

PENGARUH KONTROL DIRI DAN MANAJEMEN WAKTU TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA PADA MATA PELAJARAN EKONOMI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 KAMPAR

¹Khalimatussa'diah, ²Dicki Hartanto

^{1,2(CO)}Program studi Pendidikan Ekonomi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: khalimatussadiah153@gmail.com, hartantodicki2021@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara kontrol diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi SMA Negeri 1 Kampar. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode korelasi. Subjek penelitian ini adalah siswa siswi kelas XII IPS SMA Negeri 1 Kampar. Objek penelitian ini adalah pengaruh kontrol diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi SMA Negeri 1 Kampar. Populasi penelitian ini siswa siswi kelas XII IPS yang berjumlah 161 dan sampel berjumlah 114 siswa. Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan adalah angket dan dokumentasi serta di analisis dengan menggunakan metode regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) kontrol diri berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik siswa. (2) manajemen waktu berpengaruh negatif signifikan terhadap variabel prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi SMA Negeri 1 Kampar. Sedangkan hasil penelitian secara simultan (F) menunjukkan bahwa kontrol diri dan manajemen waktu berpengaruh simultan yang positif terhadap variabel prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi SMA Negeri 1 Kampar

Kata Kunci : Kontrol Diri, Manajemen Waktu, Prokrastinasi Akademik

Abstract

This research aimed at finding out the influence of self-control and time management toward student academic procrastination on Economics subject at State Senior High School 1 Kampar. It was quantitative research with correlational method. The subjects of this research were the twelfth-grade students of Social Science at State Senior High School 1 Kampar. The object was the influence of self-control and time management toward student academic procrastination on Economics subject at State Senior High School 1 Kampar. 161 the twelfth-grade students of Social Science were the population of this research, and 114 students were the samples. Questionnaire and documentation were the techniques of collecting data. Multiple linear regression method was used to analyze the data. The research findings showed that (1) self-control significantly influenced student academic procrastination, and (2) time management significantly negatively influenced student academic procrastination on Economics subject at State Senior High School 1 Kampar. The research findings simultaneously showed that self-control and time management simultaneously and positively influenced student academic procrastination on Economics subject at State Senior High School 1 Kampar.

Keywords: Self-Control, Time Management, Academic Procrastination

PENDAHULUAN

Seseorang yang belajar berarti ia melakukan upaya untuk memperoleh pengetahuan baru demi tercapainya perubahan yang lebih luas. Perubahan ini tidak hanya terkait dengan penambahan ilmu pengetahuan, tetapi juga meliputi keterampilan, kecakapan, pengertian, sikap, minat, watak, dan penyesuaian diri. Dengan demikian, belajar melibatkan segala aspek dan perilaku individu. Oleh karena itu, tugas seorang peserta didik adalah belajar, termasuk menyelesaikan tugas tepat waktu dan dengan kesungguhan saat menghadapi kesulitan dalam mengerjakan tugas.

Namun, kenyataan yang terjadi saat ini menunjukkan bahwa siswa seringkali menunda-menunda untuk memulai mengerjakan tugas atau menunda menyelesaikan sesuai waktu yang telah ditentukan oleh guru, yang dikenal dengan istilah prokrastinasi. Orang yang melakukan prokrastinasi sangat dekat dengan kegagalan, karena perilaku prokrastinasi harus dihindari oleh siswa karena dapat menghambat mereka dalam mencapai hasil belajar yang optimal.

Prokrastinasi dapat dianggap sebagai salah satu perilaku yang tidak efektif dalam menggunakan waktu karena adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas. Menurut Milgan, prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai suatu rangkaian perilaku penangguhan atau penundaan yang menghasilkan perilaku yang berada di bawah kesadaran, melibatkan tugas yang dianggap penting oleh pelaku prokrastinasi dan berakibat pada munculnya keresauan emosional. Menurut Silver, prokrastinasi adalah perilaku menunda untuk "menghindari pelaksanaan tujuan/niat". Umumnya, bentuk penundaan terjadi pada tugas yang berat atau pada suatu yang kurang menarik dibandingkan dengan suatu alternatif yang lebih menarik.¹

Siswa yang sedang mengerjakan tugas sekolah dan tidak segera menyelesaikan tugasnya dapat jatuh ke dalam kebiasaan buruk jika tidak diperhatikan. Zahra dan Hernawati dalam penelitiannya menemukan bahwa tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi dapat mempengaruhi penurunan prestasi akademik. Jika siswa terus menunda tugas, maka dapat mengakibatkan dampak negatif pada siswa dalam menyelesaikan tugas-tugasnya. Steel dan Klingsieck juga menemukan bahwa prokrastinasi pada siswa dapat mempengaruhi penurunan

¹ Sri Indah Rahmawati, 2021. *‘Pengaruh Goal Setting dan Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMKN 4 Banjarmasin’*, Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling, 4.2, hal 129 <<https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpbk/index>>.

prestasi akademik, kesejahteraan siswa, stres, dan penyesalan. Ketika siswa sering melakukan prokrastinasi, maka mereka cenderung kehilangan kesempatan dan peluang untuk berprestasi.²

Prokrastinasi akademik yang tinggi di kalangan siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk manajemen waktu yang tidak efektif, seperti tidak dapat membagi waktunya dengan baik, seperti yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson & McCown. Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas dapat disebabkan oleh manajemen waktu yang tidak efisien, sehingga siswa tidak dapat menentukan kapan harus menyelesaikan pekerjaan rumah dan tidak memiliki prioritas yang jelas. Siswa dengan prokrastinasi akademik yang tinggi biasanya tidak dapat mengatur, memanajemen, dan mengatur dirinya sendiri untuk membagi waktu antara kegiatan akademik dan non-akademik, seperti yang dikemukakan oleh Nafeesa.³

