

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. PELAKSANAAN PENELITIAN

1. Gambaran Umum Tempat Penelitian

Penelitian ini memiliki judul hubungan antara efikasi diri dan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di masa karantina covid-19. Penelitian ini dilakukan di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo atau biasa dikenal dengan nama UMSIDA mempunyai sebuah semboyan, yaitu Dari Sini Pencerahan Bersemi dan juga memiliki tiga kampus. Untuk kampus pertama terletak di Jl. Mojopahit No.666 B, Sidowayah, Celep, Kec. Sidoarjo, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur 61271, untuk kampus duanya terletak di Jl. Raya Gelam 250 Candi Sidoarjo, dan untuk kampus ketiga terletak di Jl. Raya Rame Pilang 04 Wonoayu.

Umsida sendiri memiliki program studi sebanyak 27 dan pada tahun 2019, Umsida menambahkan dua program studi baru, yaitu pendidikan profesi bidan (baik sarjana maupun profesi) serta fisioterapi (khusus D3), untuk fakultas sendiri Umsida memiliki lima Fakultas, diantaranya adalah Fakultas Agama Islam, Fakultas Sains dan Teknologi (khusus Fakultas Teknik dan Fakultas Pertanian), Fakultas Bisnis, Hukum, dan Ilmu Sosial (gabungan dari Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Fakultas Hukum, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik), Fakultas terakhir adalah Fakultas Psikologi dan Ilmu

Kependidikan (gabungan dari Fakultas Psikologi dan juga FKIP) (<https://umsida.ac.id/>).

Umsida memiliki sebuah Visi, Misi dan Sasaran (<https://umsida.ac.id/>). Visi Umsida adalah menjadi perguruan tinggi unggul dan inovatif dalam pengembangan IPTEKS berdasarkan nilai-nilai Islam untuk kesejahteraan masyarakat. Umsida memiliki enam Misi, diantaranya adalah ;

- a. Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran secara profesional sesuai perkembangan IPTEKS berdasarkan nilai-nilai Islam.
- b. Meningkatkan penelitian yang mendukung proses pembelajaran dan pengembangan IPTEKS untuk kesejahteraan masyarakat.
- c. Meningkatkan pengabdian kepada masyarakat untuk kesejahteraan masyarakat.
- d. Meningkatkan kerjasama dengan lembaga di dalam dan luar negeri.
- e. Meningkatkan tata kelola secara professional berdasarkan nilai-nilai Islam.
- f. Meningkatkan pembinaan dan pengembangan kemahasiswaan berdasarkan nilai-nilai Islam

Umsida sendiri memiliki sebuah tujuan dalam pencapaiannya, tujuannya tersebut yaitu :

- a. Menghasilkan lulusan yang profesional dalam penguasaan IPTEKS berdasarkan nilai- nilai Islam.
- b. Menghasilkan penelitian untuk kesejahteraan masyarakat.
- c. Mewujudkan pengabdian kepada masyarakat untuk kesejahteraan masyarakat.
- d. Mewujudkan kerjasama dengan lembaga di dalam dan luar negeri untuk penguatan Catur Dharma Perguruan Tinggi Muhammadiyah.
- e. Mewujudkan kemandirian perguruan tinggi dengan tata kelola yang profesional berdasarkan nilai- nilai Islam
- f. Meningkatkan prestasi akademik dan non akademik mahasiswa.

2. Gambaran Umum Subyek Penelitian

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo merupakan salah satu Universitas Swasta di Jawa Timur yang berkomitmen menjadi salah satu perguruan tinggi unggul dan inovatif dalam perkembangan IPTEKS berdasarkan nilai-nilai islam untuk kesejahteraan masyarakat. Disamping itu, Umsida sendiri juga termasuk ke dalam perguruan tinggi swasta terbesar di Kabupaten Sidoarjo dengan jumlah mahasiswa yang terus meningkat setiap tahunnya.

Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seseorang yang mengambil pendidikan di Umsida atau yang biasa disebut sebagai mahasiswa. Jumlah keseluruhan mahasiswa Umsida saat ini sekitar 8972 mahasiswa (<https://umsida.ac.id/>). Subyek yang dijadikan responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa Umsida, dengan jumlah responden sebanyak 150

mahasiswa. Proses pengambilan data ini dilakukan secara insidental, yaitu dengan membagikan kuesioner melalui aplikasi *google form* pada tanggal 01 September 2020 dan mahasiswa Umsida dari fakultas dan jurusan manapun dapat mengisi link *google form* tersebut.

Tabel 4.1

Jumlah Subjek Penelitian

Fakultas Agama Islam	1. Pendidikan Agama Islam	10
	2. Pendidikan Bahasa Arab	25
	3. Perbankan Syariah	18
	4. Pendidikan Guru MI	19
Fakultas Psikologi dan Ilmu Kependidikan	Psikologi	78
TOTAL		150

B. Hasil Analisis Statistik

1. Hasil Uji Daya Diskriminasi Aitem

Hasil uji daya diskriminasi aitem ini dipakai untuk menguji setiap aitem variabel yang digunakan pada masing-masing variabel dalam penelitian. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan tiga variabel dengan jumlah keseluruhan aitemnya adalah 96 aitem. 26 aitem untuk variabel prokrastinasi akademik, 25 aitem untuk variabel efikasi diri, dan 45 aitem untuk variabel kontrol diri. Pengujian daya diskriminasi aitem ini menggunakan aplikasi SPSS Statistik versi 20 guna memperoleh hasil dari setiap aitem yang diukur.

Menurut Sugiyono (2018), menyatakan aitem dinyatakan valid apabila aitem tersebut harus mencapai syarat minimal, yaitu 0,30, dan jika r kritis di bawah, 30 maka aitem tersebut dianggap gugur atau tidak valid. Nilai r hitung dapat dilihat di kolom *Corrected Item Total Correlation*. Penjabaran validitas dari tiap masing-masing aitem, yaitu

a. Alat Ukur Prokrastinasi Akademik

Skala kualitas dari aitem prokrastinasi akademik memiliki jumlah 26 aitem berupa pernyataan yang diujikan kepada subyek penelitian dengan total 150 mahasiswa. Hasil uji daya diskriminasi pada skala prokrastinasi akademik memiliki hasil 21 aitem valid dan 5 aitem gugur. Rincian dari tiap-tiap aitem yang valid dan gugur adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2
Distribusi Aitem Valid dan Gugur pada Skala Prokrastinasi Akademik

NO	ASPEK	INDIKATOR	VALID	GUGUR
1.	<i>Perceived Time</i>	a. Gagal menepati <i>deadline</i>	1, 2, 3, 4	-
		b. Suka menunda-nunda dalam mengerjakan sesuatu	7	5, 6
2.	<i>Intention-action</i>	a. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	8, 9, 10, 12	11
		b. Kesulitan dalam melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktunya	13, 14	-
3.	<i>Emotional Distress</i>	a. Adanya perasaan cemas dalam melakukan prokrastinasi	15, 16, 17	-
		b. Perasaan tenang karena waktu yang disediakan masih banyak	18, 19, 20	-
4.	<i>Perceived</i>	a. Tidak yakin terhadap	21, 22, 23	-

	<i>Ability</i>	kemampuan dirinya		
		b. Munculnya perasaan takut gagal	24	25, 26
		TOTAL	21	5

b. Alat Ukur Efikasi Diri

Jumlah pernyataan pada kuesioner efikasi diri memiliki jumlah aitem 25 yang dimana aitem tersebut diujikan kepada subyek yang berjumlah 150 mahasiswa. Untuk hasil uji daya diskriminasi pada skala efikasi diri ini memperoleh aitem valid yang berjumlah 19 dan aitem gugur yang berjumlah 6. Rincian dari aitem-aitem yang valid dan gugur adalah sebagai berikut :

