

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada zaman modern ini secara berangsur-angsur teknologi semakin berkembang pesat yang mengakibatkan terjadi kemajuan hampir di segala bidang. Perkembangan ini turut mendukung negara-negara berkembang secara perlahan menjadi negara maju. Negara Indonesia termasuk yang menunjukkan perkembangannya. Oleh karena itu, negara ini membutuhkan manusia yang kompetitif dan sadar akan waktu, serta mampu menerapkan sikap disiplin yang tinggi, sehingga menciptakan manusia yang bermutu dan berkualitas. Untuk membentuk manusia yang bermutu dan berkualitas tersebut, maka dibutuhkan pendidikan dalam hidupnya (Wicaksana, 2014).

Berdasarkan Undang-Undang No 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 1 (UU Sisdiknas No 20 Tahun 2003), pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Potensi-potensi ini berupa kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan yang berjenjang diharapkan mampu membuat individu berkualitas yang nantinya menjadi fondasi bangsa.

Mahasiswa sebagai individu yang menuntut ilmu di perguruan tinggi dituntut untuk dapat berprestasi baik secara akademis maupun non akademis

(Fitria & Lukmawati, 2016). Selain itu mahasiswa dituntut untuk mampu manajemen waktu secara efektif, mampu memisah antara pekerjaan yang penting dan tidak penting untuk dilakukan, intinya mahasiswa seharusnya bisa memprioritaskan pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya sebagai mahasiswa (Siswanto, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Susanto, (2006) menyebutkan bahwa regulasi diri mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan proses pendidikannya. Kemampuan regulasi diri meliputi kemampuan individu dalam mengikuti proses kegiatan belajar mengajar dan kemampuan untuk membagi waktu antara belajar dan kegiatan lain. Oleh karena itu, apabila kemampuan regulasi diri dalam diri tidak berkembang dengan optimal maka tujuan yang ingin dicapai tidak dapat dicapai dengan optimal. Begitu juga sebaliknya, apabila regulasi diri dapat berkembang dengan optimal maka tujuan pendidikan dapat dicapai dengan optimal.

Regulasi diri menurut Zimmerman (dalam Ardina dan Wulan, 2016) mengacu pada pemikiran, perasaan, serta perilaku yang berorientasi untuk mencapai tujuan. Individu yang memiliki regulasi diri merupakan orang yang memiliki inisiatif dalam usahanya untuk belajar sebab mereka sadar akan kekuatannya serta batas kemampuannya, dan mereka diarahkan target yang mereka buat sendiri dan memiliki strategi dalam menyelesaikan tugas. Sedangkan menurut Kowalski & Leary (2000), regulasi diri adalah kemampuan seseorang untuk mengubah respon-respon, seperti mengendalikan impuls perilaku (dorongan perilaku), menahan hasrat,

mengontrol pikiran, dan mengubah emosi. Brown, (dalam Neal & Carey 2005) menambahkan Regulasi diri adalah kemampuan untuk merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional, dan sosial.

Aspek-aspek regulasi diri menurut Zimmerman (2012) meliputi metakognisi, motivasi dan perilaku. Zimmerman (2012) menyatakan salah satu faktor regulasi diri yakni perilaku yang merupakan usaha individu dalam memanfaatkan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar serta optimal usaha yang dilakukan seseorang dalam merencanakan suatu aktivitas akan meningkatkan regulasi diri seseorang. Steel (dalam Grunschel, Patrzek, dan Fries 2012) menyatakan penyebab seseorang memiliki regulasi diri yang rendah dikarenakan rendahnya motivasi diri dan mudahnya terdistraksi.

Fenomena di atas terjadi pada mahasiswa tingkat akhir UNIBI berdasarkan wawancara pada tanggal 08 Juni 2021 mahasiswa sudah menentukan tujuannya yaitu untuk dapat lulus tepat waktu. Namun, dalam penyelesaian skripsi mereka mengalami hambatan dan kesulitan. Salah satunya beberapa mahasiswa mengalami hambatan dosen pembimbing yang sulit untuk dihubungi, yang menyebabkan skripsinya belum dapat terselesaikan. Ketika mahasiswa mengalami hal tersebut mereka merubah arah perilakunya menjadi mengisi waktu luang dengan bekerja. Ketika memutuskan untuk bekerja mereka sudah tahu apa dampak yang akan

terjadi. Pada awalnya mereka yakin akan dapat mengatur waktu antara bekerja dengan menyelesaikan revisinya. Namun, pada kenyataannya mereka tidak bisa membagi waktu untuk menyelesaikan skripsinya sehingga mereka terjadi penundaan dalam mengerjakan skripsi. Hambatan lain yang juga terjadi yaitu kesulitan dalam mengerjakan skripsi karena mereka tidak mengerti dengan apa yang seharusnya direvisi. Ketika mengalami hambatan tersebut mereka kurang berusaha secara optimal untuk menyelesaikannya, terlihat ketika kesulitan tersebut terjadi mereka lebih mudah menyerah dengan hambatan tersebut beberapa mahasiswa memilih untuk mencari judul lain yang dianggap lebih mudah sehingga kebanyakan dari mereka sudah melakukan beberapa kali pergantian judul akan tetapi tetap saja hingga saat ini mereka masih belum bisa menyelesaikan skripsinya. juga lingkungan yang mendukung mereka untuk melakukan aktivitas yang sebenarnya tidak wajib ataupun bukan tugasnya sebagai mahasiswa. Mahasiswa tersebut tidak bisa memilih mana kegiatan yang wajib diselesaikan dan mana kegiatan yang tidak wajib untuk dilakukan sehingga skripsi belum menjadi prioritas bagi mereka dan berujung pada keterlambatan waktu kelulusan.

Menurut penelitian Zimmerman, (2012) mahasiswa yang memiliki regulasi diri mengusahakan secara proaktif untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik yang ada, dengan mempertimbangkan segala keterbatasan dan kekuatan diri (Zimmerman, 2002). Namun, hal tersebut tidak terjadi pada mahasiswa tingkat akhir UNIBI. Rendahnya kemampuan individu

dalam meregulasi diri, baik kognitif, motivasi, maupun perilakunya, tentu akan berdampak pada penundaan skripsi. Kegagalan individu dalam mengatur waktu, tugas, maupun sumber daya diri mendorong beberapa peneliti melihat kegagalan dalam upaya regulasi diri (Senecal, dkk, 1995; Wolters, 2003; Park & Sperling, 2012). Salah satunya penelitian Sirois dan Pychyl (2013) yang berpendapat bahwa prokrastinasi atau perilaku menunda dalam mengerjakan skripsi merupakan bentuk dari kegagalan regulasi diri.

Mahasiswa tingkat akhir yang melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas seharusnya memiliki kemampuan regulasi diri yang baik karena berdasarkan penelitian Ardina & Wulan (2016) bahwa jika semakin tinggi regulasi diri maka akan semakin rendah prokrastinasinya, sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka akan semakin tinggi prokrastinasinya. Dapat diketahui bahwa regulasi diri dapat menjadi salah satu strategi dan solusi untuk mengurangi prokrastinasi. Jika seseorang memiliki regulasi diri yang baik maka individu tersebut akan mampu mengarahkan perhatian, pikiran, emosi dan tindakan ke tujuan (Zimmerman, 2000). Selanjutnya, Gollwitzer (2011) mengatakan bahwa melalui regulasi diri akan tercipta kedisiplinan diri pada individu, individu akan lebih menghargai waktu dan memiliki kemampuan untuk memilih yang mana yang penting untuk dihadapi saat ini.

Individu yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan dan sering mengalami keterlambatan

untuk mempersiapkan sesuatu dikatakan sebagai individu yang melakukan prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan kesengajaan menunda mengerjakan suatu hal meskipun telah terbayang dampak buruk akibat penundaan itu (Steel, 2007). Oleh karena itu, prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas (Ghufron & Risnawati, 2014).