Selain faktor internal, seperti kondisi psikis, fisik, dan fisiologis individu, serta struktur kepribadian yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik, terdapat beberapa faktor lain yang juga mempengaruhi. Faktor internal yang mempengaruhi antara lain rendahnya kontrol diri, kesadaran diri, kemampuan menghargai diri sendiri, *self-efficacy*, kemampuan regulasi diri, kemampuan mengkritisi diri, kepercayaan diri, tingginya kecemasan sosial, kelelahan, rendahnya motivasi intrinsik, dan tipe kepribadian. Faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik meliputi kurangnya perhatian dari orang tua, pola asuh orang tua, kondisi lingkungan, banyaknya tugas yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu, kurangnya waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas, memiliki pekerjaan eksternal, tingkat sekolah, serta *reward dan punishment*.⁴

Penelitian yang dilakukan Abdul Muhid menemukan bahwa perilaku prokrastinasi akademik yang dimiliki seseorang ditentukan oleh variabel-variabel kepribadian seperti *self control* (kontrol diri) dan variabel *self efficacy* (efikasi diri). Hal ini menguatkan kembali pada berbagai penelitian terdahulu yang menemukan aspek-aspek pada diri individu yang mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi

² Dije Zaraska Kristy, 2023. 'Manajemen Waktu, Dukungan Sosial, Dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA', Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application, 8.1, hal 50 <<https://doi.org/10.15294/ijgc.v8i1.27736>>.

³ Sri Dayantri dan Netrawati, 2023. 'Manajemen Waktu Dan Prokrastinasi Akademik', Jurnal Pendidikan Tambusai, 7.1, hal 21138.

⁴ Ariyana Rustam, dkk, 2019. 'Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Konseling Self Management Untuk Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik', SULOH: Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Syiah Kuala, 4.1977, hal. 9.

ME: Jurnal Riset Mahasiswa Pendidikan Ekonomi

akademik antara lain rendahnya kontrol diri, *self conscious* (kesadaran diri), rendahnya harga diri, *self efficacy* dan kecemasan sosial.⁵

Andhika Mustika Dharma dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa terjadinya prokrastinasi akademik didasarkan oleh indikator terkait seperti *self efficacy*, gangguan perhatian, faktor sosial, manajemen waktu, inisiatif pribadi, dan kemalasan.⁶

Forsyth berpendapat bahwa manajemen waktu adalah cara untuk mengatur waktu sehingga waktu dapat dikendalikan dengan baik, sehingga menjamin terciptanya efisiensi, efektifitas, dan produktivitas. Purwanto juga menjelaskan bahwa manajemen waktu adalah proses sehari-hari yang digunakan untuk membagi waktu, membuat jadwal, membuat daftar tugas, delegasi tugas, dan sistem lain yang membantu menggunakan waktu secara efektif.⁷

Muthia Isma Annisa, Ani Wardah, dan Aminah mengungkapkan berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa dampak dari prokrastinasi akademik adalah tugas yang menumpuk, mengerjakan tugas secara terburu-buru dan hasil belajar yang rendah.⁸

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anisa dan Ernawati menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara prokrastinasi akademik dengan hasil belajar siswa. Apabila tingkat prokrastinasi akademik tinggi maka hasil belajar siswa rendah, begitu juga sebaliknya.⁹ Maka sudah jelas dikatakan bahwa sebuah prokrastinasi akademik akan memberikan dampak buruk untuk hasil belajar siswa atau peserta didik, sudah disebutkan sebelumnya dampak dari prokrastinasi akademik adalah tugas yang menumpuk, mengerjakan tugas secara terburu-buru dan hasil belajar yang rendah. Jika peserta didik terbiasa melakukan prokrastinasi akademik maka akan terpengaruhnya hasil belajar pada peserta didik.

Allah SWT telah menekankan pentingnya tidak menunda-nunda pekerjaan. Salah satu cara mengurangi tindakan prokrastinasi akademik adalah dengan mendidik diri untuk segera melakukan, mengerjakan, dan menyelesaikan kewajiban atau pekerjaan. Seperti yang telah dijelaskan dalam Al-Qur'an Surah Al-Kahfi ayat 23:

⁵ Abdul Muhid, 2009. 'Hubungan Antara Self Control Dan Self Efficacy Dengan Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Dakwah IAN Sunan Ampel Surabaya', Jurnal Ilmu Dakwah, hal. 10.

⁶ Andhika Mustika Dharma, 2020. 'Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa Program Studi Dharma Acarya', Jurnal Pendidikan Sains Sosial dan Agama, Vol VI No I, hal. 74-75.

⁷ Risda Aulia Rahmah, 2018. 'Pengaruh Strategi Coping Dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik', Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 6.2, hal 224 <<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i2.4561>>.

⁸ Muthia Isma Annisa, Ani Wardah, dan Aminah, 2022. 'Dampak Prokrastinasi Akademik Terhadap Penilaian Hasil Belajar Siswa di Mts Negeri 1 Banjarmasin', Jurnal Pendidikan dan Konseling, Vol 4 No 4, hal. 3890

⁹ Anisa dan Ernawati, 2018. 'Pengaruh Prokrastinasi Akademik Terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA Negeri di Kota Makassar', Jurnal Biotek, Vol 6 No 2, hal. 92.

وَلَا تَقُولَنَّ لِشَيْءٍ إِنِّي فَاعِلٌ ذَٰلِكَ غَدًا

Artinya : *Dan jangan sekali-kali kamu mengatakan tentang sesuatu "Sesungguhnya aku akan mengerjakan ini besok pagi,*

Berdasarkan berbagai pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam kegiatan pembelajaran, siswa memiliki kewajiban untuk menyelesaikan tugas akademik dengan sebaik-baiknya tanpa menunda-nunda (prokrastinasi).