Tabel 4.3

Distribusi Aitem Valid dan Gugur pada Skala Efikasi Diri

NO	ASPEK	INDIKATOR	VALID	GUGUR
1.	<i>Magnitude</i>	a. Individu merasa mampu menyelesaikan tugas yang menurutnya mudah terlebih dahulu	1, 2, 3	4
		b. Individu memilih mengerjakan tugas yang sesuai dengan kemampuannya	5, 7, 8	6, 9
		c. Individu yakin atas kemampuan diri dalam mengatasi kesulitan tugas	10, 11, 12, 13, 14	-
2.	<i>Strength</i>	a. Individu merasa mampu melakukan tugas dalam bidang yang berbeda	15, 18	16, 17
3.	<i>Generality</i>	a. Individu mendorong dirinya untuk bertahan pada setiap rintangan	19, 20, 21	22
		b. Individu mampu menghadapi hambatan dalam mencapai setiap tujuan	23, 24, 25	-
		TOTAL	19	6

c. Alat Ukur Kontrol Diri

Skala yang berikutnya adalah skala variabel kontrol diri memiliki jumlah total aitem sebanyak 45 pernyataan dan diujikan pada subyek yang berjumlah 150 mahasiswa. Hasil uji daya diskriminasi pada skala kontrol diri ini mendapatkan aitem valid sejumlah 30 dan aitem gugur sejumlah 15. Uji rincian dari aitem-aitem valid dan gugur adalah sebagai berikut :

Tabel 4.4

Distribusi aitem Valid dan Gugur pada Skala Kontrol Diri

No	Aspek	Indikator	Valid	Gugur
1.	Kontrol Perilaku	a. Mampu mengontrol keinginan dalam dirinya	5	1, 2, 3, 4
		b. Mampu mengendalikan situasi diluar dirinya	6, 7, 8, 9	10
		c. Merubah stimulus yang tidak menyenangkan	11, 15	12, 13, 14
2.	Kontrol Kognitif	a. Mampu memahami dan mengenali berbagai stimulus	16, 17, 18, 19, 20	-
		b. Mampu menilai suatu keadaan lingkungannya dengan baik	21, 22, 23, 24	25
		c. Mampu mengantisipasi stimulus yang tidak diharapkan	28, 29	26, 27, 30

3.	Kontrol Keputusan	a. Mampu mengambil tindakan atas masalah yang dihadapi	33, 34	31, 32, 35
		b. Mengambil tindakan tanpa melibatkan kebutuhan pribadi	36, 37, 38, 39, 40	-
		c. Mempertimbangkan berbagai sisi sebelum mengambil suatu tindakan	41, 42, 43, 44, 45	-
		TOTAL	30	15

2. Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur

Uji hasil reliabilitas adalah sebuah instrument untuk pengujian terhadap variabel yang digunakan dalam setiap penelitian, apabila instrument tersebut digunakan dalam beberapa kali untuk mengukur objek yang sama dan hasil pengukuran dari instrument penelitian tersebut memperoleh hasil data yang cenderung relatif sama (Sugiyono, 2017). Pada pengujian reliabilitas skala prokrastinasi akademik, skala efikasi diri, dan skala kontrol diri dilakukan dengan cara menggunakan metode *Alpha Cronbach* dimana dalam penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS Statistik versi 20 untuk menguji reliabilitas instrument. Instrument dapat dikatakan menjadi reliabel apabila nilainya mendekati satu (Azwar, 2013). Penjabaran reliabilitas dari masing-masing variabel pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Uji Reliabilitas pada skala Prokrastinasi Akademik

Tabel 4.5
Hasil Pengujian Reliabilitas pada Skala Prokrastinasi Akademik

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.880	.882	21

Dari hasil uji reliabilitas pada skala prokrastinasi akademik, maka diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,880 dengan jumlah aitem valid sebanyak 21 aitem. Nilai dari *Cronbach's Alpha* tersebut mendekati angka 1 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil dari skala prokrastinasi akademik ini termasuk reliabel.

b. Uji Reliabilitas pada skala Efikasi Diri

Tabel 4.6
Hasil Pengujian Reliabilitas pada Skala Efikasi Diri

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.851	.861	19

Dari hasil uji reliabilitas pada skala efikasi diri, maka diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,851 dengan jumlah aitem valid sebanyak 19 aitem.

