

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 5 METRO
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

SKRIPSI



Oleh:

**MUTIA MUTIARA WATI
NPM. 15130075**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH METRO
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2020**



**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 5 METRO TAHUN
PELAJARAN 2019/2020**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling**

OLEH:

**MUTIA MUTIARA WATI
NPM. 15130075**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH METRO
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2020**

ABSTRACT

Wati, Mutia Mutiara. 2020. The Relationship Between Self-Control and Academic Procrastination of Students in State Senior High School 5 Metro in Academic Year 2019/2020. Undergraduate Thesis. Guidance and Counseling Study Program, Education Science Department, Teacher Training and Education Faculty, Muhammadiyah University of Metro, Advisor (I) Prof. Dr. H. Karwono, M.Pd., Advisor (II) Achmad IrfanMuzni, M.Psi.

Keywords: Self Control, Academic Procrastination.

Formulation of the problem in this study sounds, "Is there a significant relationship between Self-Control and Academic Procrastination of Students in State Senior High School 5 Metro in Academic Year 2019/2020?" The purpose of this study was to determine a significant relationship between self-confidence and students' learning independence in State Senior High School 5 Metro in Academic Year 2019/2020.

This study uses a quantitative correlation design. The population of this study was 502 students. The research sample was 75 students. The sample was taken by using simple random sampling technique. The instrument of data collection is questionnaire using Likert scale model. Data analysis techniques used in this research is correlational techniques using product moment formula.

Based on the results of research analysis, the relationship between self-control (X) and academic procrastination (Y) of State Senior High School 5 Metro in Academic Year 2019/2020 that has been carried out using the correlation product moment formula showed a significant level of 5% with $df = n-2 = 73$ at the 5% significance level, a r-table of 0.2159 is obtained. Then $r\text{-count} > r\text{-table}$ or $0.41 > 0.2159$, then H_0 is rejected and H_a is accepted. So it can be concluded that there is a significant relationship between self-control and academic procrastination of students in State Senior High School 5 Metro Academic Year 2019/2020.

ABSTRAK

Wati, Mutia Mutiara. 2020. Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Peserta Didik SMA Negeri 5 Metro Tahun Pelajaran 2019/2020 . Skripsi. Jurusan Ilmu Pendidikan Progam Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Metro, Pembimbing (I) Prof. Dr. H. Karwono, M.Pd., Pembimbing (II) Achamad Irfan Muzni, M.Psi.

Kata Kunci: Kontrol Diri, Prokrastinasi Akademik.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada hubungan yang signifikan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMA Negeri 5 Metro Tahun Pelajaran 2019/2020?. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kemandirian belajar peserta didik di SMA Negeri 5 Metro Tahun Pelajaran 2019/2020.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasi. Populasi penelitian ini sebanyak 502 peserta didik. Sampel penelitian berjumlah 75 peserta didik dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen dalam pengambilan data menggunakan metode angket atau kuisioner model skala *Likert*. Teknik analisis data menggunakan teknik korelasional dengan menggunakan rumus *product moment*.

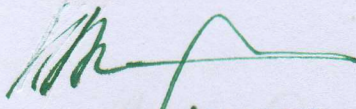
Berdasarkan hasil perhitungan analisis penelitian hubungan antara kontrol diri (X) dengan prokrastinasi akademik (Y) peserta didik SMA Negeri 5 Metro yang telah dilakukan dengan menggunakan rumus *correlation product moment* diperoleh taraf signifikan 5%. Dengan $df = n-2 = 73$ pada taraf signifikansi 5%, diperoleh r_{tabel} sebesar 0,2159. Maka $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau $0,41 > 0,2159$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik peserta didik di SMA Negeri 5 Metro Tahun Pelajaran 2019/2020.

PERSETUJUAN

Skripsi oleh **MUTIA MUTIARA WATI** ini,
Telah diperbaiki dan disetujui untuk diuji

Metro, 11 Januari 2020

Pembimbing I



Prof. Dr. H. Karwono, M.Pd

NIP. 19530325 198703 1 004

Metro, 14 Januari 2020

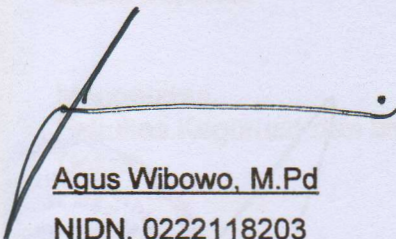
Pembimbing II



Achmad Irfan Muzni, M.Psi

NIDN. 0712057402

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling



Agus Wibowo, M.Pd

NIDN. 0222118203

PENGESAHAN

Skripsi oleh **MUTIA MUTIARA WATI** ini,
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 23 Januari 2020