Fenomena penundaan pengerjaan tugas banyak dijumpai di lapangan, di antaranya menggunakan metode Sistem Kebut Semalam (SKS) yaitu mengerjakan tugas di batas waktu *deadline* dan selalu mencari alasan untuk tidak segera mengerjakan tugas serta menyadari melakukan suatu tugas itu penting tetapi lebih sering melakukan kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan (Ghufron & Risnawati, 2014). Solomon & Rothblum (dalam Rumiani, 2006) mengungkapkan bahwa indikasi penundaan akademik adalah masa studi 5 tahun atau lebih. Masa studi yang semakin lama akan memperparah prokrastinasi yang timbul. Ellis & Knaus (dalam Rumiani, 2006) menemukan bahwa hampir 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi. Sejalan dengan hasil penelitian Yosh (dalam Priska Devi A., 2007) menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar mahasiswa. Sekitar 25% sampai 27% dari pelajar atau mahasiswa mengungkapkan bahwa prokrastinasi merupakan suatu masalah dalam lingkup akademis mereka. Selanjutnya, Sapadin & Maguire (dalam Emma Hendrayanti, 2006) menyatakan bahwa

prokrastinasi itu pada hakekatnya membawa risiko yang tinggi dalam kehidupan setiap individu yang melakukannya, terutama apabila prokrastinasi telah menjadi sesuatu hal yang terjadi secara konsisten dan berkelanjutan. Ditambahkan oleh Hardjana, (1994) mengemukakan bahwa prokrastinasi dapat menyebabkan stress pada diri individu yang melakukannya. Hal ini terjadi karena prokrastinator itu tidak menjalankan hal-hal yang seharusnya dilakukannya pada saat itu. Prokrastinasi ini dapat mengakibatkan ketidakpuasan pada prokrastinator atas waktu yang terbuang yang pada akhirnya berujung dengan perasaan frustrasi dan stress.

Prokrastinasi banyak dialami oleh mahasiswa tingkat akhir UNIBI yang sedang menyelesaikan skripsi. Umumnya, mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu satu semester. Tetapi pada kenyataannya masih banyak mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari satu semester untuk menyelesaikan skripsinya (Wattimena, 2015). Permasalahan tersebut juga dialami oleh mahasiswa tingkat akhir UNIBI. Berdasarkan data yang didapat pada Agustus 2021, masih terdapat mahasiswa aktif berjumlah 50 mahasiswa reguler angkatan 2013-2016 yang masih belum menyelesaikan skripsinya atau belum lulus jenjang S1. Angka kelulusan ideal dari seorang mahasiswa maksimal 4,5 tahun. Hampir semua mahasiswa yang terlambat lulus melakukan penundaan dalam menyelesaikan skripsinya. Skripsi seharusnya menjadi penting diperhatikan karena membutuhkan kemampuan pengorganisasian diri yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan tugas akademik lain baik berupa

pengorganisasian waktu maupun sumber daya lain secara mandiri (Permatasari, 2014). Tidak jarang mahasiswa terbelit dengan persoalan skripsi tersebut, sehingga berakibat pada lamanya waktu studi dan bahkan berakhir dengan kegagalan penyelesaian skripsi (Nashori, 2015).

Hasil wawancara yang di lakukan pada tanggal 8 Juni 2021 ke pada 15 orang mahasiswa tingkat akhir UNIBI, bahwa mereka telah mengontrak skripsi lebih dari satu semester atau telah berkuliah lebih dari 4 tahun, mengalami hambatan-hambatan dalam mengerjakan skripsi karena kebiasaan mereka dalam menunda mengerjakan skripsi. Burka & Yuen (2008) menyebutkan bahwa penundaan dalam menyelesaikan sesuatu atau prokrastinasi terjadi karena individu tidak memiliki banyak waktu untuk menyelesaikan tugasnya atau karena kepribadian seseorang yang cenderung santai dan ketika tindakan penundaan yang dilakukan menyebabkan kesusahan. Hal tersebut juga terjadi pada mahasiswa tingkat akhir UNIBI, 4 dari 15 mahasiswa saat ini masih merasa kesulitan dalam menyelesaikan revisi sesuai batas waktu yang ditentukan, untuk menyelesaikan revisi mereka membutuhkan waktu yang cukup lama, mereka mengerjakan revisinya di detik-detik batas waktu pengumpulan dan tidak sedikit mahasiswa yang tidak mampu menyelesaikan revisinya sehingga melewati batas waktu pengumpulan. Penundaan dalam menyelesaikan revisi tersebut sebenarnya membuat mereka merasa tidak nyaman karena akan terburu-buru dalam penyelesaian sehingga merasa hasilnya pun tidak optimal.

Selain itu, 5 dari 15 mahasiswa lainnya yang juga sedang mengontrak skripsi memilih untuk mengambil pekerjaan lain dan beranggapan bahwa mereka dapat mengatur waktu untuk bekerja dan menyelesaikan skripsi. Pada kenyatannya mahasiswa tersebut tidak dapat mengatur waktunya antara bekerja dengan mengerjakan skripsinya. Mereka juga sering melakukan aktivitas-aktivitas yang dianggap menyenangkan tidak seperti mengerjakan skripsi yang dianggap sulit dan membosankan. Aktivitas yang padat tersebut membuat mereka semakin malas dan menunda-nunda untuk mengerjakan skripsi walaupun mereka mengetahui dampak dari menunda-nunda dalam mengerjakan skripsi membuat mereka akan lebih lama dalam menyelesaikan studinya.

Menurut Solomon & Rothblum (1984) suatu penundaan dikatakan sebagai prokrastinasi apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting serta dilakukan berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan tidak nyaman, secara subjektif dirasakan oleh seorang prokrastinator. Hal tersebut juga terjadi pada 9 dari 15 mahasiswa tingkat akhir UNIBI mengalami menunda mengerjakan skripsi dan dilakukan berulang-ulang dengan alasan sudah malas dan lelah dengan proses pengerjaan karena merasa selalu mendapatkan revisi. Skripsi dianggap sulit untuk diselesaikan, kebanyakan dari mereka merasa sudah berusaha dalam menyelesaikan revisi namun hasilnya belum juga memuaskan. Pada mahasiswa yang masih menyusun proposal skripsi ketika mengalami hambatan mereka berpikir untuk mengajukan pergantian judul yang

dianggap lebih mudah untuk diteliti namun pada kenyataannya hambatan-hambatan lain masih sering terjadi sehingga mereka masih belum bisa menyelesaikan skripsinya. Fenomena tersebut dapat dilihat bahwa mahasiswa tingkat akhir UNIBI kurang menunjukkan usahanya dalam menyelesaikan masalah ketika menyelesaikan skripsi, mereka lebih mudah menyerah dan menjadi kurang bersemangat ketika masalah-masalah dalam penyelesaian skripsi muncul yang menyebabkan mereka menunda-nunda dalam menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan penelitian Herawati, (2005) terdapat hubungan negatif antara regulasi diri dengan prokrastinasi, artinya semakin tinggi regulasi diri maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi. Menurut Hasiem, Rahman & Hakiem, (2019) dengan judul Hubungan Regulasi diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMAN 6 Kota Bogor. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif yang menyatakan interpretasi antar variabel X dan Y terdapat hubungan yang sedang atau cukup signifikan. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari (2014) dengan judul Hubungan Antara Regulasi diri dengan Prokrastinasi Menyelesaikan Tugas pada Asisten Mata Kuliah Praktikum. Semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah prokrastinasi menyelesaikan tugas, demikian sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi menyelesaikan tugas.

Penelitian yang dilakukan oleh Susanto Handy (2006) menyebutkan bahwa regulasi diri mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan proses

pendidikannya. Kemampuan regulasi diri meliputi kemampuan individu dalam mengikuti proses kegiatan belajar mengajar dan kemampuan untuk membagi waktu antara belajar dan kegiatan lain.

Mahasiswa seharusnya lebih memperhatikan batas waktu studi karena Menurut Peraturan Menteri Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi No. 44 tahun 2015 tentang standar Nasional Pendidikan tinggi bahwa untuk program sarjana paling lama tujuh tahun akademik dengan beban belajar paling sedikit 144 SKS. Sehingga jika melebihi batas studi 7 tahun tersebut mahasiswa akan di DO (*Drop Out*). Mahasiswa-mahasiswa yang terlambat lulus mengetahui bahwa terdapat sistem DO (*Drop Out*) jika melebihi batas waktu studi yang telah ditentukan. Mereka mengatakan khawatir akan hal tersebut. Pada saat ini mereka sedang berusaha untuk menyelesaikan skripsinya agar dapat segera lulus namun pada kenyataannya usaha tersebut belum optimal untuk memenuhi targetnya yaitu untuk dapat segera lulus. Hal tersebut terjadi karena mereka masih belum bisa fokus atau benar-benar memprioritaskan penyelesaian skripsinya.