Nilai dari *Cronbach's Alpha* tersebut mendekati angka satu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil dari skala efikasi diri ini termasuk reliabel.

c. Uji Reliabilitas pada skala Kontrol Diri

Tabel 4.7
Hasil Pengujian Reliabilitas pada Skala Kontrol Diri

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.899	.901	30

Dari hasil uji reliabilitas pada skala kontrol diri, maka diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,899 dengan jumlah aitem valid sebanyak 30 aitem. Nilai dari *Cronbach's Alpha* tersebut mendekati angka satu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil dari skala kontrol diri ini termasuk reliabel

C. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dapat digunakan untuk dapat mengetahui apakah populasi data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Menurut Umar (2011) menyatakan bahwa uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel dependen, independen, atau keduanya berdistribusi secara normal, atau mendekati normal.

Dalam penelitian ini yang digunakan sebagai uji normalitas adalah uji *one sample shapiro-wilk* pada hasil statistik dengan nilai signifikan $> 5\%$ (0,05). Jika suatu nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka dapat dinyatakan normal antara variabel bebas (X_1 dan X_2) dan variabel terikat (Y). Dengan pengambilan keputusan dalam uji normalitas shapiro-wilk (Hidayat, 2014) :

a. Jika Nilai Sig. $p < 0,05$ maka H_0 bahwa data berdistribusi normal ditolak. Hal ini berarti data tidak berdistribusi normal.

b. Jika Nilai Sig. $p > 0,05$ maka H_0 diterima. Hal ini berarti data sampel berdistribusi normal.

Hasil uji normalitas pada masing-masing variabel adalah sebagai berikut :

a. Hasil Uji Normalitas Prokrastinasi Akademik (Y)

Tabel 4.8

Distribusi Uji Normalitas pada Skala Prokrastinasi Akademik

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
prokrastinasi_akademik	.051	150	.200 [*]	.988	150	.220
control_diri	.058	150	.200 [*]	.983	150	.055
efikasi_diri	.082	150	.015	.983	150	.055

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Hasil dari uji normalitas *Shapiro-Wilk* diatas diperoleh hasil normalitas untuk skala prokrastinasi akademik adalah 0,220 yang memiliki arti bahwa skala prokrastinasi akademik ini uji normalitasnya signifikansi. Taraf signifikansi pada

uji normalitas sendiri adalah 0,05. Nilai yang diperoleh dari hasil uji normalitas tersebut adalah $0,220 > 0,05$ maka variabel tersebut dapat dikatakan normal.

b. Hasil Uji Normalitas Efikasi Diri (X_1)

Tabel 4.9
Distribusi Uji Normalitas pada Skala Efikasi Diri

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
prokrastinasi_akademik	.051	150	.200 [*]	.988	150	.220
control_diri	.058	150	.200 [*]	.983	150	.055
efikasi_diri	.082	150	.015	.983	150	.055

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Hasil dari uji normalitas *Shapiro-Wilk* diatas diperoleh hasil normalitas untuk skala efikasi diri adalah 0,055 yang memiliki arti bahwa skala efikasi diri ini uji normalitasnya signifikansi. Taraf signifikansi pada uji normalitas sendiri adalah 0,05. Nilai yang diperoleh dari hasil uji normalitas tersebut adalah $0,05 > 0,05$ maka variabel tersebut dapat dikatakan normal.

c. Hasil Uji Normalitas Kontrol Diri (X_2)

Tabel 4.10
Distribusi Uji Normalitas pada Skala Kontrol Diri

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
prokrastinasi_akademik	.051	150	.200 [*]	.988	150	.220
control_diri	.058	150	.200 [*]	.983	150	.055
efikasi_diri	.082	150	.015	.983	150	.055

a. Lilliefors Significance Correction

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
prokrastinasi_akademik	.051	150	.200 [*]	.988	150	.220
control_diri	.058	150	.200 [*]	.983	150	.055
efikasi_diri	.082	150	.015	.983	150	.055

*. This is a lower bound of the true significance.