Tim Penguji

Prof. Dr. H. Karwono, M.Pd

. Ketua

Achmad Irfan Muzni, M.Psi

. Sekretaris

Muda'im, M.Si

. Penguji Utama

Mengetahui,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan,



Drs. Partono, M.Pd.
NIP. 19660413 199103 1 003

MOTTO

﴿قُلْ يَاعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾
﴿٥٣﴾

Artinya: *Katakanlah “Hai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu terputus asa dari rahmat Allah.” (Az Zumar: 53)*

“Semuanya kelihatan tidak mungkin sampai segala sesuatunya selesai”
(Nelson Mandela)

PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Allah SWT serta rasa bangga terhadap perjuangan yang telah dilakukan, penulis persembahkan skripsi ini kepada:

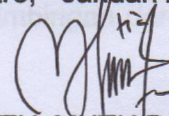
1. Ayahandaku tersayang yang telah tiada (Alm. M. Nurwi) yang selalu menjadi penyemangatku hingga aku bias sampai dititik ini dan Ibundaku tercinta (Rosnawati) yang selalu mendo'akan dan memberikan dukungan serta motivasi disetiap waktu. Ucapan terimakasih ini tidak sebanding dengan jerih payah selama ini. Terimakasih atas do'a, pelukan hangat serta semangat yang selalu diberikan selama ini. Skripsi ini tidak akan pernah terselesaikan tanpa do'a serta dukungan dari Ayah dan bunda. Semoga Allah memberikan keberkahan serta Allah indahkan di setiap langkah Ayah dan ibu.
2. Prof. Dr. H. Karwono, M.Pd, selaku pembimbing 1 yang membimbing dan mengarahkan saya dalam menyelesaikan skripsi ini
3. Bapak Achmad Irfan Muzni, M.Psi, selaku pembimbing 2 terimakasih Bapak tela h sabar membimbing dan memberi saya arahan dalam menyelesaikan skripsi ini
4. Kepada kakak-kakakku tersayang Akhmad Nur Iqbal, Antika Palupi, Bambang Hendartomo Utoro dan Annisa Zaynan Nur yang selalu memberikan support dan semangat untuk saya
5. Kepada keponakan-keponakaku tercinta Azima Nur Aisyah, Adiba Nur Dzakiya Utami dan Akhmad Ilman Nafii yang selalu menjadi penghiburku dikala lelah mengerjakan skripsi ini.
6. Sahabat-sahabatku (Yori Mei Rachamawati, Lussy Meli Rachamawati, Kamalia Firdausi, Dian Tri Utami) yang selalu memberikan semangat, tempat curhatku, dan memotivasiku. Sahabat dari SMA (Nuroh Fauziana

dan Nurul Alaina) yang sampai detik ini masih selalu ada dan selalu mensupport.

7. Sahabat-sahabat dan teman-teman satu perjuanganku (Robiatul Ahdawiya, Nova Deslianti F, Meilena Sinta Dewi) teman dari awal perkuliahan yang suka heboh ribet sendiri terimakasih sudah menemani hari-hariku dan (Ulvi Putriana, Afifa Zulfa Maharama, Alfun Karomah S, Nanda Agustina, Fitri Nia Sari) terimakasih sudah banyak membantu dan mengingatkaku dalam mengerjakan skripsi.
8. Teman-teman PPL yang menjadi penghibur dan penyemangat saat ppl terimakasih untuk semuanya
9. Ibu Zulida Z.A, S.Pd dan Ibu Riska Puspitasari), terimakasih atas dukungan dan bantuannya selama saya penelitian di SMA Negeri 5 Metro
10. Rekan-rekan bimbingan dan konseling angkatan 2015 yang berjuang bersama-sama, semoga kalian diberi kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini
11. Almamaterku Universitas Muhammadiyah Metro

Semoga Allah SWT memberikan pahala dan memberikan kemudahan kepada pihak yang telah ikhlas membantu selama proses pembuatan skripsi ini

Metro, Januari 2020



MUTIA MUTIARA WATI
NPM 15130075

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta lindungan-Nya, sehingga penulis dapat menyusun skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMA Negeri 5 Metro Tahun Pelajaran 2019/2020”.