Hasil penelitian di luar negeri, menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar anggota masyarakat secara luas, dan pelajar pada lingkungan yang lebih kecil. Sekitar 25% sampai dengan 75% prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis (Rizanti, 2016). Muhid (dalam Hendrianur, 2015) mengatakan bahwa terdapat aspek-aspek pada seseorang

yang mempengaruhinya untuk melakukan perilaku prokrastinasi, salah satunya adalah karena rendahnya regulasi diri.

Mahasiswa laki-laki tingkat akhir UNIBI berdasarkan survey awal diketahui mahasiswa tingkat akhir UNIBI laki-laki memiliki keinginan untuk dapat lulus namun usaha untuk mencapai tujuan tersebut tidak optimal karena mereka belum menunjukkan usahanya. Saat ini sebagian mereka sudah terlalu nyaman bekerja dan memiliki kegiatan lainnya, mereka mengatakan skripsinya tidak ada kemajuan dan ketika kesulitan ditemui dalam mengerjakan skripsi mereka lebih mudah menyerah terlihat dari jaranganya mereka untuk bimbingan. Pada mahasiswa perempuan mereka sedikit lebih bersemangat dalam penyelesaian skripsinya, sebenarnya mereka mengaku bosan dan malas untuk bimbingan dan menyelesaikan skripsi. Sejalan dengan penelitian Zimmerman dan Martinez-Pons (1990), menunjukkan bahwa siswa menggunakan strategi regulasi diri dalam belajar. Dari hasil yang didapat yaitu ada perbedaan yang signifikan berdasarkan jenis kelamin dalam strategi regulasi diri dalam belajar siswa. Siswa perempuan lebih rajin, memiliki tujuan perencanaan dan pemantauan serta dapat menjaga catatan dibandingkan dengan siswa laki-laki disebabkan siswa perempuan sedikit lebih tajam dan terampil, siswa perempuan lebih termotivasi dalam bidang akademisnya daripada siswa laki-laki.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Tamiru dan Tiruwork (2008) di Ethiopia mengenai prokrastinasi menjelaskan bahwa pelajar laki-

laki memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan pelajar perempuan. Hal ini diperkuat dengan penelitian Zhou (2018) menyatakan bahwa pada laki-laki dilaporkan tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Ada pula beberapa penelitian yang telah dilakukan menjelaskan bahwa tidak sedikit pula yang menyebutkan perempuan lebih berisiko terhadap prokrastinasi akademik dari pada laki-laki, begitu juga sebaliknya, yang menyebutkan laki-laki lebih berisiko terhadap prokrastinasi akademik dari pada perempuan Doyle & Paludi (dalam Balkis & Duru, 2017). Pada mahasiswa UNIBI berdasarkan survey awal bila dilihat dari jenis kelamin laki-laki dan perempuan didapatkan bahwa laki-laki dan perempuan melakukan prokrastinasi mengerjakan skripsi secara seimbang. Perbedaan yang mendasar adalah alasan mereka menunda dalam mengerjakan skripsi. Laki-laki mengaku sering melakukan penundaan dikarenakan revisi yang tidak mampu ia kerjakan membuat mereka menunda dan bahkan tidak bisa menyelesaikan revisinya. Sedangkan perempuan mengaku melakukan penundaan dikarenakan lingkungan yang mempengaruhi untuk melakukan penundaan mereka sering bermain sehingga menyebabkan penundaan. Terdapat 3 mahasiswa laki-laki yang bekerja dan 2 mahasiswa perempuan. Mereka kurang mampu membagi waktu antara pekerjaan dengan menyelesaikan skripsi. Mahasiswa perempuan mengaku sering melakukan penundaan karena berbagai aktivitas yang dilakukan dan mengerjakan skripsi pada batas waktu pengumpulan. Begitupula dengan mahasiswa laki-laki. Namun, mahasiswa perempuan

lebih mempunyai keinginan yang lebih tinggi dalam menyelesaikan revisinya dibanding mahasiswa laki-laki, terlihat dari bagaimana cara mereka menghadapi kesulitan dan menyelesaikan masalah ketika kesulitan muncul. Mahasiswa perempuan lebih aktif untuk bimbingan dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki karena mahasiswa laki-laki mengaku sering menghindari bimbingan dan malas ketika membicarakan mengenai skripsi.

Melihat terdapat penelitian yang menunjukkan hubungan antara regulasi diri dengan fenomena atau permasalahan yang ada di lapangan. Maka, regulasi diri merupakan hal penting untuk diteliti dan diterapkan pada mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir mengenai prokrastinasi tugas akhir skripsi di UNIBI karena berdasarkan data yang didapat bahwa kebanyakan mahasiswa UNIBI terlambat lulus dan banyak yang tidak lulus tepat waktu dikarenakan kebiasaannya dalam menunda menyelesaikan skripsi. Kebiasaan menunda dan memilih melakukan kegiatan lain tersebut menyebabkan terlambatnya waktu kelulusan. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Tugas Akhir Skripsi Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

Pada zaman modern ini secara berangsur-angsur teknologi semakin berkembang pesat yang mengakibatkan terjadi kemajuan hampir di segala bidang. Perkembangan ini turut mendukung negara-negara berkembang secara perlahan menjadi negara maju. Negara Indonesia termasuk yang menunjukkan perkembangannya. Oleh karena itu, negara ini membutuhkan manusia yang kompetitif dan sadar akan waktu, serta mampu menerapkan sikap disiplin yang tinggi, sehingga menciptakan manusia yang bermutu dan berkualitas. Untuk membentuk manusia yang bermutu dan berkualitas tersebut, maka dibutuhkan pendidikan dalam hidupnya (Wicaksana, 2014). Mahasiswa sebagai individu yang menuntut ilmu di perguruan tinggi dituntut untuk dapat berprestasi baik secara akademis maupun non akademis (Fitria & Lukmawati, 2016).

Selain itu mahasiswa dituntut untuk mampu manajemen waktu secara efektif, mampu memisah antara pekerjaan yang penting dan tidak penting untuk dilakukan, intinya mahasiswa seharusnya bisa memprioritaskan pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya sebagai mahasiswa (Siswanto, 2010). Individu yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan dan sering mengalami keterlambatan untuk mempersiapkan sesuatu dikatakan sebagai individu yang melakukan prokrastinasi. Muhid (dalam Hendrianur, 2015) mengatakan bahwa terdapat aspek-aspek pada seseorang yang mempengaruhinya untuk melakukan perilaku prokrastinasi, salah satunya

adalah karena rendahnya regulasi diri. Regulasi diri menunjuk pada pola pikir, perilaku dan perasaan yang mengarah pada perolehan tujuan yang dimiliki tiap-tiap individu (Park & Sperling, 2012). Penelitian yang dilakukan oleh Susanto, (2006) menyebutkan bahwa regulasi diri mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan proses pendidikannya. Mahasiswa tingkat akhir UNIBI melakukan penundaan dalam menyelesaikan skripsi karena kesulitan yang ditemui, juga usaha mereka yang kurang optimal dalam menyelesaikan kesulitannya.

Berdasarkan paparan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan. Oleh karena itu tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, dari data penelitian ini diharapkan dapat memberi wacana bagi perkembangan ilmu psikologi antara hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi tugas akhir skripsi.

Sehingga dapat menambah referensi dalam memahami kemampuan regulasi diri dan munculnya prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Mahasiswa: penelitian ini bermanfaat bagi mahasiswa sebagai wawasan untuk mampu menghadapi prokrastinasi yang dialami dalam mengerjakan tugas akhir skripsi sehingga memberikan pandangan dan respon lebih positif terhadap prokrastinasi tersebut menjadi sebuah tantangan yang memicu usaha yang lebih baik untuk penyelesaian tugas akhir skripsi.
- b. Universitas: penelitian ini berguna bagi universitas khususnya bidang akademik untuk mendapat referensi dan gambaran mengenai faktor yang dapat mempengaruhi mahasiswa dalam melakukan prokrastinasi dan juga sebagai gambaran untuk dapat memberikan pendekatan dan pelatihan pada mahasiswa sebagai upaya peningkatan kemampuan regulasi diri tersebut.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1. Regulasi Diri

2.1.1 Definisi Regulasi Diri

Zimmerman (1998) menyatakan regulasi merupakan proses untuk berpikir merencanakan dan mengatur perilaku serta perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Regulasi diri adalah kemampuan seseorang untuk mengatur pencapaian dan tujuan, kemampuan menentukan target untuk diri mereka, kemudian mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target tersebut, serta memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut (Taylor & David, 2008). Sedangkan menurut Albert Bandura (dalam Santrock 2008) regulasi diri adalah suatu kemampuan yang dimiliki manusia berupa kemampuan berpikir dan dengan kemampuan itu mereka memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatan tersebut.

2.1.2 Aspek-Aspek Regulasi Diri

Zimmerman (1998) menyebutkan ada 3 aspek regulasi diri yaitu :

1. Metakognitif; pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif atau pikiran tentang berpikir. Metakognisi merupakan suatu proses yang penting, karena pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya mengatur atau menata peristiwa yang akan

dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kognitifnya ke depan.

2. Motivasi; fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap individu.
3. Perilaku; upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya.

2.1.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri

Menurut Zimmerman dan Pons, dalam (Ghufron & Rini Risnawati, 2014) ada tiga faktor yang memengaruhi pengelolaan diri, yaitu:

1. Individu; meliputi hal-hal dibawah ini. Pengetahuan individu, Tingkat kemampuan metakognisi, Tujuan yang ingin dicapai.
2. Perilaku; upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengatur dan mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan regulasi pada diri individu. Dalam perilaku ini terdapat tiga tahapan yang berkaitan dengan regulasi diri atau *self regulation*, di antaranya: *Self observation*, *Self judgment*, *Self reaction*.
3. Lingkungan; Hal ini bergantung pada bagaimana lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung.

2.1.4 Langkah-langkah dalam Regulasi Diri

Setiap individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengontrol dirinya. Menurut Zimmerman (1989), dalam konteks regulasi

diri pengaturan diri tersebut dengan mengembangkan langkah-langkah yang meliputi tiga proses yaitu:

1. Observasi Diri (Memonitor diri sendiri)

Ketika observasi dilakukan akan menghasilkan persepsi tentang kemajuan, hal itu dapat memotivasi seseorang untuk meningkatkan kinerjanya dengan mengubah apa yang telah dilakukannya. Sebelum individu mengubah tingkah lakunya, ia harus terlebih dulu menyadari tingkah lakunya. Hal ini melibatkan kegiatan memantau atau memonitoring tingkah laku dirinya. Semakin sistematis individu memantau tingkah lakunya, maka akan semakin cepat individu sadar akan apa yang dilakukannya.

2. Evaluasi Diri (Menilai Diri Sendiri)

Menentukan apakah tindakan yang dilakukan sesuai dengan apa yang diinginkan, yaitu sesuai dengan standar pribadi individu tersebut. Standar pribadi berasal dari informasi yang diperoleh individu dari orang lain. Membandingkan kinerja seseorang dengan suatu standar akan memberikan informasi tentang kemajuan yang telah dicapai. Dengan melakukan evaluasi diri, individu dapat menentukan apakah tindakannya berada pada jalur yang benar.

3. Reaksi Diri (Mempertahankan Motivasi Diri Sendiri)

Menciptakan dorongan untuk perilaku diri sendiri, mengakui dan membuktikan kompetensi yang dimiliki, kemudian merasa puas dengan diri

sendiri sehingga dapat meningkatkan minat dalam mengerjakan sesuatu dan tangguh dalam menghadapi berbagai tantangan yang ada.

2.2 Prokrastinasi dalam Mengerjakan Skripsi

2.2.1 Pengertian Prokrastinasi

Menurut Ferrari (dalam Ghufron 2003) prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus. Istilah prokrastinasi pertama kali dicetuskan oleh Brown & Holtzman (dalam Rumiani, 2006). Prokrastinasi berasal dari bahasa latin *Procrastinare* dari kata “pro” yang artinya maju, ke depan, bergerak maju dan *crastinus* yang berarti besok atau menjadi hari esok. Sementara menurut Lakein (1997) prokrastinasi adalah situasi keadaan individu yang memiliki suatu aktivitas yang baik dan merencanakan waktu untuk melaksanakannya. Akan tetapi tidak kunjung melaksanakan aktivitas yang telah direncanakan tersebut dengan lebih memilih melakukan aktivitas lain yang kurang penting untuk dilakukan.

Tuckman (dalam Priska Devi A., 2007) mengungkapkan prokrastinasi adalah perilaku menunda dalam memulai maupun menyelesaikan suatu tugas untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna. Hal ini dapat mengakibatkan kualitas aktivitas yang menurun, tidak menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering kali terlambat dalam menepati jadwal. Selanjutnya Devi (2007) berpendapat bahwa prokrastinasi merupakan perilaku seseorang yang kurang mampu memanfaatkan waktu dengan baik dan cenderung untuk

tidak segera memulai suatu pekerjaan. Khasanah (dalam Aliya dan Iranita, 2011).

2.2.2 Aspek Prokrastinasi

Ferrari, dkk., (1995) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam aspek dan indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu berupa:

1. Adanya penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.
2. Kelambanan dalam mengerjakan tugas. Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokratinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan, dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi akademik.

3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang procrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencanarencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah di tentukan sendiri. akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.
4. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

2.2.3 Jenis- Jenis Prokrastinasi

Individu melakukan prokrastinasi dengan alasan yang berbeda-beda. Perbedaan alasan dan tujuan dari procrastinator membuat para ahli mengelompokkan prokrastinasi ke dalam beberapa jenis. Ferrari (dalam Rizvi

dkk.,1997) membagi prokrastinasi berdasarkan tujuan dan manfaat penundaannya, yaitu:

1. *Functional Procrastination*, adalah penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk mendapatkan informasi yang lebih akurat dan lengkap. Bentuk penundaan ini memandang suatu tugas baru dikerjakan secara sempurna walaupun mereka melewati waktu yang optimal yang seharusnya dimulai, sehingga mendapatkan penyelesaian yang baik.
2. *Dysfunctional Procrastination*, adalah penundaan mengerjakan tugas yang tidak bertujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah. Bentuk penundaan ini tanpa disertai suatu alasan yang berguna bagi procrastinator maupun orang lain. Penundaan ini dapat menimbulkan masalah bila procrastinator tidak bisa melepaskan diri dari kebiasaan penundaan tersebut. Ada dua bentuk *Dysfunctional procrastination* berdasarkan tujuan mereka melakukan penundaan Ferrari (dalam Rizvi dkk.,1997), yaitu :
 - a. *Decisional Procrastination* Suatu penundaan dalam mengambil keputusan. Hal ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas yang yang menyebabkan konflik dalam diri individu dan memutuskan untuk menunda. Bentuk prokrastinasi ini merupakan sebuah antesenden kognitif dalam menunda untuk memulai melakukan suatu pekerjaan dan dilakukan sebagai suatu bentuk coping yang digunakan untuk menyesuaikan diri dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh stress. *Decisional procrastination*

berhubungan dengan kelupaan, kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang (Ferrari dalam Wulan, 2000).

- b. *Avoidance Procrastination* atau Behavioral Procrastination Suatu penundaan dalam perilaku yang tampak. Penundaan ini dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasakan kurang menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Hal ini dilakukan untuk menghindari kegagalan yang akan memberikan penilaian negatif kepada dirinya. Avoidance Procrastination berhubungan dengan tipe self presentation, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang, dan impulsiveness (Ferrari dalam Wulan, 2000).

2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi

Menurut Knaus, (2001) ada beberapa alasan yang menyebabkan pelajar melakukan prokrastinasi, yaitu:

1. Buruknya pengelolaan waktu

Prokrastinasi berarti tidak bisa mengelola waktu secara bijaksana. Hal ini mengakibatkan individu cenderung menunda mengerjakan tugas yang menjadi tanggung jawab karena tidak ada prioritas dan tujuan.

2. Kesulitan dalam berkonsentrasi

Seseorang sering mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi ketika sedang mengerjakan tugas. Hal ini mengakibatkan individu tersebut

memikirkan hal lain di luar tugas tersebut, misalnya melamun, mencari-cari foto pacar, memainkan pensil atau penghapus.

3. Kepercayaan Irasional dan ketakutan gagal.

Takut mengalami kegagalan dapat membuat seseorang berhenti dalam mengerjakan tugas, seperti merasa tidak sukses di bidang apapun atau tidak puas dengan kemampuan untuk menyelesaikan tugas.

4. Kebosanan terhadap tugas

Bosan dengan tugas yang sedang dikerjakan dapat membuat seseorang menunda pengerjaan tugasnya.

2.3 Kerangka Berpikir

Regulasi diri menurut Zimmerman (1998) merupakan proses untuk berpikir merencanakan dan mengatur perilaku serta perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kemampuan regulasi diri dibutuhkan oleh mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi ditambahkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanto, (2006) bahwa regulasi diri mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan proses pendidikannya. Kemampuan regulasi diri tersebut meliputi kemampuan individu dalam mengikuti proses kegiatan belajar mengajar dan kemampuan untuk membagi waktu antara belajar dan kegiatan lain. Hal tersebut dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi, ketika mereka mengalami hambatan dapat diatasi dengan kemampuan merencanakan target dan strategi yang sudah dibuat untuk menjadi sarjana. Target

tersebut diatur dalam perilaku mengelola emosi ketika mengalami hambatan saat menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan survey awal diketahui mahasiswa tingkat akhir UNIBI laki-laki dan perempuan memiliki tujuan yang sama yaitu untuk dapat lulus. Namun, usaha untuk mencapai tujuan tersebut belum cukup terlihat karena mereka belum menunjukkan usahanya yang optimal. Saat ini sebagian mahasiswa laki-laki sudah terlalu nyaman bekerja dan memiliki kegiatan lainnya, sehingga sering melakukan penundaan. Ketika mengalami kesulitan dalam menyelesaikan skripsi mereka cenderung menunda dan melakukan kegiatan lain. Namun, mahasiswa perempuan mengaku tetap mengikuti bimbingan skripsi walaupun sering melakukan penundaan. Pada mahasiswa laki-laki mengaku terkadang mereka sering menghindari bimbingan, karena merasa belum dapat menyelesaikan revisi yang diberikan. Hal ini sejalan dengan penelitian Zimmerman dan Martinez-Pons (1990), menunjukkan bahwa siswa menggunakan strategi regulasi diri dari hasil yang didapat yaitu ada perbedaan yang signifikan berdasarkan jenis kelamin dalam strategi regulasi diri dalam belajar siswa. Siswa perempuan lebih rajin, memiliki tujuan perencanaan dan pemantauan serta dapat menjaga catatan dibandingkan dengan siswa laki-laki disebabkan siswa perempuan sedikit lebih tajam dan terampil, siswa perempuan lebih termotivasi dalam bidang akademisnya daripada siswa laki-laki.

Regulasi diri dalam menyelesaikan skripsi ini mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Zimmerman, (1998) yang pertama, metakognitif yaitu dalam menyelesaikan skripsi tentunya mahasiswa mempunyai target dan strategi untuk segera menyelesaikan skripsinya namun ketika hambatan terjadi mahasiswa kurang dapat mengatasi hambatan tersebut. Kebanyakan dari mereka menghindari hambatan yang dialami dan ternyata strategi yang telah ditetapkan tersebut tidak efektif untuk mereka. Kemudian aspek yang kedua, motivasi yaitu setelah mengalami hambatan-hambatan ketika mengerjakan skripsi membuat mereka tidak semangat untuk menyelesaikan skripsinya karena merasa skripsi sulit untuk diselesaikan. Selanjutnya aspek ketiga, perilaku yaitu mereka kesulitan untuk mengatur perencanaan dan strategi mereka agar dapat terpenuhi, kebanyakan mereka masih belum dapat memilih antara aktivitas yang penting dan yang tidak penting.

Kesulitan dan hambatan yang terjadi pada mahasiswa tingkat akhir seperti yang telah di jelaskan di atas mempengaruhi dalam proses pengerjaan skripsi yaitu aktivitas menunda-nunda mengerjakan skripsi atau prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar anggota masyarakat secara luas, dan pelajar pada lingkungan yang lebih kecil. Sekitar 25% sampai dengan 75% prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis (Rizanti, 2016). Ditambahkan oleh Muhid (dalam Hendrianur, 2015) mengatakan bahwa terdapat aspek-aspek pada seseorang yang

mempengaruhinya untuk melakukan perilaku prokrastinasi, salah satunya adalah karena rendahnya regulasi diri. Lebih dalam dijelaskan oleh Purnamasari (2014) berdasarkan penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi diri maka akan semakin rendah prokrastinasi menyelesaikan tugas dan semakin rendah regulasi diri maka akan semakin tinggi prokrastinasi menyelesaikan tugas.

Lakein (1997) menjelaskan bahwa prokrastinasi adalah situasi keadaan individu yang memiliki suatu aktivitas yang baik dan merencanakan waktu untuk melaksanakannya. Akan tetapi tidak kunjung melaksanakan aktivitas yang telah direncanakan tersebut dengan lebih memilih melakukan aktivitas lain yang kurang penting untuk dilakukan. Prokrastinasi ini mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Ferrari, dkk., (1995), yang pertama adanya penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas. Hal tersebut juga dialami oleh mahasiswa tingkat akhir UNIBI baik laki-laki maupun perempuan sering melakukan kegiatan menunda-nunda dalam mengerjakan skripsi dengan alasan-alasan agar tidak segera mengerjakan skripsinya. Aspek yang kedua yaitu kelambanan dalam mengerjakan tugas. Seperti yang dialami kebanyakan mahasiswa tingkat akhir UNIBI kebiasaan dalam menunda-nunda berdampak pada kelambanan dalam mengerjakan skripsinya. Kemudian aspek yang ketiga kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, tidak sedikit juga mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan revisi sesuai batas waktu yang telah ditentukan. Selanjutnya aspek keempat melakukan aktivitas lain

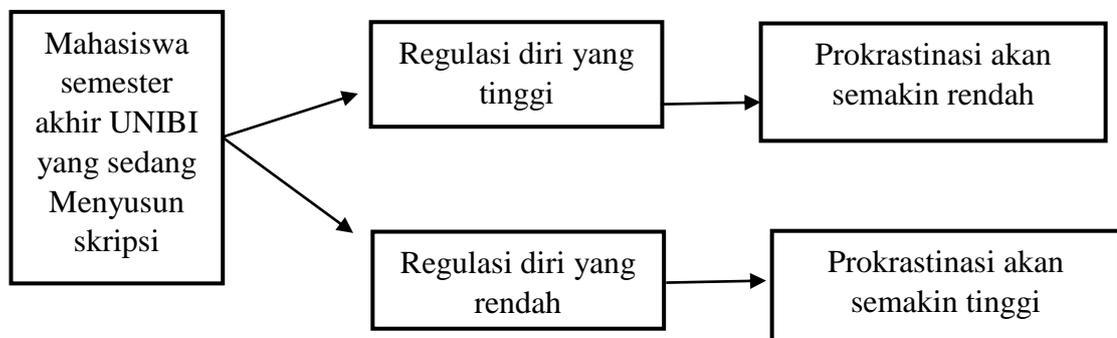
yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan, kebanyakan mahasiswa tingkat akhir UNIBI yang melakukan penundaan dikarenakan tidak memprioritaskan skripsi dan lebih memilih melakukan kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan dibanding dengan menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zhou (2018) menyatakan bahwa pada laki-laki dilaporkan tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan (Mandap, 2016). Hal ini juga diperkuat oleh Tamiru dan Tiruwork (2008) yang melakukan penelitian di Ethiopia yang juga mengungkapkan bahwa pelajar laki-laki memiliki tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan pelajar perempuan.

Perbedaan jenis kelamin dengan kecenderungan prokrastinasi akademik telah menjadi salah satu masalah yang paling banyak dibahas karena beberapa penelitian yang tidak menemukan hasil yang signifikan dan cenderung berubah-ubah (Sirin, 2011). Lebih lanjut beberapa penelitian yang telah dilakukan bahwa tidak sedikit pula yang menyebutkan perempuan lebih berisiko terhadap prokrastinasi akademik dari pada laki-laki, begitu juga sebaliknya, yang menyebutkan laki-laki lebih berisiko terhadap prokrastinasi akademik dari pada perempuan Doyle & Paludi (dalam Balkis & Duru, 2017).

Mahasiswa tingkat akhir laki-laki maupun perempuan yang melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas seharusnya memiliki kemampuan regulasi diri yang baik. Dapat diketahui bahwa regulasi diri

dapat menjadi salah satu strategi dan solusi untuk mengurangi prokrastinasi. Jika seseorang memiliki regulasi diri yang baik maka individu tersebut akan mampu mengarahkan perhatian, pikiran, emosi dan tindakan ke tujuan (Zimmerman, 2000). Berdasarkan uraian di atas, maka kerangka berpikir dalam penelitian hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi menyelesaikan skripsi ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Bagan 2.1 Kerangka Berpikir

Sumber: Peneliti

2.4 Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir UNIBI. Jika regulasi diri yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir tinggi maka prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi akan semakin rendah.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Metode kuantitatif menurut Arikunto (2006) suatu pendekatan yang banyak dituntut menggunakan angka. Mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dari hasilnya. Metode ini merupakan metode ilmiah karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, objektif, terukur, rasional dan sistematis. Sedangkan pendekatan korelasional adalah penelitian yang dimaksud untuk mengetahui ada dan tidaknya hubungan antara dua variabel atau beberapa variabel yang akan diteliti (Arikunto, 2006). Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2006). Variabel-variabel dalam penelitian ini yaitu regulasi diri dan prokrastinasi mengerjakan skripsi. Sedangkan teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuesioner. Data yang kumpulkan akan digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini. Hal ini sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk melihat apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi mengerjakan skripsi pada mahasiswa semester akhir UNIBI.

3.2 Variabel Penelitian

Pada penelitian ini terdapat dua variabel yang akan dilihat hubungannya yaitu:

3.2.1 Variabel Bebas (X)

Variabel bebas (*Independent Variable*) yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah regulasi diri.

3.2.2 Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat (*Dependent Variable*) yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah prokrastinasi menyelesaikan skripsi.

3.3 Operasional Variabel Penelitian

3.3.1 Definisi Operasional Regulasi Diri

Regulasi diri dalam penelitian ini adalah suatu kemampuan diri Mahasiswa UNIBI tingkat akhir untuk mengatur dan mengarahkan pikiran, perasaan dan tindakan yang telah direncanakan individu sehingga mampu meningkatkan performansi akademik untuk menyelesaikan skripsi. Regulasi diri ini akan diukur dengan menggunakan skala regulasi diri berdasarkan aspek metakognitif, motivasi dan perilaku.

3.3.2 Definisi Operasional Prokrastinasi menyelesaikan Skripsi

Prokrastinasi menyelesaikan skripsi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu kecenderungan mahasiswa tingkat akhir UNIBI untuk menunda-nunda dalam penyelesaian skripsi. Prokrastinasi menyelesaikan skripsi ini akan diukur dengan menggunakan skala prokrastinasi yang dibuat berdasarkan aspek-aspek adanya penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, kelambanan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas

lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

3.4 Populasi Penelitian

Arikunto (2006) menjelaskan populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir UNIBI yang telah mengontrak skripsi lebih dari 2 semester berjumlah 44 orang terdiri dari :

- 1) Jenis kelamin laki-laki dan perempuan.
- 2) Usia 22-30 tahun
- 3) Angkatan 2013-2016
- 4) Seluruh jurusan yang ada di UNIBI (Psikologi, Manajemen, Ilmu Komunikasi, Design Komunikasi Visual, Akuntansi, Teknik Informatika).

3.5 Alat Ukur

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala psikologi, yaitu instrumen yang digunakan untuk mengukur atribut psikologi (Azwar, 2013). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Skala likert adalah skala yang mengukur kekuatan persetujuan dari pernyataan-pernyataan yang digunakan untuk mengukur sikap dan perilaku (Azwar, 2013). Sifat aitem-aitem dalam skala psikologi dibuat bervariasi mulai dari yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* yaitu berisi konsep keprilakuan yang sesuai atau mendukung atribut yang diukur, begitu pula halnya dengan indikator keprilakuan harus selalu menggambarkan secara operasional perilaku

yang mendukung ciri aspek keprilakuannya. Sedangkan aitem *unfavorable* yaitu yang isinya bertentangan atau tidak mendukung ciri perilaku yang dikehendaki oleh indikator keprilakuannya (Azwar, 2013). Untuk memperoleh data yang diperlukan, peneliti mengukur variabel-variabel dalam penelitian ini dengan menggunakan alat ukur sebagai berikut:

Tabel 3.1 Tabel Penilaian Item Regulasi Diri dan Prokrastinasi Menyelesaikan Skripsi

Alternatif Jawaban	Aitem <i>Favorable</i>	Aitem <i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai(SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

3.5.1 Alat Ukur Regulasi Diri

Pengukuran pada variabel pertama yaitu regulasi diri menggunakan skala yang dibuat oleh Laksono (2019) dan mengacu pada teori regulasi diri dari Zimmerman. Skala yang digunakan dalam kuesioner adalah model skala ordinal yaitu skala yang terdiri dari pernyataan-pernyataan yang menunjukkan persetujuan subjek terhadap objek sikap (*favorable*) dan pernyataan yang menunjukkan ketidaksetujuan subjek terhadap objek sikap (*unfavorable*). Terdiri dari 44 aitem dan masing-masing terdiri dari 29 aitem *favorable* dan 15 aitem *unfavorable* dengan nilai reliabilitasnya 0,991. Untuk lebih jelasnya berikut ini sebaran aitem skala regulasi diri.

Tabel 3.2 Tabel Sebaran Item Regulasi Diri

Variabel	Aspek	Indicator	No aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
Regulasi Diri	Metakognisi	<i>Goal setting dan planning</i> mahasiswa mengatur tujuan atau subtujuan pendidikan dan rancangan untuk mengurutkan prioritas, pengaturan waktu dan menyelesaikan aktivitas yang berhubungan dengan tujuan tersebut.	43,59,45,19,1	26, 63, 5	8
		<i>Organizing dan transforming</i> Mahasiswa baik secara terbuka atau tersembunyi mengatur ulang materi untuk meningkatkan belajar	47, 12, 9	62	4
		<i>Seeking information</i> Mahasiswa berusaha untuk mendapatkan informasi berkenaan dengan tugas selanjutnya dari sumber-sumber nonsosial ketika mengerjakan tugas.	37, 61, 33		3
		<i>Rehearsing dan memorizing</i> Mahasiswa berusaha untuk mengingat materi dengan latihan	65, 67, 53	24, 32	5

		secara terbuka atau tersembunyi			
Perilaku		<i>Enveronment Structuring</i> Mahasiswa berusaha untuk memilih atau menata tatanan fisik untuk membuat belajar lebih mudah	2	27	2
		<i>Keeping records dan monitorizing</i> Mahasiswa berupaya untuk merekam dan memantau peristiwa atau hasil.	44, 10, 3	35, 40, 55	6
		<i>Seeking social assistance</i> Mahasiswa berusaha meminta bantuan dari teman sebaya, dosen, dan orang dewasa.	31, 46, 14	18, 7	5
Motivasi		<i>Self evaluating:</i> Mahasiswa mengevaluasi kualitas tugas atau kemajuan dari tugas.	8, 15, 48, 6	54	5
		<i>Self Consequeting:</i> Mahasiswa menyusun atau mengimajinasikan <i>Reward</i> atau <i>Punishment</i> atas kesuksesan dan kegagalan	49, 25, 21, 29	28, 41	6

3.5.2 Alat Ukur Prokrastinasi menyelesaikan Skripsi

Pengukuran terhadap variabel kedua yaitu prokrastinasi menyelesaikan skripsi menggunakan skala yang dibuat oleh (Rahayu, 2013) dan mengacu pada teori dan aspek Ferrari. Skala yang digunakan dalam kuesioner adalah model skala ordinal yaitu skala yang terdiri dari pernyataan-pernyataan yang menunjukkan persetujuan subjek terhadap objek sikap (*favorable*) dan pernyataan yang menunjukkan ketidaksetujuan subjek terhadap objek sikap (*unfavorable*). Aspek prokrastinasi menyelesaikan skripsi meliputi penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, kelambanan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Terdiri dari 29 aitem dan masing-masing terdiri dari 15 aitem *favorable* dan 14 aitem *unfavorable* dengan nilai reliabilitasnya 0,916. Untuk lebih jelasnya berikut ini sebaran aitem skala prokrastinasi menyelesaikan skripsi:

Tabel 3.3 Sebaran Item Prokrastinasi Menyelesaikan Skripsi

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor aitem		jumlah
			Favorable	Unfavorable	
Prokrastinasi	Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan skripsi	Melakukan penundaan untuk memulai mengerjakan skripsi	1,2	4,5,6	5
		Melakukan penundaan untuk menyelesaikan skripsi secara tuntas	3	7	2
	Kelambanan dalam menyelesaikan skripsi	Membutuhkan waktu yang lama untuk mempersiapkan diri untuk menyelesaikan skripsi	8,9,10	13,14,15	6
		Tidak memperhitungkan waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan skripsi	11,12	16	3
		Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang ditentukan dalam menyelesaikan skripsi	17,18	21,22
	Ketidaksesuaian antara niat atau rencana untuk		19,20	23,24	4

		menyelesaikan skripsi			
	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan skripsi	Melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan skripsi	25,26,27	28,29	5

3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas

3.6.1 Uji Validitas

Untuk mengetahui apakah skala yang digunakan bisa menghasilkan data yang akurat dan sesuai dengan tujuan dari penelitian, maka perlu melakukan pengujian validitas atau validasi. Alat ukur yang valid adalah alat ukur yang benar-benar bisa mengukur variabel yang seharusnya diukur. Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrument pengukuran (*test*) dalam melakukan fungsinya (Azwar, 2013).

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji daya diskriminasi untuk mengetahui item yang bisa digunakan atau valid dengan melihat nilai *Corrected Item Total Correlation*. Kriteria pengujian validitas dalam penelitian ini yaitu jika nilai *Corrected Item Total Correlation* dari setiap item sebesar 0,30 atau lebih maka item tersebut dikatakan valid dan jika nilai *Corrected*

Item Total Correlation di bawah 0,30 maka item tersebut dinyatakan tidak valid. Pengujian validitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program *SPSS (Statistical Program for Social Science) version 20 for Windows*. Adapun untuk hasil uji validitas alat ukur skala regulasi diri dan prokrastinasi menyelesaikan skripsi yaitu sebagai berikut:

3.6.1.1 Hasil Uji Validitas Skala Regulasi Diri

Berdasarkan uji validitas ditemukan skor item skala regulasi diri berkisar dari skor terendah yaitu -0,035 sampai dengan skor tertinggi yaitu 0.814. Pada skala regulasi diri, dari 44 item terdapat 31 item dinyatakan valid dan 13 item dinyatakan gugur. Adapun untuk skor item yang gugur berkisar antara -0.035 sampai dengan 0.232. Kriteria pengujian dalam penelitian ini yaitu jika nilai *Corrected Item Total Correlation* sebesar 0,30 atau lebih maka item tersebut dikatakan valid dan jika nilai *Corrected Item Total Correlation* di bawah 0,30 maka item tersebut dinyatakan tidak valid. Item yang tidak valid tidak dapat digunakan dalam penelitian dan harus di hilangkan.

Dalam penelitian ini juga dilakukan analisis validitas pada data uji coba berkali-kali untuk memperoleh daya beda item yang baik dan sampai tidak ditemukan item yang memiliki nilai *Corrected Item Total Correlation* di bawah 0,30 dengan menggunakan bantuan program *SPSS (Statistical Program for Social Science) version 20*

for Windows. Adapun untuk tabel sebaran item setelah uji coba alat ukur skala regulasi diri yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.4 Item Regulasi Diri Valid dan Gugur

Aspek	Indikator	No Item	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Metakognisi	<i>Goal setting</i> dan <i>planning</i> mahasiswa mengatur tujuan atau subtujuan pendidikan dan rancangan untuk mengurutkan prioritas, pengaturan waktu dan menyelesaikan aktivitas yang berhubungan dengan tujuan tersebut.	29,39,31,14,1*	18*,42,4*
	<i>Organizing dan transforming</i> Mahasiswa baik secara terbuka atau tersembunyi mengatur ulang materi untuk meningkatkan belajar	33,10,8	41*
	Mahasiswa berusaha untuk mendapatkan informasi berkenaan dengan tugas selanjutnya dari sumber-sumber nonsosial ketika mengerjakan tugas.	26,40,24	
	<i>Rehearsing dan memorizing</i> Mahasiswa berusaha untuk mengingat materi dengan latihan secara terbuka atau tersembunyi	43,44,36	16,23
Perilaku	<i>Enveronment Stucturing</i> Mahasiswa berusaha untuk memilih atau menata tatanan fisik untuk membuat belajar lebih mudah	2*	19*
	<i>Keeping records dan monitorizing</i> Mahasiswa berupaya untuk merekam dan memantau peristiwa atau hasil.	30,9,3*	25,27*,38
	<i>Seeking social assistance</i> Mahasiswa berusaha meminta bantuan dari teman sebaya, dosen, dan orang dewasa.	22*,32,11	13,6*

Motivasi	<i>Self evaluating</i> : Mahasiswa mengevaluasi kualitas tugas atau kemajuan dari tugas.	7,12,34,5*	37
	<i>Self Consequeting</i> : Mahasiswa menyusun atau mengimajinasikan <i>Reward</i> atau <i>Punishment</i> atas kesuksesan dan kegagalan	35,17,15,21	20*,28
Jumlah		29	15
		44	

Keterangan:

Tanda bintang (*): item gugur

Tabel 3.4 menjelaskan tentang sebaran item sebelum dilakukan uji coba alat ukur regulasi diri. Berdasarkan skor *Corrected Item Total Correlation*, 31 item yang valid ini memiliki rentang skor validitas berkisar antara -0,478 sampai dengan 0,996.

3.6.1.2 Hasil Uji Validitas Skala Prokrastinasi Menyelesaikan Skripsi

Berdasarkan uji validitas ditemukan skor item skala prokrastinasi menyelesaikan skripsi berkisar dari skor terendah yaitu -0,211 sampai dengan skor tertinggi yaitu 0,693. Pada skala prokrastinasi menyelesaikan skripsi, dari 29 item terdapat 25 item dinyatakan valid dan 4 item dinyatakan gugur. Adapun untuk skor item yang gugur berkisar antara -0,211 sampai dengan -0,67. Kriteria pengujian dalam penelitian ini yaitu jika nilai *Corrected Item Total Correlation* sebesar 0,30 atau lebih maka item tersebut dikatakan valid dan jika nilai *Corrected Item Total Correlation* di bawah 0,30 maka item tersebut dinyatakan tidak valid. Item yang tidak valid tidak dapat digunakan dalam penelitian dan harus di hilangkan.

Dalam penelitian ini juga dilakukan analisis validitas pada data uji coba berkali-kali untuk memperoleh daya beda item yang baik dan sampai tidak ditemukan item yang memiliki nilai *Corrected Item Total Correlation* di bawah 0,30 dengan menggunakan bantuan program *SPSS (Statistical Program for Social Science) version 20 for Windows*. Adapun untuk tabel sebaran item setelah uji coba alat ukur skala prokrastinasi menyelesaikan skripsi yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.5 Item Prokrastinasi Menyelesaikan Skripsi Valid dan Gugur

Aspek	Indikator	No Item	
		Favorable	Unfavorable
Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan skripsi	Melakukan penundaan untuk memulai mengerjakan skripsi	1,2	4,5,6
	Melakukan penundaan untuk menyelesaikan skripsi secara tuntas	3	7
Kelambanan dalam menyelesaikan skripsi	Mebutuhkan waktu yang lama untuk mempersiapkan diri untuk menyelesaikan skripsi	8,9,10	13,14,15
	Tidak memperhitungkan waktu yang dimiliki untuk menyelesaikan skripsi	11,12	16*
Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang ditentukan dalam menyelesaikan skripsi	17,18	21,22
	Ketidaksesuaian antara niat atau rencana untuk menyelesaikan skripsi	19*,20	23,24
Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada	Melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan skripsi	25,26,27*	28*,29

menyelesaikan skripsi			
Jumlah		15	14
		29	

Keterangan:

Tanda bintang (*): item gugur

Tabel 3.5 menjelaskan tentang sebaran item sebelum dilakukan uji coba alat ukur prokrastinasi menyelesaikan skripsi. Berdasarkan skor *Corrected Item Total Correlation*, 25 item yang valid ini memiliki rentang skor validitas antara 0,4401 sampai dengan 0,664.

3.6.2 Uji Reliabilitas

Dalam uji alat tes dilakukan uji reliabilitas. Menurut Arikunto (2006) reabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah dikatakan baik. Pengukuran reliabilitas bertujuan untuk melihat seberapa jauh alat ukur yang digunakan dalam penelitian memberikan hasil pengukuran yang konsisten bila dilakukan pengukuran kembali terhadap hal yang sama. Untuk mengukur reliabilitas penelitian menggunakan bantuan program *SPSS (Statistical Program for Social Science) version 20 for Windows*. Dalam aplikasinya, reliabilitas dinyatakan koefisien jika angkanya berada pada rentang 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya koefisien yang

semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2013). Guilford (1956) menyatakan untuk menentukan koefisien reliabilitas *alpha cronbach* maka diinginkan kaidah reliabilitas sebagai berikut:

Tabel 3.6 Reliabilitas Menurut Guilford

Koefisien reliabilitas	Kriteria
>0.9	Sangat reliabel
0.7-0.90	Reliabel
0.4-0.70	Cukup reliabel
0.20-0.40	Kurang reliabel
<0.20	Tidak reliabel

Tabel 3.6 menjelaskan mengenai parameter reliabilitas untuk alat ukur regulasi diri dan alat ukur prokrastinasi menyelesaikan skripsi yang diambil berdasarkan implementasi derajat reliabilitas dari Guilford Guilford (Dwiantoro, 2019). Dalam parameter reliabilitas ini bergerak dari nilai koefisien reliabilitas $0,00 \leq r_{xy} < 0,20$ maka alat ukur dinyatakan reliabilitas sangat rendah, dan bergerak sampai dengan nilai koefisien reliabilitas $0,90 \leq r_{xy} \leq 1,00$ maka alat ukur dinyatakan reliabilitas sangat tinggi. Pengujian reliabilitas untuk alat ukur skala regulasi diri dan prokrastinasi diri dilakukan dengan menggunakan bantuan program *SPSS (Statistical Program for Social Science) version 20 for Windows*. Ada pun untuk nilai reliabilitas alat ukur orientasi masa depan dan alat ukur skala kesiapan kerja dapat dilihat melalui tabel di berikut:

Tabel 3.7 Nilai Reliabilitas Skala

Skala	Koefisien <i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Item	Kriteria
Regulasi diri	0,991	31	Sangat Reliabel
Prokrastinasi menyelesaikan skripsi	0,916	25	Sangat Reliabel

Berdasarkan tabel 3.7 diperoleh koefisien reliabilitas skala regulasi diri memiliki nilai reliabilitas 0,991 bila dilihat dari derajat reliabilitas yang mengacu pada implementasi Guilford, nilai reliabilitas 0,991 dapat dikatakan bahwa alat ukur mempunyai kriteria reliabilitas sangat tinggi. Sementara itu, pada alat ukur prokrastinasi menyelesaikan skripsi memiliki nilai koefisien reliabilitas 0,916 bila dilihat dari derajat reliabilitas yang mengacu pada implementasi Guilford, nilai reliabilitas 0,916 dapat dikatakan bahwa alat ukur mempunyai kriteria reliabilitas sangat tinggi.

3.7 Prosedur Pelaksanaan Penelitian

3.7.1 Tahap Persiapan

1. Pada tahap pertama, peneliti melakukan studi literatur dengan mencari dan mengumpulkan beberapa jurnal kemudian *me-review* jurnal tersebut.
2. Pada tahap kedua, peneliti menentukan variabel dan fenomena-fenomena yang akan digunakan dalam penelitian berdasarkan jurnal-jurnal atau penelitian sebelumnya.

3. Pada tahap ketiga, peneliti berkonsultasi dengan dosen pembimbing mengenai variabel dan fenomena dalam penelitian
4. Pada tahap keempat, setelah dosen pembimbing menyetujui mengenai variabel, judul, dan fenomena yang diajukan peneliti mulai menuliskan fenomena-fenomena umum dan fenomena khusus yang terjadi di lapangan, fenomena khusus didapat berdasarkan wawancara terhadap 5 orang mahasiswa yang menjadi sampel penelitian.
5. Pada tahap kelima, setelah menuliskan bab 1 yang berisi fenomena-fenomena kemudian dilanjutkan dengan menuliskan bab 2 dan 3 dengan proses bimbingan dan melakukan revisi.
6. Pada tahap keenam, peneliti berkonsultasi kembali setiap minggunya mengenai penelitian ini.

3.7.2 Tahap Pengambilan Data

1. Menyebarkan kuesioner kepada sampel penelitian yang telah ditentukan
2. Mengumpulkan hasil kuesioner yang telah disebarkan kepada responden
3. Memeriksa dan menghitung kuesioner kembali.

3.7.3 Tahap Pengolahan Data

1. Melakukan skoring hasil kuesioner yang telah diisi oleh responden.
2. Menghitung dan membuat tabulasi data yang diperoleh.
3. Melakukan analisis data menggunakan metode statistik.

3.7.4 Tahap Pembahasan

1. Menginterpretasikan dan membahas hasil analisis statistik berdasarkan teori dan kerangka pikir yang digunakan.
2. Membuat kesimpulan dari hasil pengujian statistik yang telah diperoleh.

3.7.5 Penyelesaian

1. Menyusun laporan pelaksanaan penelitian dan hasil penelitian.
2. Mengajukan laporan penelitian.
3. Memperbaiki dan menyempurnakan laporan penelitian secara keseluruhan.

3.8 Teknik Analisis Data

Dalam suatu penelitian kuantitatif, teknik analisis data adalah kegiatan yang dilakukan setelah seluruh data responden didapatkan. Kegiatan dalam analisis data yaitu mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden. Mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diajukan (Sugiyono, 2010). Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu:

3.8.1 Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah pengajuan statistik yang bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi data yang nantinya

akan berkaitan dengan teknik analisis data yang akan digunakan (Saeful & Buthanuddin, 2014). Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data tersebut memiliki distribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji normalitas kolmogorov smirnov untuk menguji normalitas data. Uji kolmogorov smirnov adalah teknik uji normalitas yang membandingkan antara distribusi data (data yang akan diuji kenormalitasannya) dengan data baku dengan data baku. Uji ini memiliki kriteria jika signifikansi $\alpha > 0,05$ berarti data distribusi normal. Pengujian dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan program *SPSS (Statistical Program for Social Science) version 20 for windows*.

2. Uji Linearitas

Menurut Sugiyono (2014) uji linearitas dapat dipakai untuk mengetahui apakah variabel terikat dengan variabel dengan variabel bebas memiliki hubungan linear atau tidak. Uji linearitas dalam penelitian ini dapat dilakukan melalui uji *test of linearity* dengan melihat nilai signifikansi *deviation from linearity* $> 0,05$ maka dapat diartikan bahwa antara variabel bebas dan variabel terikat terdapat hubungan yang linear. Begitu pula sebaliknya jika nilai signifikansi pada *deviation from linearity* $< 0,05$, maka antara variabel bebas dan variabel terikat tidak terdapat hubungan yang linear. Pengujian dalam penelitian ini menggunakan bantuan program *SPSS (Statistical Program for Social Science) version 20 for windows*.

3.9 Uji Hipotesis

Hipotesis pada umumnya diartikan sebagai jawaban (dugaan) sementara dari masalah suatu penelitian. Menurut Sugiyono (2014) bahwa hipotesis jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk pernyataan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan hanya didasarkan pada teori relevan belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.

Uji hipotesis dalam penelitian ini, jika data berdistribusi normal dan memenuhi uji linearitas, maka akan menggunakan analisis parametrik dengan menggunakan teknik korelasi *product-moment*. Sedangkan jika data tidak memenuhi uji linearitas atau uji normalitas, maka akan menggunakan analisis non parametrik dengan menggunakan *rank spearman* yang sesuai dengan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menghitung koefisien korelasi atau untuk mengukur hubungan data antara variabel X (Regulasi diri) dengan variabel Y (Prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi). Adapun pengujian hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara statistik apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima atau ditolak. Kriteria pengujian hipotesis dalam penelitian ini yaitu jika nilai signifikansi antara $< 0,05$ maka terdapat korelasi atau hubungan antara kedua variabel dengan artian yaitu hipotesis yang diajukan dalam penelitian diterima. Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka tidak terdapat korelasi atau tidak

terdapat hubungan antara kedua variabel dengan artian yaitu hipotesis yang diajukan dalam penelitian ditolak.

Adapun untuk melihat rentang koefisien korelasi dapat dilihat melalui tabel di bawah ini:

Tabel 3.8 Rentang Koefisien Korelasi

Nilai	Interpretasi
0,00-0,19	Sangat Rendah
0,20,0,39	Rendah
0,40-0,59	Sedang
0,60-0,79	Kuat
0,80-4.00	Sangat Kuat

Tabel 3.8 menjelaskan mengenai nilai interpretasi koefisien korelasi yang diambil berdasarkan nilai interpretasi koefisien korelasi dari Sugiyono (2014). Dalam nilai interpretasi koefisien korelasi bergerak dari rentang nilai 0,00 – 0,19, maka dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang sangat rendah antara dua variabel atau lebih, dan bergerak sampai dengan rantang 0,80 – 1,00 maka dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara dua variabel atau lebih. Pengujian dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan program *SPSS (Statistical Program for Social Science) version 20 for Windows*.

3.10 Hipotesis Statistika

$H_0: r_s \geq 0,05$; Tidak terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi mahasiswa tingkat akhir UNIBI

$H_1: r_s < 0,05$; Terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi mahasiswa tingkat akhir UNIBI