Hasil dari uji normalitas *Shapiro-Wilk* diatas diperoleh hasil normalitas untuk skala kontrol diri adalah 0,055 yang memiliki arti bahwa skala kontrol diri ini uji normalitasnya signifikansi. Taraf signifikansi pada uji normalitas sendiri adalah 0,05. Nilai yang diperoleh dari hasil uji normalitas tersebut adalah $0,055 > 0,05$ maka variabel tersebut dapat dikatakan normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan uji asumsi kedua biasanya dilakukan setelah uji normalitas. Pada uji linearitas dilakukan guna untuk mengetahui apakah tiga variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Pengujian linearitas ini dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS Statistik 20 yang memiliki taraf signifikan 0,05. Jika pada signifikasi lebih besar dari 0,05 maka terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel X dan variabel Y.

Hasil uji linearitas pada masing-masing variabel *independent* (X_1 dan X_2) dengan Variabel *dependent* (Y) adalah sebagai berikut :

a. Hasil Uji Linearitas Efikasi Diri (X_1) dan Prokrastinasi Akademik (Y)

Tabel 4.11
Hasil Uji Linearitas Variabel Efikasi Diri dan Prokrastinasi Akademik

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
prokrastinasi_akademik * efikasi_diri	Between Groups (Combined)	6865.189	34	201.917	2.379	.000
	Linearity	4680.541	1	4680.541	55.139	.000
	Deviation from Linearity	2184.647	33	66.201	.780	.792
	Within Groups	9761.985	115	84.887		
	Total	16627.173	149			

Hasil dari Uji Linearitas antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik memperoleh hasil nilai $p = 0,792$. Taraf signifikansi dari uji linearitas ini adalah 0,05. Hasil dari nilai signifikansi yang didapatkan dari hasil uji linearitas antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik adalah nilai $p > 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut dikatakan linear.

b. Hasil Uji Linearitas Kontrol diri (X_2) dan Prokrastinasi Akademik (Y)

Tabel 4.12
Hasil Uji Linearitas Variabel Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
prokrastinasi_akademik * control_diri	Between Groups (Combined)	8852.910	47	188.360	2.471	.000
	Linearity	4232.355	1	4232.355	55.529	.000
	Deviation from Linearity	4620.555	46	100.447	1.318	.126
	Within Groups	7774.263	102	76.218		
	Total	16627.173	149			

Hasil dari Uji Linearitas antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik memperoleh hasil nilai $p = 0,126$. Taraf signifikansi dari uji linearitas ini adalah $0,05$. Hasil dari nilai signifikansi yang didapatkan dari hasil uji linearitas antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik adalah nilai $p > 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut dikatakan linear.

D. Hasil Analisis Data

1. Uji Regresi Linear Berganda

Untuk menguji hipotesis pada penelitian ini, maka dapat dilakukan uji analisis statistik. Analisis uji hubungan yang melibatkan model ganda dengan 2 variabel *independent* dan 1 variabel *dependent*. Analisis yang akan digunakan dalam

penelitian ini merupakan Regresi Linear Ganda. Menurut Azwar (2013), Regresi Linear Ganda didasarkan pada hubungan yang fungsional ataupun kasual antara dua variabel *independen* (X_1 dan X_2) dengan satu variabel *dependent* (Y), hasil kesimpulan yang didapatkan bukan hanya berupa penolakan atau penerimaan hipotesis nihil tapi berupa model persamaan yang isinya tentang kombinasi prediktor terbaik guna prediksi terhadap variabel Y dapat disertai informasi mengenai seberapa besar kontribusi masing-masing variabel X sebagai prediktor.

Hasil yang didapatkan dari pengolahan data dengan menggunakan aplikasi SPSS 20 adalah sebagai berikut

Tabel 4.13
Uji Regresi Linear Berganda

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	5580.498	2	2790.249	37.130	.000 ^a
	Residual	11046.675	147	75.147		
	Total	16627.173	149			

a. Predictors: (Constant), efikasi_diri, control_diri

b. Dependent Variable: prokrastinasi_akademik

Dari tabel yang sudah dijelaskan diatas didapatkan nilai $P = 0,000$ (nilai $P < 0,05$) maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik.