Penulis menyadari bahwasannya dalam penulisan skripsi ini masih mengalami banyak kesulitan dan hambatan, namun berkat bimbingan serta motivasi dari berbagai pihak akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang setulusnya kepada:

1. Drs. H. Jazim Ahmad, M.Pd., Rektor Universitas Muhammadiyah Metro
2. Drs. Partono, M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Metro.
3. Agus Wibowo, M.Pd., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling.
4. Prof. Dr. H. Karwono, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing I yang membantu serta membimbing dan memberikan nasihat selama pembuatan skripsi
5. Achmad Irfan Muzni, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing II yang penuh kesabaran dan ketelitian dalam memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsil ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Metro yang telah membekali ilmu pengetahuan, bimbingan, mendidik, mengarahkan dan memberikan keteladanan serta memotivasi selama peneliti menempuh pendidikan sarjana.

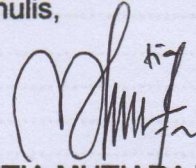
7. Kedua orang tuaku tercinta yang selalu memberikan semangat serta do'a dan kasih sayang kalian dalam penyelesaian proposal ini, telah mengantarkanku ke depan pintu gerbang kesuksesan.
8. Sahabat-sahabat yang telah memberikan semangat.
9. Seluruh teman-teman seperjuangan Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2015 yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini sehingga bermanfaat untuk kita semua.

Wassalamuaikum Wr. Wb

Metro, Januari 2020

Penulis,



MUTIA MUTIARA WATI
NPM.1513075

BAB II KAJIAN PUSTAKA

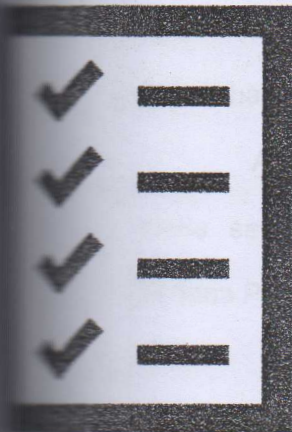
A. Pengertian Prokrastinasi Akademik	8
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	8
2. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik	9
3. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik	11
4. Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik	13
B. Kontrol Diri	16
1. Pengertian Kontrol Diri	16
2. Jenis-jenis Kontrol Diri	16
3. Aspek-aspek Kontrol Diri	18
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri	20
C. Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Peserta Didik	22
D. Kerangka Berpikir	24
E. Hipotesis	25

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	27
B. Definisi Istilah dan Definisi Operasional Variabel	28
C. Populasi, Sampel dan Sampling	30
D. Instrumen Penelitian	32
E. Teknik Pengumpulan Data	45



PUBLIKASI ILMIAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
METRO



Jalan Jendral Soedirman No.116
Kec. Metro Timur Kota
Metro, Indonesia
ummetro.ac.id
ummetro@gmail.com

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

SURAT KETERANGAN UJI KESAMAAN (SIMILARITY CHECK)

Nomor: 997/II.3.AU/F/UPI-UK/2020

Unit Publikasi Ilmiah Universitas Muhammadiyah Metro dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : MUTIA MUTIARA WATI
NPM : 15130075
Jenis Dokumen : SKRIPSI

Judul :

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 5 METRO TAHUN
PELAJARAN 2019/2020

Telah dilakukan validasi berupa Uji Kesamaan (*Similarity Check*) dengan menggunakan aplikasi *Turnitin*. Dokumen yang telah diperiksa dinyatakan telah memenuhi syarat bebas uji kesamaan (*similarity check*) dengan persentase kesamaan $\leq 20\%$. Hasil pemeriksaan uji kesamaan terlampir.

Demikian kami sampaikan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Metro, 11 Maret 2020

Kepala Unit,



Unit
Publikasi
Ilmiah
UM METRO

Swaditya Rizki, S.Si., M.Sc.
NIDN. 0224018703

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

- 1. Nama : MUTIA MUTIARA WATI
- 2. NPM : 15130075
- 3. Jurusan : Pendidikan
- 4. Program Studi : *Bimbingan dan Konseling*
- 5. Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul "**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 5 METRO TAHUN PELAJARAN 2019/2020**" merupakan benar-benar karya saya bukan hasil plagiat.

Apabila di kemudian hari terdapat unsur plagiat dalam skripsi tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar akademik Sarjana Pendidikan dan akan mempertanggung jawabkan secara hukum.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya.