Fenomena perilaku prokrastinasi akademik juga terjadi di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar. Ini didasarkan pada hasil pra riset melalui wawancara yang dilakukan pada tanggal 29 Januari 2024 kepada guru ekonomi Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar ibu "S" Berdasarkan penjelasan beliau, bahwa masih ada siswa yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik, seperti: menunda mengerjakan tugas yang diberikan pada saat pembelajaran, siswa telat mengumpulkan tugas pada waktu yang telah ditentukan, banyak siswa yang telah diberikan penambahan waktu tetapi masih meminta perpanjangan waktu untuk mengumpulkannya, serta mencontek tugas teman yang sudah selesai.

Selain itu wawancara juga dilakukan kepada tiga siswi kelas XII SMAN 1 Kampar. Berdasarkan penjelasan subjek berinisial MLP, EN dan DRA, mereka pernah melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa tersebut dilandasi oleh beberapa alasan, seperti: tidak paham pada materi yang dikerjakan (MLP), tidak mengetahui jawabannya (EN), ingin mendapatkan jawaban dengan cara mudah (DRA).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang peneliti lakukan, peneliti menemukan gejala-gejala sebagai berikut:

1. Masih ada siswa yang mengerjakan tugasnya di akhir-akhir batas waktu pengumpulan tugas
2. Masih ada siswa yang belum dapat mengontrol dirinya untuk menghindari perilaku prokrastinasi akademik
3. Masih ada siswa yang kurang mampu mengatur waktunya dengan baik

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penulisan dengan judul: "Pengaruh Kontrol Diri dan Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa pada Mata Pelajaran Ekonomi Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar “.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode kausalitas (sebab-akibat). Penelitian kuantitatif, yang didasarkan pada paradigma positivisme, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan menggunakan instrumen penelitian dan analisis statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.¹⁰ Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah kontrol diri dan manajemen waktu siswa memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar. Penelitian ini dilakukan pada bulan juli – september tahun 2024. Penelitian ini akan dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar yang berlokasi di Jl. Raya Pekanbaru-Bangkinang KM 50. Penelitian ini akan dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar yang berlokasi di Jl. Raya Pekanbaru-Bangkinang KM 50. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada masalah yang ingin diteliti oleh peneliti, yang terletak di sekolah ini. Selain itu, faktor lokasi, biaya, dan waktu yang tersedia bagi peneliti memungkinkan pelaksanaan penelitian ini.

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XII di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar. Sedangkan yang menjadi objek pada penelitian ini adalah pengaruh kontrol diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi.

Penelitian ini terdiri dari tiga variabel yaitu dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Pengaruh kontrol diri dan manajemen waktu kemudian variabel terikatnya adalah prokrastinasi akademik siswa. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa kelas XII IPS SMA Negeri 1 Kampar tahun pelajaran 2024/2025 yang berjumlah 161 siswa yang terdiri dari 5 kelas yaitu kelas XII IPS 1, 2, 3, 4, dan 5. Adapun untuk metode pengambilan sampel menggunakan teknik *Proportionate stratified random sampling*. Teknik *Proportionate stratified random sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. *Proportionate stratified random sampling* adalah teknik yang digunakan bila populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional. Penentuan jumlah awal anggota sampel pada penelitian ini menggunakan rumus *Isaac dan Michael*:

¹⁰ Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfabeta), hal. 14.

$$S = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2 (N-1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

Keterangan:

s = Jumlah sampel

λ^2 = Chi kuadrat yang harganya tergantung derajat kebebasan dan tingkat kesalahan. untuk derajat kebebasan 1 dan kesalahan 5% harga chi kuadrat = 3,841

N = Jumlah populasi

P = Peluang benar (0,5)

Q = Peluang salah (0,5)

d = Perbedaan antara sampel yang diharapkan dengan yang terjadi. Perbedaan bisa 1%, 5%, dan 10%.

Untuk mengetahui banyak nya sampel yang digunakan dalam penelitian ini dapat dihitung dengan menggunakan rumus di atas yaitu:

$$S = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2 (N-1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

$$S = \frac{3,841 \times 161 \times 0,5 \times 0,5}{0,05^2 (161-1) \times 3,841 \times 0,5 \times 0,5}$$

$$S = \frac{3,841 \times 161 \times 0,5 \times 0,5}{0,0025 (161-1) \times 3,841 \times 0,5 \times 0,5}$$

$$S = \frac{154,6003}{1,36025}$$

$$S = 113,6558$$

$$S = 114 \text{ siswa}$$

Berdasarkan hasil dari perhitungan dengan menggunakan pendekatan *Isaac* dan *Michael* di atas, maka diketahui bahwa jumlah responden yang akan dijadikan sampel penelitian adalah sejumlah 113,6558 dibulatkan menjadi 114 siswa.

Selanjutnya penentuan jumlah anggota sampel pada setiap kelas di lakukan dengan cara pengambilan sampel secara *Proportionate stratified random sampling* yaitu dengan menggunakan Rumus Proportionate:

Rumus:

$$ni = \frac{Ni}{N} \times n$$

Keterangan:

ni = Jumlah strata

ME: Jurnal Riset Mahasiswa Pendidikan Ekonomi

n = Jumlah sampel (114 siswa)

N_i = Jumlah anggota strata

N = Jumlah anggota populasi seluruhnya (161 siswa)

Maka jumlah anggota sampel :

1. Kelas XII IPS 1 : 33 Siswa

$$n_i = \frac{33}{161} \times 114$$

$$n_i = 24 \text{ Siswa}$$

2. Kelas XII IPS 2 : 30 Siswa

$$n_i = \frac{30}{161} \times 114$$

$$n_i = 21 \text{ Siswa}$$

3. Kelas XII IPS 3 : 32 Siswa

$$n_i = \frac{32}{161} \times 114$$

$$n_i = 23 \text{ Siswa}$$

4. Kelas XII IPS 4 : 31 Siswa

$$n_i = \frac{31}{161} \times 114$$

$$n_i = 21 \text{ Siswa}$$

5. Kelas XII IPS 5 : 35 Siswa

$$n_i = \frac{35}{161} \times 114$$

$$n_i = 26 \text{ Siswa}$$

$$n_i = 24 + 21 + 23 + 21 + 25 = 114 \text{ siswa}$$

Berdasarkan hasil dari perhitungan dengan menggunakan rumus Proportionate di atas, maka diketahui bahwa jumlah responden yang akan dijadikan sampel penelitian adalah sejumlah 114 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket (kuesioner) dan dokumentasi. Sedangkan teknik analisis data menggunakan analisis Regresi Linear Berganda.