Tabel 4.14**Coefficients**Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	96.213	6.058		15.881	.000
	control_diri	-.247	.071	-.291	-3.461	.001
	efikasi_diri	-.479	.113	-.356	-4.236	.000

a. Dependent Variable: prokrastinasi_akademik

Untuk koefisien persamaan ditunjukkan pada tabel B (dalam kotak), dimana efikasi diri = -0,479, dan kontrol diri = -0,247 dan konstantanya 96.213, maka dengan demikian persamaan regresinya adalah :

$$Y = -0,479X_1 - (-0,247) + 96.213$$

dimana keterangan diatas adalah :

Y = Prokrastinasi Akademik

X₁ = Efikasi Diri

X₂ = Kontrol Diri

Hubungan antara variabel X dan variabel Y dapat dilihat pada table t dan signifikannya, dimana :

a. Variabel Efikasi Diri, memiliki nilai t = -0,4236, dengan taraf signifikansinya p=0,000(p<0,05), yang memiliki arti yaitu terdapat hubungan

yang signifikan antara variabel efikasi diri terhadap variabel prokrastinasi akademik. Hubungan yang dimaksud adalah terdapat hubungan yang negatif, arti dari hubungan negatif tersebut adalah apabila efikasi diri tinggi maka prokrastinasi akademiknya rendah, begitupun sebaliknya apabila efikasi diri rendah, maka prokrastinasi akademik tinggi.

b. Variabel Kontrol Diri memiliki signifikansi $p=0,001(p<0,05)$ dan nilai t sebesar $-0,3461$, yang memiliki arti yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kontrol diri terhadap variabel prokrastinasi akademik. Hubungan yang dimaksud adalah terdapat hubungan negatif, arti dari hubungan negatif tersebut adalah apabila kontrol diri tinggi, maka prokrastinasi akademiknya rendah, begitupun sebaliknya apabila kontrol dirinya rendah maka prokrastinasi akademiknya tinggi.

E. Hasil Kategorisasi Jenjang

Pada penelitian ini, peneliti melakukan kategorisasi jenjang, berdasarkan data yang diperoleh kategorisasi memiliki tujuan untuk dapat menempatkan seorang individu ke dalam kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Kontinum ini dapat dicontohkan dari rendah ke tinggi dan begitu seterusnya. Banyaknya jenjang yang dikategorikan tidak boleh lebih dari lima dan tidak kurang dari tiga (Azwar, 2013).

Kategorisasi ini sifatnya relatif sehingga luasnya kategori yang diinginkan dapat ditetapkan secara subyektif oleh peneliti, selama penempatan kategorisasi ini, penempatan itu berada dalam batas kewajaran. Penelitian ini, peneliti

menggunakan lima kategorisasi. Menurut Azwar (2013), norma lima kategorisasi yang dapat digunakan adalah sebagai berikut :

$X \leq (\text{Mean} - 1,5 \text{ SD})$: Kategori Sangat Rendah

$(\text{Mean} - 1,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} - 0,5 \text{ SD})$: Kategori Rendah

$(\text{Mean} - 0,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 0,5 \text{ SD})$: Kategori Sedang

$(\text{Mean} + 0,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$: Kategori Tinggi

$X \geq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$: Kategori Sangat Tinggi

1. Skala Prokrastinasi Akademik

Jumlah item valid	21	Nilai skala	1, 2, 3, 4
Skor minimum	$1 \times 21 = 21$	Luas jarak sebaran	$84 - 21 = 63$
Skor maximum	$4 \times 21 = 84$		
SD	$63/5 = 12,6$		
Mean	$84 + 21/2 = 52,5$		

Tabel 4.15

Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

Pedoman	Skor	Kategori	N	Presentase
$X \leq (\text{Mean} - 1,5\text{SD})$	$X \leq 33,6$	Sangat Rendah	26	17,33%
$(\text{Mean} - 1,5\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} - 0,5\text{SD})$	$33,6 \leq X \leq 46,2$	Rendah	56	37,33%
$(\text{Mean} - 0,5\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 0,5\text{SD})$	$46,2 \leq X \leq 58,8$	Sedang	52	34,67%
$(\text{Mean} + 0,5\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1,5\text{SD})$	$58,8 \leq X \leq 71,4$	Tinggi	16	10,67%
$X \geq (\text{Mean} + 1,5\text{SD})$	$X \geq 71,4$	Sangat Tinggi	0	-