Metro, Januari 2020



Pernyataan
[Signature]
Mutia Mutiara Wati
NPM. 15130075

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN LOGO	ii
HALAMAN JUDUL	iii
ABSTRAK.....	iv
PERSETUJUAN	vi
PENGESAHAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Asumsi dan Keterbatasan Penelitian	5
F. Ruang Lingkup Penelitian	7

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Prokrastinasi Akademik	8
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik.....	8
2. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik	9
3. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik	11
4. Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik	13
B. Kontrol Diri.....	15
1. Pengertian Kontrol Diri	15
2. Jenis-jenis Kontrol Diri	16
3. Aspek-aspek Kontrol Diri	18
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri	20
C. Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Peserta Didik	22
D. Kerangka Berpikir	24
E. Hipotesis	25

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	27
B. Definisi Istilah dan Definisi Operasional Variabel.....	28
C. Populasi, Sampel dan Sampling	30
D. Instrument Penelitian	32
E. Teknik Pengumpulan Data.....	45

F. Teknik Analisis Data.....	46
------------------------------	----

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum.....	50
1. Sejarah Berdirinya SMA Negeri 5 Metro	50
2. Kondisi Sekolah	51
3. Visi dan Misi Sekolah	52
4. Keadaan Sarana dan Prasarana	53
5. Keadaan Guru dan Karyawan	54
6. Keadaan Peserta Didik	56
7. Personil Bimbingan dan Konseling	56
8. Struktur Organisasi	58
B. Tahap-tahap Penelitian	59
1. Tahap Persiapan	59
2. Uji Instrumen	60
3. Pelaksanaan Penelitian	61
C. Hasil Penelitian	61
1. Deskripsi Data	62
2. Pengujian Hipotesis	64
D. Pembahasan	70

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	72
B. Saran.....	72

DAFTAR PUSTAKA.....	74
----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data Populasi.....	30
2. Kisi-kisi Instrumen Kontrol Diri.....	34
3. Kisi-kisi Instrumen Prokrastinasi Akademik	35
4. Penskoran Alternatif Jawaban Kontrol Diri	36
5. Penskoran Alternatif Jawaban Prokrastinasi Akademik.....	36
6. Hasil Uji Validitas Angket Kontrol Diri.....	38
7. Hasil Uji Validitas Angket Prokrastinasi Akademik.....	39
8. Uji Reliabilitas Angket Kontrol Diri	41
9. Uji Reliabilitas Angket Prokrastinasi Akademik.....	43
10. Kriteria Penafsiran Indeks Reliabilitas	45
11. Jumlah Ruang/Gedung.....	53
12. Sarana dan Prasarana Lainnya	54
13. Keadaan Guru dan Karyawan	55
14. Keadaan Peserta Didik SMA Negeri 5 Metro	56
15. Keadaan Guru BK SMA Negeri 5 Metro.....	57
16. Jadwal Penelitian	59
17. Frekuensi Rentang Kontrol Diri	62
18. Frekuensi Rentang Prokrastinasi Akademik	63
19. Rekapitulasi Uji Normalitas	66
20. Kriteria Interpretasi	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Gambar Skema Kerangka Berpikir	25
2. Struktur Organisasi Sekolah SMA Negeri 5 Metro	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Pernyataan	76
2. SK Bimbingan Skripsi	77
3. Surat Izin Penelitian	78
4. Surat Balasan Penelitian.....	79
5. Lembar Validasi Angket.....	80
6. Kisi-Kisi Angket Kontrol Diri Sebelum <i>Judgement</i>	88
7. Kisi-Kisi Angket Prokrastinasi Akademik Sebelum <i>Judgement</i>	90
8. Kisi-Kisi Angket Kontrol Diri Setelah <i>Judgement</i>	92
9. Kisi-Kisi Angket Prokrastinasi Akademik Setelah <i>Judgement</i>	94
10. Angket Kontrol Diri Sebelum Validasi.....	96
11. Angket Prokrastinasi Akademik Sebelum Validasi	102
12. Angket Kontrol Diri Setelah Validasi.....	108
13. Angket Prokrastinasi Akademik Setelah Validasi.....	114
14. Tabel Validitas Instrumen Kontrol Diri	120
15. Tabel Validitas Instrumen Prokrastinasi Akademik	121
16. Tabel Rekapitulasi Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik.....	122
17. Tabel Reliabilitas Instrumen Kontrol Diri	123
18. Pengujian Reliabilitas Instrumen Kontrol Diri	124
19. Tabel Reliabilitas Kontrol Diri.....	126
20. Tabel Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik	127
21. Pengujian Reliabilitas Instrumen Prokrastinasi Akademik	128
22. Tabel Reliabilitas Prokrastinasi Akademik	130
23. Tabel Data Kontrol Diri.....	131
24. Tabel Data Prokrastinasi Akademik	132

25. Uji Normalitas Kontrol Diri.....	134
26. Uji Normalitas Prokrastinasi Akademik	136
27. Uji Hipotesis	138
28. Kartu Bimbingan Skripsi	140
29. Dokumentasi Penelitian	144
30. Riwayat Hidup	146