UJI VALIDITAS

Validitas adalah sebuah tes yang dikatakan valid jika tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur. Sebenarnya validitas ini tidak ditekankan pada tes itu sendiri, tetapi pada hasil pengetesan atau skornya.¹¹

Hasil perhitungan dengan ketentuan $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan taraf signifikan 5% dikatakan valid. Sebaliknya jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ dikatakan tidak valid dan harus diperbaiki atau dibuang. Berdasarkan hasil uji coba instrumen pada tanggal 29 Juli 2024 kepada 30 sampel siswa kelas XII Ips 4 di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar dengan nilai signifikan 5% maka r_{tabel} dalam uji validitas ini adalah 0,361. Jadi dapat diketahui bahwa untuk variabel kontrol diri dari 18 item kuisisioner yang mempunyai nilai r hitung yang lebih besar dibandingkan nilai r tabel sebanyak 14 item. Dengan demikian, 14 item pernyataan angket kontrol diri dapat digunakan sebagai instrument dalam penelitian. Untuk variabel manajemen waktu dari 20 item kuesioner yang mempunyai nilai r hitung yang lebih besar dibandingkan nilai r tabel sebanyak 12 item. Dengan demikian, 12 item pernyataan manajemen waktu dapat digunakan sebagai instrument dalam penelitian. Sedangkan untuk variabel prokrastinasi akademik dari 20 item hanya terdapat 18 pernyataan yang valid dan 2 pernyataan dinyatakan tidak valid. Jadi, seluruh artikulasi yang dapat dijadikan artikulasi dalam mengumpulkan informasi mengenai kontrol diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa adalah 44 item kuesioner.

UJI RELIABILITAS

Reliabilitas penelitian adalah seberapa konsisten hasil penelitian saat diulang dengan cara yang sama. Untuk mencari reliabilitas keseluruhan instrumen digunakan rumus *Cronbach alpha* sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} : Koefisien Reliabilitas Instrumen (Total Tes)

k : Jumlah Butir Pertanyaan Yang Sah

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah Varian Butir

σ_t^2 : Varian Skor Total

Dalam penelitian ini Uji reliabilitas ini menggunakan nilai *Cronbach Alpha* dengan bantuan program SPSS versi 20. Data dikatakan *reliabel* apabila nilai *Cronbach Alpha* > 0,6,

¹¹ Suharsimi Arikunto, 2013. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*, (Jakarta:Bumi Aksara), hal. 80.

sebaliknya jika nilai *Cronbach Alpha* $< 0,6$ menunjukkan bahwa data tidak *reliabel*. Di uji menggunakan IBM SPSS *Version* 20. Berikut akan dipaparkan nilai *Cronbach Alpha* untuk variabel penelitian.

a) Uji Reliabilitas Kontrol Diri

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas Kontrol Diri

Cronbach's Alpha	N of Items
.828	18

Sumber: Olahan Data SPSS 2020

Nilai *Cronbach's Alpha* adalah 0,828. Artinya $0,828 > 0,6$ maka dapat disimpulkan bahwa angket variabel X_1 (Kontrol Diri) dinyatakan *reliable* (dapat diterima) serta layak digunakan untuk analisis selanjutnya.

b) Uji Reliabilitas Manajemen Waktu

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas Manajemen Waktu

Cronbach's Alpha	N of Items
.720	20

Sumber: Olahan Data SPSS 2020

Nilai *Cronbach's Alpha* adalah 0,720. Artinya $0,720 > 0,6$ maka dapat disimpulkan bahwa angket variabel X_2 (Manajemen Waktu) dinyatakan *reliable* (dapat diterima) serta layak digunakan untuk analisis selanjutnya.

c) Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas Prokrastinasi Akademik

Cronbach's Alpha	N of Items
.874	20

Sumber: Olahan Data SPSS 2020

Nilai *Cronbach's Alpha* adalah 0,874. Artinya $0,874 > 0,6$ maka dapat disimpulkan bahwa angket variabel Y (Prokrastinasi Akademik) dinyatakan *reliable* (dapat diterima) serta layak digunakan untuk analisis selanjutnya

UJI ASUMSI KLASIK

Sebelum dilakukan analisis regresi linier berganda, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi klasik yang meliputi empat tahapan yaitu:

a) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Adapun data yang diuji yaitu kelas XII (XII IPS 1, 2, 3, 4 dan 5). Dalam penelitian ini uji normalitas dihitung dengan menggunakan uji *Kolmogorof-Smirnov* dengan bantuan SPSS. Model regresi yang baik adalah yang memiliki nilai yang terdistribusi secara normal, adapun kriteria pengujiannya adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai probabilitas < 0.05 , maka distribusi data adalah normal.
2. Jika nilai probabilitas > 0.05 , maka distribusi data adalah tidak normal.

b) Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas adalah keadaan di mana pada model regresi ditemukan adanya korelasi yang sempurna antara variabel independen. Pada model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi yang sempurna atau mendekati satu.

c) Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi adalah keadaan dimana model regresi ada korelasi antara residual pada periode t dengan residual pada periode sebelumnya ($t-1$) model regresi yang baik adalah yang tidak terdapat masalah autokorelasi.

d) Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas adalah suatu keadaan dimana dalam model regresi terjadi ketidaksamaan *variance* dari residual satu pengamatan ke pengamatan lainnya.¹²

1. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat. Dalam penelitian ini ingin diketahui apakah variabel kontrol diri dan variabel manajemen waktu memiliki hubungan yang linier dengan prokrastinasi akademik. Untuk uji linieritas digunakan F test dengan rumus sebagai berikut:

$$F_{\text{reg}} = R_{\text{kreg}} / R_{\text{kres}}$$

Keterangan:

F_{reg} = Harga untuk garis regresi

R_{kreg} = Rerata kuadrat

R_{kres} = Rerata kuadrat residu

¹² Slamet Riyanto dan Aglis Andhita Hatmawan, 2020. *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Pendidikan dan Eksperimen*, (Yogyakarta : Deepublish), hal. 137-139

Untuk mengetahui interpretasi data dari hasil uji linieritas tersebut dengan membandingkan harga F_{hitung} terhadap harga F_{tabel} pada taraf signifikansi 5%. jika harga $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka hubungan variabel X dengan Y dinyatakan linier, sebaliknya jika harga $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka hubungan variabel X dengan variabel Y dinyatakan tidak linier

2. Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis regresi linier berganda adalah analisa untuk mengukur besarnya pengaruh antara dua variable atau lebih variabel independen terhadap satu variable dependen dan memprediksi variabel dependen dengan menggunakan variable indenpenden. serta memprediksi nilai variabel terikat dengan menggunakan variabel bebas. Dalam analisis regresi variabel bebas berfungsi untuk menerangkan (*explanatory*) sedang variabel terikat berfungsi sebagai yang diterangkan (*the explained*). Untuk persamaan regresi linier pada umumnya dirumuskan sebagai berikut:

$$\hat{Y} = a + b_1 \cdot X_1 + b_2 \cdot X_2 + e$$

Keterangan:

\hat{Y} = Variabel terikat (dependent)

a = Konstanta

b_1, b_2 = koefisien regresi

X_1 = Variabel bebas X_1

X_2 = Variabel bebas X_2

e = *error*

3. Analisis Koefisien Determinasi (R^2)

Untuk mengetahui besarnya sumbangan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen digunakan uji koefisien determinasi (R^2). Nilai R^2 ini mempunyai range 0 (nol) sampai 1 ($0 < R^2 < 1$). Semakin besar niai R^2 maka semakin baik hasil regresi tersebut dan semakin besar mendekati 0 (nol) maka variabel secara keseluruhan tidak bisa menjelaskan variabel terikat.¹³

4. Uji Hipotesis

Hipotesis merupakan dugaan sementara untuk mengetahui kebenaran maka diperlukan pengujian terhadap hipotesis yang ada, hipotesis terdiri dari hipotesis nol dan hipotesis

¹³ Slamet Riyanto dan Aglis Andhita Hatmawan, *Op. Cit.*, hal. 141

alternatif. Hipotesis umumnya diuji secara simultan atau keseluruhan dan dengan cara parsial atau satu persatu.¹⁴

Dalam hal ini, hipotesis yang diajukan tentang pengaruh kontrol diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar ada tiga yaitu:

- 1) Kontrol diri berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik
- 2) Manajemen waktu berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik
- 3) Kontrol diri dan manajemen waktu berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

a. Uji Hipotesis Secara Simultan (Uji F)

Percobaan F ini dipakai untuk mengenali terdapat tidaknya pengaruh dengan cara bersama-sama (simultan) variabel bebas terhadap variabel terikat. Pembuktian dicoba dengan metode menyamakan angka Fhitung dengan F_{tabel} pada tingkat kepercayaan 5% dan derajat kebebasan $df = (n-k-1)$ di mana n adalah jumlah responden dan k adalah jumlah variabel.

1. Hipotesis pengujiannya adalah:

Ho : Variabel-variabel bebas tidak mempunyai pengaruh yang signifikan secara bersama-sama terhadap variabel terikatnya

Ha : Variabel-variabel bebas mempunyai pengaruh yang signifikan secara bersama-sama terhadap variabel terikatnya

Menurut Sugiyono rumus untuk Uji F:

$$F = \frac{\frac{R^2}{k}}{(1-R^2)(n-k-1)}$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
N		114
Normal Parameters	Mean	0E-7
	St. Deviation	7.62304275
Most Extreme Differences	Absolute	.055
	Positive	.055
	Negative	-.041
Kolmogorov-Smirnov Z		.591
Asymp. Sig. (2-tailed)		.876

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Sumber: Data Olahan SPSS 20

¹⁴ Syafrida Hafni Sahir, 2021. *Metodologi penelitian*, (Yogyakarta : KBM Indonesia), hal. 52

ME: Jurnal Riset Mahasiswa Pendidikan Ekonomi

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi yaitu 0,876. Jadi nilai (Asymp. Sig (2-tailed)) lebih besar dari alpha (Sign Kolmogorov Smirnov > 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal dan data tersebut dapat dianalisis lebih lanjut.

Tabel 5. Uji Multikolinearitas

Coefficients			
Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	Kontrol Diri	.648	1.543
	Manajemen Waktu	.648	1.543

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Sumber: Hasil Olahan SPSS 20

Berdasarkan hasil uji Multikolinearitas pada tabel tersebut, nilai Tolerance pada Kontrol Diri dan Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik sebesar 0,648 yang mana nilai tersebut $0,648 > 0,100$ dan nilai VIF sebesar 1.543 yang mana nilai tersebut $< 10,00$. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa model regresi pada Kontrol Diri dan Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik tidak terjadi Multikolinearitas.

Tabel 6. Uji Autokorelasi

Model Summary ^b					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.726 ^a	.528	.519	7.642483	1.767

a. Predictors: (Constant), Manajemen Waktu, Kontrol Diri

b. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Sumber: Hasil Olahan SPSS 20

Berdasarkan hasil uji Autokorelasi pada tabel tersebut, nilai DU $1.7303 < DW 1.767 < 4 - DU 2,2697$. Sehingga dapat ditarik kesimpulan tidak terjadi Autokorelasi.