Dari penjelasan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa nilai SD (standart deviasi) pada data prokrastinasi akademik ini bernilai 12,6 dan mempunyai nilai mean sebesar 52,5%. Melihat tabel kategorisasi prokrastinasi akademik, ada 26 subyek yang berada dalam kategorisasi sangat rendah atau sekitar 17,33%. Selanjutnya pada kategorisasi rendah, ada 56 subyek atau sekitar 37,33%, kategorisasi sedang dan tinggi subyek yang menempatinnya sekitar 52 dan 16 subyek atau dalam persentase, yaitu 34,67% untuk kategori sedang dan 10,67% untuk kategori tinggi. Kategorisasi yang terakhir yaitu sangat tinggi, subyeknya yaitu 0 atau tidak ada sama sekali.

2. Skala Efikasi Diri

Efikasi Diri

Jumlah item valid	19	Nilai skala	1, 2, 3, 4
Skor minimum	$1 \times 19 = 19$	Luas jarak sebaran	$76 - 19 = 57$
Skor maximum	$4 \times 19 = 76$		
SD	$57/5 = 11,4$		
Mean	$95/2 = 47,5$		

Tabel 4.16

Kategorisasi Efikasi Diri

Pedoman	Skor	Kategori	N	Presentase
$X \leq (\text{Mean} - 1,5\text{SD})$	$X \leq 30,4$	Sangat Rendah	0	-
$(\text{Mean} - 1,5\text{SD}) \leq X \leq$	$30,4 \leq X \leq 41,8$	Rendah	0	-

(Mean-0,5SD)				
$(\text{Mean}-0,5\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean}+0,5\text{SD})$	$41,8 \leq X \leq 53,2$	Sedang	35	23,33%
$(\text{Mean}+0,5\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean}+1,5\text{SD})$	$53,2 \leq X \leq 64,6$	Tinggi	83	55,34%
$X \geq (\text{Mean}+1,5\text{SD})$	$X \geq 64,6$	Sangat Tinggi	32	21,33%

Dari penjelasan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa nilai SD (standart deviasi) pada data efikasi diri ini bernilai 11,4 dan mempunyai nilai mean sebesar 47,5. Melihat dari tabel kategorisasi efikasi diri, ada 0 subyek yang berada dalam kategorisasi sangat rendah. Selanjutnya pada kategorisasi rendah, ada 0 subyek. Pada kategorisasi sedang dan tinggi subyek yang menempatinnya sekitar 35 dan 83 subyek atau dalam persentase, yaitu 23,33%, untuk kategori sedang dan 55,34% untuk kategori tinggi. Kategorisasi yang terakhir yaitu sangat tinggi, subyeknya yaitu 32 subyek atau sekitar 21,33%.

3. Skala Kontrol Diri

Kontrol Diri

Jumlah item valid	30	Nilai skala	1, 2, 3, 4
Skor minimum	$1 \times 30 = 30$	Luas jarak sebaran	$120-30 = 90$
Skor maximum	$4 \times 30 = 120$		
SD	$90/5 = 18$		
Mean	$150/2 = 75$		

Tabel 4.17
Kategorisasi Kontrol Diri

Pedoman	Skor	Kategori	N	Presentase
$X \leq (\text{Mean}-1,5\text{SD})$	$X \leq 48$	Sangat Rendah	0	-
$(\text{Mean}-1,5\text{SD}) < X \leq (\text{Mean}-0,5\text{SD})$	$48 < X \leq 66$	Rendah	2	1,33%
$(\text{Mean}-0,5\text{SD}) < X \leq (\text{Mean}+0,5\text{SD})$	$66 < X \leq 84$	Sedang	17	11,34%
$(\text{Mean}+0,5\text{SD}) < X \leq (\text{Mean}+1,5\text{SD})$	$84 < X \leq 102$	Tinggi	78	52,00%
$X > (\text{Mean}+1,5\text{SD})$	$X > 102$	Sangat Tinggi	53	35,33%

