	5	4	5	4	5	5	4	5	4	134
110	5	4	5	5	2	4	2	4	5	5	4	4	5	4	5	2	4	4	5	1	5	2	5	2	5	2	5	4	5	5	119
111	4	2	4	4	2	4	2	5	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	2	3	2	4	4	104
112	4	4	4	5	2	5	2	5	4	4	5	4	5	2	4	4	4	4	5	1	5	4	5	2	4	2	4	4	4	4	115
113	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	2	3	2	4	2	4	2	101
114	5	5	4	4	5	5	2	5	4	4	5	5	5	2	4	5	3	5	5	2	3	4	4	5	4	1	5	5	5	3	123
115	5	4	5	5	3	5	2	4	4	5	4	4	5	4	5	3	4	4	5	2	4	4	5	4	5	2	4	4	4	5	123
116	4	5	5	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	4	5	4	5	117
117	4	4	5	5	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	114

118	4	2	5	4	3	5	1	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	119	
119	4	5	4	4	4	4	2	5	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	5	4	4	2	2	4	4	5	112	
120	5	5	4	5	2	4	5	5	4	5	4	5	4	2	4	4	4	5	4	1	4	4	5	2	4	2	4	4	4	3	117
121	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	2	5	4	4	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	3	119
122	4	2	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	5	2	4	2	4	3	4	4	106
123	5	4	5	5	3	4	4	4	5	4	5	3	5	2	3	5	4	4	5	2	5	3	5	2	4	2	3	5	4	5	119
124	5	2	5	5	1	2	1	5	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	4	2	3	2	4	4	5	5	4	4	5	5	117
125	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	115
126	4	4	5	4	4	4	4	5	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	115
127	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	105
128	3	2	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	1	4	4	99
129	5	5	4	5	4	4	2	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	1	5	5	5	3	4	5	2	4	5	5	130
130	5	4	5	4	2	3	1	4	5	4	5	3	5	2	5	2	4	5	5	1	5	5	5	2	4	2	4	5	5	5	116
131	4	2	4	5	2	4	4	3	5	5	5	4	4	2	5	2	3	5	5	2	4	4	5	3	4	1	3	4	4	3	110
132	4	5	3	5	2	4	5	3	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	4	1	3	3	5	4	4	1	5	5	5	4	121
133	4	4	4	4	2	3	2	4	3	4	4	5	4	2	5	3	4	5	4	2	4	3	5	2	4	1	3	4	4	4	106
134	4	5	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	4	4	5	4	3	4	3	4	4	115
135	4	4	5	5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	1	5	1	4	2	5	5	4	5	2	5	4	5	113
136	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	5	2	4	5	5	5	123
137	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	5	2	4	5	5	4	5	4	4	4	5	5	131

138	4	2	4	4	3	4	3	5	4	4	4	2	4	2	5	4	4	5	3	3	3	4	5	5	5	1	3	4	3	4	110
139	4	3	5	5	3	5	3	4	5	5	5	3	4	3	4	2	4	4	5	1	5	3	5	1	5	3	4	5	5	5	118
140	5	4	5	5	4	5	3	5	5	4	5	3	5	3	5	4	5	5	4	3	3	4	5	4	5	2	3	4	5	5	127
141	4	2	5	4	3	5	1	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	5	5	4	4	2	5	4	4	4	4	4	5	5	115
142	4	5	5	4	4	5	5	5	4	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	2	4	2	4	4	85
143	5	5	4	4	5	2	3	4	4	5	5	3	4	4	4	2	4	4	3	2	5	2	4	5	3	1	3	3	4	5	111
144	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	112
145	5	5	5	4	4	4	3	5	5	4	5	5	5	3	3	5	3	5	5	2	5	4	4	5	4	3	4	5	5	5	129
146	4	3	4	4	5	3	3	3	5	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	5	4	2	3	4	3	4	110	
147	5	5	4	5	5	3	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	2	2	5	4	5	4	3	4	4	4	125	
148	5	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	5	4	4	4	2	4	4	4	2	4	5	4	4	4	2	2	4	4	4	112
149	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	142
150	5	3	5	4	3	5	4	5	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	3	4	2	3	2	4	4	118
151	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	5	2	5	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	120
152	5	5	3	3	2	3	2	4	3	4	4	5	4	4	3	5	4	5	4	2	4	4	5	2	3	2	5	5	5	3	112
153	4	5	4	4	5	2	4	5	4	4	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	5	4	126	
154	5	4	5	5	5	4	3	4	5	5	4	4	5	3	4	4	3	4	5	1	5	3	5	5	4	2	3	4	2	5	120
155	5	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	2	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	109
156	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	113
157	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	1	5	1	4	4	4	2	4	3	5	3	4	1	2	4	4	5	104