Tabel 7. Uji Heteroskedastisitas

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.515	2.788		3.054	.003
	Kontrol Diri	-.050	.064	-.091	-.776	.440
	Manajemen Waktu	-.008	.079	-.012	-.099	.922

a. Dependent Variable: ABS_RES

Sumber : Hasil Olahan SPSS 20

ME: Jurnal Riset Mahasiswa Pendidikan Ekonomi

Berdasarkan hasil Uji Heteroskedastisitas pada tabel tersebut, nilai signifikansi pada X_1 $0,440 > 0,05$ dan nilai pada X_2 $0,922 > 0,05$. Sehingga dapat ditarik kesimpulan tidak terjadi Heteroskedastisitas.

Tabel 8. Deviation From Linearity Pada Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik

ANOVA TABLE							
			Sum Of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik* Kontrol Diri	Between Groups	(Combined)	122.772	1.306	.423	1.306	.423
		Linearity	6771.193	72.031	.000	72.031	.000
		Deviation from Linearity	60.638	.645	.819	.645	.819
	Within Groups		470.022	94.004	94.004		
	Total		13729.437	113			

Sumber: Hasil Olahan SPSS 20

Berdasarkan hasil uji SPSS dari tabel di atas diperoleh nilai Deviation from linearity sig. = $0,819 > 0,05$. Artinya terdapat hubungan yang linear yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa.

Tabel 9. Deviation From Linearity Pada Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik

ANOVA TABLE							
			Sum Of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik* Manajemen Waktu	Between Groups	(Combined)	13681.211	110	124.375	7.737	.057
		Linearity	4402.321	1	4402.321	273.858	.000
		Deviation from Linearity	9278.891	109	85.127	5.296	.096
	Within Groups		48.226	3	16.075		
	Total		13729.437	113			

Sumber: Hasil Olahan SPSS 20

Berdasarkan hasil uji SPSS dari tabel di atas diperoleh nilai Deviation from linearity sig. = $0,096 > 0,05$. Artinya terdapat hubungan yang linear yang signifikan antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik siswa.

Tabel 10. Uji Regresi Linear Berganda

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	94.055	4.406		21.345	.000
1 Kontrol Diri	-.709	.102	-.565	-6.978	.000
Manajemen Waktu	-.356	.125	-.231	-2.852	.005

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Sumber: Hasil Olahan SPSS 20

Berdasarkan output tabel di atas, maka dapat dirumuskan model persamaan regresinya sebagai berikut:

$$\hat{Y} = a + b_1 \cdot X_1 + b_2 \cdot X_2 + e$$

$$\hat{Y} = 94.055 - 0,709 X_1 - 0,365 X_2$$

Model persamaan tersebut mengandung makna:

- Koefisien regresi kontrol diri bernilai negatif sebesar -0,709 menunjukkan bahwa apabila kontrol diri mengalami peningkatan sebesar satu-satuan, maka prokrastinasi akademik siswa kelas XII sekolah menengah atas negeri 1 Kampar akan menurun, begitu juga sebaliknya.
- Koefisien regresi manajemen waktu bernilai negatif sebesar -0,365 menunjukkan bahwa apabila manajemen waktu mengalami peningkatan sebesar satu-satuan, maka prokrastinasi akademik siswa kelas XII sekolah menengah atas negeri 1 Kampar akan menurun, begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa apabila kontrol diri dan manajemen waktu ditingkatkan maka tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas XII sekolah menengah atas negeri 1 Kampar akan mengalami penurunan.

Tabel 11. Hasil Uji Determinasi (R^2)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.726 ^a	.528	.519	7.642483

a. Predictors: (Constant), Manajemen Waktu, Kontrol Diri

Sumber: Hasil Olahan SPSS 20

Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan SPSS 20,0, maka diketahui koefisien determinasi (*r square*) sebesar 0,528, sehingga kontribusi kontrol diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi adalah sebesar 0,528 X 100% = 52,8% selebihnya ditentukan oleh variabel lain. Koefisien determinasi sebesar 52,8% dan sisanya 47,2% dipengaruhi oleh variabel lain.

Tabel 12. Hasil Uji F

Anova ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	7246.199	2	3623.100	62.031	.000 ^b
	Residual	6483.238	111	58.408		
	Total	13729.437	113			

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

b. Predictors: (Constant), Manajemen Waktu, Kontrol Diri

Sumber : Hasil Olahan SPSS 20

Berdasarkan hasil uji simultan (uji f) dari tabel di atas, diketahui F hitung sebesar 62.031 dengan nilai signifikansi 0,000 sedangkan nilai F tabel pada tabel distribusi dengan tingkat kesalahan 5% adalah sebesar 3,08. Hal ini berarti bahwa $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ ($62.031 \geq 3,08$) dengan nilai signifikansi $0,000 \leq 0,05$. sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel X_1 dan X_2 terdapat pengaruh simultan yang positif terhadap variabel Y, yang berarti kontrol diri dan manajemen waktu memiliki pengaruh simultan yang positif terhadap prokrastinasi akademik siswa.

Berdasarkan penelitian yang penulis lakukan di SMA Negeri 1 Kampar didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara kontrol diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Kampar. Berdasarkan analisa dan penjelasan sebelumnya terdapat beberapa hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Yang pertama adalah tingkat kontrol diri pada siswa kelas XII IPS SMA Negeri 1 Kampar berada pada nilai 75,8% dengan kategori "baik". Yang kedua adalah tingkat manajemen waktu pada siswa kelas XII IPS SMA Negeri 1 Kampar berada pada nilai 73,2% dengan kategori "baik". Dan prokrastinasi akademik siswa kelas XII IPS SMA Negeri 1 Kampar berada pada kategori "Cukup" dengan persentase yaitu 60,1%.

Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara kontrol diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa, peneliti melakukan uji regresi linear berganda. Dan dari uji tersebut peneliti menemukan bahwa variabel X_1 kontrol diri memiliki nilai koefisien regresi negatif sebesar -0,709 dan X_2 manajemen waktu memiliki nilai koefisien regresi negatif sebesar -0,356. maka diartikan bahwa jika variabel independen (kontrol diri dan manajemen waktu) meningkat maka variabel dependen (prokrastinasi akademik) menurun atau sebaliknya. Serta dilakukan uji hipotesis dengan uji F (simultan) dengan nilai F hitung $> F$ tabel yaitu sebesar $(62.031 > 3,08)$ dengan nilai signifikansi $0,000 \leq 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel X_1 dan X_2 terdapat pengaruh simultan yang positif terhadap variabel Y. artinya kontrol diri dan manajemen waktu mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi. Ini berarti H_{01} , H_{02} , H_{03} ditolak H_{a1} , H_{a2} , H_{a3} diterima. Selain itu peneliti juga melakukan uji koefisien determinasi untuk mengetahui seberapa besar variabel kontrol diri dan manajemen waktu mempengaruhi variabel prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi. Dari hasil uji koefisien determinasi peneliti menemukan bahwa nilai *R Square* sebesar 0,528 dapat diartikan bahwa variabel kontrol diri (X_1) dan manajemen waktu (X_2) berpengaruh sebesar 0,528 atau 52,8% terhadap prokrastinasi akademik. Sedangkan 47,2% di dapatkan dari perhitungan dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Dian Dwi Artanti dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik, dibuktikan dengan nilai koefisien regresi sebesar -0,677 dan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya setiap kenaikan satu variabel X maka nilai variabel Y akan menurun dimana setiap

kontrol diri meningkat maka tingkat prokrastinasi akademik akan semakin rendah.¹⁵ Dan sejalan juga dengan penelitian dari Meilani Marinda Ompusunggu hasil penelitian dilakukan dengan menggunakan uji kendall's Tau-b, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan kuat antara manajemen waktu terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di universitas Mulawarman dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi = -0,683 (berada pada rentang 0,51-0,75. Korelasi negatif artinya bila seseorang memiliki skor prokrastinasi tinggi, maka manajemen waktunya rendah, sebaliknya bila manajemen waktunya tinggi, maka prokrastinasinya rendah. Sehingga dapat disimpulkan semakin rendah kemampuan mahasiswa dalam memanajemen waktu yang dimilikinya, semakin tinggi tingkat prokrastinasi yang ada dalam diri mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitan yang telah dilakukan menggunakan uji Kendall's Tau-b, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa tahun angkatan 2014 dan 2015 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik di Universitas Mulawarman dengan tingkat keeratan koefisien korelasi yang dihasilkan positif dan tergolong kuat. Yang artinya secara keseluruhan H_1 dalam penelitian ini diterima dan H_0 ditolak. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$) dan nilai koefisien korelasi = 0.568 (berada pada rentang 0.51 – 0.75. Korelasi positif artinya bila seseorang memiliki skor prokrastinasi tinggi, maka tingkat kecemasannya rendah. Sebaliknya bila tingkat kecemasannya tinggi, maka prokrastinasinya rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan dalam diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi dalam diri mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi tersebut.¹⁶

Pada penelitian yang dilakukan oleh Shanti putri paramithasari, Hermayu, dan Akhmad liana amrul haq menyebutkan bahwa peningkatan kontrol diri dan efikasi diri berkontribusi pada penurunan prokrastinasi akademik dalam belajar online sebesar 57,9%. Sedangkan pada penelitian ini peningkatan kontrol diri dan manajemen waktu berkontribusi pada penurunan prokrastinasi akademik siswa sebesar 52,8%. Hal ini menunjukkan bahwa baik variabel kontrol diri, efikasi diri, dan manajemen waktu dapat menurunkan prokrastinasi akademik.¹⁷

¹⁵ Dian Dwi Artanti, 2019. *Pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Gombong*, Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling, Volume 05 Nomor 03.

¹⁶ Meilani Marinda Ompusunggu, 2022. "Pengaruh manajemen waktu dan kecenderungan kecemasan terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa", Jurnal Ilmiah Psikologi Volume 10 Nomor 2.

¹⁷ Shanti Putri Paramithasari, Hermahayu Hermahayu, and Akhmad Liana Amrul Haq, 2022. 'Pengaruh Kontrol Diri Dan Efikasi Diri Pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Belajar Online', *Borobudur Psychology Review*, 2.1, hal. 35.

Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Risda Aulia Rahmah dari hasil analisis regresi bertahap pada manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik memiliki pengaruh negatif dengan nilai t_{hitung} sebesar -2.653, sedangkan pada penelitian ini hasil analisis regresi linear berganda pada variabel manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik memiliki pengaruh negatif dengan nilai t_{hitung} sebesar -2.852. berdasarkan hasil diatas hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi manajemen waktu, semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik siswa, begitupun sebaliknya semakin rendah manajemen waktu, semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya.¹⁸