Dari penjelasan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa nilai SD (standart deviasi) pada data kontrol diri ini bernilai 18 dan mempunyai nilai mean sebesar 75. Melihat tabel kategorisasi kontrol diri diatas, ada 0 subyek yang berada dalam kategorisasi sangat rendah. Selanjutnya pada kategorisasi rendah, ada 2 subyek atau sekitar 1,33%. kategorisasi sedang dan tinggi subyek yang menempatinya sekitar 17 dan 78 subyek atau dalam persentase, yaitu 11,34% untuk kategori sedang dan 52% untuk kategori tinggi. Kategorisasi yang terakhir yaitu sangat tinggi, subyeknya yaitu 53 atau dalam persentase sebesar 35,33%.

F. Pembahasan

Berdasarkan dari tabel yang sudah dijelaskan di atas. didapatkan bahwa $p = 0,000$ ($p < 0,005$) maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik.

Baron dan Byrne (2003) mengungkapkan bahwa efikasi diri merupakan evaluasi seseorang mengenai kemampuannya atau kompetensi dirinya untuk melakukan tugas, mencapai tujuan atau mengatasi hambatan. Alwisol (2009) menyatakan bahwa efikasi diri sebagai persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan.

Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya hipotesis yang diungkapkan oleh Janssen & Carton (dalam Ursia dkk, 2013) bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung melakukan tindakan prokrastinasi akademik, dan begitupun sebaliknya dengan individu yang memiliki efikasi diri rendah juga akan memungkinkan untuk melakukan tindakan prokrastinasi akademik.

Dari hasil analisis yang terdapat dalam tabel di atas menunjukkan adanya hubungan yang negatif signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Umsida di masa karantina covid 19, data analisis tersebut memiliki koefisien sebesar $-0,479$ dengan taraf signifikansinya sebesar $0,000$ ($P < 0,05$) arti dari hasil tersebut adalah bahwa semakin rendah efikasi diri seseorang maka semakin tinggi prokrastinasi akademik, begitupun sebaliknya

semakin tinggi efikasi diri seseorang maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa umsida.

Penelitian yang dilakukan oleh Afriyani dan Winarno (2008), memiliki nilai signifikansi sebesar 0,01 dan diperoleh nilai $p = 0,000$ serta koefisien korelasi (r) = -0,574. Karena $p < 0,01$ maka hipotesis dapat diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Padang. Hubungan negatif antara kedua variabel ini menunjukkan bahwa hubungannya berjalan berlawanan arah, artinya kenaikan efikasi diri yang diperoleh subjek diikuti dengan penurunan perilaku prokrastinasi akademik. Maka H_a di terima dan H_0 di tolak. Artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Efikasi Diri dan Prokrastinasi Akademik.

Selain efikasi diri, terdapat juga hasil dari kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Umsida dengan koefisien sebesar 0,247 dengan taraf signifikansinya sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Arti dari hasil tersebut adalah semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik, begitupun sebaliknya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa umsida.

Menurut Calhoun dan Acocella (dalam Ghufro dan Rini, 2012), kontrol diri adalah pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang atau dengan kata lain kontrol diri adalah serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Goldfried dan Merbaum (dalam Lazarus, 1976) mendefinisikan kontrol

diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.

Penelitian yang mendukung hasil dari kontrol diri dan prokrastinasi akademik dilakukan oleh Aini dan Mahardayani (2011) yang berjudul hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muria Kudus. Penelitian ini menunjukkan hasil koefisien sebesar $-0,401$ dengan taraf signifikansi $0,000$ ($p < 0,001$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa UMK. Artinya adalah semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi, sebaliknya semakin rendah kontrol diri seseorang maka akan semakin tinggi prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Muria Kudus. Dapat disimpulkan bahwa H_a dapat diterima karena kontrol diri memiliki hubungan yang negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik, maka H_0 ditolak.