158	4	4	5	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	4	5	3	4	3	4	4	4	4	4	114
159	4	3	4	4	2	4	1	4	4	4	4	3	5	4	4	3	4	5	4	2	4	4	2	4	4	3	4	4	4	5	110	
160	4	5	4	4	2	5	2	5	3	4	4	5	5	3	4	5	4	5	4	2	4	4	5	2	4	2	3	5	4	4	116	
161	4	5	4	4	4	5	2	5	5	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	5	5	4	5	4	2	4	5	124	
162	4	5	4	4	4	5	2	5	5	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	5	5	4	5	4	2	4	5	124	
163	5	4	5	4	4	4	4	3	5	5	5	3	5	5	3	5	4	5	5	1	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	130	
164	4	2	4	4	4	4	3	5	4	4	3	2	2	2	3	4	4	4	3	2	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	104	
165	5	3	5	5	5	2	2	5	4	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	1	5	132
166	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	116	
167	5	5	5	5	2	4	3	4	4	4	4	5	5	4	4	3	5	3	4	4	1	5	4	5	5	5	4	4	2	5	5	123
168	4	5	5	5	2	4	2	4	5	4	5	4	4	3	4	4	2	5	4	4	1	4	3	5	4	5	4	4	4	5	5	119
169	4	4	4	4	4	4	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	116	
170	5	5	4	5	3	4	2	4	5	5	5	2	5	3	5	2	4	4	5	2	4	4	5	3	5	4	4	2	5	5	120	
171	4	5	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	115	
172	5	5	5	4	3	4	2	4	5	5	5	4	4	2	5	3	4	5	5	2	4	3	5	4	4	3	4	2	4	5	119	
173	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	118	
174	3	4	4	4	2	3	3	5	4	4	4	4	4	4	2	2	4	5	4	2	4	2	5	2	4	3	4	3	3	3	104	
175	5	4	3	5	4	5	2	4	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	2	4	4	5	4	4	2	5	4	5	4	114	
176	3	5	5	3	2	5	2	5	4	4	3	4	4	4	4	5	3	5	4	2	4	4	5	5	5	1	2	3	4	4	113	
177	4	5	4	3	4	4	2	5	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	3	3	5	4	4	2	3	4	4	5	112	

178	4	5	3	3	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	2	5	5	5	4	4	5	3	5	4	3	4	2	5	5	3	127
179	3	5	5	4	4	3	2	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	1	4	4	5	3	5	2	2	4	4	4	111	
180	4	5	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	5	116
181	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	2	4	5	4	4	2	4	4	4	5	4	4	4	5	1	5	125
182	4	4	4	5	4	4	2	4	4	5	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	5	4	4	4	115
183	4	5	4	5	3	3	2	4	4	2	4	4	5	4	4	3	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112
184	5	5	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	1	4	5	4	5	4	4	5	5	5	5	134
185	5	4	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	110
186	4	4	4	4	2	5	2	3	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	2	5	2	5	4	5	2	3	4	4	3	117
187	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	150
188	5	5	5	4	5	3	2	4	5	4	3	4	5	2	4	5	4	5	5	1	5	5	5	5	2	4	5	5	4	5	125
189	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	110
190	5	5	4	4	5	5	2	4	2	5	5	4	2	4	1	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	3	4	5	5	124
191	3	5	5	2	5	5	3	4	2	4	3	5	4	2	4	3	4	5	1	4	5	5	4	5	3	1	5	2	4	4	111
192	3	5	3	5	2	4	4	4	5	5	5	5	4	2	5	4	5	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	5	4	119
193	5	5	2	5	4	4	1	5	5	3	4	4	5	4	4	4	4	5	5	1	5	1	5	4	4	4	5	3	5	5	120
194	3	5	5	5	3	5	3	3	5	5	5	4	5	4	5	3	5	5	5	1	5	4	5	4	5	5	4	1	5	5	127
195	5	5	2	5	4	4	1	5	5	3	4	4	5	4	4	4	4	5	5	1	5	1	5	4	4	4	5	3	5	5	120
196	4	5	5	4	4	5	2	4	4	5	5	1	5	1	4	5	4	5	4	2	5	5	5	4	5	2	4	5	5	5	123
197	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	5	2	4	4	5	2	5	4	4	3	4	4	114

198	5	4	5	5	4	5	1	5	5	5	5	4	5	4	5	1	5	5	5	1	5	4	5	1	5	1	1	4	5	5	120	
199	5	2	4	4	2	4	2	3	2	5	5	2	5	1	5	2	4	5	5	1	5	3	5	5	5	2	2	2	2	5	5	107
200	4	5	4	4	2	4	3	4	4	5	4	4	4	4	5	2	4	5	4	2	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	112	
201	4	4	4	5	3	5	2	4	4	5	4	4	4	4	5	2	4	4	5	2	4	4	5	2	4	2	3	2	4	3	111	
202	5	5	5	5	1	4	3	5	5	5	5	4	5	2	5	1	2	5	5	1	5	1	5	3	5	2	4	4	4	5	5	117
203	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	110
204	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	110
205	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	1	5	5	5	2	4	4	4	5	5	5	139	
206	4	5	4	4	5	4	5	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	2	5	4	5	4	1	4	2	1	2	5	5	116	
207	5	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	4	5	4	4	5	4	4	3	4	5	116		

LAMPIRAN 5

Hasil validitas dan reliabilitas

Validitas Skala Prokrastinasi Akademik

P1	Pearson Correlation	.267**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P2	Pearson Correlation	.580**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P3	Pearson Correlation	.565**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P4	Pearson Correlation	.315**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P5	Pearson Correlation	.551**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P6	Pearson Correlation	.629**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P7	Pearson Correlation	.523**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P8	Pearson Correlation	.551**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P9	Pearson Correlation	.648**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P10	Pearson Correlation	.531**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P11	Pearson Correlation	.372**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P12	Pearson Correlation	.587**

P13	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.512**
P14	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.484**
P15	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.409**
P16	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.479**
P17	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.568**
P18	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.474**
P19	Sig. (2-tailed)	.061
	N	207
	Pearson Correlation	.130
P20	Sig. (2-tailed)	.124
	N	207
	Pearson Correlation	.107
P21	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.555**
P22	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.339**
P23	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.570**
P24	Sig. (2-tailed)	.001
	Pearson Correlation	.236**

P25	N	207
	Pearson Correlation	.667**
	Sig. (2-tailed)	.000
P26	N	207
	Pearson Correlation	.600**
	Sig. (2-tailed)	.000
P27	N	207
	Pearson Correlation	.279**
	Sig. (2-tailed)	.000
P28	N	207
	Pearson Correlation	.629**
	Sig. (2-tailed)	.000
P29	N	207
	Pearson Correlation	.437**
	Sig. (2-tailed)	.000
P30	N	207
	Pearson Correlation	.531**
	Sig. (2-tailed)	.000
P31	N	207
	Pearson Correlation	.529**
	Sig. (2-tailed)	.000
P32	N	207
	Pearson Correlation	.487**
	Sig. (2-tailed)	.000
P33	N	207
	Pearson Correlation	.076
	Sig. (2-tailed)	.279
P34	N	207
	Pearson Correlation	.273**
	Sig. (2-tailed)	.000
P35	N	207
	Pearson Correlation	.424**
	Sig. (2-tailed)	.000
P36	N	207
	Pearson Correlation	.580**
	Sig. (2-tailed)	.000

Total	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	207

Validitas Skala Kontrol Diri

P1	Pearson Correlation	.493**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P2	Pearson Correlation	.420**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P3	Pearson Correlation	.297**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P4	Pearson Correlation	.412**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P5	Pearson Correlation	.445**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P6	Pearson Correlation	.311**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P7	Pearson Correlation	.234**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	207
P8	Pearson Correlation	.166 [*]
	Sig. (2-tailed)	.017
	N	207
P9	Pearson Correlation	.372**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P10	Pearson Correlation	.463**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P11	Pearson Correlation	.492**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P12	Pearson Correlation	.396**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207

P13	Pearson Correlation	.315**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P14	Pearson Correlation	.411**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P15	Pearson Correlation	.047
	Sig. (2-tailed)	.501
	N	207
P16	Pearson Correlation	.381**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P17	Pearson Correlation	.313**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P18	Pearson Correlation	.317**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P19	Pearson Correlation	.417**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P20	Pearson Correlation	.035
	Sig. (2-tailed)	.616
	N	207
P21	Pearson Correlation	.395**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P22	Pearson Correlation	.395**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P23	Pearson Correlation	.344**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P24	Pearson Correlation	.318**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
P25	Pearson Correlation	.346**

P26	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.441**
P27	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.378**
P28	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.439**
P29	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.342**
P30	Sig. (2-tailed)	.000
	N	207
	Pearson Correlation	.448**
Total	Sig. (2-tailed)	1
	N	207
	Pearson Correlation	

Uji Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	207	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	207	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.906	29

Uji Reliabilitas Skala Kontrol Diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	207	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	207	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.778	25

LAMPIRAN 6

Hasil Uji Asumsi

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		PROKRASTINASI AKADEMIK	KONTROL DIRI
N		207	207
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	74.4879	99.6377
	Std. Deviation	14.71472	8.58420
Most Extreme Differences	Absolute	.039	.065
	Positive	.039	.065
	Negative	-.035	-.046
Kolmogorov-Smirnov Z		.554	.935
Asymp. Sig. (2-tailed)		.918	.347

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PROKRASTINASI	Between Groups	(Combined)	17502.90	39	448.792	2.766	.000
AKADEMIK * KONTROL DIRI			1				
		Linearity	13895.37	1	13895.3	85.62	.000
			1		71	6	
		Deviation from Linearity	3607.530	38	94.935	.585	.973
	Within Groups		27100.81	167	162.280		
			9				
	Total		44603.72	206			
			0				

LAMPIRAN 7
Hasil Uji Hipotesis

Uji Hipotesis

Correlations

		PROKRASTINASI AKADEMIK	KONTROL DIRI
PROKRASTINASI AKADEMIK	Pearson Correlation	1	-.558**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	207	207
KONTROL DIRI	Pearson Correlation	-.558**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	207	207

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).