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kontrol diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa pada mata pelajaran ekonomi kelas XII di SMA Negeri 1 Kampar. Hal ini juga sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Clara, Dariyo, dan Basaria yang menyebutkan bahwa siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengatur segala tindakan untuk menyelesaikan tugas yang diberikan. Ketika siswa dihadapkan dengan tantangan dalam tugas akademik, semakin tinggi kontrol diri siswa maka semakin rendah prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas.¹⁹ kemudian Menurut Claessens dkk, manajemen waktu adalah tindakan yang bertujuan untuk memperoleh penggunaan waktu yang efektif ketika melakukan tindakan tertentu yang mengarah pada tujuan. Dengan menerapkan manajemen waktu, siswa akan memiliki pengaturan diri dalam menggunakan waktu secara efektif dan efisien, seperti melakukan perencanaan, penjadwalan, memiliki kontrol atas waktu, membuat prioritas berdasarkan kepentingan, dan tidak menunda-nunda pekerjaan yang harus diselesaikan. Kemampuan manajemen waktu yang baik pada siswa juga akan berpengaruh pada pencapaian prestasi akademiknya.²⁰ Adapun faktor lain yang turut mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa secara internal misalnya kondisi seperti: kesadaran diri, kemampuan menghargai diri sendiri, *self-efficacy*, kemampuan regulasi diri, kemampuan mengkritisi diri, kepercayaan diri, tingginya kecemasan sosial, kelelahan, rendahnya motivasi intrinsik, dan tipe kepribadian serta secara eksternal misalnya seperti : kurangnya perhatian dari orang tua, pola asuh orang tua, kondisi lingkungan, banyaknya tugas yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu, kurangnya waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas, memiliki

¹⁸ Risda Aulia Rahmah, *Op.Cit*, hal. 225.

¹⁹ Mudalifah Khusnawatul dan Novi ilham Madhuri, 2019." *Pengaruh Kontrol Diri dan Efikasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi STKIP PGRI Tulungagung*", dalam jurnal Inovasi Pendidikan Ekonomi Volume 9 Nomor 2, hal. 92

²⁰ Dije Zaraska Kristy., *Op.Cit.*, hal 50

pekerjaan eksternal, tingkat sekolah, serta *reward dan punishment* atau faktor lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, hasil analisis data penelitian tentang pengaruh kontrol diri dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya dapat ditarik kesimpulan yang dapat memberikan jawaban terhadap masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Kontrol diri di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar kelas XII sebesar 75,8% dalam rentang 66% – 79% dan termasuk kategori baik atau tinggi.
2. Manajemen waktu di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kampar kelas XII sebesar 73,2% dalam rentang 66% - 79% dan termasuk kategori baik atau tinggi.
3. Prokrastinasi akademik termasuk kedalam kategori cukup baik atau cukup tinggi yakni 60,1% dari rentang 56% - 65%

Nilai $R^2 = 0,528 = 52,8\%$ berarti variabel kontrol diri dan manajemen waktu mempengaruhi variabel prokrastinasi akademik siswa sebesar 52,8% dan sisanya sebesar 47,2% dipengaruhi variabel lain seperti faktor rendahnya kepercayaan diri, rendahnya kemampuan regulasi diri, motivasi yang rendah, kurangnya percaya diri, rendahnya kemampuan menghargai diri sendiri, rendahnya daya saing, rendahnya efikasi diri, tingginya tingkat kecemasan sosial, kelelahan, kurang mendapatkan perhatian dari orang tua, pola asuh orang tua, kondisi lingkungan, banyaknya tugas yang harus diselesaikan pada waktu tertentu, kurangnya waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas, takut gagal dan lain sebagainya.

REFERENSI

- Anisa dan Ernawati. 2018. *Pengaruh Prokrastinasi Akademik terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA di Kota Makassar*, Jurnal Biotek, Volume 6 Nomor 2.
- Annisa, M.I, Ani W dan Aminah. 2022. *Dampak Prokrastinasi Akademik terhadap Penilaian Hasil Belajar Siswa di MTS Negeri 1 Banjarmasin*, Jurnal Pendidikan dan Konseling, Volume 4 Nomor 4.
- Arikunto, S. 2013. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Artanti, D. D. 2019. *Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Gombang*, Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling, Volume 5 Nomor 3
- Dayantri, S dan Netrawati. 2023. *Manajemen Waktu Dan Prokrastinasi Akademik*, Jurnal Pendidikan Tambusai Volume 7 Nomor 1.
- Dharma, A.M. 2020. *Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa Program Studi Dharma Acarya*, Jurnal Pendidikan Sains Sosial dan Agama, Volume VI Nomor I.
- Hartono. 2011. *Statistik untuk penelitian*, Pekanbaru: Pustaka Pelajar.
- Kristy, D. Z. 2019. *Manajemen Waktu, Dukungan Sosial, Dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA*, Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application, Volume 8 Nomor 1
- Mudalifah, K. dan Novi I.M. 2019. *Pengaruh Kontrol Diri Dan Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi STKIP PGRI Tulungagung*, Jurnal Inovasi Pendidikan Ekonomi (JIPE) Volume 9 Nomor 2.
- Muhid, A. 2009. *Hubungan Antara Self-Control dan Self Efficacy Dengan Kecenderungan Perilaku Prokrastinas Akademik Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya*, Jurnal Ilmu Dakwah.
- Ompusunggu, M. M. 2022. *Pengaruh Manajemen Waktu Dan Kecenderungan Kecemasan Terhadap Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa*, Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi Volume 10 Nomor 2.
- Paramithasari, S.P, Hermayu, Akhmad L.A.H. 2022. *Pengaruh Kontrol Diri Dan Efikasi Diri Pada Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Belajar Online*, Borobudur Psychology Review Volume 2 Nomor 1.
- Rahmah, R.A. 2018. *Pengaruh Strategi Coping Dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik*, Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi Volume 6 Nomor 2.

ME: Jurnal Riset Mahasiswa Pendidikan Ekonomi

- Rahmawati, S.I. 2021. *The Effect of Goal Setting and Self-Control on Academic Procrastination in Class Xi Students At Smkn 4 Banjarmasin*, Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Volume 4 Nomor 2.
- Riyanto, S dan Aglis A.H. 2020. *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Pendidikan dan Eksperimen*, Yogyakarta : Deepublish.
- Rustam, A, Anaway I.M, Wirda H, Happy K.M. 2019. *Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Konseling Self Management Untuk Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik*, SULOH: Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Syiah Kuala,4.1977
- Sahir, S.H. 2021. *Metodologi penelitian*, Yogyakarta : KBM Indonesia.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta.