

**HUBUNGAN REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA SISWA MADRASAH ALIYAH NEGERI
MODEL 1 PLUS KETERAMPILAN MANADO**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam
Program Studi Psikologi Islam IAIN Manado



Oleh:

Sitti Maryam Abdullah

NIM. 1836004

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
MANADO
1443 H / 2022 M**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Sitti Maryam Abdullah

NIM : 1836004

Program : Sarjana (S-1)

Institusi : Institut Agama Islam Negeri Manado

Dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya penulis sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Manado, 20 Juli 2022

Saya yang menyatakan,



Sitti Maryam Abdullah

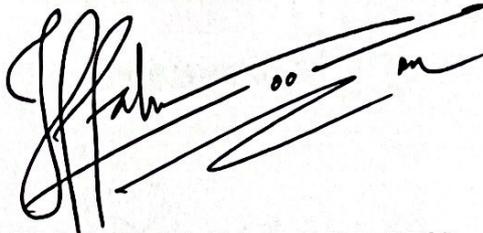
NIM. 1836004

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “**Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado**” yang ditulis oleh Siti Maryam Abdullah, NIM. 1836004, telah disetujui pada tanggal Juli 2022.

Oleh:

PEMBIMBING I

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Musdalifah Dachrud', written over a horizontal line.

(Dr. Musdalifah Dachrud, S.Ag., S.Psi., M.Si)

NIP. 19760205 200604 2 002

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado” yang ditulis oleh Siti Maryam Abdullah, NIM. 1836004, telah disetujui pada tanggal Juli 2022.

Oleh:

PEMBIMBING II



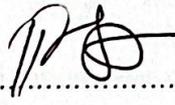
(Rahmawati Hunawa, M.A)

NIDN. 2004118501

PENGESAHAN TIM PENGUJI UJIAN SKRIPSI

Skripsi berjudul “Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado” yang ditulis oleh Siti Maryam Abdullah ini telah disetujui pada tanggal 31 Agustus 2022.

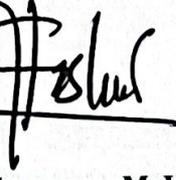
TIM PENGUJI:

1. Dr. Mastang Ambo Baba, M.Ag. Penguji I (.....)
2. Nur Evira Anggrainy, M.Si. Penguji II (.....)
3. Dr. Musdalifah Dachrud, S.Ag., S.Psi., M.Si. Pembimbing I (.....)
4. Rahmawati Hunawa, M.A. Pembimbing II (.....)

Manado, 31 Agustus 2022

Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah




Dr. Edi Gunawan., M. HI

NIP. 1984071220090110113

PERNYATAAN KESEDIAAN PERBAIKAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Sitti Maryam Abdullah

NIM : 1836004

Program : Sarjana (S-1)

Judul Skripsi : Hubungan Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado

Menyatakan, bersedia memperbaiki naskah skripsi sesuai dengan saran dan masukan dari tim penguji ujian pada tanggal 29 Juli 2022.

Naskah skripsi yang telah diperbaiki akan saya serahkan kembali kepada IAIN Manado setelah mendapat persetujuan semua anggota tim penguji selambat-lambatnya pada tanggal 31 Agustus 2022.

Demikian pernyataan ini saya buat, untuk menjadikan sebagai maklumat atas pertanggung jawaban.

Manado, 29 Juli 2022

Saya yang menyatakan,



Sitti Maryam Abdullah

NIM. 1836004

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi Arab-Latin IAIN Manado adalah sebagai berikut:

a. Konsonan Tunggal

Arab	Indonesia	Arab	indonesia
ا	A	ط	t
ب	B	ظ	z
ت	T	ع	'
ث	s	غ	g
ج	J	ف	f
ح	h	ق	q
خ	Kh	ك	k
د	D	ل	l
ذ	Z	م	m
ر	R	ن	n
ز	Z	و	w
س	S	ه	h
ش	Sy	ء	'
ص	ṣ	ي	y
ض	ḍ		

b. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap, termasuk tanda syaddah, harus ditulis secara lengkap, seperti:

احمدية : ditulis *Aḥmaddiyah*

شمسية : ditulis *Syamsiyyah*

c. Ta' Marbutah di Akhir Kata

- 1) Bila dimatikan ditulis “h”, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi bahasa Indonesia.

جمهورية : ditulis *Jumhūriyyah*

مملكة : ditulis *Mamlakah*

- 2) Bila dihidupkan karena berangkat dari kata lain, maka ditulis “t”.

نعمة الله : ditulis *Ni'matullah*

الفاطر زكاة : ditulis *Zakāt*

d. Vokal Pendek

Tanda fathah ditulis “a”, kasrah ditulis “i”, dan damah ditulis “u”.

e. Vokal Panjang

- 1) “a” panjang ditulis “ā”, “i” panjang ditulis “ī”, dan “u” panjang ditulis “ū”, masing-masing dengan tanda *macron* (¯) di atasnya.

- 2) Tanda *fathah* + huruf *yā* tanpa dua titik yang dimatikan ditulis “ai”, dan *fathah* + *wawū* mati ditulis “au”.

f. Vokal-Vokal Pendek Berurutan

Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof (‘).

أأنتم : *a'antum*

موانث : *mu'annas*

g. Kata Sandang Alif + Lam

- 1) Bila diikuti huruf *qamariyyah* ditulis al-:

الفرقان : ditulis *al-Furqān*

- 2) Bila diikuti huruf *syamsiyyah*, maka al- diganti dengan huruf *syamsiyyah* yang mengikutinya:

السنة : ditulis *as-Sunnah*

h. Huruf Besar

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD.

i. Kata dalam Rangkaian Frasa Kalimat

- 1) Ditulis kata per kata atau;
- 2) Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut:

اسلمشيخ : *Syaikh al-Islām*

الشريعة تاج : *Tāj asy-Syari'ah*

اس سلمياالتصور : *At-Taṣawwur al-Islāmī*

j. Lain-Lain

Kata-kata yang sudah dibakukan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) seperti kata *ijmak*, *nas*, *akal*, *hak*, *nalar*, *paham*, dsb., ditulis sebagaimana dalam kamus tersebut.

ABSTRAK

Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan siswa dalam melakukan perilaku menunda-nunda dalam mengerjakan tugas akademiknya. Hal ini terjadi karena kurangnya kesadaran siswa dalam menyelesaikan tugas akademik akibat sulit dalam mengatur aktivitas sehari-hari atau tidak melakukan regulasi diri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa. Penelitian dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis korelasi *product moment*. Penelitian ini dilakukan di kelas XI MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado, teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dan diperoleh 226 siswa kelas XI untuk dijadikan sampel penelitian. Pengumpulan data menggunakan skala regulasi diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori dari Zimmerman dengan tiga aspek regulasi diri. Skala prokrastinasi akademik disusun oleh peneliti berdasarkan ciri-ciri prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrari. Dalam menganalisis hipotesis penelitian ini menggunakan teknik korelasi *pearson product moment*. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh hubungan yang kuat, hal ini ditunjukkan dengan hasil koefisien korelasi r_{xy} sebesar -0.616 dengan signifikansi $\rho = 0,000$ atau ($\rho < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa. Hasil korelasi menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kedua variabel. Artinya semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik, begitupun sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka semakin meningkat prokrastinasi akademik yang dimiliki siswa.

Kata Kunci : Regulasi Diri, Prokrastinasi Akademik

ABSTRACT

Name : Sitti Maryam Abdullah
Students' ID : 1836004
Faculty : Ushuluddin Adab and Dakwah
Study Program : Islamic Psychology
Title : The Relationship of Self-Regulation with Academic Procrastination on the Students of Madrasah Aliyah Negeri 1 Model Manado Plus Skill

Academic procrastination is the tendency of students to procrastinate in doing their academic tasks. This happens because of the lack of awareness of students in completing academic tasks due to difficulty in managing daily activities or not self-regulation. The purpose of this study is to find out the relationship between self-regulation and students' academic procrastination. The research was conducted by using a quantitative approach with product moment correlation analysis techniques. This research was taken place at class XI MAN Model 1 Manado Plus Skill. The sampling technique used simple random sampling and obtained 226 students of class XI as research sample. Data collection employed a self-regulation scale compiled by researcher based on Zimmerman's theory with three aspects of self-regulation. The academic procrastination scale was compiled by researcher based on the characteristics of academic procrastination proposed by Ferrari. In analyzing the hypothesis of this study, the researcher utilized the pearson product moment correlation technique. Based on the analysis, it obtained a vivid relationship. This is indicated by the results of the correlation coefficient r_{xy} of -0.616 with a significance of $= 0.000$ or ($\square < 0.05$). From this results, it shows that there is a significant relationship between self-regulation and students' academic procrastination. The correlation results display that there is a negative relationship between the two variables. This means that the higher self-regulation, the lower the academic procrastination and conversely, the lower the self-regulation, the higher the academic procrastination of students.

Key Words: *Self Regulation, Academic Procrastination*



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur Alhamdulillah penulis ucapkan atas kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala, yang telah melimpahkan rahmat hidayah-Nya dan kuasa-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Shalawat serta taslim penulis haturkan semoga terlimpahkan kepada nabi Muhammad Shallallahu 'Alaihi Wasallam, kepada keluarganya, sahabatnya yang telah menjadi tauladan bagi seluruh umat manusia sehingga penulis Insyaa Allah mampu meneladani akhlak baginda Rasulullah dalam menjalani kehidupan.

Dalam menyusun skripsi ini, banyak kesulitan dan hambatan yang penulis rasakan. Namun berkat dukungan, bimbingan, dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado”**

Pada kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah banyak membantu dalam penulisan skripsi ini, terutama kepada:

1. Bapak Delmus Puneri Salim, S.Ag., M.A., M.Res., Ph.D., selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Manado, Bapak Dr. Ahmad Rajafi, M.HI, selaku wakil Rektor I, Ibu Dr. Radlyah H. Jan, S.E., M.Si, selaku wakil Rektor II, Bunda Dr. Musdalifah, S.Ag., S.Psi., M.Si., selaku wakil Rektor III terimakasih atas segala fasilitas yang diberikan kepada peneliti dalam menimba ilmu di IAIN Manado.
2. Bapak Dr. Edi Gunawan, M.HI., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah beserta Wakil Dekan I Bapak Dr. Sahari, M.Pdi., Wakil Dekan II Bapak Syarifuddin, M.Ag., dan Wakil Dekan III Ibu Dr. Mastang Ambo Baba,

M.Ag., terimakasih atas segala fasilitas sekaligus memberi motivasi kepada penulis.

3. Ibu Siti Aisa, M.A., selaku ketua program studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Manado yang selalu membantu penulis demi kelancaran skripsi ini terimakasih penulis ucapkan.
4. Ibu Dr. Salma, M.HI., selaku Dosen Penasihat Akademik penulis yang setia mengarahkan penulis sampai sekarang.
5. Bunda Dr. Musdalifah Dachrud, S.Ag., S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing I dan Ibu Rahmawati Hunawa, M.A., selaku Dosen Pembimbing II, yang selalu membimbing serta memberikan ilmu yang bermanfaat, motivasi yang membuat penulis menjadi lebih baik lagi dalam memperbaiki kesalahan dalam penulisan skripsi ini.
6. Ibu Dr. Mastang Ambo Baba, M.Ag., dan Ibu Nur Evira Anggrainy, M.Si., selaku Dosen Penguji I dan II pada seminal proposal dan ujian munaqasyah yang telah memberikan saran dan koreksi dalam perbaikan skripsi.
7. Seluruh Bapak dan Ibu dosen/Staf pegajar serta Civitas Akademika khususnya Staf pegawai Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Manado yang telah memberikan arahan serta membantu kelancaran penulisan skripsi.
8. Kepala Sekolah, Guru, Staf, beserta adik-adik siswa/i MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado yang senantiasa dengan ikhlas membantu mamberikan partisipasi dalam penelitian skripsi, serta seluruh pihak yang terlibat yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, semoga dengan bantuannya dapat bernilai disisi Allah Swt..
9. Orang tua penulis Ibu Nasrah Ridwan Sampo, Ayah Alm. Abdullah Imran, dan Bapak Hanafi, serta Kakak Muzakkir Abdullah, Kakak Muammar Abdullah, Kakak Anshar Abdullah, Kakak Dewi, dan Kakak Ayu yang senantiasa mendoakan dan memberikan kasih sayang dari kecil serta motivasi sangat luar biasa, sehingga penulis bisa semangat dalam menyelesaikan Studi S1.

10. Sahabat sekaligus keluarga Tifhany Maedani Fediani Makalalag yang senantiasa berjuang bersama selama kuliah, Fitriani Taliki, Azwa Aswiya Simbala, Kak Indah Juliana Adam, Kak Rasya Devita Alwi, Vivi Navila Pakudu, Putri Amanda, Sahabat Kost CCTV Kak Uci, Kak Ningsih, Kak Gita, Mimi, Wanti, Nanda yang senantiasa menyemangati sekaligus selalu memberikan dorongan kepada penulis.
11. Rekan-rekan terkasih program studi Psikologi Islam Angkatan 2018 Lukna, Alisa, Nina, Tiwi, Sisil, Hadi, Ifa, Syafiq, Indah, Dela, Ayu, Nur, Riski, dan Agung, yang siap berjuang bersama dengan penuh canda, tawa, haru, serta banyak cerita yang bisa dikenang suatu saat nanti. Tetap semangat.
12. Keluarga besar penulis yang selalu memberikan dukungan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, sekaligus semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Penulis ucapkan terimakasih.

Hanya ucapan terimakasih, kalimat demi kalimat selayaknya tidak ada yang sempurna. Maka dari itu penulis berharap adanya masukan dalam memperbaiki dan menyusun skripsi ini menjadi lebih baik lagi. Semoga Allah Swt., senantiasa membalas kebaikan dengan penuh keberkahan kepada kita semua. *Aamiin Ya Rabbal Alamin.*

Manado, 20 Juli 2022
Penulis,



Sitti Maryam Abdullah
NIM. 1836004

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
PERNYATAAN KEASLIAN	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI UJIAN SKRIPSI	iv
PERNYATAAN KESEDIAAN PERBAIKAN SKRIPSI	v
PEDOMAN TRANSLITERASI	vi
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Indetifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORITIS	11
A. Regulasi Diri	11
1. Pengertian Regulasi Diri	11
2. Aspek – aspek Regulasi Diri	12
3. Faktor –faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri	15
B. Prokrastinasi Akademik	16
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	16
2. Aspek – aspek Prokrastinasi Akademik	17
3. Faktor –faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	20
C. Kerangka Berpikir	21
D. Penelitian Terdahulu	23
E. Definisi Operasional	25
F. Hipotesis Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Jenis Penelitian	27
B. Identifikasi Variabel Penelitian	27
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28
D. Populasi dan Sampel Penelitian	29
E. Teknik Pengumpulan Data	31
F. Uji Validitas Isi Item	33
G. Uji Coba Alat Ukur	37
H. Teknik Analisis Data.....	43

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Hasil penelitian	48
B. Pembahasan Penelitian	62
BAB V PENUTUP	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	70

DAFTAR TABEL

Tabel 3.2 Rincian Waktu Penelitian	28
Tabel 3.2 Data Peserta Didik Kelas XI MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado Tahun Pelajaran 2021/2022	29
Tabel 3.3 Skor Jawaban Skala Likert	32
Tabel 3.4 Kategori Skor Aiken's V	33
Tabel 3.5 Blue Print Skala Regulasi Diri Setelah Uji Validitas Isi	34
Tabel 3.6 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Validitas Isi	36
Tabel 3.7 Blue Print Skala Regulasi Setelah Uji Validitas	38
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabel	40
Tabel 3.9 Blue Print Skala Regulasi diri Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	41
Tabel 3.10 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	42
Tabel 3.11 Kategorisasi Skor Analisis Deskriptif.....	45
Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas	48
Tabel 4.2 Hasil Uji Linieritas.....	49
Tabel 4.3 Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koefisien	50
Tabel 4.4 Tabel Hasil Uji Korelasi	50
Tabel 4.5 Descriptive Statistic	52
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Regulasi Diri	53
Tabel 4.7 Kategorisasi Skor Regulasi Diri	55
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Regulasi Diri Berdasarkan Kelas	56
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik	58
Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik	59
Tabel 4.11 Kategorisasi Skor Regulasi Diri Berdasarkan Kelas	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir	22
Gambar 4.1 Histogram Distribusi Frekuensi Regulasi Diri	54
Gambar 4.2 <i>Pie Chart</i> Kategorisasi Regulasi Diri	55
Gambar 4.3 Diagram Kategorisasi Regulasi Diri Berdasarkan Kelas	56
Gambar 4.4 Histogram Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik	58
Gambar 4.5 <i>Pie Chart</i> Kategorisasi Prokrastinasi Akademik	60
Gambar 4.6 Diagram Kategorisasi Regulasi Diri Berdasarkan Kelas	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Menjadi <i>Expert Judgement</i>	76
Lampiran 2 Blue Print Sebelum di Uji Coba	78
Lampiran 3 Surat Keterangan <i>Expert Judgement</i>	80
Lampiran 4 Daftar Nama Penilai Aiken's V	81
Lampiran 5 Hasil Penilai 1 Aiken's V	82
Lampiran 6 (Tabel Aiken's V) <i>Number of Rating Categories</i>	94
Lampiran 7 Hasil Perhitungan Aiken's V	95
Lampiran 8 Skala Uji Coba	97
Lampiran 9 Nilai r_{tabel}	105
Lampiran 10 Data Hasil Uji Validitas Skala Uji Coba	106
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian	111
Lampiran 12 Blue Print Skala Penelitian	112
Lampiran 13 Skala Penelitian	115
Lampiran 14 Tabulasi Data Skala Penelitian	120
Lampiran 15 Surat Selesai Penelitian	132
Lampiran 16 <i>Output</i> Uji Normalitas	133
Lampiran 17 <i>Output</i> Uji Linieritas	134
Lampiran 18 <i>Output</i> Uji Korelasi	135
Lampiran 19 <i>Output</i> Analisis Deskriptif	136
Lampiran 20 Dokumentasi	137

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan sangat berperan penting dalam menciptakan individu yang cerdas, damai, terbuka, dan kreatif. Kemajuan suatu bangsa sangat ditentukan oleh kualitas sumber daya manusianya. Kualitas sumber daya manusia itu tergantung pada kualitas pendidikannya. Pendidikan merupakan suatu cara dalam mengembangkan keterampilan, kebiasaan, dan sikap-sikap yang diharapkan agar individu dapat menjadi warga negara yang baik.¹ Hal ini sesuai dengan pengertian pendidikan menurut UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 1, yaitu:

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara”.²

Pendidikan dibedakan berdasarkan tiga aspek yaitu melalui pendidikan formal, informal, non informal.³ Sesuai dalam pasal 14, salah satu tempat untuk mendapatkan pendidikan formal adalah lembaga sekolah yang terdiri atas pendidikan sekolah dasar, sekolah menengah pertama, dan sekolah menengah atas.⁴ Menurut Jatmika, masa usia sekolah dasar disebut juga masa intelektual dimana masa usia sekolah dasar terbagi dua yaitu masa kelas rendah usia 7-9 tahun dan masa kelas tinggi usia 10-12 tahun.⁵ Menurut Konopka masa usia sekolah menengah termasuk masa remaja yang terbagi ke dalam tiga bagian yaitu masa

¹ Musdalifah Dachrud, *Psikologi Pendidikan* (Manado: STAIN Manado Pers, 2013), 3.

² Departemen Pendidikan Nasional RI, *Undang-undang No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, (Jakarta: Departemen Pendidikan, 2003), 6.

³ Musdalifah Dachrud, *Psikologi Pendidikan* (Manado: STAIN Manado Pers, 2013), 4.

⁴ Departemen Pendidikan Nasional RI, *Undang-undang No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, (Jakarta: Departemen Pendidikan, 2003), 11.

⁵ Jatmika dalam Muchamad Saiful Muluk, “Pengaruh Pola Asuh Otoritatif Orang Tua terhadap Kemandirian Belajar Religiusitas Islam, dan Performansi Akademik Anak Usia Sekolah Dasar” (*Skripsi, Surabaya, UIN Sunan Ampel Surabaya*, 2019), 39-40.

remaja awal usia 12-15 tahun, masa remaja madya usia 15-18 tahun, dan masa remaja akhir usia 18-22 tahun.⁶

Masa remaja merupakan suatu masa perkembangan yang penuh dengan berbagai tantangan baik itu dari segi fisik maupun segi psikis. Menurut Sorenson masa remaja tidak lagi dikatakan seorang yang dewasa maupun seorang anak-anak, akan tetapi berada diantara keduanya. Karena masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada saat masa peralihan, remaja tentunya harus mampu bertanggung jawab dalam hal belajar agar dapat mempengaruhi kehidupannya kelak.⁷ Skinner menyatakan bahwa belajar merupakan suatu proses penyesuaian perilaku ke arah lebih baik.⁸ Ketika individu tersebut memiliki keinginan untuk belajar maka akan menghasilkan respon yang baik, begitupun sebaliknya individu yang tidak memiliki keinginan belajar maka responnya akan menurun. Salah satu penyebab respon menurun dalam belajar adalah sering melakukan penundaan dalam pengelolaan waktu yang akan mengakibatkan individu melakukan penundaan dalam tugas-tugas akademik diantaranya sering mengalami keterlambatan, dan juga menyiapkan sesuatu secara berlebihan.

Ketidaktahuan mengenai tugas yang harus diprioritaskan, kesulitan membagi waktu, serta memilih aktivitas yang tidak berkaitan dengan akademis seperti menghabiskan waktu dengan bermain *gadget* atau gawai, bermain dengan teman, dan keluarga dapat menyebabkan individu melakukan perilaku prokrastinasi. Prokrastinasi adalah suatu kebiasaan menunda yang tidak memiliki tujuan atau suatu penghindaran tugas. Ellis dan Knaus mengatakan hal ini terjadi karena adanya rasa takut gagal dan adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus benar.⁹ Menurut Solomon dan Rothbulm bahwa kerugian dari individu yang melakukan prokrastinasi seperti kecenderungan menunda menyelesaikan tugas dengan

⁶ Konopka dalam Ahmad Susanto, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018), 143.

⁷ Sorenson dalam Ahmad Susanto, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, 158.

⁸ Skinner dalam Seto Mulyadi, dkk., *Psikologi Pendidikan* (Depok: Rajawali Pers, 2019), 35.

⁹ Ellis dan Knaus dalam M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2020), 152.

melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, akibatnya tugas tersebut jadi tidak selesai tepat waktu, tidak maksimal dan sering terlambat.¹⁰

Dalam psikologi pendidikan, perilaku yang tidak disiplin dalam penggunaan waktu di mana individu tersebut sering melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Penundaan rencana tersebut disebabkan karena penilaian siswa yang salah terhadap waktu dan kondisi, siswa cenderung menganggap rencana tersebut bisa dikerjakan nanti. Howell dan Watson menemukan bahwa individu yang suka melakukan penundaan berarti tidak menggunakan strategi belajar yang efektif dan memiliki keterampilan berpikir yang kurang. Selain itu, seorang individu sering 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. Terkadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai.¹¹

Penelitian di luar negeri yang dilakukan oleh Clark dan Hill bahwa siswa yang menunda belajar ketika menghadapi ujian sebesar 28%, siswa menunda membaca buku sebesar 36%, dan juga siswa yang menunda mengerjakan tugas sebesar 30%.¹² Zeenath dan Orcullo menemukan dari 287 pelajar di Malaysia yang akan menghadapi ujian sekitar 80% mengalami prokrastinasi akademik, yaitu 32,5% mempersiapkan ujian dua minggu sebelumnya, 20% mempersiapkan ujian di menit terakhir, setelah menyelesaikan tugas, dan mood siswa juga dapat berpengaruh dalam persiapan ujian.¹³ Kemudian Ferrari, Keane, Wolfe dan Beck, juga

¹⁰ Solomon dan Rothbulm dalam Meirisyah Anggraeni Harkinawati, "Pengaruh Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa" (*Skripsi, Jakarta, Universitas Negeri Jakarta*, 2019), 2.

¹¹ Howell dan Watson dalam Naufarriski dan Sela, "Pengaruh Teknik Self Management terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Peserta Didik Kelas VIII di MTS Nurul Islam Banjir Waykanan T.A. 2019/2020" (*Skripsi, Lampung, UIN Raden Intan Lampung*, 2020), 27.

¹² Clark dan Hill dalam Dahlia Novarianing Asri, *Prokrastinasi Akademik* (Madiun : Unipma Perss, 2018), 4.

¹³ Zeenath dan Orcullo dalam Dahlia Novarianing Asri, *Prokrastinasi Akademik*, 5.

melakukan penelitian bahwa sekitar 25% sampai 75% pelajar memiliki masalah prokrastinasi akademik.¹⁴

Selanjutnya hasil penelitian lain yang dapat memperkuat penelitian yang akan dilakukan penulis adalah penelitian yang dilakukan oleh Bayu Permana bahwa dari 317 siswa SMA Darul Falah Cicilan memiliki prokrastinasi akademik yang tergolong tinggi yaitu 79%.¹⁵ Penelitian yang dilakukan oleh Martika, Said, dan Wahyu pada siswa di salah satu SMP di Yogyakarta, menemukan permasalahan bahwa masih terdapat siswa yang melakukan prokrastinasi akademik yaitu sebanyak 17,2% memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi, 77,1% memiliki tingkat prokrastinasi sedang dan 5,7% memiliki tingkat prokrastinasi rendah.¹⁶ Permasalahan yang ditemukan oleh Muhammad Ilyas dan Suryadi, pada salah satu SMA yang ada di Yogyakarta bahwa ada beberapa perilaku prokrastinasi akademik siswa SMA Islam Terpadu (IT) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta diantaranya siswa banyak menunggu hasil pekerjaan teman (menyontek), keterlambatan dalam mengumpulkan tugas, keyakinan bisa mengerjakan nanti atau lemah dalam pengelolaan waktu, dan ketidakcocokan dengan guru mata pelajaran.¹⁷

Berdasarkan permasalahan terkait prokrastinasi akademik yang terjadi di kalangan pelajar, salah satu penyebab terjadinya prokrastinasi akademik yaitu kegagalan dalam pengelolaan diri. Individu yang memiliki hambatan dalam pengelolaan diri maka akan dengan mudah melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi dalam pengelolaan diri, pikiran dan tindakan. Pengelolaan diri pikiran dan tindakan ini disebut dengan regulasi diri. Zimmerman mengatakan bahwa regulasi diri dapat menggambarkan tingkat

¹⁴ Joseph R. Ferrari, dkk., "The Antecedents and Consequences of Academic Excuse Making: examining individual differences in procrastination," *Journal Research in Higher Education* 39, no. 2 (1998), 199.

¹⁵ Bayu Permana, "Gambaran Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Darul Falah Cicilan," *Jurnal Bimbingan dan Konseling IKIP Siliwangi* 2, no. 3 (2019): 94.

¹⁶ Martika, dkk, "Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta," *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* 2, no. 1 (2017): 27.

¹⁷ Muhammad Ilyas dan Suryadi, "Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Islam Terpadu (IT) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta," *Jurnal Pemikiran Islam* 41, no. 1 (2017): 80.

keaktifan siswa dalam berpartisipasi selama proses belajarnya baik secara metakognitif, motivasi dan perilaku.¹⁸ Menurut Park dan Sperling prokrastinasi lebih dipengaruhi oleh regulasi diri yang buruk dan adanya perilaku untuk menghindar dari tugas. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Steel pada tahun 2007 bahwa prokrastinasi terjadi akibat gagalnya regulasi diri.¹⁹

Hasil penelitian yang dilakukan Pinta Ito Harahap bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik yaitu 43,6% dari 125 siswa, sisanya dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial dan faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Hal ini menyatakan bahwa regulasi diri sangat berhubungan terhadap kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik siswa. Dalam mengerjakan tugas siswa sering beranggapan bahwa tugas yang didapatkan sangat menguras pikiran para siswa sehingga siswa merasa tertekan dan menimbulkan prokrastinasi akademik.²⁰ Berdasarkan penelitian dari Putri Ramadhani Ayu Ardina dan Dwi Kencana Wulan terhadap siswa kelas X SMA N 10 Jakarta menunjukkan hasil yang signifikan antara regulasi diri terhadap prokrastinasi yaitu 29,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini menunjukkan semakin tinggi regulasi diri prokrastinasi akademik siswa akan menurun.²¹ Prokrastinasi merupakan perilaku yang banyak dilakukan oleh kalangan pelajar. Padahal hal ini dapat berdampak buruk bagi diri sendiri. Agama islam sangat menganjurkan umatnya dalam bersungguh-sungguh dalam menghargai waktu dan menggunakan segala sesuatu dengan sebaik-baiknya. Hal ini sejalan dengan hadits Rasulullah Saw., sebagai berikut:

¹⁸ Zimmerman dalam M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2020), 59.

¹⁹ Park dan Sperling dalam Muhammad Iqbalul Ulum, "Strategi Self-Regulated Learning Untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa," *Jurnal Psikologi* 3, no. 2, (2016). 163.

²⁰ Pinta Ito Harahap, "Hubungan Regulasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa di SMA N 1 Sunggal," *Jurnal Ilmiah Magister Psikologi* 3, no., 2 (2021), 211.

²¹ Putri Ramadhani Ayu Ardina dan Dwi Kencana Wulan, "Pengaruh Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa," *Jurnal Perspektif Ilmu Pendidikan* 30, no. 2, (2016), 73.

حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ أَبُو الْمُنْذِرِ الطُّفَاوِيُّ عَنْ
 سُلَيْمَانَ الْأَعْمَشِ قَالَ حَدَّثَنِي مُجَاهِدٌ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا
 قَالَ

أَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِمَنْكِبِي فَقَالَ كُنْ فِي الدُّنْيَا كَأَنَّكَ غَرِيبٌ
 أَوْ عَابِرُ سَبِيلٍ وَكَانَ ابْنُ عُمَرَ يَقُولُ إِذَا أَمْسَيْتَ فَلَا تَنْتَظِرِ الصَّبَاحَ وَإِذَا
 أَصْبَحْتَ فَلَا تَنْتَظِرِ الْمَسَاءَ وَخُذْ مِنْ صِحَّتِكَ لِمَرَضِكَ وَمِنْ حَيَاتِكَ لِمَوْتِكَ

Terjemahan : “Telah menceritakan kepada kami Ali bin Abdullah, telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Abdurrahman Abu Al Mundzir At Thufawi dari Sulaiman Al A'masy dia berkata, telah menceritakan kepadaku Mujahid dari Abdullah bin Umar radhiallahu'anhuma dia berkata, "Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam pernah memegang pundakku dan bersabda, 'Jadilah kamu di dunia ini seakan-akan orang asing atau seorang pengembara." Ibnu Umar juga berkata, 'Bila kamu berada di sore hari, maka janganlah kamu menunggu datangnya waktu pagi, dan bila kamu berada di pagi hari, maka janganlah menunggu waktu sore, pergunakanlah waktu sehatmu sebelum sakitmu, dan hidupmu sebelum matimu.”²²

Hadits Rasulullah Saw di atas mengandung pesan kepada umatnya agar dapat memanfaatkan waktu sebaik-baiknya dan dapat menghindari perilaku prokrastinasi akademik atau menunda pekerjaan. Karena individu yang memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi merupakan awal permasalahan.

Dalam Al-Qur'an pun sudah memerintahkan hamba-Nya agar tidak melakukan prokrastinasi. Salah satu surah yang mendukung pernyataan ini adalah Q.S. Al Ashr : pada ayat 1-3 berbunyi :

²² Al-Imam Abu Abdillah Muhammad bin Ismail al-Bukhari, *Shahih al-Bukhari nomor 5937*, (Beirut Libanon: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1992), 335.

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Terjemahan : “1) Demi masa, 2) Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, 3) Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.”²³

Pada surah ini Allah Swt., bersumpah demi waktu dengan menggunakan kata ‘*ashr* yaitu untuk menyatakan bahwa demi waktu (masa) dimana manusia mencapai hasil setelah ia memeras tenaganya. Namun, sesungguhnya ia merugi apapun hasil yang dicapainya itu, kecuali jika ia beriman dan beramal shaleh. Kerugian tersebut mungkin tidak akan dirasakan pada waktu dini, tetapi pasti akan disadarinya pada waktu Asar kehidupannya menjelang matahari hayatnya terbenam.²⁴ Itulah rahasia mengapa Allah memilih kata ‘*ashr* untuk menunjukkan waktu secara umum.

Penjelasan di atas mengatakan bahwa individu yang tidak dapat memanfaatkan waktu atau kesempatan yang diberikan Allah Swt., maka termasuk individu yang berada dalam kerugian. Hanya individu yang beriman dan mengamalkan-Nyalah yang tidak termasuk dalam kerugian.

Dapat dilihat bahwa individu yang tidak akan melakukan prokastinasi adalah individu yang mampu membuat rancangan atau tujuan belajar, mampu menahan diri dari godaan, memahami keadaan, dan dapat mengevaluasi strategi yang dibuat. Sedangkan individu yang gagal menerapkan strategi regulasi diri adalah individu yang kesulitan menentukan rencana atau tujuan belajar, kesulitan menahan diri dari

²³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Jakarta: Gema Risalah Press Bandung, 1992), 1099.

²⁴ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 497.

godaan, tidak dapat memahami keadaan, dan tidak dapat mengevaluasi hasil strategi yang dibuat.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti pada beberapa siswa kelas XI di MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado, terdapat beberapa permasalahan prokrastinasi akademik juga dialami oleh siswa. Hal ini ditunjukkan dengan adanya permasalahan yang ditunjukkan oleh siswa seperti ada beberapa siswa mengatakan enggan untuk belajar dan membaca, terlalu banyak kerjaan lain sehingga tugas sekolah dikerjakan satu hari sebelum tugas dikumpulkan, rasa malas telah mendahului keinginan mereka untuk mengerjakan tugas, ada juga siswa yang mengatakan bahwa *gadget* atau gawai juga sering membuat siswa menjadi lalai dalam mengerjakan tugas sampai lupa waktu sehingga tugas tidak terselesaikan, bahkan ada beberapa siswa tidak mengerjakan pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru sampai batas waktu pengumpulan berakhir. Dapat disimpulkan dari hasil wawancara di atas bahwa prokrastinasi akademik bukanlah hal yang baik. Prokrastinasi akademik akan memberikan dampak negatif bagi para siswa, yaitu banyaknya waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna. Prokrastinasi akademik juga bisa dikatakan penghindaran tugas, karena adanya rasa tidak senang dan takut akan tugas yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti ingin melihat bagaimana regulasi diri dapat berhubungan dengan prokrastinasi akademik para pelajar yang berada di kelas XI di MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado. Oleh karena itu, untuk mewujudkan hal tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian, dengan judul “Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi bahwa terdapat beberapa masalah yang ada, antara lain:

1. Masih tinggi tingkat prokrastinasi dalam proses belajar mengajar.

2. Kurangnya kesadaran siswa dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru.
3. Aktivitas sehari-hari yang padat membuat siswa sulit dalam mengidentifikasi aktivitas akademisnya.

C. Batasan Penelitian

Prokrastinasi Akademik yang dialami individu bisa disebabkan oleh berbagai hal. Agar masalah yang diteliti lebih terfokus dan terarah, maka peneliti membuat batasan masalah. Oleh karena itu peneliti membatasi permasalahan dan berfokus mencari hubungan regulasi diri dan prokrastinasi akademik siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado Tahun Pelajaran 2021/2022.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah: “Apakah terdapat hubungan antara prokrastinasi akademik dengan regulasi diri siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini tidak terlepas dari tujuan yang akan dicapai, karena dengan adanya tujuan, penelitian yang dilakukan akan lebih jelas. Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat mampu memberikan sumbangsih pengetahuan dalam bidang psikologi pendidikan, khususnya tentang regulasi diri dan prokrastinasi akademik pada pelajar.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para praktisi pendidikan, lembaga pendidikan yang terkait, dan pelajar untuk memahami bagaimana pentingnya regulasi diri dalam mengurangi prokrastinasi akademik.

BAB II

KAJIAN TEORITIS

A. Regulasi Diri

1. Pengertian Regulasi Diri

Regulasi diri dalam bahasa Inggris yaitu *self regulation*. *Self* artinya diri, dan *regulation* artinya terkelola. Jadi regulasi diri yaitu pengelolaan diri. Regulasi diri berakar dari teori Albert Bandura yaitu teori kognitif sosial.¹ Menurut Bandura regulasi diri adalah individu yang dapat mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah laku yaitu dengan cara mengatur lingkungan dan perilaku sehingga terjadi perubahan pada diri individu tersebut.² Pendapat Adler mengenai regulasi diri yaitu bahwa setiap individu mempunyai dasar untuk mengontrol dirinya sesuai dengan kemampuan individu tersebut untuk mencapai tujuan yang terarah dalam kehidupannya.³

Menurut Santrock regulasi diri merupakan suatu tujuan dalam menciptakan pemikiran, perasaan, dan perilaku sendiri. Kemudian menurut Eisenberg regulasi diri merupakan kemampuan individu dalam mengontrol perilaku yang berasal dari dalam diri berhubungan dengan kata hati, seperti menolak godaan dan memperbaiki tindakan yang salah.⁴

Suryani mengatakan bahwa regulasi diri adalah proses pengarahan diri berupa kemampuan individu yang diaplikasikan dalam bentuk aktivitas.⁵ Adapun menurut Zimmerman regulasi diri merupakan peningkatan diri baik dari pikiran, perasaan, serta tindakan yang direncanakan. Sehingga individu akan berinisiatif dan mengarahkan dirinya sendiri dalam melakukan upaya untuk mengembangkan

¹ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2020), 57.

² Bandura dalam Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2009), 285.

³ Adler dalam Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, 74.

⁴ Santrock dan Eisenberg dalam Dwi Anisa Fakumalah dan Yuli Kurniawati Sugiyo Pranoto, *Kesiapan Anak Masuk Sekolah Dasar* (Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management, 2020), 61.

⁵ Suryani dalam M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2020), 59.

pengetahuan dan keterampilan secara mandiri untuk mencapai tujuannya.⁶ Senada dengan pengertian tersebut, menurut Ghufron dan Risnawati regulasi diri merupakan upaya individu dalam mengatur aktivitasnya dengan mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku aktif. Sehingga regulasi diri bagaimana individu dapat mengolah dalam bentuk aktivitas.⁷

Dari beberapa pendapat ahli mengenai pengertian regulasi diri, maka dapat disimpulkan bahwa regulasi diri merupakan upaya individu dalam menciptakan pemikiran, perasaan, maupun tindakan sendiri dengan mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku, sehingga individu dapat mengatur dan mengarahkan dirinya dengan bentuk aktivitas yang terarah agar tujuan individu tersebut dapat tercapai.

2. Aspek – aspek regulasi diri

Zimmerman mengatakan bahwa belajar berdasar regulasi diri memiliki tiga aspek, yaitu metakognitif, motivasi dan perilaku, sebagai berikut:⁸

a. Metakognitif

Matlin mengatakan metakognisi adalah pemahaman kesadaran tentang proses kognitif atau pikiran tentang berpikir. Flavel mengatakan bahwa metakognisi mengacu pada pengetahuan individu terhadap kognisi tersebut. Adapun menurut Zimmerman metakognitif merupakan strategi yang digunakan untuk mengontrol kognisi individu dalam merencanakan, mengorganisasi, mengukur dan menginstruksikan diri dalam proses belajar individu. Metakognitif juga mengarah pada pengetahuan individu terhadap kognisi yang dimilikinya. Kognisi yang dimaksud bertujuan untuk menata aktivitas diri agar lebih terarah.

⁶ Zimmerman dalam M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, 58.

⁷ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, 57.

⁸ Zimmerman dalam M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, 59-61.

b. Motivasi

Devi dan Ryan mengemukakan motivasi adalah fungsi dari kebutuhan dasar dalam mengontrol yang berkaitan dengan kemampuan setiap hari. Zimmerman dan Pons mengemukakan motivasi merupakan aktivitas yang penuh tujuan untuk memulai dengan dorongan-dorongan kuat untuk maju, mengatur atau menambah kemauan untuk memulai sesuatu, meningkatkan kepercayaan diri dengan tujuan yang telah ditargetkan.

c. Perilaku

Menurut Schank perilaku upaya individu untuk mengatur, menyeleksi dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung. Perilaku merupakan suatu usaha yang dilakukan individu dalam mengontrol diri sendiri, menyusun strategi sekaligus menciptakan lingkungan sosial untuk mengoptimalkan dan mendukung aktivitas individu tersebut.

Menurut Bandura, menjelaskan bahwa aspek-aspek regulasi diri, terdiri dari 6 aspek, yaitu:⁹

a. Standar dan tujuan yang ditentukan sendiri

Sebagaimana individu mengatur diri, cenderung memiliki standar-standar yang umum bagi perilakunya. Standar yang menjadi kriteria untuk mengevaluasi performa dalam situasi spesifik. Membuat tujuan-tujuan tertentu yang dianggap bernilai dan menjadi arah dan sasaran perilaku individu. Memenuhi standar-standar dan meraih tujuan-tujuan yang memberi kepuasan, meningkatkan efikasi diri, dan memacu individu untuk meraih hal lebih besar lagi.

b. Pengaturan Emosi

Pengaturan emosi yaitu mengelola setiap perasaan seperti amarah, dendam, kebencian, dan kegembiraan yang berlebihan agar tidak menghasilkan respon yang tidak diinginkan.

⁹ Bandura dalam Chimiyyatul Musyrifah, "Pengaruh Metode Tutor Sebaya (Peer Tutoring) dalam Meningkatkan Self Regulation Siswa" (*Skripsi, Surabaya, UIN Sunan Ampel, 2016*), 20.

c. Instruksi Diri

Instruksi yang individu berikan kepada dirinya saat sedang melakukan sesuatu atau sebuah observasi diri, akan membuat kemajuan ke arah tujuan-tujuan yang penting, individu harus sadar tentang seberapa baik hal yang sedang dilakukannya dan individu yang membuat kemajuan ke arah tujuan-tujuan tertentu, mungkin akan lebih melanjutkan usahanya secara tepat.

d. Monitoring Diri

Monitoring atau mengamati diri sendiri saat sedang melakukan sesuatu atau sebuah observasi diri merupakan hal yang penting. Agar membuat kemajuan ke arah tujuan-tujuan yang penting, individu harus sadar tentang seberapa baik yang sedang dilakukannya. Dan ketika individu melihat dirinya sendiri akan membuat kemajuan ke arah tujuan-tujuan yang telah ditentukan akan menghasilkan usaha-usaha yang baik.

e. Evaluasi Diri

Setiap apa yang individu lakukan dimanapun ia berada perilakunya akan dinilai oleh orang lain, meski demikian agar individu tersebut mampu mengatur dirinya, berarti harus bisa menilai perilakunya sendiri atau dengan kata lain harus bisa mengevaluasi dirinya sendiri.

f. Kontingensi yang ditetapkan diri sendiri

Ketika seseorang menyelesaikan sesuatu yang telah dirancang sebelumnya, khususnya jika tugas tersebut rumit dan menantang, individu tersebut akan merasa bangga pada dirinya dan memuji dirinya sendiri atas keberhasilan yang dicapainya. Sebaliknya ketika individu gagal dalam menyelesaikan sebuah tugas, individu tersebut akan merasa tidak senang dengan performanya sendiri, merasa menyesal atau malu. Oleh karena itu *reward* dan *punishment* yang ditetapkan sendiri yang menyertai perilaku itu sangat penting.

Berdasarkan hasil uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek regulasi diri menurut Zimmerman terdiri dari metakognitif, motivasi, dan perilaku sedangkan menurut Bandura aspek-aspek regulasi diri terdiri dari adanya standar

dan tujuan yang ingin ditentukan oleh diri sendiri, pengaturan emosi, instruksi diri, monitoring diri evaluasi diri serta kontinensi yang ditetapkan oleh diri sendiri.

3. Faktor – faktor yang mempengaruhi regulasi diri

Zimmerman dan Pons mengemukakan tiga faktor yang dapat mempengaruhi regulasi diri, yaitu sebagai berikut: ¹⁰

a. Faktor Individu

Faktor individu mencakup pengetahuan yang dimiliki individu dalam melakukan pengelolaan, kemudian proses metakognisi yang baik dan semakin tinggi akan membantu individu dalam meningkatkan regulasi diri yang baik. Selanjutnya individu yang memiliki pencapaian tujuan yang baik juga merupakan salah satu faktor untuk menciptakan regulasi diri yang optimal.

b. Faktor perilaku

Faktor perilaku mengarah kepada upaya individu dalam mengatur pengelolaan menggunakan kemampuan yang dimiliki untuk mengatur suatu aktivitas yang akan meningkatkan regulasi dirinya.

c. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan mencakup pada teori sosial kognitif yang dapat berpengaruh terhadap lingkungan sosial dan pengalaman yang dimiliki individu yang dapat berdampak dalam mendukung regulasi diri untuk mengembangkan aktivitas individu tersebut.

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa regulasi diri dapat timbul melalui tiga faktor yaitu faktor individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu seperti pemikiran individu untuk mencapai tujuan, faktor perilaku bagaimana individu mengatur berbagai aktivitasnya, dan yang terakhir faktor lingkungan di mana pengaruh sosial dan pengalaman dapat mempengaruhi regulasi diri individu.

¹⁰ Zimmerman dan Pons dalam M. Nur Ghufro dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, 61-63.

B. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Istilah berasal dari bahasa latin “*procrastination*” dengan awalan “*pro*” yang berarti *forward* atau maju dan “*crastinus*” yang berarti *belonging to tomorrow* atau keputusan esok hari. Jadi prokrastinasi berarti menunda suatu pekerjaan, aktivitas ataupun tugas. Dalam hal psikologi pendidikan siswa yang melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas atau mengumpulkan tugas disebut dengan prokrastinasi akademik.¹¹

Menurut Tuckman prokrastinasi akademik adalah kombinasi dari ketidakpercayaan terhadap kemampuan sendiri, ketidakmampuan untuk menunda kepuasan, serta menyalahkan orang lain terhadap keadaan dirinya. Lebih lanjut Senecal, menyatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan suatu kegagalan individu untuk melaksanakan tugas sudah ditargetkan sesuai jangka waktu yang telah diharapkan.¹²

Menurut Stell prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan mengerjakan tugas sekolah dengan sengaja yang dilakukan oleh individu yang akan berpengaruh buruk pada dirinya. Stell juga menyatakan jika individu menunda sebuah tugas dikarenakan mereka tertekan, maka mereka yang rentan terhadap tekanan tersebut akan lebih banyak melakukan penundaan.¹³

Menurut Ellis dan Knaus bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu kebiasaan menunda dan penghindaran dari tugas dikarenakan adanya rasa takut dalam kegagalan dan merasa bahwa segala sesuatu yang dilakukan harus benar.¹⁴ Adapun menurut Ghufron dan Risnawati bahwa Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda yang bersifat formal dan berhubungan dengan bidang

¹¹ Dahlia Novarianing Asri, *Prokrastinasi Akademik* (Madiun:Unipma Perss, 2018), 15.

¹² Tuckman dalam Dahlia Novarianing Asri, *Prokrastinasi Akademik*, 17.

¹³ Piers Stell, “The Nature of Procrastination; A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self Regulatory Failure,” *Journal of Psychological Bulletin* 133, no. 1 (2007), 68. (diakses pada tanggal 10 maret 2017).

¹⁴ Ellis dan Knaus dalam M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2020), 152.

akademik seperti menunda dalam mengerjakan tugas sekolah ataupun tugas kursus.¹⁵

Dari beberapa pendapat ahli mengenai pengertian prokrastinasi akademik, maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan aktivitas yang banyak dilakukan dikalangan pelajar dengan kebiasaan menunda-nunda secara berulang kali dengan disengaja dikarenakan adanya rasa malas, takut gagal, tertekan dan terlalu banyaknya aktivitas lain sehingga individu tersebut menunda mengerjakan tugas sekolah.

2. Aspek – aspek Prokrastinasi Akademik

Ferrari, Jhonson, dan McCown menyebutkan aspek-aspek prokrastinasi akademik sebagai berikut:¹⁶

a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas.

Individu yang melakukan prokrastinasi akademik sebenarnya mengetahui tugas yang harus diselesaikan, akan tetapi individu tersebut dengan sengaja menunda untuk memulai mengerjakan dan menunda-nunda menyelesaikan sampai tuntas jika individu sudah mengerjakan sebelumnya.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.

Individu yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama dari pada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas, tanpa menargetkan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Terkadang keterlambatan tersebut mengakibatkan individu tidak berhasil menyelesaikan tugasnya. Kelambanan, dalam arti lambannya kerja individu dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri utama dalam prokrastinasi akademik.

¹⁵ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, 156.

¹⁶ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, 158-159.

- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Individu memiliki kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Individu tersebut sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi tugas *deadline*. Individu tersebut mungkin telah merencanakan untuk memulai mengerjakan tugas pada waktu telah ditentukannya. Namun, ketika tiba saatnya untuk mengerjakan tugas individu tersebut tidak mengerjakan tugas tersebut sehingga menyebabkan keterlambatan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

- d. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Individu dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dimilikinya untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca koran, majalah, atau buku cerita lainnya, menonton, ngobrol, jalan-jalan mendengarkan musik, dan sejenisnya sehingga dapat menyita waktu yang dimiliki individu untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Menurut McCloskey, menjelaskan bahwa aspek-aspek prokrastinasi akademik, terdiri dari 6 aspek, yaitu sebagai berikut:¹⁷

- a. Kepercayaan terhadap kemampuan diri

Individu yang merasa kemampuan dirinya rendah cenderung mengalami hambatan dalam mengerjakan tugas dikarenakan individu merasa dirinya tidak mampu mengerjakan tugas dengan hasil yang baik.

- b. Perhatian yang terganggu

Individu yang biasa melakukan penundaan cenderung mudah terganggu perhatiannya seperti melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas.

¹⁷ McCloskey dalam Gusman Lesmana, *Bimbingan dan Konseling Belajar* (Jakarta: Kencana, 2022), 177.

c. Faktor sosial

Individu yang kurang mendapatkan dukungan dari keluarga maupun lingkungan sekitar dapat mempengaruhi dirinya dalam mengerjakan tugas.

d. Kemampuan management waktu

Individu yang kurang memiliki kemampuan management waktu dikarenakan tidak bisa menentukan pekerjaan yang harus diutamakan, sehingga tugas yang utama tidak dikerjakan dan memilih aktivitas lain yang lebih menyenangkan

e. Rasa malas

Individu yang memiliki rasa malas dapat memperlambat dalam mengerjakan tugas karena malas untuk memulai pekerjaannya, sehingga individu tersebut menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas yang harus dikerjakan.

f. Inisiatif personal

Kesiapan atau kemampuan untuk memulai mengerjakan tugas. Jika individu tidak memiliki inisiatif, maka dirinya akan cenderung tidak memiliki keinginan untuk menyelesaikan tugas dengan tepat waktu.

Berdasarkan hasil uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari, Keane, Wolfe, dan Beck terdiri dari penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas sekolah yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas sekolah, sedangkan aspek-aspek menurut McCloskey yaitu kepercayaan terhadap kemampuan diri, perhatian yang terganggu, faktor sosial, kemampuan management waktu, adanya rasa malas, adanya inisiatif personal.

3. Faktor – faktor Prokrastinasi Akademik

Ferrari mengemukakan dua faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu sebagai berikut:¹⁸

a. Faktor Internal

Faktor internal yaitu faktor-faktor dari dalam diri individu diantaranya:

1) Faktor fisik

Faktor fisik yang dimaksud adalah seseorang yang memiliki keadaan fisik yang tidak baik misalnya seperti kelelahan. Individu yang mengalami kelelahan yang berlebih akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi.

2) Faktor Psikologis

Faktor psikologis meliputi tipe kepribadian dan motivasi. Tingkat kecemasan yang tinggi dan rendahnya kemampuan beradaptasi dapat juga mendorong ke arah prokrastinasi akademik.

b. Faktor Eksternal

Faktor internal yaitu faktor-faktor dari luar diri individu diantaranya:

1) Gaya pengasuhan orangtua

Ketersediaan waktu orang tua juga dapat mempengaruhi dalam proses perkembangan yang baik. Ketersediaan waktu yang mencukupi sangat dibutuhkan anak agar berbagai aktivitas dan kegiatan sehari-hari anak terkelola dan terarah atas pengendalian orangtua.

2) Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan yang mendukung prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa prokrastinasi akademik dapat timbul melalui dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti

¹⁸ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2020), 165-166.

kelelahan dan adanya kecemasan yang tinggi serta kurangnya adaptasi yang dimiliki individu. Faktor eksternal seperti kurangnya peran serta orang tua dan lingkungan dalam pengawasan aktivitas individu.

C. Kerangka Berpikir

Siswa SMA merupakan pelajar yang menduduki masa pendidikan formal. Di mana masa ini termasuk ke dalam masa individu untuk mengembangkan potensi dirinya sekaligus memilih melangkah ke jenjang pendidikan lebih tinggi. Oleh karena itu, pengelolaan diri siswa sangatlah diperlukan. Pengelolaan diri dikenal dengan istilah regulasi diri. Regulasi diri adalah upaya individu untuk mengarahkan dirinya baik pikiran, tindakan, maupun perasaan untuk mencapai suatu tujuan.

Regulasi diri menurut Miller dan Brown merupakan suatu penerapan yang dibuat selama satu periode untuk mencapai tujuan yang melibatkan perilaku ke arah yang lebih baik sehingga hasilnya berdampak pada dirinya sendiri.¹⁹ Tidak sedikit siswa memiliki regulasi diri yang baik, karena adanya rasa takut melangkah, rasa penasaran, dan adanya pengaruh dari lingkungan sekitar untuk melakukan penundaan dalam belajar atau prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik sering kali dialami oleh pelajar akibat kurangnya regulasi diri dikarenakan pengaruh dari dalam diri maupun lingkungan sekitar. Sehingga siswa tersebut tidak memiliki regulasi diri yang baik maka prokrastinasi akademiknya akan meningkat.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Freud tentang penghindaran tugas yang dilakukan seseorang karena adanya pengalaman terkait dengan kegagalan dalam mengerjakan tugas sehingga individu melakukan penundaan karena merasa gagal dalam menyelesaikan tugasnya.²⁰ Kemudian berkaitan dengan lingkungan seperti kurangnya pengawasan dari lingkungan sekitar misalnya orang tua dapat mendorong siswa melakukan prokrastinasi

¹⁹ Miller dan Brown dalam Athur Huwae dan Maria Prima Novita, "Regulasi Diri, Peer Support, dan Bornout pada Mahasiswa Difabel", *Jurnal Psychocentrum Review* 4, no. 1, (2022): 45.

²⁰ Freud dalam M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2020), 160.

akademik.²¹ Berdasarkan uraian di atas maka kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



²¹ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, 162.

D. Penelitian Terdahulu

Penelitian ini merupakan penelitian yang merujuk pada penelitian terdahulu. Berdasarkan penelitian mengenai hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa belum banyak dibahas. Namun, dari penelusuran hasil-hasil penelitian yang ada, ditemukan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini, di antaranya adalah:

1. Skripsi yang ditulis oleh Ugas Munargo, yang berjudul “*Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pembelajaran Daring pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya.*” Skripsi ini membahas mengenai bagaimana gambaran regulasi diri dengan prokrastinasi akademik dalam pembelajaran dari mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP UNSRI. Dari penelitian tersebut memiliki persamaan dengan variabel regulasi diri, variabel prokrastinasi, metode penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif, dan teknik analisis data menggunakan analisis *Pearson Product Moment*. Dari hasil penelitian tersebut terdapat hubungan negatif bahwa ada pengaruh negatif yang kuat pada regulasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa pada saat pembelajaran daring di tengah pandemi *Covid-19*. Sedangkan perbedaannya terletak pada subjek penelitian yaitu mahasiswa yang melakukan pembelajaran daring, sedangkan peneliti melakukan penelitian kepada siswa tingkat menengah atas saat pembelajaran luring.²²
2. Skripsi yang ditulis oleh Miftahanal Khaira, yang berjudul “*Gambaran Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMKN 4 Bondowoso saat Pandemi*” Skripsi ini membahas bagaimana gambaran prokrastinasi akademik siswa SMKN 4 yang melakukan pembelajaran di era pandemi. Dari penelitian tersebut memiliki persamaan dengan variabel prokrastinasi akademik dan juga metode penelitian menggunakan penelitian kuantitatif, sedangkan perbedaannya dalam skripsi ini hanya fokus pada satu variabel yaitu

²² Ugas Munargo, *Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pembelajaran Daring pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universtas Sriwijaya*” (Skripsi, Palembang, Universitas Sriwijaya, 2021), 31.

prokrastinasi akademik karena penelitian ini hanya ingin mengetahui bagaimana gambaran prokrastinasi akademik di era pandemi, sedangkan peneliti melakukan penelitian menggunakan dua variabel yaitu variabel regulasi diri dengan variabel prokrastinasi akademik guna untuk mengetahui bagaimana hubungan antara kedua variabel tersebut pada siswa kelas XI MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado. Dari hasil penelitian tersebut bahwa siswa SMKN 4 memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi yaitu 62%, di mana siswa dengan sengaja melakukan penundaan terhadap tugas akademiknya tanpa melibatkan variabel lain.²³

3. Skripsi yang ditulis oleh Mia Rismaya, yang berjudul “*Hubungan Resiliensi dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa SMP*” Skripsi ini membahas bagaimana hubungan antara resiliensi dengan prokrastinasi akademik siswa SMP. Dari penelitian tersebut memiliki persamaan dengan variabel terikat yaitu prokrastinasi akademik dengan mencari hubungan antara dua variabel dan penelitian tersebut juga menggunakan penelitian kuantitatif, sedangkan perbedaannya dalam skripsi ini terletak pada subjek penelitian yaitu siswa siswa menengah tingkat pertama, sedangkan peneliti ingin meneliti subjek siswa menengah tingkat atas, teknik analisis data yang digunakan regresi linier dan peneliti menggunakan uji korelasi *pearson product momen*. namun penelitian dan variabel bebas dalam skripsi ini yaitu tentang resiliensi sedangkan peneliti menggunakan variabel bebas regulasi diri. Dari hasil penelitian terdapat hubungan negatif antara resiliensi dengan prokrastinasi akademik dengan menghasilkan nilai signifikansi 0,015 lebih kecil dari taraf kesalahan yaitu 0,05.²⁴
4. Jurnal yang ditulis oleh Ayu Arwina, Risydah Fadilah, dan Abdul Murad dengan judul “*Hubungan Regulasi Diri dan Stres Akademik dengan*

²³ Miftahanal Khaira, “Gambaran Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMKN 4 Bondowoso saat Pandemi” (Skripsi, Jember, Universitas Muhammadiyah Jember, 2020), 46.

²⁴ Mia Rismaya, “Hubungan Resiliensi dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa SMP” (Skripsi, Bandung, Universitas Sunan Gunung Djati, 2019), 42.

Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area” pada tahun 2021. Penelitian ini ingin melihat hubungan regulasi diri, stress akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Variabel yang digunakan menggunakan tiga variabel yaitu regulasi diri, stress akademik, dengan prokrastinasi akademik dengan mencari korelasi antara ketiga variabel. Perbedaan dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji korelasi untuk mengetahui signifikansi hubungan hanya dua variabel saja yaitu regulasi diri dengan prokrastinasi akademik. Perbedaan dalam penelitian yaitu peneliti menggunakan uji korelasi untuk mengetahui uji hipotesis, sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Ayu Arwina, dkk, menggunakan metode analisis regresi linier sekaligus menggunakan uji koefisien determinen untuk mengetahui berapa persen regulasi diri mempengaruhi prokrastinasi akademik.²⁵

E. Definisi Operasional

Menurut Sugiyono definisi operasional variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari obyek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.²⁶ Untuk memperjelas maksud dan tujuan penelitian ini agar lebih terfokus maka peneliti memberikan definisi operasional terhadap judul penelitian yang akan dilaksanakan peneliti. Adapun definisi operasional tersebut adalah sebagai berikut:

1. Regulasi diri

Regulasi diri adalah kemampuan individu dalam mengatur, mengontrol dan mengarahkan diri agar lebih baik ke depannya sehingga proses perencanaan, pemantauan, dan evaluasi dapat teratur. Aspek-aspek dari regulasi diri: a)

²⁵ Ayu Arwina, dan Risydah Fadilah, Abdul Murad, “Hubungan Regulasi Diri dan Stress Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”, *Jurnal of Education, Humaniora and Social Sciences* 4, no. 4, (2022): 1987.

²⁶ Vivi Candra, dkk., *Pengantar Metode Penelitian* (Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021) 90.

metakognisi (merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan mengintruksikan diri dalam beraktivitas misalnya belajar), b) motivasi (menjaga diri dengan memberi motivasi intrinsik dengan adanya kepercayaan diri), c) perilaku (menyeleksi, menyusun dan memanfaatkan lingkungan sekitar dalam mendukung aktivitas).

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan dalam menunda kegiatan dan perilaku yang berhubungan dengan tugas dalam pekerjaan maupun akademik, sehingga menyebabkan keterlambatan dalam pengerjaan dan pengumpulan suatu tugas. Aspek-aspek prokrastinasi akademik: a) penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, b) keterlambatan dalam mengerjakan tugas, c) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, d) melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada tugas yang harus dikerjakan.

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah merupakan kalimat dalam bentuk pertanyaan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru berdasarkan teori yang ada dan belum mendapatkan fakta-fakta dari pengumpulan data.²⁷ Hipotesis penelitian ini adalah:

Ha: Ada hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado Tahun Pelajaran 2021/2022.

Ho : Tidak ada hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado Tahun Pelajaran 2021/2022.

²⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: Alfabeta, 2019), 99.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian dan menganalisis data statistik yang bertujuan untuk menguji dan menjabarkan hipotesis yang sudah ditentukan. Masalah dalam penelitian kuantitatif diklasifikasikan dalam bentuk variabel penelitian. Sehingga peneliti membatasi variabel penelitian sesuai dengan permasalahan yang ada.¹

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan penelitian kuantitatif korelasional karena peneliti ingin melihat hubungan antara kedua variabel, serta seberapa besar variabel yang ingin diteliti.² Penelitian yang dilakukan peneliti yaitu mencari hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Model 1 Plus Keerampilan Manado.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Jelpa menyatakan bahwa variabel adalah objek yang akan diselidiki dalam suatu penelitian yang memiliki variasi di dalamnya.³ Variabel penelitian dibedakan menjadi:

1. Variabel Independent

Variabel independent atau variabel bebas (X) adalah variabel yang menjadi sebab perubahan dan menjadi pengaruh munculnya variabel dependen. Variabel ini sering disebut sebagai variabel stimulus.⁴ Variabel bebas dalam penelitian ini adalah regulasi diri.

¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: Alfabeta, 2019), 15-16.

² Jelpa Perlianto, *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2016), 15.

³ Jelpa Perlianto, *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2016), 25.

⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: Alfabeta, 2019), 57.

2. Variabel Dependent

Variabel dependent atau variabel terikat (Y) merupakan variabel yang dipengaruhi atau variabel yang menjadi sebab akibat karena adanya variabel bebas. Variabel ini sering disebut sebagai variabel output.⁵ Variabel terikat pada penelitian ini adalah prokrastinasi akademik siswa.

C. Waktu dan Lokasi Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado di jalan Hasanuddin nomor 14, Kampung Islam, Kecamatan. Tuminting Kota Manado, Sulawesi Utara. Peneliti mengambil lokasi penelitian tersebut karena MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado merupakan salah satu sekolah yang menjadi sekolah unggul di Kota Manado, oleh sebab itu peneliti tertarik melakukan penelitian di MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado untuk melihat apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado.

2. Waktu Penelitian

Tabel 3.1 Rincian Waktu Penelitian

No.	Uraian Kegiatan	Jadwal Penelitian/Bulan						
		Desember	Januari	Februari	Maret	April	Mei	Juni
1.	Observasi Awal							
2.	penyusunan proposal dan seminar proposal							

⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 57.

3.	Uji Coba Skala Penelitian							
4.	Penelitian							
5.	Analisis Data							
6.	Laporan Hasil							

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan subyek atau obyek yang akan diukur yang merupakan bagian yang akan diteliti dan dijadikan wilayah generalisasi.⁶ Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado. Adapun jumlah keseluruhan populasi adalah 518 siswa.

Tabel 3.2 Data Jumlah Peserta Didik Kelas XI MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado Tahun Pelajaran 2021/2022

Kelas	Frekuensi	Presentase
XI Bahasa	15	2,9%
XI Agama	39	7,5%
XI MIPA	323	62,4%
XI SOS	141	27,2%
Jumlah	518	100%

Sumber: Tata Usaha MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado tahun pelajaran 2021/2022 dan Olah data SPSS 24.0

2. Sampel dan Teknik Sampling

Sampel merupakan bagian dari jumlah karakteristik dari populasi tersebut. Bila populasi besar maka peneliti tidak mungkin mengambil keseluruhan dari populasi dengan keterbatasan dana, waktu, atau tenaga, maka peneliti bisa

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 130.

menggunakan sampel dari populasi tersebut.⁷ Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Simple Random Sampling*.

Simple Random Sampling adalah teknik sampling sederhana yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada di dalam populasi. Hal ini dilakukan apabila anggota populasi dianggap homogen.⁸

Penulis menggunakan teknik *Simple Random Sampling* karena yang menjadi populasi dalam penelitian ini bersifat homogen. Populasi terdiri atas 518 siswa kelas XI yang terbagi dalam empat jurusan yaitu kelas XI Bahasa, XI Agama, XI MIPA, XI SOS. Karena populasi diketahui, peneliti mengambil sampel dengan perhitungan menggunakan rumus Yamane, Isaac dan Michael, sebagai berikut:⁹

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel yang diperlukan

N = Jumlah Populasi

e = Tingkat kesalahan sampel (sampling error), 5%

Dalam pengambilan data sampel maka diperoleh melalui perhitungan dengan nilai kritis 5 % yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

$$n = \frac{518}{1 + 518 (0.05)^2}$$

$$n = \frac{518}{2,295}$$

$$n = 225,708$$

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 131.

⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 134.

⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 143.

Berdasarkan rumus di atas diperoleh hasil berjumlah 225,708 lalu dibulatkan menjadi 226 siswa yang akan dijadikan sampel untuk penelitian, sehingga dalam penelitian ini sampel yang akan digunakan sebanyak 226 siswa kelas XI MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode dokumentasi dan kuesioner atau angket, yaitu sebagai berikut:

1. Kuesioner

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner (angket). Kuesioner adalah seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis yang diberikan kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner yang akan diberikan kepada responden dapat diberikan secara langsung atau dikirim melalui pos, atau internet.¹⁰ Dalam penelitian ini, kuesioner disebarkan secara langsung kepada responden dalam bentuk fisik.

Sebelum menyebarkan kuesioner, peneliti meminta kesediaan responden untuk mengisi kuesioner dan menjelaskan bahwa penelitian ini tidak ada hubungan dengan penilaian dari pihak sekolah sehingga diperlukan kejujuran dalam mengisi kuesioner tersebut dan hanya untuk kepentingan penelitian saja serta peneliti menjamin kerahasiaanya.

Untuk memperoleh data yang tepat dan sesuai yang diteliti, maka diperlukan alat ukur. Alat ukur dalam penelitian ini berbentuk instrumen skala psikologi. Skala yang dikembangkan dari definisi operasional tentang variabel yang menjadi fokus penelitian. Skala merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif.¹¹ Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert.

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 219.

¹¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 151.

Skala likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi orang atau sekelompok orang mengenai fenomena sosial yang telah ditetapkan secara spesifik kemudian menjadi variabel dalam penelitian.¹² Dalam penelitian ini, terdapat dua instrumen yang digunakan, yaitu regulasi diri berjumlah 44 butir dengan prokrastinasi akademik berjumlah 36 butir. Skala likert dibuat dengan lima alternatif jawaban, yaitu: sangat setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS) yang terdiri dari pernyataan *favourable* dan *unfavourable*.¹³

Penilaian yang diberikan untuk pernyataan *favourable* yaitu: sangat setuju (SS) memperoleh skor 5, setuju (S) memperoleh skor 4, Netral (N) memperoleh skor 3, tidak setuju (TS) memperoleh skor 2, dan sangat tidak setuju memperoleh skor 1. Untuk pernyataan *unfavourable*, yaitu: sangat setuju (SS) memperoleh skor 1, setuju (S) memperoleh skor 2, Netral (N) memperoleh skor 3, tidak setuju (TS) memperoleh skor 4, dan sangat tidak setuju memperoleh skor 5.

Tabel 3.3 Skor Jawaban

Jawaban	Pernyataan	
	Favourable	Unfavourable
SS (Sangat Setuju)	5	1
S (Setuju)	4	2
N (Netral)	3	3
TS (Tidak Setuju)	2	4
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	5

2. Dokumentasi

Dokumentasi adalah pengumpulan untuk mendapatkan data-data dalam bentuk foto, laporan, rekaman, atau karya dari seorang dokumentalis.¹⁴ Dokumentasi digunakan sebagai teknik pelengkap dalam pengumpulan data. Dalam penelitian ini data yang didapat tidak terbatas dalam ruang dan waktu peneliti

¹² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 152.

¹³ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2021), 73.

¹⁴ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Makassar: Remaja Rosdakarya), 216.

mendapat peluang untuk mengambil dokumentasi dengan mengumpulkan foto-foto ketika sebelum penelitian, pada saat penelitian dan setelah penelitian.

F. Uji Validitas Isi Item

Sebelum melakukan uji coba alat ukur, peneliti terlebih dahulu melakukan uji validitas isi. Validitas isi merupakan formula aiken's V untuk menghitung *content-validity coefficient* yang didasarkan pada hasil penilaian dari *expert judgement* (panel ahli) sebanyak n orang terhadap suatu item dari segi sejauh mana item tersebut mewakili konstruk yang diukur.¹⁵ Selain melalui uji Aiken's V oleh panel ahli, peneliti meminta pertimbangan kepada ahli yang menekuni bidang psikologi sesuai dengan wilayah kajian instrumen untuk memberikan penilaian dalam pemberian pendapat dilakukan dengan memberikan respon atas kesesuaian tiap-tiap butir pernyataan. Cara memberikan skor dengan membandingkan antara indikator dengan butir instrumen. Berikut ini tabel penilaian skor untuk penilai dalam uji validitas isi atau Aiken's V:

Tabel 3.4 Kategori Skor Aiken's V

Kategori	Nilai
STR (Sangat Tidak Relevan)	1
TR (Tidak Relevan)	2
AR (Agak Relevan)	3
R (Relevan)	4
SR (Sangat Relevan)	5

Data penilaian kemudian dianalisis dengan rumus *V indeks* dari Aiken. Rumus yang diajukan oleh aiken adalah sebagai berikut:¹⁶

$$V = \frac{\sum S}{[n(C - 1)]}$$

¹⁵ Suryani dan Hendryadi, *Metode Riset Kuantitatif: Teori dan Aplikasi Pada Penelitian Bidang Manajemen dan Ekonomi Islam*, (Jakarta: Kencana), 147.

¹⁶ Khoirul Bashooir dan Supahar, "Validitas dan Reliabilitas Evaluasi Pendidikan" *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan* 22, no. 2, (2018): 223.

Keterangan:

S = r-lo

Lo = angka penilaian validitas yang terendah

C = angka penilaian validitas tertinggi

R = angka yang diberikan oleh penilai.

Dalam hal ini peneliti memperoleh delapan orang penilai, Taraf signifikansi kesalahan sebesar 5% pada tabel Aiken's V yaitu skor minimal 0,75. Berikut ini merupakan hasil setelah melalui uji validitas isi atau Aiken's V:

1. Skala Regulasi Diri

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah regulasi diri berdasarkan aspek-aspek yang dikembangkan oleh Zimmerman yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku. Individu yang mempunyai regulasi diri yang baik termasuk individu yang aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, motivasi, maupun perilakunya. Secara metakognitif individu mampu mengatur strategi yang efektif dalam memproses informasi. Adapun secara motivasi bagaimana individu membangkitkan dirinya tentang semangat belajar yang bersifat internal. Sedangkan perilaku ditampilkan bagaimana individu bertindak dalam belajar. Berikut ini tabel blue print skala regulasi diri setelah uji aiken's V:

Tabel 3.5 Blue Print Skala Regulasi Diri Setelah Uji Validitas Isi (Aiken's V)

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
1.	Metakognitif	Dapat merencanakan berbagai kegiatan dengan baik.	1, 3	2, 4	4
		Dapat menginstruksikan diri untuk melakukan berbagai macam kegiatan	5, 7		2

		Dapat memonitor diri untuk melaksanakan kegiatan belajar	9, 15	10, 14, 16	5
		Dapat melakukan evaluasi belajar	17, 19	20	3
2.	Motivasi	Memiliki keinginan untuk melakukan diri aktivitas dengan baik	21, 23	24	3
		Mampu mengarahkan diri dalam mencapai suatu tujuan	25, 27	26, 28	4
		Mampu menopang aktivitas dalam belajar	29, 31	30, 32	4
3.	Perilaku	Dapat mengobservasi diri dan mengontrol progres untuk mencapai tujuan	33, 35	34, 36	4
		Dapat mengelola waktu dan tempat untuk belajar	37, 39	38, 40	4
		Berupaya mencari bantuan dalam lingkungan sekitar	41, 43	42, 44	4
Jumlah			22	17	37

Ket : F = Favourable, UF = Unfavourable

Berdasarkan tabel 3.5, maka dapat dilihat bahwa hasil dari uji validitas isi atau Aiken's V, untuk skala regulasi diri yang memiliki kriteria valid berjumlah 37 pernyataan butir dari 44 butir item setelah diuji Aiken's V, diantaranya butir item: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44. Butir item tersebut dikatakan valid karena diatas nilai *number of rating categories* yaitu delapan penilai dengan taraf kesalahan signifikansi sebesar 5% yaitu 0,75. Untuk butir item yang memiliki kriteria yang tidak valid berjumlah 7 butir item, diantaranya butir item: 6, 8, 11, 12, 13, 18, 22. Butir item tersebut dikatakan tidak valid karena dibawah nilai 0,75.

2. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala prokrastinasi akademik berdasarkan aspek-aspek yang dikembangkan oleh Ferrari, Keane, Wolfe & Beck yaitu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada tugas yang harus dikerjakan.

Tabel 3.6 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Validitas Isi (Aiken's V)

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Penundaan untuk memulai mengerjakan tugas	1, 3	2, 4	4
		Penundaan untuk menyelesaikan tugas	5, 7	6, 8	4
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	Terlambat dalam mengerjakan tugas	9, 10, 11	12	4
		Mebutuhkan waktu lebih lama untuk mengerjakan tugas	13, 15	14, 16	4
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan batas waktu	17, 19	18, 20	4
		Ketidaksesuaian waktu antara rencana dan kinerja mengerjakan tugas	21, 23	22, 24	4
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas	Melakukan aktivitas lain yang menyenangkan daripada mengerjakan tugas	25, 27	26, 28	4
		Sengaja tidak bersegera untuk mengerjakan tugas	29, 31	30, 32	4

Melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan tugas	33	34, 36	3
Jumlah	17	18	35

Ket : F = Favourable, UF = Unfavourable

Berdasarkan tabel 3.6, maka dapat dilihat bahwa hasil dari uji validitas isi atau Aiken's V, untuk skala regulasi diri yang memiliki kriteria valid berjumlah 35 pernyataan butir dari 26 butir item setelah diuji Aiken's V, diantaranya butir item: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36. Butir item tersebut dikatakan valid karena di atas nilai *number of rating categories* yaitu delapan penilai dengan taraf kesalahan signifikansi sebesar 5% yaitu 0,75. Untuk butir item yang memiliki kriteria yang tidak valid berjumlah 1 butir item, diantaranya butir item: 35. Butir item tersebut dikatakan tidak valid karena dibawah nilai 0,75.

G. Uji Coba Alat Ukur

Dalam sebuah alat ukur atau instrumen penelitian dikatakan baik apabila dilakukan uji validitas dan reliabilitas untuk mengukur variabel yang ingin diukur.

1. Validitas

Validitas adalah pertimbangan yang paling utama dalam mengevaluasi kualitas tes sebagai instrumen alat ukur.¹⁷ Uji ini untuk menunjukkan instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur.¹⁸ Penelitian ini menggunakan rumus korelasi product moment:¹⁹

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n(\sum X^2) - (\sum X)^2\}\{n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\}}}$$

¹⁷ Saifuddin Azwar, *Validitas dan Reliabilitas*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2021), 10.

¹⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: Alfabeta, 2019), 197.

¹⁹ Syofian Siregar, *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), 339.

Keterangan:

n = Jumlah responden

X = Skor variabel (jawaban responden)

Y = Skor total dari variabel untuk responden ke-n

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji validitas menggunakan bantuan program SPSS 24.0 *for windows* 10. Kriteria keputusannya adalah butir pertanyaan atau pernyataan tertentu dikatakan valid apabila nilai t-hitung $>$ t-tabel pada $\alpha = 5\%$. Sebaliknya apabila nilai t-hitung $<$ t-tabel, maka butir pertanyaan atau pernyataan tersebut dikatakan tidak valid dan haruslah diganti atau diperbaiki dengan pertanyaan atau pernyataan lain.²⁰

Tabel 3.7 Blue Print Skala Regulasi Setelah Uji Validitas

Variabel	Jumlah Butir	Butir Valid	Butir Tidak Valid	Nomor Butir	
				Valid	Tidak Valid
Regulasi Diri	37	19	18	2, 5, 6, 11, 14, 15, 16, 17, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 29, 31, 32, 33, 35.	1, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 18, 20, 26, 27, 28, 30, 34, 36, 37.
Prokrastinasi Akademik	35	18	17	1, 3, 4, 7, 8, 10, 13, 15, 16, 19, 21, 24, 25, 26, 29, 31, 32, 33.	2, 5, 6, 9, 11, 12, 14, 17, 18, 20, 22, 23, 27, 28, 30, 34, 35.

Sumber: Olah data SPSS 24.0

²⁰ Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kuantitatif Quantitative Research Approach*, (Yogyakarta: Penerbit Deepublish, 2018), 8.

Berdasarkan tabel 3.7, maka dapat dilihat bahwa pernyataan untuk skala regulasi diri yang memiliki kriteria valid berjumlah 19 butir item valid dari 37 butir item setelah diuji validitasnya, diantaranya butir item: 2, 5, 6, 11, 14, 15, 16, 17, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 29, 31, 32, 33, 35. Butir item tersebut dikatakan valid karena nilai r_{hitung} (*Item Total Correlation*) $> r_{tabel}$ sebesar 0,361. Untuk butir item yang memiliki kriteria yang tidak valid berjumlah 18 butir item, diantaranya butir item: 1, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 18, 20, 26, 27, 28, 30, 34, 36, 37. Butir item tersebut dikatakan tidak valid karena nilai r_{hitung} (*Item Total Correlation*) $< r_{tabel}$ sebesar 0,361.

Untuk skala prokrastinasi akademik yang memiliki kriteria valid berjumlah 18 butir item valid dari 35 butir item setelah diuji validitasnya, diantaranya butir item: 1, 3, 4, 7, 8, 10, 13, 15, 16, 19, 21, 24, 25, 26, 29, 31, 32, 33. Butir item tersebut dikatakan valid karena nilai r_{hitung} (*Item Total Correlation*) $> r_{tabel}$ sebesar 0,361. Untuk butir item yang memiliki kriteria yang tidak valid berjumlah 17 butir item, diantaranya butir item: 2, 5, 6, 9, 11, 12, 14, 17, 18, 20, 22, 23, 27, 28, 30, 34, 35. Butir item tersebut dikatakan tidak valid karena nilai r_{hitung} (*Item Total Correlation*) $< r_{tabel}$ sebesar 0,361.

2. Reliabilitas

Uji reliabilitas untuk mengetahui apakah alat pengumpulan data menunjukkan konsistensi alat ukur dalam mengungkap gejala tertentu dalam waktu yang berbeda. Instrumen dikatakan reliabel jika dapat digunakan untuk mengukur variabel berulang kali yang menghasilkan data sama atau hanya sedikit bervariasi.²¹ Penelitian dalam uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*:²²

- a. Menentukan nilai varian setiap butir pertanyaan

$$\alpha_1^2 = \frac{\sum X_1^2 - \frac{(\sum X_1)^2}{n}}{n}$$

²¹ Dyah Budiastuti dan Agustinus Bandur, *Validitas dan Reliabilitas Penelitian dengan Analisis dengan NVIVO, SPSS dan AMOS*, (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2018) 211.

²² Dhian Tyas Untari, *Modul Praktek: Pengolahan Data Penelitian dengan SPSS untuk skripsi Mahasiswa*, 2020, 7.

- b. Menentukan nilai varian total

$$\alpha_1^2 = \frac{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{n}}{n}$$

- c. Menentukan reliabilitas instrumen

$$r_{ii} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \alpha_i^2}{\alpha_1^2} \right]$$

Keterangan :

- n = Jumlah Sampel
 X_1 = Jawaban responden untuk setiap butir pertanyaan
 $\sum X$ = Total jawaban responden untuk setiap butir pertanyaan
 α_1^2 = Varian total
 $\sum \alpha_i^2$ = Jumlah varian butir
 k = Jumlah butir pertanyaan
 r_{ii} = Koefisien reliabilitas instrumen

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji reliabilitas menggunakan bantuan program SPSS 24.0 for windows 10. Kriteria penelitian dikatakan reliabel jika nilai (r_{ii}) > 0,6.²³ Berikut ini hasil uji reliabilitas:

Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabel

No.	Variabel	r_{alpha}	r_{kritis}	Jumlah Item	Kriteria
1	Regulasi Diri	0,733	0,6	37	Reliabel
2	Prokrastinasi Akademik	0,782	0,6	35	Reliabel

Sumber: Olah data SPSS 24.0

Berdasarkan Tabel 3.8, uji reliabilitas dilakukan terhadap item pertanyaan yang dinyatakan valid. Suatu variabel dikatakan reliabel jika jawaban terhadap pertanyaan selalu konsisten. Jadi hasil koefisien reliabilitas instrumen regulasi diri sebesar $r_{ii} = 0,733$, dan instrumen prokrastinasi akademik $r_{ii} = 0,782$. Hal ini

²³ Syofian Siregar, *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), 90-91.

dinyatakan reliabel dan memenuhi persyaratan karena memiliki nilai “*Alpha Cronbach*” > 0,6. Berikut ini tabel blue print skala regulasi diri dan skala prokrastinasi akademik penelitian.

Tabel 3.9 Blue Print Skala Penelitian Regulasi Diri

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
1.	Metakognitif	Dapat merencanakan berbagai kegiatan dengan baik.		2	1
		Dapat menginstruksikan diri untuk melakukan berbagai macam kegiatan	5, 6		2
		Dapat memonitor diri untuk melaksanakan kegiatan belajar		11	1
		Dapat melakukan evaluasi belajar	15	14	2
2.	Motivasi	Memiliki keinginan untuk melakukan diri aktivitas dengan baik	16	17	2
		Mampu mengarahkan diri dalam mencapai suatu tujuan		19, 21	2
		Mampu menopang aktivitas dalam belajar	22, 24	23, 25	4
3.	Perilaku	Dapat mengobservasi diri dan mengontrol progres untuk mencapai tujuan		29	1
		Dapat mengelola waktu dan tempat untuk belajar	32	31, 33	3
		Berupaya mencari bantuan dalam lingkungan sekitar		35	1
Jumlah			7	12	19

Ket : F = Favourable, UF = Unfavourable

Tabel 3.10 Blue Print Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Penundaan untuk memulai mengerjakan tugas	1, 3,	4	3
		Penundaan untuk menyelesaikan tugas	7	8	2
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	Terlambat dalam mengerjakan tugas	10		1
		Membutuhkan waktu lebih lama untuk mengerjakan tugas	13, 15	16	3
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan batas waktu	19		1
		Ketidaksesuaian waktu antara rencana dan kinerja mengerjakan tugas	21	24	2
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Melakukan aktivitas lain yang menyenangkan daripada mengerjakan tugas	25	26	2
		Sengaja tidak bersegera untuk mengerjakan tugas	29, 31	32	3
		Melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan tugas	33		1
Jumlah			12	6	18

Ket : F = Favourable, UF = Unfavourable

H. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh

responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.²⁴ Setelah semua data terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah penyajian data berdasarkan hasil yang diperoleh dari kuesioner (angket). Hasil data berbentuk angka yang akan diolah menggunakan sistem statistik dan bantuan computer dengan program SPSS 24.0 *for windows* 10.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *Korelasi Product Moment*. Alasannya adalah untuk melihat korelasi dari kedua variabel. Namun sebelum data dianalisis dengan teknik korelasi tersebut, maka terlebih dahulu uji sebagai berikut:

1. Uji Asumsi Klasik

- a. Uji Normalitas

Uji Normalitas yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing – masing variabel telah menyebar secara normal atau tidak.²⁵ Jadi, uji normalitas merupakan salah satu uji mendasar yang dilakukan sebelum melakukan analisis data lebih lanjut. Teknik yang digunakan untuk pengujian normalitas dengan menggunakan uji *kolmogorov smirnov*. Kriteria keputusannya adalah butir pertanyaan atau pernyataan tertentu dikatakan normal apabila nilai signifikansi di atas 0,05 artinya terdapat perbedaan yang signifikan berarti data tersebut tidak normal. Sebaliknya apabila nilai signifikansi di bawah 0,05 artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan berarti data tersebut dikatakan normal.²⁶

- b. Uji linieritas

Uji Linieritas yaitu untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel bebas (X) yaitu regulasi diri dan variabel terikat (Y) yaitu prokrastinasi akademik. Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS 24.0 *for windows* 10. Kriteria keputusannya adalah kedua

²⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 226.

²⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 234.

²⁶ Ali Sahab, *Buku Ajar Analisis Kuantitatif Ilmu Politik dengan SPSS*, (Surabaya: Airlangga University Press, 2018), 161.

variabel dikatakan linier apabila nilai koefisien signifikansi (ρ) $> 0,05$ pada *linierity*.²⁷

2. Uji Hipotesis

a. Analisis Korelasi

Setelah data hasil penelitian dilakukan serta telah memenuhi syarat uji asumsi klasik yaitu uji normalitas dan linieritas, selanjutnya dilakukan pengujian hipoesis menggunakan analisis korelasi. Analisis korelasi bertujuan untuk mengetahui hubungan dua variabel atau lebih. Dalam menganalisis hipotesis, penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment*.²⁸ Uji hipotesis ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel bebas yaitu regulasi diri dengan variabel terikat yaitu prokrastinasi akademik memiliki hubungan atau tidak. Perhitungan uji hipotesis dibantu dengan bantuan program SPSS 24.0 *for windows* 10. Setelah ditemukan nilai (ρ) kemudian dibandingkan dengan dengan taraf signifikansi 5%, kemudian dilihat hasil nilai (ρ) apabila lebih kecil dari 5% artinya kedua variabel tersebut memiliki hubungan, maka hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Apabila nilai (ρ) lebih besar dari 5% artinya kedua variabel tidak memiliki hubungan, maka hipotesis alternatif ditolak dan hipotesis nol diterima. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:²⁹

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n(\sum X^2) - (\sum X)^2\}\{n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r = Pearson r correlation coefficient

n = Jumlah responden

²⁷ Edi Riadi, *Statistika Penelitian (Analisis Manual dan IBM SPSS)*, (Yogyakarta: ANDI, 2016), 159).

²⁸ Duwi Priyatno, *Analisis Korelasi, Regresi, dan Multivariate*, (Yogyakarta: Gava Media, 2013) 9-11.

²⁹ Syofian Siregar, *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), 339.

X = Skor variabel (jawaban responden)

Y = Skor total dari variabel untuk responden ke-n

b. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif merupakan suatu analisis yang menggambarkan data yang akan dibuat baik individu maupun kelompok.³⁰ Tujuan dari analisis deskriptif untuk melihat gambaran data yang diperoleh dari laporan yang disajikan dalam bentuk deskripsi data dari tiap-tiap variabel untuk melihat sebaran skor data. Teknik statistika yang digunakan berupa mean, standar deviasi, tabel distribusi frekuensi, dan histogram.³¹

Pengkategorian dalam penelitian ini didasarkan atas hasil skor yang diperoleh. Adapun rumus perhitungan untuk mengetahui kriteria masing-masing kategori, yaitu sebagai berikut:³²

Tabel 3.11 Kategorisasi Skor

Kategori	Skor
Rendah	$X > (M - 1SD)$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X \leq (M + 1SD)$
Tinggi	$X < (M + 1SD)$

Keterangan :

X = Skor Responden

M = Mean atau rata-rata

SD = Standar Deviasi

Berikut ini merupakan rumus untuk mengetahui kategorisasi skor, yaitu sebagai berikut:

1) Mean dan Standar Deviasi

a) Mean

³⁰ Diah Prihatiningsih, *Mudahnya Belajar Statistik Deskriptif*, (Purwodadi: Sarnu Untung, 2022), 73.

³¹ Jelpa Perlianto, *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 168.

³² Jelpa Perlianto, *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*, 177.

Mean \bar{X} merupakan nilai rata-rata dari total nilai pengamatan dengan banyaknya pengamatan, dapat dihitung dengan rumus:³³

$$\bar{X} = \frac{\sum i}{n}$$

Keterangan:

\bar{X} = Rata-rata/mean

$\sum i$ = Jumlah Skor

n = Jumlah Sampel

b) Standar Deviasi

Standar deviasi (S) merupakan akar dari jumlah deviasi kuadrat yang dibagi dengan banyaknya data dalam suatu distribusi nilai, dapat dihitung dengan rumus:³⁴

$$S = \sqrt{\frac{1}{N-1} \sum_{i=1}^N (x_i - \bar{x})^2}$$

Keterangan :

S = Standar deviasi

$\sum_{i=1}^N$ = Jumlah Sampel

x_i = Varians Sampel

\bar{x} = rata-rata/mean

N = Jumlah Sampel

2) Tabel Distribusi Frekuensi

Tabel distribusi frekuensi yaitu suatu cara penyajian berdasarkan pengelompokkan data dalam kelas dan intervensi tertentu. Penyajian data dengan tabel ini dapat memudahkan pembaca dalam memahami sekumpulan data yang cukup banyak. Tabel distribusi frekuensi dapat dibuat dengan cara dan rumus:³⁵

³³ Syafril, *Statistika Pendidikan*, (Jakarta: Kencana, 2019), 71.

³⁴ Syafril, *Statistika Pendidikan*, 73.

³⁵ Tri Hidayati, dkk, *Statistika Dasar*, (Purwokerto: Pena Persada, 2019), 25.

- a) Mengitung banyak data (n)
- b) Menghitung rentang, $r = \text{data terbesar} - \text{data terkecil}$
- c) Menghitung banyak kelas interval $k = 1 + 3,3 \log n$
- d) Meghitung panjang kelas interval $i = \frac{r}{k}$, dengan syarat $k \cdot i \geq r + 1$)
- e) Menyusun tabel distribusi frekuensi

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah yang diambil berdistribusi normal atau tidak. Kriteria keputusannya adalah butir pertanyaan atau pernyataan tertentu dikatakan normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 artinya data berdistribusi normal.¹ Untuk uji normalitas menggunakan bantuan SPSS 24.00 *for windows* 10. Dan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas

Hubungan Variabel	<i>Kolmogorov Smirnov Z</i>	ρ	Keterangan
Nilai Residual (Regulasi Diri, Prokrastinasi Akademik)	0,050	0,200	Normal

Sumber: Olah data SPSS 24.0

Berdasarkan tabel 4.1 Dapat dilihat bahwa data hasil uji normalitas dari variabel regulasi diri dan variabel prokrastinasi akademik dengan menggunakan nilai residual dengan signifikansi (ρ) sebesar 0,200 dapat dikatakan berdistribusi normal dikarenakan nilai signifikan (ρ) lebih besar dari taraf 5% (0,05) yaitu nilai residual sebesar $0,200 > 0,05$. Jadi asumsi normalitas data untuk kedua variabel penelitian terpenuhi.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah kedua variabel yaitu variabel regulasi diri (X) dan prokrastinasi akademik (Y) mempunyai

¹ Ali Sahab, *Buku Ajar Analisis Kuantitatif Ilmu Politik dengan SPSS*, (Surabaya: Airlangga University Press, 2018), 161.

hubungan yang linier atau tidak. Kriteria keputusannya adalah kedua variabel dikatakan linier apabila nilai koefisien signifikansi (ρ) $> 0,05$ pada linieritas.² Untuk uji normalitas menggunakan bantuan SPSS 24.00 *for windows* 10. Dan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil Uji Linieritas

Hubungan Variabel	Df	F	F_{0,05}	ρ	Keterangan
Regulasi diri * Prokrastinasi Akademik	34;190	1,008	3,88	0,464	Linier

Sumber: Olah data SPSS 24.0

Berdasarkan tabel 4.2 Terdapat F_{hitung} sebesar 1,008 nilai tersebut lebih kecil dari $F_{0,05} = 3,88$ dengan nilai ρ sebesar 0,464. Dapat dilihat bahwa nilai $\rho > 0,05$, dapat dikatakan linier dikarenakan nilai signifikan (ρ) 0,464 lebih besar dari taraf 5% (0,05) jadi kesimpulan kedua variabel yaitu variabel regulasi diri (X) dan variabel prokrastinasi akademik (Y) dapat dikatakan linier.

2. Hasil Uji Hipotesis

a. Analisis Korelasi

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi. Analisis korelasi digunakan untuk mengetahui apakah variabel regulasi diri (X) dan variabel prokrastinasi akademik (Y) memiliki hubungan atau tidak. Berikut ini pedoman dalam memberikan interpretasi koefisien sebagai berikut:³

² Edi Riadi, *Statistika Penelitian (Analisis Manual dan IBM SPSS)*, (Yogyakarta: ANDI, 2016), 159).

³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2019), 274.

Tabel 4.3 Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koefisien

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Dalam uji hipotesis ini peneliti menggunakan uji korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Untuk mempermudah dalam menganalisis hipotesa tersebut, peneliti menggunakan bantuan SPSS 24.0 *for windows* 10. Di bawah ini adalah hasil uji korelasi pearson product moment menggunakan bantuan SPSS 24.0 *for windows* 10:

Tabel 4.4 Tabel Hasil Uji Korelasi

Variabel	Korelasi (r_{xy})	Signifikansi (C)	Hasil	Tingkat Hubungan
Regulasi Diri	-.616**	0,000 < 0,05	Ha diterima	Korelasi Kuat 0,60 – 0,799
Prokrastinasi Akademik			Ho Ditolak	

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

Sumber: Olah data SPSS 24.0

Dapat dilihat pada tabel 4.4 dari hasil perhitungan uji korelasi maka didapatkan nilai r_{xy} sebesar -0,616. Kemudian dilihat dari pedoman dalam memberikan interpretasi koefisien, menunjukkan hasil kategori kuat yaitu -0,616. Karena termasuk pada kategori 0,60 - 0,799. Berdasarkan ketentuan apabila nilai (ρ) lebih kecil dari taraf 5% yaitu $0,000 < 0,05$, dapat dikatakan ada korelasi yang signifikan antara regulasi diri dan prokrastinasi akademik. Artinya hipotesis yang diajukan peneliti yaitu:

H_a = Nilai Signifikansi $< 0,05$, maka terdapat korelasi

H_o = Nilai Signifikansi $> 0,05$, tidak terdapat korelasi

Dengan demikian H_a diterima dan H_o ditolak dengan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas (regulasi diri) dan variabel terikat (prokrastinasi akademik).

Dari kedua variabel yang dimasukkan kedalam uji korelasi *pearson product moment* yang dibantu dengan menggunakan SPSS 24.0 *for windows* 10. Diperoleh hubungan negatif antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik r_{xy} sebesar -0,616. Jadi dapat dilihat ada hubungan dengan hasil negatif antara variabel regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado. Korelasi negatif menunjukkan semakin rendah nilai suatu variabel maka semakin tinggi variabel lain.⁴ Artinya semakin rendah regulasi diri siswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya, begitu juga sebaliknya semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa.

b. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif ini digunakan untuk mendeskripsikan atau melihat hasil distribusi sebaran data skor responden. Analisis deskriptif menampilkan data secara sederhana baik berupa jumlah skor data, nilai minimum, nilai maximum, nilai rata-rata dan standar deviasi tiap variabel.⁵ Hasil data yang didapatkan akan diolah kemudian ditafsirkan secara deskriptif. Berikut merupakan hasil analisis deskriptif dari kedua variabel yaitu variabel regulasi diri dan variabel prokrastinasi akademik:

⁴ Jelpa Perlianto, *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 178.

⁵ Jelpa Perlianto, *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 168.

Tabel 4.5 Descriptive Statistics

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Regulasi Diri	226	43	89	64,49	7,263
Prokrastinasi Akademik	226	25	75	50.84	9,514
Valid N (listwise)	226				

Sumber: Olah data SPSS 24.0

Berdasarkan tabel 4.5, maka dapat dilihat bahwa variabel regulasi diri memiliki data terendah sebesar 43 dan data tertinggi sebesar 89. Untuk rata-ratanya (mean) memiliki nilai sebesar 64,49 dan standar deviasi bernilai 7,263. Kemudian pada variabel prokrastinasi akademik memiliki data terendah sebesar 25 dan data tertinggi sebesar 75. Untuk rata-ratanya (mean) memiliki nilai sebesar 50.84 dan standar deviasi bernilai 9,514. Berikut ini merupakan hasil distribusi frekuensi dan pengkategorian skor dari variabel regulasi diri dan prokrastinasi akademik:

1) Regulasi Diri

Data dari variabel regulasi diri diperoleh dari kuesioner yang telah valid dan reliabel. Kuesioner tersebut terdiri dari 19 pernyataan yang terdiri dari *favourable* dan *unfavourable*. Subjek penelitian ini terdiri dari 226 responden kelas XI MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado yaitu siswa kelas XI Agama, XI Bahasa, XI MIPA, dan XI SOS. Untuk mengetahui sebaran frekuensi ditentukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut:⁶

a) Mengitung banyak data

$$N = 226$$

b) Mengitung skor tertinggi dari keseluruhan data

$$\text{Max} = 89$$

⁶ Tri Hidayati, dkk, *Statistika Dasar*, (Purwokerto: Pena Persada, 2019), 25.

c) Mengitung skor tertinggi dari keseluruhan data

$$\text{Min} = 43$$

d) Menghitung rentang (range),

$$r = \text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}$$

$$r = 89 - 43$$

$$r = 46$$

e) Menghitung banyak kelas interval

$$k = 1 + 3,3 \text{ Log } N$$

$$k = 1 + 3,3 \text{ Log } N$$

$$k = 1 + 3,3 \text{ Log } 226$$

$$k = 8,768 \text{ dibulatkan menjadi } 9$$

f) Meghitung panjang kelas interval

$$i = \frac{r}{k}$$

$$i = \frac{46}{9}$$

$$i = 5,111 \text{ dibulatkan menjadi } 6$$

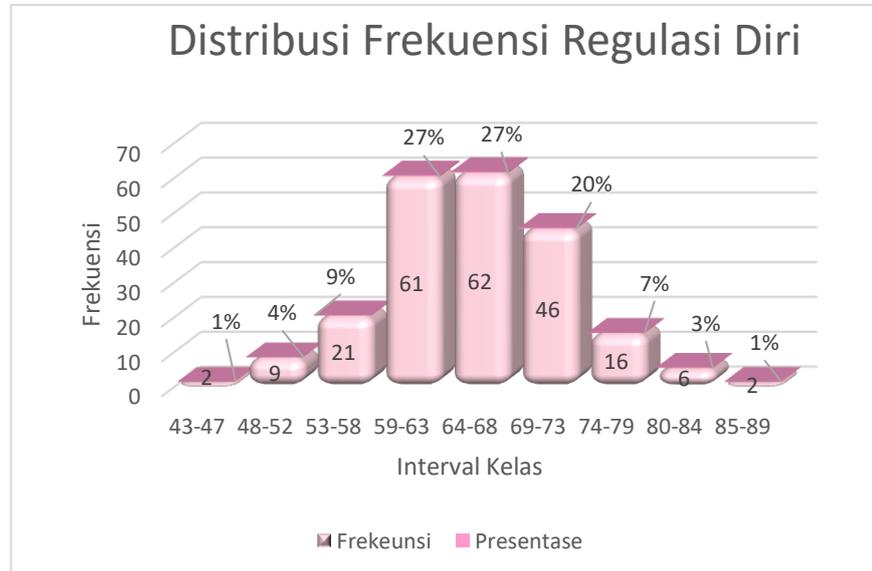
Maka didapatkan panjang kelas intervalnya 5 sebanyak 9 kelas, dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Regulasi Diri

Kelas	Interval Kelas	Frekuensi	Presentase
1	43-47	2	1%
2	48-52	9	4%
3	53-58	21	9%
4	59-63	61	27%
5	64-68	62	27%
6	69-73	46	20%
7	74-79	16	7%
8	80-84	6	3%
9	85-89	2	1%
Jumlah		226	100%

Sumber: Olah Data Microsoft Excel 2019

Dari data tabel di atas, dapat digambarkan dalam bentuk histogram sebagai berikut:



Gambar 4.1 Histogram Distribusi Frekuensi Regulasi Diri

Histogram di atas menunjukkan bahwa variabel regulasi diri paling banyak interval 59-63 dan 64-68 dengan jumlah presentase yang sama yaitu 27%, dan paling sedikit data terletak pada interval paling rendah yaitu 43-47 dan interval paling tinggi yaitu 85-89 memiliki presentase 1%.

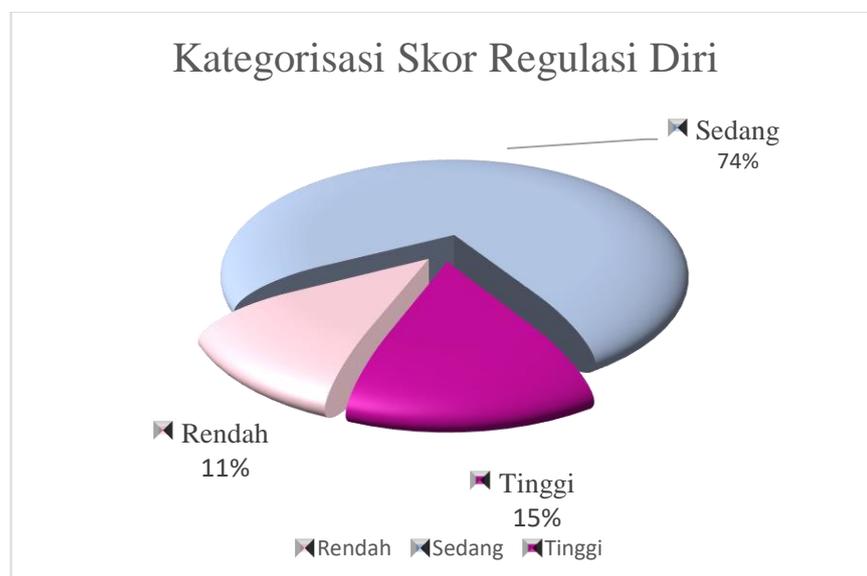
Selanjutnya variabel regulasi diri dikategorikan menjadi 3 tingkatan yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Dengan menghitung dari hasil skor teendah sampai tertinggi diperoleh mean sebesar 64 dan standar deviasi sebesar 7. Diperoleh skor terendah dari variabel regulasi diri jika skor lebih kecil dari 57; skor sedang jika memiliki skor lebih kecil dari 72 dan lebih besar atau sama dengan 57; sedangkan skor tertinggi diperoleh jika nilai skor lebih besar atau sama dengan 72. Berdasarkan klasifikasi tersebut, maka kategorisasi variabel regulasi diri dapat dijelaskan rinciannya pada tabel berikut:

Tabel 4.7 Kategorisasi Skor Regulasi Diri

No.	Kategori Skor	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
1	Rendah	$X < 57$	26	11%
2	Sedang	$57 \leq X < 72$	167	74%
3	Tinggi	$X \geq 72$	33	15%
Jumlah			226	100%

Sumber: Olah data SPSS 24.0

Dari data tabel di atas, dapat digambarkan dalam bentuk *pie chart* sebagai berikut:

**Gambar 4.2 Pie Chart Kategorisasi Regulasi Diri**

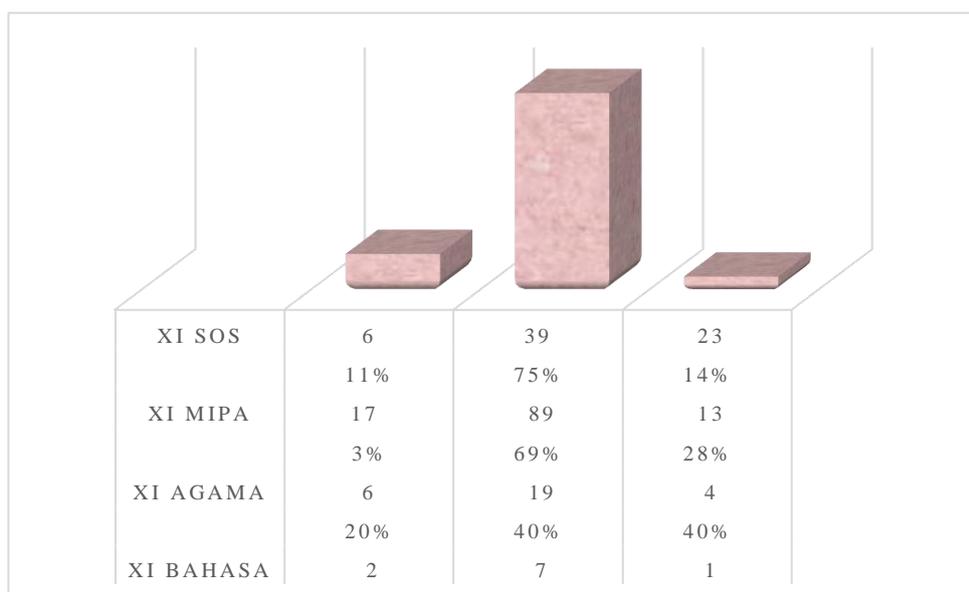
Berdasarkan gambar 4.2, dapat dilihat pada kategori rendah dari variabel regulasi diri sebanyak 26 siswa atau 11%, pada kategori sedang dari variabel regulasi diri sebanyak 167 siswa atau 74%, kemudian pada kategori tinggi dari variabel regulasi diri sebanyak 33 siswa atau 15%. Artinya regulasi diri siswa MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado masih memiliki kecenderungan yang belum optimal, karena siswa banyak memiliki regulasi diri dalam kategori sedang.

Tabel 4.7 Kategorisasi Skor Regulasi Diri Berdasarkan Kelas

Kategorisasi	XI Bahasa		XI Agama		XI MIPA		XI SOS	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Rendah	2	20%	1	3%	13	11%	10	15%
Sedang	4	40%	20	69%	89	75%	54	79%
Tinggi	4	40%	8	28%	17	14%	4	6%
Jumlah	10	100%	29	100%	119	100%	68	100%

Sumber: Olah data SPSS 24.0

Dari data tabel di atas, dapat digambarkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:

**Gambar 4.3 Diagram Kategorisasi Regulasi Diri Berdasarkan Kelas**

Berdasarkan gambar 4.3, dapat dilihat bahwa siswa kelas XI Bahasa yang berjumlah 10 orang memiliki regulasi diri rendah sebanyak 20%, siswa yang memiliki regulasi diri sedang 40% kemudian siswa yang memiliki regulasi diri tinggi berjumlah 40%. Pada siswa kelas XI Agama dari 29 siswa yang memiliki regulasi diri rendah berjumlah 3%, sedang 69%, dan tinggi 28%. Kemudian siswa Kelas XI MIPA dari 119 orang memiliki kategori rendah sebanyak 11%, yang memiliki kategori sedang sebanyak 75%, dan 14% memiliki regulasi diri tinggi. Selanjutnya siswa

kelas XI SOS dari 68 siswa memiliki regulasi diri rendah sebanyak 15%, sedang sebanyak 79%, dan yang memiliki regulasi diri tinggi yaitu 6%.

2) Prokrastinasi Akademik

Data dari variabel prokrastinasi akademik diperoleh dari kuesioner yang telah valid dan reliabel. Kuesioner tersebut terdiri dari 19 pernyataan yang terdiri dari *favourable* dan *unfavourable*. Subjek penelitian ini terdiri dari 226 responden kelas XI MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado yaitu siswa kelas XI Agama, XI Bahasa, XI MIPA, dan XI SOS. Untuk mengetahui sebaran frekuensi ditentukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut: ⁷

a) Mengitung banyak data

$$N = 226$$

b) Mengitung skor tertinggi dari keseluruhan data

$$\text{Max} = 75$$

c) Mengitung skor terendah dari keseluruhan data

$$\text{Min} = 25$$

d) Menghitung rentang (range),

$$r = \text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}$$

$$r = 75 - 25$$

$$r = 50$$

e) Menghitung banyak kelas interval

$$k = 1 + 3,3 \text{ Log } N$$

$$k = 1 + 3,3 \text{ Log } N$$

$$k = 1 + 3,3 \text{ Log } 226$$

$$k = 8,768 \text{ dibulatkan menjadi } 9$$

f) Meghitung panjang kelas interval

$$i = \frac{r}{k}$$

⁷ Tri Hidayati, dkk, *Statistika Dasar*, (Purwokerto: Pena Persada, 2019), 25.

$$i = \frac{50}{9}$$

$i = 5,555$ dibulatkan menjadi 6

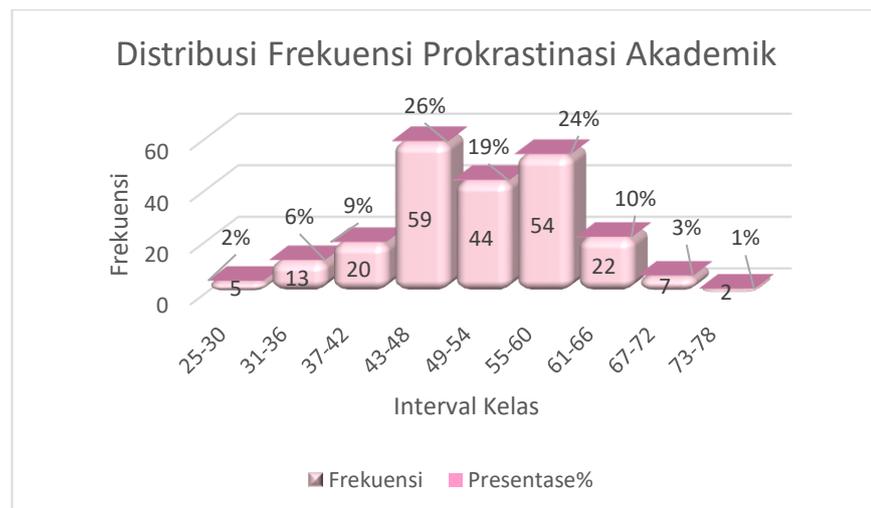
Maka didapatkan panjang kelas intervalnya 6 sebanyak 9 kelas, dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik

Kelas	Interval kelas	Frekuensi	Presentase
1	25-30	5	2%
2	31-36	13	6%
3	37-42	20	9%
4	43-48	59	26%
5	49-54	44	19%
6	55-60	54	24%
7	61-66	22	10%
8	67-72	7	3%
9	73-78	2	1%
Jumlah		226	100%

Sumber: Olah Data Microsoft Excel 2019

Dari data tabel di atas, dapat digambarkan dalam bentuk histogram sebagai berikut:



Gambar 4.4 Histogram Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik

Histogram di atas menunjukkan bahwa variabel prokrastinasi akademik paling banyak interval 43-48 dengan frekuensi 59 siswa atau sebanyak 26% dan paling sedikit data terletak pada interval paling tinggi yaitu 73-78 sebanyak 2 siswa atau 1%.

Selanjutnya variabel prokrastinasi akademik dikategorikan menjadi 3 tingkatan yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Dengan menghitung dari hasil skor terendah sampai tertinggi diperoleh mean sebesar 51 dan standar deviasi sebesar 10. Diperoleh skor terendah dari variabel prokrastinasi akademik jika skor lebih kecil dari 41; skor sedang jika memiliki skor lebih kecil dari 59 dan lebih besar atau sama dengan 41; sedangkan skor tertinggi diperoleh jika nilai skor lebih besar atau sama dengan 59. Berdasarkan klasifikasi tersebut, maka kategorisasi variabel regulasi diri dapat dijelaskan rinciannya pada tabel berikut:

Tabel 4.9 Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik

No.	Kategori Skor	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
1	Rendah	$X < 41$	31	14%
2	Sedang	$41 \leq X < 61$	154	68%
3	Tinggi	$X \geq 61$	41	18%
Jumlah			226	100%

Sumber: Olah data SPSS 24.0

Dari data tabel di atas, dapat digambarkan dalam bentuk *pie chart* sebagai berikut:



Gambar 4.5 Pie Chart Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

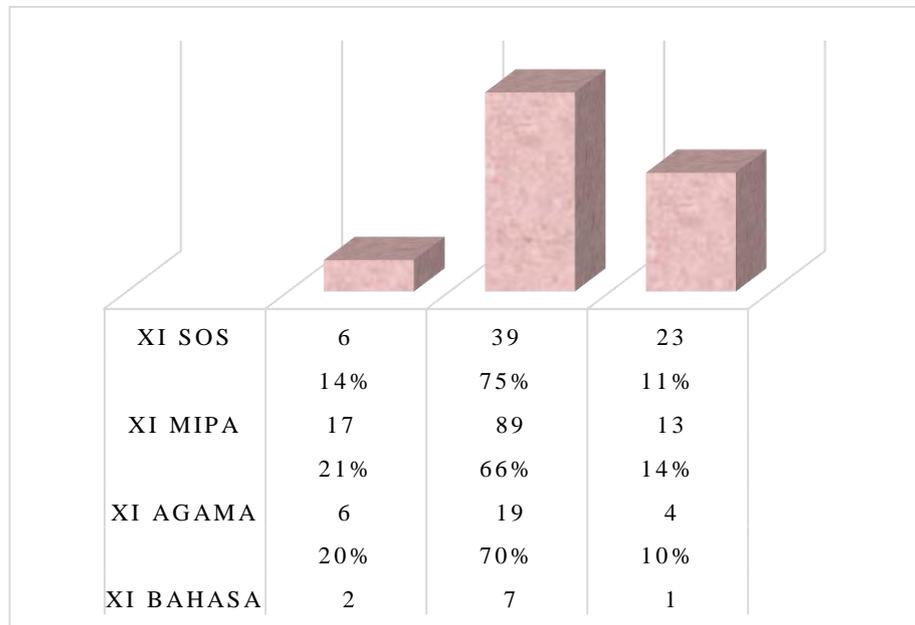
Berdasarkan gambar 4.5, dapat dilihat pada kategori rendah dari variabel prokrastinasi akademik sebanyak 31 siswa atau 14%, pada kategori sedang dari variabel prokrastinasi akademik sebanyak 154 siswa atau 68%, kemudian pada kategori tinggi dari variabel regulasi diri sebanyak 41 siswa atau 18%. Artinya prokrastinasi akademik siswa MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado masih memiliki kecenderungan yang tidak optimal, karena siswa banyak memiliki prokrastinasi akademik dalam kategori sedang.

Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Kelas

Kategorisasi	XI Bahasa		XI Agama		XI MIPA		XI SOS	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Rendah	2	20%	6	21%	17	14%	6	9%
Sedang	7	70%	19	66%	89	75%	39	57%
Tinggi	1	10%	4	14%	13	11%	23	34%
Jumlah	10	100%	29	100%	119	100%	68	100%

Sumber: Olah data SPSS 24.0

Dari data tabel di atas, dapat digambarkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 4.6 Diagram Kategorisasi Regulasi Diri Berdasarkan Kelas

Berdasarkan gambar 4.6, dapat dilihat bahwa siswa kelas XI Bahasa yang berjumlah 10 orang memiliki prokrastinasi akademik rendah sebanyak 20%, siswa yang memiliki prokrastinasi akademik sedang 70% kemudian siswa yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi berjumlah 100%. Pada siswa kelas XI Agama dari 29 siswa yang memiliki prokrastinasi akademik rendah berjumlah 21%, sedang 66%, dan tinggi 14%. Kemudian siswa Kelas XI MIPA yang terdiri dari 119 siswa memiliki kategori rendah sebanyak 14%, yang memiliki kategori sedang sebanyak 75%, dan 11% memiliki prokrastinasi akademik tinggi. Selanjutnya siswa kelas XI SOS dari 68 siswa memiliki prokrastinasi akademik rendah sebanyak 9%, sedang sebanyak 57%, dan yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi yaitu berjumlah 34%.

B. Pembahasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk membuktikan hipotesis yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XI Madrasah Aliyah Negeri 1 Plus Keterampilan Manado tahun pelajaran 2021/2022 dengan jumlah sampel yaitu sebanyak 226 siswa yang dijadikan subyek penelitian. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dan dokumentasi. Berdasarkan hasil analisis penelitian menggunakan teknik analisis *Pearson Product Moment* yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi yaitu $\rho = 0,000$ lebih kecil dari taraf 5% atau ($\rho < 0,05$). Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa mempunyai hubungan yang signifikan. Berdasarkan hasil tersebut bahwa hipotesis alternatif dapat diterima.

Dalam hasil uji korelasi r_{xy} antara variabel regulasi diri dengan prokrastinasi akademik dalam penelitian ini tergolong sedang dengan diikuti nilai koefisien korelasi sebesar -0,616. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa. Hubungan negatif yang dimaksud adalah semakin rendah regulasi diri siswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dimiliki siswa, begitupun sebaliknya. Semakin tinggi regulasi diri siswa maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya.

Hal ini menjelaskan bahwa regulasi diri menjadi salah satu faktor penentu terhadap prokrastinasi akademik siswa dengan dibuktikannya korelasi yang kuat terhadap kedua variabel penelitian yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang dikemukakan Albert Bandura terkait faktor regulasi diri yang terbagi menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal diantaranya observasi diri, proses penilaian, dan reaksi diri afektif. Faktor eksternal seperti lingkungan sekitar, diri sendiri serta tingkah laku.⁸

⁸ Albert Bandura dalam Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang :UMM Press, 2004), 286.

Ferrari, Jhonson, dan McCown juga mengemukakan beberapa faktor dalam prokrastinasi akademik seperti faktor internal dan eksternal prokrastinasi akademik. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu; sedangkan faktor eksternal meliputi gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan sekitar. Penelitian ini menjelaskan terkait faktor psikologis yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Menurut Millgram dkk, *trait* kepribadian individu turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam regulasi diri.⁹

Menurut Zimmerman regulasi diri merupakan suatu pengelolaan diri yang berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan, serta tindakan yang direncanakan dari individu itu sendiri berdasarkan pencapaian tujuan belajarnya. Siswa yang memiliki regulasi diri yang baik apabila siswa melibatkan metakognitif, motivasi dan perilaku dalam aktivitas belajarnya.¹⁰ Suharnan mengungkapkan bahwa siswa yang memanfaatkan metakognisi dalam dirinya akan mampu memahami kemampuan yang dimiliki, sehingga bisa membandingkan mana tugas yang dianggap berat dan mana tugas yang dianggap ringan.¹¹ Penelitian yang dilakukan oleh Yandi Cahya Yundani menjelaskan bahwa motivasi siswa terhadap regulasi diri mempunyai hubungan yang baik dan dapat menjadi suatu pendorong yang ada dalam diri individu yang meliputi pengelolaan diri, kompetensi dan otonomi yang dimiliki dalam melaksanakan aktivitas.¹² Selanjutnya Fransisca Iriani Roesmala Dewi melakukan penelitian tentang peran perilaku belajar terhadap regulasi diri siswa. Hasilnya perilaku belajar yang baik menjadikan siswa mampu menyeleksi, menyusun, dan menata lingkungan agar lebih optimal dalam meregulasi diri.¹³

⁹ Ferrari, Jhonson, dan McCown dalam M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 164.

¹⁰ Zimmerman dalam M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, 58.

¹¹ Suharnan, *Psikologi Kognitif*, (Surabaya: Srikandi, 2005), 18.

¹² Yandi Cahya Yundani, "Regulasi Diri dalam Membangun Motivasi", *Jurnal Ilmu Dakwah dan Tasawuf* 4, no. 1, (2022): 32.

¹³ Fransisca Iriani Roesmala Dewi, *Intervensi Kemampuan Regulasi Diri*, (Yogyakarta: ANDI), 27.

Penelitian yang dilakukan oleh Ootheria Friskilia dan Hendri Winata pada tahun 2018 terhadap siswa SMK di Kota Cimahi, Jawa Barat menemukan hasil belajar siswa masih berada pada kategori yang sedang dilihat dari dimensi metakognitif, motivasi dan perilaku yang memiliki tingkatan sebesar 53%. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa yang sedang tetapi siswa tersebut tidak dapat mencapai hasil belajar yang optimal, karena sedikitnya peran serta regulasi diri yang dimiliki oleh siswa.¹⁴

Berdasarkan penjelasan di atas, terkait dengan hasil penelitian bahwa terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa di Madrasah Aliyah Negeri 1 Plus Keterampilan Manado dengan kategori kuat dengan koefisien korelasi terletak pada indeks 0,60-0,799, dengan korelasi negatif bahwa semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Barkley bahwa individu yang memiliki regulasi diri adalah individu yang dapat memonitor, tekun dalam belajar, adanya pikiran, perilaku, maupun emosi, sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.¹⁵ Standar dan tujuan yang ditetapkan individu dengan cara memonitoring, mengevaluasi proses kognitif dan mengatur perilaku yang baik merupakan suatu aspek dalam regulasi diri.¹⁶

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aynur Rochillah dan Riza Noviana Khoirunnisa pada tahun 2020 di SMA Sunan Giri Gresik. Dengan tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa dengan sampel penelitian berjumlah 126 siswa. Hasil analisis data yang diperoleh nilai koefisien korelasi r_{xy} sebesar -0,683 dan signifikansi (ρ) sebesar 0,000, sehingga hipotesis penelitian diterima. Artinya variabel regulasi diri dan

¹⁴ Ootheria Friskilia dan Hendri Winata, "Regulasi Diri (Pengaturan Diri) Sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan," *Jurnal Pendidikan dan Manajemen Perkantoran* 3, no. 1 (2018): 41.

¹⁵ Putri Ramadhani Ayu Ramdina, dkk, "Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA" *Jurnal Perspektif Ilmu Pendidikan* 30, no. 2, (2016): 70.

¹⁶ Jeanne Ellis Ormrod dan Amitya Kumara, *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Jilid 2*, (Jakarta: Erlangga), 30.

prokrastinasi akademik memiliki nilai yang kuat dan nilai koefisien negatif yang terletak pada indeks 0,60-0,799 pada siswa kelas XI Sunan Giri.¹⁷

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Syella Aring, Melke, dan Dewo pada 110 siswa kelas X SMA Negeri 1 Remboken menunjukkan hasil korelasi yang negatif dengan menggunakan teknik regresi linier sederhana yaitu antara variabel regulasi diri menunjukkan skor sebesar 0,476 dan variabel prokrastinasi akademik dengan skor 97,864 Artinya siswa memiliki regulasi diri yang sangat rendah karena meningkatnya prokrastinasi akademik yang dimilikinya.¹⁸ Namun dalam perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu teknik analisis data. Peneliti menggunakan uji *pearson product moment* untuk mengetahui signifikansi dari kedua variabel.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fajriani, Nerinda, Ismawati, dan Fathan yang melakukan penelitian terkait hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Magister yang bekerja pada perguruan tinggi. Penelitian ini untuk mengukur skala regulasi diri dengan prokrastinasi akademik dengan nilai signifikansi 0,000 dan koefisien korelasi sebesar -0,611 dengan menunjukkan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yang berada pada kategori sedang sedangkan penelitian ini menunjukkan bahwa sekitar 80% sampai 95% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik artinya prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa tergolong tinggi. Perbedaan hasil penelitian tersebut dipengaruhi oleh karakteristik populasi, subyek, situasi dan kondisi serta tingkatan atau taraf pendidikan.

Berdasarkan pernyataan tersebut, penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Efran Ramadhani, Hikmatu, Ramtia, dan Rizki pada tahun 2020 terhadap 87 siswa SMA N 1 Muara Banyuasin diperoleh rata-rata skor 90,92 yang artinya rata-rata siswa melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini berdasarkan kebiasaan siswa untuk menunda-nunda pekerjaan yang merupakan suatu perilaku

¹⁷ Aynur Rochillah dan Riza Noviana Khirunnisa, "Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Kelas XI Sunan Giri Gresik", *Jurnal Penelitian Psikologi* 7, no. 1, (2020): 4.

¹⁸ Syella Aring, Melke, dan Dewo, "Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa" *Jurnal Psikopedia* 2, no.1, (2021): 9.

yang tidak efektif dalam menggunakan waktu.¹⁹ Adapun penelitian yang dilakukan oleh Theadora Gracelyta dan Herlina terhadap 161 siswa kelas XI di SMA N 1 Martapura tahun 2021 menyimpulkan bahwa terdapat 32,30% atau sekitar 52 siswa melakukan prokrastinasi akademik rendah, 102 siswa atau 63,35% siswa memiliki prokrastinasi akademik sedang dan yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi berjumlah 7 orang atau 4,35%. Hal ini terjadi dikarenakan siswa masih suka menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas sampai batas waktu pengumpulan, timbulnya kemalasan, tidak memahami tugas, dan cenderung memilih untuk bermain game daripada mengerjakan tugas sekolah.²⁰ Hasil penelitian ini memperlihatkan masalah yang dimiliki oleh siswa dalam mengatur waktu antara mengerjakan tugas dengan kegiatan lain. Penggambaran tersebut dapat menggambarkan apakah siswa baik dalam menentukan arah.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Wulandari, Fatimah dan Suherman mengatakan bahwa siswa yang melakukan prokrastinasi akademik banyak yang berpikiran dengan mengumpulkan tugas secara terdesak oleh waktu mereka akan menyelesaikan tugas dengan cepat namun tidak efektif dan kenyataannya masih banyak siswa yang melakukan hal tersebut bahkan tidak mengerjakan tugas sama sekali. Individu yang melakukan prokrastinasi merasa mampu mengerjakan dan yakin dengan kemampuannya dalam membuat tugas dalam waktu yang singkat. Siswa lain juga mengatakan kurang memahami materi yang diberikan guru, kurang percaya diri dengan hasil yang dikerjakan, kurang bisa mengatur waktu, terkadang siswa juga merasa bosan dan jenuh dalam pembelajaran.²¹

Hal ini sejalan dengan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti sebelum melakukan penelitian dengan beberapa siswa seperti enggan untuk belajar dan membaca, terlalu banyak pekerjaan lain sehingga tugas sekolah dikerjakan satu hari

¹⁹ Efran Ramadhani, dkk, "Analisis Prokrastinasi Akademik Siswa di Sekolah", *Jurnal Consilium Berkala Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan* 7, no. 1 (2020): 49.

²⁰ Theadora Gracelyta dan Herlina, "Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling* 8, No. 1 (2021): 6.

²¹ Irma Wulandari, dkk, "Gambaran Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Kelas XI pada Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal FOKUS* 4, no.3, (2021): 203-209.

sebelum tugas dikumpulkan, adanya rasa malas dalam mengerjakan tugas, ada juga siswa yang mengatakan bahwa siswa sering terpengaruh sampai lupa waktu dalam menggunakan *gadget* atau gawai, hal ini membuat siswa menjadi lalai sehingga tugas tidak terselesaikan, bahkan ada beberapa siswa tidak mengerjakan tugas akademik yang diberikan oleh guru sampai batas waktu pengumpulan berakhir. Prokrastinasi akademik akan berdampak buruk jika dijadikan kebiasaan oleh pelajar. Apabila pelajar meregulasi dirinya maka prokrastinasi akademik akan menurun dengan sendirinya. Oleh sebab itu diperlukannya kesadaran individu dalam mengurangi perilaku menunda-nunda dalam belajar.

Berdasarkan uraian di atas, menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik yang dimiliki siswa kelas XI, dan hubungan yang dimiliki siswa bersifat negatif dengan intervensi koefisien kuat dan didapatkan bahwa dengan siswa yang memiliki regulasi diri yang kurang baik maka dapat meningkatkan prokrastinasi akademik. Begitupun sebaliknya siswa dengan regulasi diri yang baik akan dapat mengurangi kemungkinan adanya prokrastinasi akademik dari siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Plus Keterampilan Manado.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan pada BAB sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara regulasi diri siswa dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado tahun pelajaran 2021/2022. Hal ini dapat dibuktikan berdasarkan hasil uji korelasi antara variabel X dan variabel Y dengan nilai signifikansi $\rho = 0,000$ atau ($\rho < 0,05$) dan dengan $N = 226$ pada taraf 5%. Hal ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Koefisien korelasi r_{xy} tersebut diperoleh skor sebesar $-0,616$ termasuk pada korelasi kategori kuat. Hal ini berdasarkan pada tabel pedoman dalam memberikan interpretasi koefisien korelasi yaitu sebesar $0,60 - 0,799$. Pada uji korelasi menunjukkan tanda minus, artinya ada korelasi negatif dari kedua variabel. Korelasi negatif menunjukkan semakin rendah nilai regulasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik, begitupun sebaliknya. Dari hasil perhitungan uji korelasi dilanjutkan dengan pemberian kategorisasi dengan hasil bahwa variabel regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XI MAN Model 1 Plus Keterampilan Manado memiliki kategorisasi yang sedang dengan presentase regulasi diri sebesar 74% dan prokrastinasi akademik sebesar 68%. Dilihat dari kategorisasi berdasarkan kelas bahwa siswa XI Bahasa memiliki regulasi diri tinggi yaitu 40% dari 10 siswa dan prokrastinasi akademik yang tinggi berada pada kelas XI SOS yaitu 34% dari 68 siswa. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi ada hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Plus Keterampilan Manado Tahun Pelajaran 2021/2022 diterima kebenarannya.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas dikemukakan beberapa saran, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Subyek diharapkan agar dapat meregulasi diri dengan mengatur rencana belajar yang baik dengan cara mengerjakan tugas yang diberikan guru dan tidak menundanya sehingga tidak terjebak oleh batas waktu pengumpulan. Membuat catatan kecil terkait aktivitas sehari-hari, membuat jadwal pelajaran, memprioritaskan mengerjakan tugas sekolah daripada menundanya hanya untuk hal yang kurang berguna.

2. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan mengadakan pelatihan guna membantu siswa dalam meningkatkan regulasi diri agar penurunan angka prokrastinasi akan berkurang. Pengajar juga diharapkan untuk memberikan pelajaran yang menarik serta fasilitas yang mendukung proses belajar agar siswa semakin aktif dan nyaman dalam belajar, serta adanya kontak dengan orang tua atau lingkungan sekitar siswa ketika di rumah guna mengetahui apakah siswa tersebut semangat mengerjakan tugas sekolah, hal ini dilakukan untuk mengurangi kecenderungan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas akademik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan untuk mencari faktor-faktor lain yang lebih mempengaruhi timbulnya prokrastinasi akademik siswa seperti faktor internal dan faktor eksternal seperti control diri, kurangnya kepercayaan diri, motivasi belajar, dan efikasi diri. Diharapkan dalam penelitian selanjutnya dapat memperoleh hasil yang lebih lengkap sesuai kebutuhan peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Bukhari, Al-Imam Abu Abdillah Muhammad bin Ismail, *Shahih al-Bukhari nomor 5937*, Beirut Libanon: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1992.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press, 2009.
- Anggraini, Shella. “Hubungan Regulasi Diri Dengan Intensitas Penggunaan Sosial Media Peserta Didik Kelas X di MA Al-Hikmah Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019” Skripsi, UIN Raden Intan Lampung, 2019.
- Ardina, Putri Ramadhani Ayu dan Dwi. “Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA.” *Jurnal Perspektif Ilmu Pendidikan*. Vol. 30. No. 2, 2016.
- Aring, Syella, Melke, dan Dewo. “Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa.” *Jurnal Psikopedia*. Vol. 2. No.1, 2021.
- Arwina, Ayu dan Risydah Fadilah, Abdul Murad. “Hubungan Regulasi Diri dan Stress Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”. *Jurnal of Education, Humaniora and Social Sciences* 4, no. 4, 2022.
- Asri, Dahlia Novarianing. *Prokrastinasi Akademik*. Madiun : Unipma Perss, 2018.
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2021.
- Bashoori, Khoirul dan Supahar. “Validitas dan Reliabilitas Evaluasi Pendidikan” *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*. Vol. 22. No. 2, 2018.
- Budiastuti, Dyah dan Agustinus Bandur. *Validitas dan Reliabilitas Penelitian dengan Analisis dengan NVIVO, SPSS dan AMOS*. Jakarta: Mitra Wacana Media, 2018.
- Budiastuti, Dyah dan Agustinus Bandur. *Validitas dan Reliabilitas Penelitian dengan Analisis dengan NVIVO, SPSS dan AMOS*. Jakarta: Mitra Wacana Media, 2018.
- Candra, Vivi, Nenny Ika Putri Simarmata, Mahyuddin Mahyuddin, Bonaraja Purba, Sukarman Purba, Muhammad Chaerul, Abdurrozzaq Hasibuan, Tiurlina Siregar, Sisca Sisca, Karwanto Karwanto, Romindo Romindo dan

- Jamaludin. *Pengantar Metode Penelitian*. Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021.
- Dachrud, Musdalifah. *Psikologi Pendidikan*. Manado: STAIN Manado Pers, 2013.
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Jakarta: Gema Risalah Press Bandung, 1992.
- Dewi, Fransisca Iriani Roesmala, *Intervensi Kemampuan Regulasi Diri*. Yogyakarta: ANDI. 2021.
- Diah Prihatiningsih, Diah. *Mudahnya Belajar Statistik Deskriptif*. Purwodadi: Sarnu Untung, 2022.
- Fakumalah, Dwi Anisa dan Yuli Kurniawati Sugiyo Pranoto. *Kesiapan Anak Masuk Sekolah Dasar*. Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management, 2020.
- Ferrari, J. R., Keane, S. M. Wolfe, R. N., dan B. L., "The Antecedents and Consequences of Academic Excuse Making : examining individual differences in procrastination." *Journal Research in Higher Education*. Vol. 39. No. 2, 1998.
- Friskilia, Octheria dan Hendri Winata, "Regulasi Diri (Pengaturan Diri) Sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan," *Jurnal Pendidikan dan Manajemen Perkantoran*. Vol. 3, No. 1, 2018.
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawati. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2020.
- Gracelyta, Theadora dan Herlina, "Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Koseling* Vol. 8. No. 1, 2021.
- Harahap, Pinta Ito. "Hubungan Regulasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa di SMA N 1 Sungga." Tesis, Universitas Medan area, 2020.
- Harkinawati, Meirisyah Anggraeni, "Pengaruh Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa." Skripsi, Universitas Negeri Jakarta, 2019.
- Huwae, Athur, "Regulasi Diri, Peer Support, dan Bornout pada Mahasiswa Difabel", *Jurnal Psychocentrum Review* 4, no. 1, 2022.

- Ilyas, Muhammad dan Suryadi. "Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Islam Terpadu (IT) *Boarding School* Abu Bakar Yogyakarta." *Jurnal Pemikiran Islam*. Vol. 41. No. 1, 2017.
- Kartadinata, Iven. "*I Love Tomorrow*: Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu, *Jurnal Anima Indonesia Psychological* Vol. 23, No. 2, 2008.
- Khaira, Miftahanal. "Gambaran Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMKN 4 Bondowoso saat Pandemi." Skripsi, Universitas Muhammadiyah Jember, 2020.
- Lesmana, Gusman. *Bimbingan dan Konseling Belajar*. Jakarta: Kencana, 2022.
- Moleong, Lexy J. *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: Remaja Rosdakarya, 2010.
- Muluk Saiful, Muchammad. "Pengaruh Pola Asuh Otoritatif Orang Tua terhadap Kemandirian Belajar Religiusitas Islam, dan Performansi Akademik Anak Usia Sekolah Dasar." Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019.
- Mulyadi, Seto, Heru Basuki dan Wahyu Rahardjo. *Psikologi Pendidikan*. Depok: Rajawali Pers, 2019.
- Munargo, Ugas. "Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pembelajaran Daring pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universtas Sriwijaya." Skripsi, Universitas Sriwijaya, 2021.
- Munawaroh, Martika Laely, Said Alhadi, dan Wahyu, "Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta," *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* 2, no. 1, 2017.
- Musyrifah, Chimiyatul. "Pengaruh Metode Tutor Sebaya (Peer Tutoring) dalam Meningkatkan Self Regulation Siswa." Skripsi, UIN Sunan Ampel, 2016.
- Naufarriski dan Sela. "Pengaruh Teknik Self Management terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Peserta Didik Kelas VIII di MTS Nurul Islam Banjir Waykanan T.A. 2019/2020." Tesis, UIN Raden Intan Lampung, 2020.
- Nurritzqi, Muqsithari. "Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Yogyakarta." Skripsi, Universitas Islam Indonesia, 2019.

- Ormrod, Jeanne Ellis dan Amitya Kumara. *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Jilid 2*. Jakarta: Erlangga
- Perlianto, Jelpa. *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016.
- Permana, Bayu. “Gambaran Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Darul Falah Cicilan.” *Jurnal Bimbingan dan Konseling IKIP Siliwangi*. Vol. 2. No. 3, 2019.
- Piers Stell, Piers. “The Nature of Procrastination; A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self Regulatory Failure.” *Journal of Psychological Bulletin*. Vol. 133. No. 1, 2007. (diakses pada tanggal 10 maret 2017).
- Priyatno, Duwi. *Analisis Korelasi, Regresi, dan Multivariate*. Yogyakarta: Gava Media, 2013.
- Ramadhani, Efran dan Hikmatu Sadiyah, Rantia Darma Putri, Rizky Andana Pohan. “Analisis Prokrastinasi Akademik Siswa di Sekolah.” *Jurnal Consilium Berkala Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan*. Vol. 7. No. 1, 2020.
- Riadi, Edi. *Statistika Penelitian (Analisis Manual dan IBM SPSS)*. Yogyakarta: ANDI, 2016.
- Rismaya, Mia. “Hubungan Resiliensi dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa SMP.” Skripsi, Universitas Sunan Gunung Djati, 2019.
- Rochillah, Aynur dan Riza Noviana Khirunnisa, “Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Kelas XI Sunan Giri Gresik,” *Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol. 7. No. 1, 2020.
- Rukajat, Ajat. *Pendekatan Penelitian Kuantitatif Quantitative Research Approach*. Yogyakarta: Penerbit Deepublish, 2018.
- Sahab Ali. *Buku Ajar Analisis Kuantitatif Ilmu Politik dengan SPSS*. Surabaya: Airlangga University Press, 2018.
- Septian, Fitra. “Hubungan Harga Diri dan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.” Tesis, Universitas Muhammadiyah Malang, 2018.

- Shihab, M. Quraish. *Tafsir al-Misbah: pesan kesan dan keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Siregar, Syofian. *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT Bumi Aksara, 2020.
- Siregar, Syofian. *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara, 2013.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta, 2019.
- Suharnan, *Psikologi Kognitif*. Surabaya: Srikandi, 2005.
- Suryani dan Hendryadi. *Metode Riset Kuantitatif Teori dan Aplikasi Pada Penelitian Bidang Manajemen dan Ekonomi Islam*. Jakarta: Kencana, 2020.
- Susanto, Ahmad Susanto. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Prenadamedia Group, 2018.
- Syafril. *Statistika Pendidikan*. Jakarta: Kencana, 2019.
- Tri Hidayati. *Statistika Dasar*. Purwokerto: Pena Persada, 2019.
- Ulum, Muhammad Iqbalul. "Strategi Self-Regulated Learning Untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa," *Jurnal Psikologi* Vol. 3. No. 2, 2016.
- Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Untari, Dhian Tyas "Modul Praktek: Pengolahan Data Penelitian dengan SPSS untuk skripsi Mahasiswa.
- Wulandari, Irma dan Siti Fatimah, Maya Masyita Suherman. "Gambaran Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Kelas XI pada Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal FOKUS* Vol. 4, No. 3, 2021.
- Yundani, Yandi Cahya. "Regulasi Diri dalam Membangun Motivasi", *Jurnal Ilmu Dakwah dan Tasawuf*. Vol. 4, No. 1, 2022.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Surat Permohonan Menjadi *Expert Judgement*

SURAT PERMOHONAN MENJADI *EXPERT JUDGEMENT*

Lampiran :
Perihal : Permohonan menjadi *expert judgement*
Kepada
Yth. Dosen dan Praktisi
Di tempat
Assalamu'alaikum Wr. Wb.
Disampaikan dengan hormat bahwa saya,
Nama : Sitti Maryam Abdullah
NIM : 18.3.6.004

Mahasiswa program studi Psikologi Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Manado sedang melaksanakan penyusunan skripsi yang berjudul "Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrstinasi Akademik pada Siswa Kelas XI di Madrasah Aliyah negeri Model 1 Manado"

Sehubungan dengan hal tersebut, mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk melakukan *expert judgement* berkenaan dengan skala yang akan digunakan dalam penelitian ini. Skala ini merupakan skala Regulasi Diri yang disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek-aspek regulasi diri dari Zimmerman yaitu Metakognitif, Motivasi, dan Perilaku. Serta skala Prokrastinasi akademik yang disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik yang disusun oleh Ferrari, yaitu : a) penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, b) keterlambatan dalam mengerjakan tugas, c) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, d) melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada tugas yang harus dikerjakan.

Demikian surat permohonan ini saya buat. Atas perhatian dan kesediaanya saya sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Manado, 23 Mei 2022

Hormat Saya,

Sitti Maryam Abdullah

NIM. 18.1.6.004

Lampiran 2

Blue Print Skala Regulasi Diri Sebelum Uji Coba

No.	Aspek	Indikator	Jumlah Item	Nomor Item	
				F	UF
1.	Metakognitif	Dapat merencanakan berbagai kegiatan dengan baik	4	1, 3	2, 4
		Dapat menginstruksikan diri untuk melakukan berbagai macam kegiatan	4	5, 7	6, 8
		Dapat memonitor diri untuk melaksanakan kegiatan belajar	8	9, 11, 13, 15	10, 12, 14, 16
		Dapat melakukan evaluasi belajar	4	17, 19	18, 20
2.	Motivasi	Memiliki keinginan untuk melakukan diri aktivitas dengan baik	4	21, 23	22, 24
		Mampu mengarahkan diri dalam mencapai suatu tujuan	4	25, 27	26, 28
		Mampu menopang aktivitas dalam belajar	4	29, 31	30, 32
3.	Perilaku	Dapat mengobservasi diri dan mengontrol progres untuk mencapai tujuan	4	33, 35	34, 36
		Dapat mengelola waktu dan tempat untuk belajar	4	37, 39	38, 40

	Berupaya mencari bantuan dalam lingkungan sekitar	4	41, 43	42, 44
Jumlah		44	22	22

Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Sebelum Uji Coba

No.	Aspek	Indikator	Jumlah Item	Nomor Item	
				F	UF
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	a. Penundaan untuk memulai mengerjakan tugas	4	1, 3	2, 4
		b. Penundaan untuk menyelesaikan tugas	4	5, 7	6, 8
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	a. Terlambat dalam mengerjakan tugas	4	9, 11	10, 12
		b. Membutuhkan waktu lebih lama untuk mengerjakan tugas	4	13, 15	14, 16
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	a. Kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan batas waktu	4	17, 19	18, 20
		b. Ketidaksesuaian waktu antara rencana dan kinerja mengerjakan tugas	4	21, 23	22, 24
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	a. Melakukan aktivitas lain yang menyenangkan daripada mengerjakan tugas	4	25, 27	26, 28
		b. Sengaja tidak bersegera untuk mengerjakan tugas	4	29, 31	30, 32
		c. Melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan tugas	4	33, 35	34, 36
Jumlah			36	18	18

Lampiran 3**Surat Keterangan *Expert Judgement*****SURAT KETERAGAN *EXPERT JUDGEMENT***

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Jabatan :

Dengan ini menerangkan bahwa telah melakukan penilaian dan memberikan masukan terhadap “Skala Regulasi Diri” dan “Skala Prokrastinasi Akademik” yang diajukan sebagaimana terlampir.

Manado, Mei 2022

Yang menerangkan,

Lampiran 4

Daftar Nama Penilai Aiken's V (Skala Regulasi Diri dan Skala Prokrastinasi Akademik)

NO.	NAMA	JABATAN	KETERANGAN
1.	Nur Evira Anggrainy, M.Si.	Dosen Psikologi Islam	Dikembalikan
2.	Siti Aisa, M.A.	Kepala Program Studi Psikologi Islam	Dikembalikan
3.	Aris Soleman, M.Psi., Psikolog	Dosen Psikologi Islam	Dikembalikan
4.	Rhyan P. Reksamunandar, M.Si.	Dosen Statistik	Dikembalikan
5.	Dr. Sahari, M.Pdi.	Wakil Dekan I Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah	Dikembalikan
6.	Dr. Salma, M. HI		Dikembalikan
7.	Dr. Ahmad Mustamir Waris, M.Pd.	Dosen Tadris Bahasa Inggris	Dikembalikan
8.	Zulkifli Mansyur, M.A.	Dosen Psikologi Islam	Dikembalikan

Lampiran 5
 Hasil Penilai 1 Aiken's V
 Skala Regulasi Diri

Expert Judgement Skala Regulasi Diri :

No.	Aspek	Indikator	No. Item	Pernyataan	F/UF	Kategori				
						STR	TR	AR	R	SR
1.	Metakognitif	Dapat merencanakan berbagai kegiatan dengan baik	1	Saya membuat rencana belajar untuk meraih prestasi di kelas. <i>Saya bisa</i>	F	1	2	3	4	5
			2	Saya tidak suka membuat perencanaan dalam setiap kegiatan.	UF					
			3	Saya selalu bangun dipagi hari agar tidak terlambat ke sekolah.	F					
			4	Perencanaan dalam belajar, tidak sesuai dengan aktivitas yang saya lakukan setiap hari. <i>Walaupun sebelum masuk sekolah</i>	UF					
			5	Saya adalah orang yang mampu mengendalikan diri.	F					
			6	Merupakan kesalahan saya sendiri jika nilai turun karena tidak belajar.	UF					
			7	Ketika belajar, saya berupaya mencari tahu konsep mana yang belum saya pahami dengan baik. <i>Walaupun</i>	F					

Skala Prokrastinasi Akademik

Expert Judgement Skala Prokrastinasi Akademik :

No.	Aspek	Indikator	No. Item	Pernyataan	F/UF	Kategori				
						STR	TR	AR	R	SR
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas.	Penundaan untuk memulai mengerjakan tugas	1	Saya menunda mengerjakan tugas karena malas mencari materi untuk dipelajari.	F	1	2	3	4	5
			2	Pujian dari orang tua adalah faktor yang membuat saya rajin dalam mengerjakan tugas.	UF					
			3	Saya selalu membuat pekerjaan rumah (PR) di kelas ketika tugas tersebut sudah mau dikumpul.	F F					
			4	Saya segera memulai mengerjakan tugas sekolah ketika guru sudah memberikan tugas tersebut langsung dikelas.	UF					
			5	Saya menunda menyelesaikan tugas karena ekstrakurikuler yang dituntaskan oleh sekolah.	F					
		Penundaan untuk menyelesaikan tugas								

SURAT KETERAGAN EXPERT JUDGEMENT

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Airis Soloman

Jabatan : Dosen

Dengan ini menerangkan bahwa telah melakukan penilaian dan memberikan masukan terhadap "Skala Regulasi Diri" dan "Skala Prokrastinasi Akademik" yang diajukan sebagaimana terlampir.

Manado, Mei 2022

Yang menerangkan,



Airis Soloman

Lampiran 6

Tabel Aiken's V

No. of Items (m) or Raters (n)	Number of Rating Categories (c)											
	2		3		4		5		6		7	
	V	p	V	p	V	p	V	p	V	p	V	p
2							1.00	.040	1.00	.028	1.00	.020
3							1.00	.008	1.00	.005	1.00	.003
3			1.00	.037	1.00	.016	.92	.032	.87	.046	.89	.029
4					1.00	.004	.94	.008	.95	.004	.92	.006
4			1.00	.012	.92	.020	.88	.024	.85	.027	.83	.029
5			1.00	.004	.93	.006	.90	.007	.88	.007	.87	.007
5	1.00	.031	.90	.025	.87	.021	.80	.040	.80	.032	.77	.047
6			.92	.010	.89	.007	.83	.005	.83	.010	.83	.008
6	1.00	.016	.83	.038	.78	.050	.79	.029	.77	.036	.75	.041
7			.93	.004	.86	.007	.82	.010	.83	.006	.81	.008
8	1.00	.008	.86	.016	.76	.045	.81	.041	.74	.038	.74	.036
8	1.00	.004	.88	.007	.83	.000	.81	.008	.80	.007	.79	.007
8	.88	.035	.81	.024	.75	.000	.75	.030	.72	.039	.71	.047
9	1.00	.002	.89	.003	.81	.000	.81	.006	.78	.009	.78	.007
9	.89	.020	.78	.032	.74	.036	.81	.038	.71	.039	.70	.040
10	1.00	.001	.85	.005	.80	.007	.78	.008	.76	.009	.75	.010
10	.90	.001	.75	.040	.73	.032	.70	.047	.70	.039	.68	.048
11	.91	.006	.82	.007	.79	.007	.77	.006	.75	.010	.74	.009
11	.82	.033	.73	.048	.73	.029	.70	.035	.69	.038	.68	.041
12	.92	.003	.79	.010	.78	.006	.75	.009	.73	.010	.74	.008
12	.83	.019	.75	.025	.69	.046	.69	.041	.68	.038	.67	.049
13	.92	.002	.81	.005	.77	.006	.75	.006	.74	.007	.72	.010
13	.77	.046	.73	.030	.69	.041	.67	.048	.68	.037	.67	.041
14	.86	.006	.79	.006	.76	.005	.73	.008	.73	.007	.71	.009
14	.79	.029	.71	.035	.69	.036	.68	.036	.66	.050	.66	.047
15	.87	.004	.77	.008	.73	.010	.73	.006	.72	.007	.71	.008
15	.80	.018	.70	.040	.69	.032	.67	.041	.65	.048	.66	.041
16	.88	.002	.75	.010	.73	.009	.72	.008	.71	.007	.70	.010
16	.75	.038	.69	.046	.67	.047	.66	.046	.65	.046	.65	.046
17	.82	.006	.76	.005	.73	.008	.71	.010	.71	.007	.70	.009
17	.76	.025	.71	.026	.67	.041	.66	.036	.65	.044	.65	.039
18	.83	.004	.75	.006	.72	.007	.71	.007	.70	.007	.69	.010
18	.72	.048	.69	.030	.67	.036	.65	.040	.64	.042	.64	.044
19	.79	.010	.74	.008	.72	.006	.70	.009	.70	.007	.68	.009
19	.74	.032	.68	.033	.65	.050	.64	.044	.64	.040	.63	.048
20	.80	.006	.72	.009	.70	.010	.69	.010	.68	.010	.68	.008
20	.75	.021	.68	.037	.65	.044	.64	.048	.64	.038	.63	.041
21	.81	.004	.74	.005	.70	.010	.69	.008	.68	.010	.68	.009
21	.71	.039	.67	.041	.65	.039	.64	.038	.63	.048	.63	.045
22	.77	.008	.73	.006	.70	.008	.68	.009	.67	.010	.67	.008
22	.73	.026	.66	.044	.65	.035	.64	.041	.63	.046	.62	.049
23	.78	.005	.72	.007	.70	.007	.68	.007	.67	.010	.67	.009
23	.70	.047	.65	.048	.64	.046	.63	.045	.63	.044	.62	.043
24	.79	.003	.71	.008	.69	.006	.68	.008	.67	.010	.66	.010
24	.71	.032	.67	.030	.64	.041	.64	.035	.62	.041	.62	.046
25	.76	.007	.70	.009	.68	.010	.67	.009	.66	.009	.66	.009
25	.72	.022	.66	.033	.64	.037	.63	.038	.62	.039	.61	.049

Lampiran 7

Hasil Perhitungan Aikein's V

Hasil Perhitungan Aiken's V Skala Regulasi Diri

Aspek	Indikator	Nomor Item	Penilai								S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	ΣS	n(c-1)	V	Ket
			1	2	3	4	5	6	7	8												
1	1	1	4	4	4	5	4	5	5	5	3	3	3	4	3	4	4	4	28	32	0.875	Valid
		2	4	4	4	4	4	5	4	3	3	3	3	3	3	4	3	25	32	0.78125	Valid	
		3	4	4	4	5	4	5	4	5	3	3	3	4	3	4	3	27	32	0.84375	Valid	
		4	4	4	4	5	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	25	32	0.78125	Valid	
	2	5	4	1	4	5	5	5	3	5	3	0	3	4	4	4	2	24	32	0.75	Valid	
		6	4	1	4	3	5	4	3	5	3	0	3	2	4	3	4	23	32	0.71875	Tidak Valid	
		7	4	4	4	5	5	5	4	3	0	3	3	4	4	2	3	22	32	0.6875	Valid	
		8	4	4	4	3	4	4	3	5	3	3	3	2	3	3	2	23	32	0.71875	Tidak Valid	
	3	9	4	4	4	5	5	5	3	5	3	3	3	4	4	4	2	27	32	0.84375	Valid	
		10	4	4	4	5	5	3	3	5	3	3	3	4	4	2	2	25	32	0.78125	Valid	
		11	4	1	4	4	5	5	3	5	3	0	3	3	4	4	2	23	32	0.71875	Tidak Valid	
		12	4	2	4	3	4	4	4	5	3	1	3	2	3	3	3	22	32	0.6875	Tidak Valid	
		13	4	1	4	3	4	5	4	5	3	0	3	2	3	4	3	22	32	0.6875	Tidak Valid	
		14	4	4	4	3	5	3	4	5	3	3	3	2	4	2	3	24	32	0.75	Valid	
		15	4	4	4	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid	
		16	4	4	4	5	4	3	5	5	3	3	3	4	3	2	4	26	32	0.8125	Valid	
	4	17	4	5	4	5	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	4	28	32	0.875	Valid	
		18	4	4	4	3	3	3	5	5	3	3	3	2	2	2	4	23	32	0.71875	Tidak Valid	
		19	4	4	4	4	5	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	25	32	0.78125	Valid	
		20	4	4	4	5	4	5	4	3	3	3	4	4	4	3	4	27	32	0.84375	Valid	
2	1	21	4	4	4	4	5	4	5	3	3	3	3	3	4	3	4	26	32	0.8125	Valid	
		22	4	4	4	3	4	4	3	5	3	3	3	2	3	3	2	23	32	0.71875	Tidak Valid	
		23	4	4	4	5	5	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	27	32	0.84375	Valid	
		24	4	4	4	3	4	5	5	3	3	3	3	2	3	4	4	25	32	0.78125	Valid	
	2	25	4	4	4	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid	
		26	4	4	4	5	4	5	4	3	3	3	4	4	3	4	3	27	32	0.84375	Valid	
		27	4	3	4	5	5	5	5	3	2	3	4	4	4	4	4	28	32	0.875	Valid	
		28	4	4	4	5	5	4	3	5	3	3	3	4	4	3	2	26	32	0.8125	Valid	
	3	29	4	4	4	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid	
		30	4	4	4	5	5	4	5	5	3	3	3	4	4	3	4	28	32	0.875	Valid	
		31	4	5	4	4	5	5	5	5	3	4	3	3	4	4	4	29	32	0.90625	Valid	
		32	4	5	4	3	4	4	4	5	3	4	3	2	3	3	3	25	32	0.78125	Valid	
3	1	33	4	4	4	4	5	5	5	3	3	3	3	4	4	4	4	28	32	0.875	Valid	
		34	4	4	4	5	5	4	4	5	3	3	3	4	4	3	3	27	32	0.84375	Valid	
		35	3	4	4	5	4	5	3	5	2	3	3	4	3	4	2	25	32	0.78125	Valid	
		36	4	4	4	5	5	4	4	5	3	3	3	4	4	3	3	27	32	0.84375	Valid	
	2	37	4	5	4	5	5	5	5	5	3	4	3	4	4	4	4	30	32	0.9375	Valid	
		38	4	4	4	5	4	5	4	3	3	3	4	4	3	4	3	27	32	0.84375	Valid	
		39	4	4	4	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid	
		40	4	3	4	5	4	4	5	5	3	2	3	4	3	3	4	26	32	0.8125	Valid	
	3	41	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid	
		42	4	4	4	5	5	4	5	5	3	3	3	4	4	3	4	28	32	0.875	Valid	
		43	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid	
		44	4	4	4	5	5	4	5	5	3	3	3	4	4	3	4	28	32	0.875	Valid	

□

□

Hasil Perhitungan Aiken's V Skala Prokrastinasi Akademik

Aspek	Indikator	Nomor Item	Penilai								S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	ΣS	n(c-1)	V	Ket
			1	2	3	4	5	6	7	8												
1	1	1	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid
		2	4	4	4	5	4	4	4	5	3	3	3	4	3	3	3	4	26	32	0.8125	Valid
		3	4	4	4	4	4	3	5	5	3	3	3	3	3	2	4	4	25	32	0.78125	Valid
		4	4	5	4	5	5	5	5	4	3	4	3	4	4	4	4	3	29	32	0.90625	Valid
	2	5	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	26	32	0.8125	Valid
		6	4	5	4	3	4	5	5	4	3	4	3	2	3	4	4	3	26	32	0.8125	Valid
		7	4	4	4	3	4	4	5	4	3	3	3	2	3	3	4	3	24	32	0.75	Valid
		8	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid
2	1	9	4	4	4	5	5	4	5	5	3	3	3	4	4	3	4	4	28	32	0.875	Valid
		10	4	5	4	5	5	5	5	5	3	4	3	4	4	4	4	4	30	32	0.9375	Valid
		11	4	2	4	5	5	4	5	5	3	1	3	4	4	3	4	4	26	32	0.8125	Valid
		12	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid
	2	13	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid
		14	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid
		15	4	4	4	4	5	4	5	4	3	3	3	3	4	3	4	3	26	32	0.8125	Valid
		16	4	5	4	5	5	5	5	5	3	4	3	4	4	4	4	4	30	32	0.9375	Valid
3	1	17	4	4	4	5	5	4	5	5	3	3	3	4	4	3	4	4	28	32	0.875	Valid
		18	4	4	4	4	5	5	5	5	3	3	3	3	4	4	4	4	28	32	0.875	Valid
		19	4	5	4	3	4	5	5	5	3	4	3	2	3	4	4	4	27	32	0.84375	Valid
		20	4	4	4	3	4	5	5	5	3	3	3	2	3	4	4	4	26	32	0.8125	Valid
	2	21	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	26	32	0.8125	Valid
		22	4	4	4	3	5	5	5	5	3	3	3	2	4	4	4	4	27	32	0.84375	Valid
		23	4	5	4	4	5	4	4	5	3	4	3	3	4	3	3	4	27	32	0.84375	Valid
		24	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid
4	1	25	4	5	4	5	4	4	5	4	3	4	3	4	3	3	4	3	27	32	0.84375	Valid
		26	4	4	4	5	4	5	5	5	3	3	3	4	3	4	4	4	28	32	0.875	Valid
		27	4	4	4	5	5	4	5	4	3	3	3	4	4	3	4	3	27	32	0.84375	Valid
		28	3	3	4	5	5	4	5	4	2	2	3	4	4	3	4	3	25	32	0.78125	Valid
	2	29	4	5	4	5	5	4	5	4	3	4	3	4	4	3	4	3	28	32	0.875	Valid
		30	4	3	4	5	5	5	4	5	3	2	3	4	4	4	3	4	27	32	0.84375	Valid
		31	3	3	4	5	5	4	5	5	2	2	3	4	4	3	4	4	26	32	0.8125	Valid
		32	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	29	32	0.90625	Valid
3	33	4	5	4	5	5	4	5	4	3	4	3	4	4	3	4	3	28	32	0.875	Valid	
	34	4	4	4	5	4	4	4	5	3	3	3	4	3	3	3	4	26	32	0.8125	Valid	
	35	4	2	4	5	4	4	3	5	3	1	3	4	3	3	2	4	23	32	0.71875	Tidak Valid	
	36	4	4	4	5	4	5	5	5	3	3	3	4	3	4	4	4	28	32	0.875	Valid	

Lampiran 8

Skala Uji Coba (Belum valid dan Reliabel)

SKALA PENELITIAN

Yth. Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Manado

Perkenalkan saya Sitti Maryam Abdullah akan melakukan survei kepada teman-teman Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Manado. Saya berharap teman-teman bersedia untuk membantu saya. Survei ini tidak ada hubungannya dengan penilaian dari pihak Sekolah, sehingga Anda tidak perlu takut dalam menjawab. Oleh karena itu, Anda diharapkan untuk mengisi sesuai dengan keadaan sebenarnya. Sebelum memulai pengisian skala ini, silahkan mengisi lembar persetujuan terlebih dahulu. Termakasih atas perhatiannya.

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan *

Jurusan :

*coret yang tidak perlu

KETERANGAN

- SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 N : Netral
 TS : Tidak Setuju
 STS : Sangat Tidak Setuju

PETUNJUK PENGISIAN

Pada halaman berikut ini terdapat pernyataan yang berisi beberapa kalimat dan Anda diminta untuk memberikan satu jawaban atas kalimat-kalimat tersebut.

Sebelum menjawab ada beberapa hal yang perlu diperhatikan, yaitu :

1. Pada skala ini tidak ada jawaban yang salah atau benar, yang penting menjawab secara jujur sesuai dengan apa yang dirasakan.
2. Tugas Anda adalah memberi tanda centang (√) pada jawaban yang dipilih.

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya sering mengatur proses belajar dengan baik setiap harinya.	√				

3. Apabila ingin mengganti jawaban, beri tanda silang (X) pada jawaban semula kemudian beri tanda **centang** (√) pada jawaban anda.

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya sering mengatur proses belajar dengan baik setiap harinya.	X √			√	

Selamat Mengerjakan 😊

LEMBAR PENGISIAN

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya membuat rencana belajar untuk meraih prestasi di kelas.					
2.	Saya tidak suka membuat perencanaan dalam setiap kegiatan.					
3.	Saya selalu bangun dipagi hari agar tidak terlambat ke sekolah.					
4.	Perencanaan dalam belajar, tidak sesuai dengan aktivitas yang saya lakukan setiap hari.					
5.	Saya adalah orang yang bisa mengarahkan diri menjadi lebih baik.					
6.	Saya berusaha memahami pelajaran yang sulit saat belajar.					
7.	Saya mampu mengatur proses belajar kelompok					
8.	Saya kesulitan membuat tugas sendiri tanpa adanya bantuan dari teman.					
9.	Dalam proses belajar, terkadang saya jarang memperhatikan materi yang diberikan guru.					
10.	Saya memiliki tujuan dalam belajar.					
11.	Saya tidak pernah membuat catatan pencapaian hasil belajar.					
12.	Saya membaca kembali materi-materi yang sudah saya pelajari sebelumnya.					
13.	Saya mampu memikirkan cara belajar dengan baik.					

14.	Saya kurang memahami teknik belajar sehingga hasilnya sering tidak memuaskan.					
15.	Saya orang yang semangat dalam segala aktivitas.					
16.	Saya menyukai pelajaran yang sulit sebagai tantangan dalam belajar.					
17.	Saya tidak peduli dengan berbagai kegiatan di sekolah.					
18.	Saya orang yang mampu menentukan pilihan.					
19.	Saya sulit mengarahkan diri untuk senantiasa berperilaku sopan dalam kelas.					
20.	Saya berusaha meyakinkan diri sendiri bahwa saya bisa memahami materi yang diberikan guru.					
21.	Saya kurang semangat dalam belajar karena materinya membosankan.					
22.	Saya selalu menyiapkan alat tulis menulis agar tidak meminjam kepada teman.					
23.	Saya sering lupa membawa bolpoin ketika ke sekolah.					
24.	Saya selalu menyempatkan diri untuk belajar sebelum pembelajaran dimulai.					
25.	Saya jarang ke perpustakaan untuk membaca buku.					

26.	Saya berusaha mengikuti kegiatan belajar dengan baik.					
27.	Saya sering mengobrol dengan teman ketika guru sedang menjelaskan.					
28.	Saya suka menjadi siswa terbaik di kelas.					
29.	Saya tidak mampu mengontrol antara keinginan dan kebutuhan saya.					
30.	Saya mempunyai jadwal yang teratur.					
31.	Tempat tinggal saya tidak memadai untuk belajar.					
32.	Saya menata ruang belajar agar semangat dalam belajar.					
33.	Saya tidak mempunyai jadwal belajar yang tetap.					
34.	Saya meminta bantuan kepada orang lain ketika mengalami kesulitan membuat pekerjaan rumah (PR).					
35.	Saya tidak suka meminta bantuan walaupun saya membutuhkannya.					
36.	Saya meminta bantuan kepada guru ketika mengalami kesulitan belajar.					
37.	Saya lebih senang <i>copy paste</i> jawaban di google daripada harus mencari dan membaca buku.					
38.	Saya menunda mengerjakan tugas karena malas mencari materi pelajaran.					
39.	Saya makin rajin mengerjakan tugas ketika mendapat pujian.					

40.	Saya membuat pekerjaan rumah (PR) di kelas ketika tugas tersebut sudah mau dikumpul.					
41.	Saya segera mengerjakan tugas ketika guru memberikannya.					
42.	Saya sering mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sehingga tugas sekolah terlambat diselesaikan.					
43.	Saya menyelesaikan tugas-tugas yang berbeda dan langsung mengoreksinya.					
44.	Saya tidak menyelesaikan tugas jika tidak tahu membuatnya.					
45.	Saya mengerjakan tugas sekolah sampai selesai.					
46.	Saya tidak tepat waktu mengumpulkan tugas sekolah.					
47.	Saya terlambat mengumpulkan tugas					
48.	Saya tidak memperhatikan waktu dalam mengerjakan tugas sehingga terlambat.					
49.	Saya membuat catatan kecil/jadwal agar tugas yang akan dikerjakan selesai tepat waktu.					
50.	Saya memerlukan waktu lebih lama untuk mengerjakan tugas.					
51.	Saya memanajemen waktu dalam mengerjakan tugas.					
52.	Tugas yang saya kerjakan selalu selesai tidak pada waktunya.					

53.	Saya menyiapkan diri dengan baik untuk menyelesaikan tugas.					
54.	Saya tidak fokus dengan batas waktu dalam menyelesaikan tugas.					
55.	Saya menyelesaikan tugas dengan tenang dan percaya diri.					
56.	Saya lebih senang mengerjakan tugas bila waktunya mepet sebelum dikumpulkan.					
57.	Saya fokus mengerjakan tugas sesuai jadwal.					
58.	Saya mengerjakan tugas dengan sistem SKS (Sistem Kebut Semalam).					
59.	Saya merasa butuh waktu menyelesaikan tugas dengan tepat.					
60.	Saya menyelesaikan tugas namun hasilnya tidak maksimal.					
61.	Saya selalu mengerjakan tugas tanpa menunggu tugas lainnya.					
62.	Jalan-jalan lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas.					
63.	Saya lebih memilih mengerjakan tugas daripada bersenang-senang.					
64.	Saya sering lupa belajar ketika membuka sosial media.					
65.	Saya selalu mendahulukan belajar daripada menonton televisi.					
66.	Saya sengaja tidak segera menyelesaikan tugas sekolah.					

67.	Saya berusaha mengerjakan tugas dengan sebaik mungkin.					
68.	Saya sengaja mengerjakan tugas saat batas pengumpulan.					
69.	Saya mengerjakan tugas tepat waktu agar lebih tenang.					
70.	Saya lebih memilih mengikuti kegiatan yang diadakan masyarakat daripada mengerjakan tugas sekolah.					
71.	Saya dapat mengerjakan tugas dengan baik dalam situasi apapun.					
72.	Walaupun banyak pekerjaan dirumah, saya tetap mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu.					

Lampiran 9

Nilai r_{tabel} Tabel Nilai Kritis R Pearson ($p = 0,05$)

N	DB	R	N	DB	R	N	DB	R
3	1	0,997	36	34	0,329	69	67	0,237
4	2	0,950	37	35	0,325	70	68	0,235
5	3	0,878	38	36	0,320	71	69	0,234
6	4	0,811	39	37	0,316	72	70	0,232
7	5	0,754	40	38	0,312	73	71	0,230
8	6	0,707	41	39	0,308	74	72	0,229
9	7	0,666	42	40	0,304	75	73	0,227
10	8	0,632	43	41	0,301	76	74	0,226
11	9	0,602	44	42	0,297	77	75	0,224
12	10	0,576	45	43	0,294	78	76	0,223
13	11	0,553	46	44	0,291	79	77	0,221
14	12	0,532	47	45	0,288	80	78	0,220
15	13	0,514	48	46	0,285	81	79	0,219
16	14	0,497	49	47	0,282	82	80	0,217
17	15	0,482	50	48	0,279	83	81	0,216
18	16	0,468	51	49	0,276	84	82	0,215
19	17	0,456	52	50	0,273	85	83	0,213
20	18	0,444	53	51	0,271	86	84	0,212
21	19	0,433	54	52	0,268	87	85	0,211
22	20	0,423	55	53	0,266	88	86	0,210
23	21	0,413	56	54	0,263	89	87	0,208
24	22	0,404	57	55	0,261	90	88	0,207
25	23	0,396	58	56	0,259	91	89	0,206
26	24	0,388	59	57	0,256	92	90	0,205
27	25	0,381	60	58	0,254	93	91	0,204
28	26	0,376	61	59	0,252	94	92	0,203
29	27	0,371	62	60	0,250	95	93	0,202
30	28	0,361	63	61	0,248	96	94	0,201
31	29	0,355	64	62	0,246	97	95	0,200
32	30	0,349	65	63	0,244	98	96	0,199
33	31	0,344	66	64	0,242	99	97	0,198
34	32	0,339	67	65	0,240	100	98	0,197
35	33	0,334	68	66	0,239	101	99	0,196

Lampiran 10

Data Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

Skala Regulasi Diri

Butir	Total Correlation / <i>r_{hitung}</i>	<i>r_{tabel}</i>	Signifikansi (2 tailed)	Kriteria
1	0,246	0,361	0.191	Tidak Valid
2	0,634	0,361	0.000	Valid
3	0,151	0,361	0,427	Tidak Valid
4	0,137	0,361	0,471	Tidak Valid
5	0,680	0,361	0,000	Valid
6	0,425	0,361	0,019	Valid
7	0,215	0,361	0,255	Tidak Valid
8	0,355	0,361	0,054	Tidak Valid
9	0,006	0,361	0,976	Tidak Valid
10	0,156	0,361	0,410	Tidak Valid
11	0,690	0,361	0,000	Valid
12	0,089	0,361	0,639	Tidak Valid
13	0,143	0,361	0,452	Tidak Valid
14	0,851	0,361	0,000	Valid
15	0,745	0,361	0,000	Valid
16	0,649	0,361	0,000	Valid
17	0,778	0,361	0,000	Valid
18	-0,189	0,361	0,318	Tidak Valid
19	0,408	0,361	0,025	Valid
20	0,204	0,361	0,280	Tidak Valid
21	0,378	0,361	0,039	Valid
22	0,857	0,361	0,000	Valid
23	0,416	0,361	0,022	Valid
24	0,424	0,361	0,020	Valid

25	0,671	0,361	0,000	Valid
26	-0,318	0,361	0,087	Tidak Valid
27	0,213	0,361	0,258	Tidak Valid
28	0,047	0,361	0,805	Tidak Valid
29	0,778	0,361	0,000	Valid
30	-0,575	0,361	0,001	Tidak Valid
31	0,470	0,361	0,009	Valid
32	0,665	0,361	0,000	Valid
33	0,617	0,361	0,000	Valid
34	0,123	0,361	0,517	Tidak Valid
35	0,481	0,361	0,007	Valid
36	0,227	0,361	0,228	Tidak Valid
37	-0,031	0,361	0,872	Tidak Valid

Output SPSS Uji Validitas Skala Regulasi Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.733	37

Output SPSS Uji Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.782	35

Lampiran 11

Surat Izin Penelitian

	<p>KEMENTERIAN AGAMA FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) MANADO Jl. Dr. S.H. Sarundajang Kawasan Ring Road 1 Kota Manado Telp. (0431) 860616 Manado 95128</p>												
<p>Nomor : B. 161/28/In.25/F.III/TL.00.1/03/2022 Lampiran : - Perihal : <i>Permohonan Izin Penelitian</i></p>	<p>25 Maret 2022</p>												
<p>Kepada Yth : <i>Kepala Sekolah MAN Model 1 Manado</i> Di- Tempat.</p>													
<p>Assalamu 'alaikum Wr. Wb. Dengan hormat disampaikan bahwa mahasiswi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (IAIN) Manado, yang tersebut di bawah ini :</p>													
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 30%;">Nama</td> <td>: Sitti Maryam Abdullah</td> </tr> <tr> <td>N I M</td> <td>: 18.3.6.004</td> </tr> <tr> <td>Semester</td> <td>: VIII (Delapan)</td> </tr> <tr> <td>Fakultas</td> <td>: Ushuluddin Adab dan Dakwah</td> </tr> <tr> <td>Prodi</td> <td>: Psikologi Islam</td> </tr> <tr> <td>Alamat</td> <td>: Manado</td> </tr> </table>		Nama	: Sitti Maryam Abdullah	N I M	: 18.3.6.004	Semester	: VIII (Delapan)	Fakultas	: Ushuluddin Adab dan Dakwah	Prodi	: Psikologi Islam	Alamat	: Manado
Nama	: Sitti Maryam Abdullah												
N I M	: 18.3.6.004												
Semester	: VIII (Delapan)												
Fakultas	: Ushuluddin Adab dan Dakwah												
Prodi	: Psikologi Islam												
Alamat	: Manado												
<p>Bermaksud mengadakan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana yang berjudul : "Hubungan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Manado" dengan dosen pembimbing :</p>													
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dr. Musdalifah Dachrud, S.Ag, S.Psi, M.Si 2. Rahmawati Hunawa, M.A 													
<p>Untuk maksud tersebut kami mengharapkan kiranya kepada mahasiswa yang bersangkutan dapat diberikan izin untuk melakukan penelitian dari bulan Maret s/d April 2022. Demikian harapan kami dan terima kasih.</p>													
<p>Wassalam Dekan,  Edi Gunawan W</p>													
<p>Tembusan : Rektor IAIN Manado sebagai laporan</p>													

Lampiran 12

Blue Print Skala Penelitian (Setelah Uji Validitas dan Reliabilitas)

Blue Print Regulasi Diri Setelah Uji Coba

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
1.	Metakognitif	Dapat merencanakan berbagai kegiatan dengan baik.		2	1
		Dapat menginstruksikan diri untuk melakukan berbagai macam kegiatan	5, 6		2
		Dapat memonitor diri untuk melaksanakan kegiatan belajar		11	1
		Dapat melakukan evaluasi belajar	15	14	2
2.	Motivasi	Memiliki keinginan untuk melakukan diri aktivitas dengan baik	16	17	2
		Mampu mengarahkan diri dalam mencapai suatu tujuan		19, 21	2
		Mampu menopang aktivitas dalam belajar	22, 24	23, 25	4
3.	Perilaku	Dapat mengobservasi diri dan mengontrol progres untuk mencapai tujuan		29	1

	Dapat mengelola waktu dan tempat untuk belajar	32	31, 33	3
	Berupaya mencari bantuan dalam lingkungan sekitar		35	1
	Jumlah	7	12	19

Ket : F = Favourable, UF = Unfavourable

Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Penundaan untuk memulai mengerjakan tugas	1, 3,	4	3
		Penundaan untuk menyelesaikan tugas	7	8	2
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	Terlambat dalam mengerjakan tugas	10		1
		Membutuhkan waktu lebih lama untuk mengerjakan tugas	13, 15	16	3
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan batas waktu	19		1
		Ketidaksesuaian waktu antara rencana dan kinerja mengerjakan tugas	21	24	2

4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Melakukan aktivitas lain yang menyenangkan daripada mengerjakan tugas	25	26	2
		Sengaja tidak bersegera untuk mengerjakan tugas	29, 31	32	3
		Melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan tugas	33		1
	Jumlah		12	6	18

Ket : F = Favourable, UF = Unfavourable

Lampiran 13
Skala Penelitian

SKALA PENELITIAN

Yth. Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Manado

Perkenalkan saya Sitti Maryam Abdullah akan melakukan survei kepada teman-teman Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Manado. Saya berharap teman-teman bersedia untuk membantu saya. Survei ini tidak ada hubungannya dengan penilaian dari pihak Sekolah, sehingga Anda tidak perlu takut dalam menjawab. Oleh karena itu, Anda diharapkan untuk mengisi sesuai dengan keadaan sebenarnya. Sebelum memulai pengisian skala ini, silahkan mengisi lembar persetujuan terlebih dahulu. Termakasih atas perhatiannya.

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan *

Jurusan :

*coret yang tidak perlu

KETERANGAN

- SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 N : Netral
 TS : Tidak Setuju
 STS : Sangat Tidak Setuju

PETUNJUK PENGISIAN

Pada halaman berikut ini terdapat pernyataan yang berisi beberapa kalimat dan Anda diminta untuk memberikan satu jawaban atas kalimat-kalimat tersebut.

Sebelum menjawab ada beberapa hal yang perlu diperhatikan, yaitu :

4. Pada skala ini tidak ada jawaban yang salah atau benar, yang penting menjawab secara jujur sesuai dengan apa yang dirasakan.
5. Tugas Anda adalah memberi tanda centang (√) pada jawaban yang dipilih.

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya sering mengatur proses belajar dengan baik setiap harinya.	√				

6. Apabila ingin mengganti jawaban, beri tanda silang (X) pada jawaban semula kemudian beri tanda **centang** (√) pada jawaban anda.

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya sering mengatur proses belajar dengan baik setiap harinya.	X √			√	

SELAMAT MENGERJAKAN 😊

LEMBAR PENGISIAN

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya tidak suka membuat perencanaan dalam setiap kegiatan.					
2.	Saya adalah orang yang bisa mengarahkan diri menjadi lebih baik.					
3.	Saya berusaha memahami pelajaran yang sulit saat belajar.					
4.	Saya tidak pernah membuat catatan pencapaian hasil belajar.					
5.	Saya mampu memikirkan cara belajar dengan baik.					
6.	Saya kurang memahami teknik belajar sehingga hasilnya sering tidak memuaskan.					
7.	Saya orang yang semangat dalam segala aktivitas.					
8.	Saya menyukai pelajaran yang sulit sebagai tantangan dalam belajar.					
9.	Saya sulit mengarahkan diri untuk senantiasa berperilaku sopan dalam kelas.					
10.	Saya kurang semangat dalam belajar karena materinya membosankan.					
11.	Saya selalu menyiapkan alat tulis menulis agar tidak meminjam kepada teman.					
12.	Saya sering lupa membawa bolpoin ketika ke sekolah.					
13.	Saya selalu menyempatkan diri untuk belajar sebelum pembelajaran dimulai.					

14.	Saya jarang ke perpustakaan untuk membaca buku.					
15.	Saya tidak mampu mengontrol antara keinginan dan kebutuhan saya.					
16.	Tempat tinggal saya tidak memadai untuk belajar.					
17.	Saya menata ruang belajar agar semangat dalam belajar.					
18.	Saya tidak mempunyai jadwal belajar yang tetap.					
19.	Saya tidak suka meminta bantuan walaupun saya membutuhkannya.					
20.	Saya menunda mengerjakan tugas karena malas mencari materi pelajaran.					
21.	Saya membuat pekerjaan rumah (PR) di kelas ketika tugas tersebut sudah mau dikumpul.					
22.	Saya segera mengerjakan tugas ketika guru memberikannya.					
23.	Saya tidak menyelesaikan tugas jika tidak tahu membuatnya.					
24.	Saya mengerjakan tugas sekolah sampai selesai.					
25.	Saya sering terlambat mengumpulkan tugas sekolah.					
26.	Saya memerlukan waktu lebih lama untuk mengerjakan tugas.					
27.	Tugas yang saya kerjakan selalu selesai tidak pada waktunya.					

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
28.	Saya menyiapkan diri dengan baik agar menyelesaikan tugas.					
29.	Saya lebih suka mengerjakan tugas bila waktunya mepet sebelum dikumpulkan.					
30.	Saya bisa mengerjakan tugas dengan sistem SKS (Sistem Kebut Semalam).					
31.	Saya selalu mengerjakan tugas tanpa menunggu tugas lainnya.					
32.	Jalan-jalan lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas.					
33.	Saya lebih memilih mengerjakan tugas daripada bersenang-senang.					
34.	Saya sengaja tidak segera menyelesaikan tugas sekolah.					
35.	Saya sengaja mengerjakan tugas saat batas pengumpulan.					
36.	Saya mengerjakan tugas tepat waktu agar lebih tenang.					
37.	Saya lebih memilih mengikuti kegiatan yang diadakan masyarakat kemudian mengerjakan tugas sekolah.					

TERIMA KASIH 😊

Lampiran 14

Tabulasi Data Skala Regulasi Diri dan Skala Prokrastinasi Akademik

Skala Regulasi Diri

RESPONDEN	KELAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	TOTAL
		F	U	F	U	F	U	F	U	F	U	F	U	F	U	F	U	F	U	F	
1	XI Bahasa	4	5	4	3	4	4	5	3	4	5	5	5	3	3	2	4	4	3	5	75
2	XI Bahasa	4	5	4	2	4	2	3	2	5	5	3	4	3	3	2	5	2	2	2	62
3	XI Bahasa	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	4	3	3	2	5	2	2	2	54
4	XI Bahasa	3	3	5	4	4	4	3	4	5	4	4	5	1	3	2	3	1	1	2	61
5	XI Bahasa	2	5	5	4	5	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	1	57
6	XI Bahasa	4	5	5	4	5	4	3	5	4	5	5	4	3	3	3	3	4	4	4	77
7	XI Bahasa	4	5	5	2	5	4	4	2	4	4	5	4	4	4	2	5	5	4	2	74
8	XI Bahasa	4	3	4	2	3	1	3	2	2	4	5	4	2	1	1	1	4	2	4	52
9	XI Bahasa	4	5	5	2	5	4	4	2	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	1	74
10	XI Bahasa	3	3	5	2	3	4	3	3	5	4	3	4	2	3	5	5	3	5	3	68
11	XI Agama	4	3	4	2	3	1	4	2	3	5	4	2	2	1	3	3	5	4	4	59
12	XI Agama	5	3	2	3	4	2	5	2	5	5	1	1	3	1	5	1	5	5	5	63
13	XI Agama	3	4	4	4	3	4	4	4	2	3	4	3	3	2	3	4	2	3	4	63
14	XI Agama	4	5	5	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	2	5	4	4	5	73
15	XI Agama	4	5	5	5	5	3	5	5	5	2	5	5	3	3	3	3	4	2	3	75
16	XI Agama	2	5	5	2	4	2	5	4	4	5	4	3	5	4	3	3	5	4	4	73
17	XI Agama	5	5	5	5	4	2	5	5	4	4	5	5	3	1	4	2	5	2	3	74
18	XI Agama	3	3	4	3	4	3	3	5	3	3	3	3	2	5	3	3	3	3	4	63
19	XI Agama	3	3	5	1	5	4	5	3	4	4	5	3	4	4	2	2	4	4	3	68
20	XI Agama	4	3	3	2	4	3	2	2	5	5	5	1	1	1	1	5	2	1	4	54
21	XI Agama	1	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	2	4	2	5	3	2	4	61
22	XI Agama	4	5	5	1	5	4	4	5	2	5	4	2	5	4	4	1	5	2	1	68
23	XI Agama	4	3	4	3	3	2	4	2	4	2	4	5	2	4	2	2	2	2	3	57
24	XI Agama	3	4	5	5	3	3	4	4	1	3	5	4	5	4	5	5	5	4	5	77
25	XI Agama	3	4	5	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	66
26	XI Agama	3	4	5	3	4	2	3	5	2	3	4	4	4	5	3	4	4	4	3	69
27	XI Agama	4	5	5	5	4	3	5	5	5	5	5	5	4	2	3	3	5	5	3	81
28	XI Agama	3	4	4	2	4	4	3	3	3	3	4	3	2	1	4	4	3	3	4	61
29	XI Agama	5	3	4	5	4	4	5	4	3	5	5	5	3	4	4	5	4	5	2	79
30	XI Agama	3	4	4	4	4	3	4	4	1	3	4	2	4	2	3	4	4	4	2	63
31	XI Agama	4	4	4	2	3	2	3	3	2	3	5	4	2	1	1	4	3	4	5	59
32	XI Agama	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	73
33	XI Agama	3	4	5	4	4	2	3	3	4	3	5	5	3	2	3	4	4	5	3	69
34	XI Agama	3	4	4	3	4	3	5	5	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	69
35	XI Agama	3	5	3	3	4	2	4	4	2	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	58
36	XI Agama	2	4	4	4	3	1	3	2	3	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	61
37	XI Agama	3	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	68
38	XI Agama	3	4	4	2	3	3	3	2	4	3	4	4	2	3	2	4	3	2	5	60
39	XI Agama	3	5	5	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	2	2	4	4	4	3	68
40	XI MIPA	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	2	3	4	5	4	3	76

40	XI MIPA	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	2	3	4	5	4	3	76
41	XI MIPA	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	5	4	3	4	3	4	4	4	4	69
42	XI MIPA	4	4	3	2	4	4	5	3	4	4	3	4	2	2	2	4	2	4	4	64
43	XI MIPA	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	4	4	53
44	XI MIPA	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	1	4	4	2	3	62
45	XI MIPA	3	5	5	4	5	2	5	4	4	4	3	2	3	1	1	3	5	2	3	64
46	XI MIPA	5	4	5	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	1	4	3	4	4	4	69
47	XI MIPA	4	5	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	70
48	XI MIPA	1	5	4	3	5	3	3	3	4	3	5	5	3	2	2	2	4	2	2	61
49	XI MIPA	3	4	5	3	4	2	3	2	1	3	4	4	2	2	4	4	5	1	3	59
50	XI MIPA	4	3	4	4	3	2	3	2	1	3	3	4	2	4	2	3	3	2	4	56
51	XI MIPA	4	5	5	3	5	2	5	4	5	4	5	5	4	3	3	2	4	2	3	73
52	XI MIPA	4	5	5	5	5	5	4	5	5	3	4	4	2	3	3	5	3	5	3	78
53	XI MIPA	2	4	3	2	3	2	2	3	4	1	3	3	2	1	4	5	4	2	5	55
54	XI MIPA	3	4	3	2	5	3	5	1	5	3	5	5	2	2	2	4	4	3	3	64
55	XI MIPA	3	2	1	1	4	4	1	2	3	3	5	5	2	2	2	4	2	1	3	50
56	XI MIPA	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	2	2	2	4	3	3	4	63
57	XI MIPA	4	4	3	3	5	2	5	3	5	5	4	3	3	5	2	3	3	5	1	68
58	XI MIPA	3	4	4	2	3	2	3	2	4	2	4	5	3	3	2	2	2	2	4	56
59	XI MIPA	2	3	3	1	4	2	3	2	3	2	2	1	3	1	1	5	5	5	3	51
60	XI MIPA	4	4	5	3	3	4	3	3	5	3	5	5	4	3	3	5	5	4	3	74
61	XI MIPA	4	3	4	3	4	2	3	2	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	66
62	XI MIPA	3	3	4	3	5	3	3	3	4	4	5	4	3	2	4	4	4	2	3	66
63	XI MIPA	4	5	3	1	3	2	3	5	4	3	5	5	3	2	1	4	3	5	4	65
64	XI MIPA	4	4	5	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	3	69
65	XI MIPA	4	4	5	3	4	4	3	4	4	4	5	5	4	2	4	4	4	4	3	74
66	XI MIPA	3	5	5	2	3	2	5	3	3	3	5	5	3	2	1	5	5	3	1	64
67	XI MIPA	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	2	4	3	4	3	4	69
68	XI MIPA	4	4	4	3	3	2	4	3	4	2	5	4	2	3	2	3	4	3	3	62
69	XI MIPA	3	4	5	4	4	2	3	2	5	3	5	5	3	1	2	5	5	1	5	67
70	XI MIPA	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	5	4	3	72
71	XI MIPA	4	5	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	1	4	4	3	4	70
72	XI MIPA	5	3	3	4	2	2	1	4	2	2	2	1	3	1	1	3	5	1	1	46
73	XI MIPA	4	3	4	1	4	2	4	4	4	3	4	3	2	1	2	5	3	2	3	58
74	XI MIPA	3	5	4	2	4	3	5	2	5	3	4	3	3	3	4	5	4	4	4	70
75	XI MIPA	5	5	4	3	3	2	5	3	3	3	5	5	3	3	1	2	5	4	5	69
76	XI MIPA	4	5	5	2	4	2	4	3	3	3	4	1	4	2	1	4	4	4	4	63
77	XI MIPA	5	3	5	4	4	2	4	3	4	3	5	5	3	2	3	5	3	4	3	70
78	XI MIPA	5	5	5	4	5	2	4	4	5	4	5	5	3	5	5	5	3	4	2	80
79	XI MIPA	3	5	4	2	4	3	3	3	5	3	5	4	3	2	3	3	5	2	3	65
80	XI MIPA	4	5	5	3	3	2	4	3	5	2	5	4	5	2	3	4	5	5	5	74

81	XI MIPA	1	3	4	3	3	4	3	4	5	4	4	5	3	3	5	5	4	3	4	70
82	XI MIPA	3	4	5	4	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	5	3	4	3	62
83	XI MIPA	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	5	5	3	2	1	4	3	2	3	63
84	XI MIPA	3	5	4	4	4	3	4	3	4	5	5	3	4	2	1	3	5	4	3	69
85	XI MIPA	3	4	4	3	4	3	5	5	4	3	5	1	3	3	1	4	5	4	3	67
86	XI MIPA	3	4	5	4	4	3	4	3	4	5	5	3	4	2	2	3	5	4	3	70
87	XI MIPA	4	3	5	3	4	3	5	3	4	4	4	4	3	3	4	5	4	4	3	72
88	XI MIPA	5	3	5	5	3	4	4	4	5	4	5	5	4	3	4	4	5	4	3	79
89	XI MIPA	3	4	5	5	4	3	4	4	5	3	4	1	5	2	1	2	5	2	4	66
90	XI MIPA	5	4	4	2	4	2	3	3	5	4	4	5	3	2	3	5	4	2	5	69
91	XI MIPA	3	4	4	3	4	2	5	3	2	3	5	2	4	3	4	4	4	3	2	64
92	XI MIPA	5	3	4	4	3	3	3	4	4	2	5	5	4	3	3	3	5	3	3	69
93	XI MIPA	4	3	5	3	4	3	4	3	4	4	5	5	3	3	2	4	4	4	3	70
94	XI MIPA	4	3	4	1	4	3	4	4	4	3	4	3	2	1	2	5	3	2	3	59
95	XI MIPA	3	4	4	3	3	3	4	5	1	3	5	3	3	3	3	3	4	2	1	60
96	XI MIPA	3	4	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	4	4	57
97	XI MIPA	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	70
98	XI MIPA	3	3	5	5	4	1	4	4	4	3	5	5	2	2	3	3	3	1	2	62
99	XI MIPA	3	4	4	3	4	1	3	2	3	3	5	4	3	3	3	4	3	2	3	60
100	XI MIPA	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	62
101	XI MIPA	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	5	3	3	66
102	XI MIPA	4	3	5	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	2	3	5	4	3	4	68
103	XI MIPA	5	5	5	2	4	3	4	3	3	3	5	1	3	3	1	3	5	1	2	61
104	XI MIPA	3	4	4	3	5	3	5	5	5	3	5	5	3	2	3	2	4	3	4	71
105	XI MIPA	2	4	5	2	4	3	4	4	4	2	3	1	3	2	2	3	4	4	4	60
106	XI MIPA	5	4	5	2	5	3	5	2	4	4	5	2	3	2	3	1	3	3	4	65
107	XI MIPA	1	3	3	4	4	2	3	2	3	4	3	2	3	2	2	4	3	4	1	53
108	XI MIPA	4	4	3	5	5	4	4	3	3	3	5	4	3	2	3	4	3	2	3	67
109	XI MIPA	4	3	4	2	4	1	3	2	5	3	5	5	3	2	4	4	2	2	2	60
110	XI MIPA	1	4	4	1	3	4	4	3	5	5	5	4	1	2	3	5	3	1	4	62
111	XI MIPA	2	5	3	5	3	2	4	3	4	3	5	5	3	3	2	4	3	5	4	68
112	XI MIPA	2	3	5	3	2	1	3	1	5	2	5	5	3	2	1	5	3	1	3	55
113	XI MIPA	4	3	4	2	3	4	2	4	5	3	4	4	2	2	2	3	2	2	2	57
114	XI MIPA	3	4	3	3	3	3	3	2	5	3	3	2	3	2	1	4	4	4	4	59
115	XI MIPA	4	4	3	4	2	2	3	4	3	2	4	2	2	5	1	3	2	4	2	56
116	XI MIPA	2	5	3	5	4	3	5	3	4	3	5	3	4	3	2	4	3	4	4	69
117	XI MIPA	5	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	4	4	3	4	5	4	4	4	71
118	XI MIPA	4	3	4	2	4	2	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	63
119	XI MIPA	5	3	3	4	2	2	5	4	4	3	3	3	2	2	1	5	2	5	2	60
120	XI MIPA	3	3	4	3	3	4	3	3	5	4	4	3	1	4	3	3	4	1	1	59

121	XI MIPA	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	4	3	2	4	4	52
122	XI MIPA	2	5	3	5	3	2	4	3	4	3	5	4	3	3	2	4	3	4	4	66
123	XI MIPA	3	2	4	4	2	5	5	2	3	3	5	1	2	4	1	1	5	2	4	58
124	XI MIPA	2	4	3	2	4	3	5	1	4	1	1	1	3	2	1	3	3	2	1	46
125	XI MIPA	5	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	69
126	XI MIPA	4	4	5	4	4	2	4	4	4	3	5	1	3	2	2	4	4	5	2	66
127	XI MIPA	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	2	61
129	XI MIPA	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	63
130	XI MIPA	4	5	4	5	5	4	4	3	5	5	3	3	3	2	2	4	5	4	5	75
131	XI MIPA	5	5	4	5	4	4	3	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	3	1	80
132	XI MIPA	2	5	4	4	5	2	4	5	1	4	3	3	5	3	2	3	4	2	3	64
133	XI MIPA	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	65
134	XI MIPA	4	4	5	4	5	3	5	5	3	5	5	5	3	2	3	5	5	3	3	77
135	XI MIPA	3	3	3	2	4	3	3	3	1	3	3	3	2	2	1	5	2	2	2	50
136	XI MIPA	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	1	2	2	4	1	2	4	61
137	XI MIPA	3	5	4	2	4	3	4	5	4	3	4	4	2	2	1	5	4	5	5	69
138	XI MIPA	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	5	4	3	2	4	3	4	2	3	66
139	XI MIPA	3	5	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	61
140	XI MIPA	3	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	67
141	XI MIPA	2	4	3	2	4	3	3	3	3	3	5	4	4	4	2	3	4	2	4	62
142	XI MIPA	4	4	3	3	4	4	5	4	1	3	3	2	3	4	3	4	3	3	1	61
143	XI MIPA	3	5	5	4	4	4	4	3	5	4	3	4	3	3	5	5	3	3	2	72
144	XI MIPA	3	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	3	2	4	3	4	4	63
145	XI MIPA	3	3	4	1	4	1	4	1	5	5	4	5	1	5	5	5	4	2	5	67
146	XI MIPA	4	4	4	3	3	3	3	3	5	3	4	4	3	3	5	5	5	5	5	74
147	XI MIPA	3	4	4	3	4	3	3	5	5	3	3	2	3	3	3	2	2	4	4	63
148	XI MIPA	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	5	4	4	68
149	XI MIPA	2	5	4	3	4	2	3	3	3	2	4	4	4	2	3	3	3	2	1	57
150	XI MIPA	5	5	4	2	5	4	5	1	4	3	1	2	2	2	5	4	5	5	5	69
151	XI MIPA	3	4	4	3	4	4	5	5	5	5	5	3	4	3	2	4	1	4	3	71
152	XI MIPA	3	5	5	2	4	2	3	4	5	3	5	4	3	3	3	5	4	3	5	71
153	XI MIPA	2	5	4	3	3	4	3	1	5	5	5	4	3	3	3	5	5	3	3	69
154	XI MIPA	3	5	5	2	4	2	3	4	5	3	5	4	3	3	3	5	4	3	5	71
155	XI MIPA	3	5	5	3	4	4	4	3	4	4	5	5	3	3	3	5	3	4	3	73
156	XI MIPA	5	3	3	4	3	4	4	3	5	4	3	3	4	4	5	5	5	4	3	74
157	XI MIPA	5	4	5	1	4	2	3	3	4	4	4	4	3	1	1	4	5	4	3	64
158	XI MIPA	4	4	3	3	4	2	4	3	2	4	2	3	4	2	2	3	3	3	2	57
158	XI MIPA	3	5	4	3	3	3	3	2	4	3	5	1	3	2	3	3	4	3	3	60
159	XI SOS	4	5	4	3	4	4	4	3	5	3	3	2	2	4	4	5	4	3	3	69
160	XI SOS	5	5	3	1	4	1	5	1	5	1	2	1	1	1	4	1	3	4	5	53

161	XI SOS	3	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	67
162	XI SOS	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	2	4	64
163	XI SOS	5	5	4	3	4	4	4	1	5	2	4	2	3	4	1	2	2	2	2	59
164	XI SOS	5	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	4	4	3	4	5	4	4	4	71
165	XI SOS	4	3	4	2	4	2	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	63
166	XI SOS	3	4	4	3	5	3	3	3	4	4	3	4	3	1	3	3	3	2	5	63
167	XI SOS	5	5	5	4	5	2	4	4	5	4	5	5	3	5	5	5	3	4	2	80
168	XI SOS	3	5	4	2	4	3	3	3	5	3	5	4	3	2	3	3	5	2	3	65
169	XI SOS	3	5	5	4	5	3	3	3	3	3	4	2	2	4	3	2	4	3	2	63
170	XI SOS	1	4	1	5	4	2	3	1	1	4	5	5	1	5	1	2	1	1	3	50
171	XI SOS	3	4	4	4	4	3	4	4	1	3	4	2	4	2	3	4	4	4	2	63
172	XI SOS	4	4	4	2	3	2	3	3	2	3	5	4	2	1	1	4	3	4	5	59
173	XI SOS	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	73
174	XI SOS	2	4	3	2	2	4	5	4	2	3	4	2	2	2	2	1	5	4	4	57
175	XI SOS	4	4	4	3	2	2	3	3	5	3	3	3	2	4	1	4	5	1	3	59
176	XI SOS	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	62
177	XI SOS	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	61
178	XI SOS	1	5	5	1	5	2	5	5	1	4	5	2	5	2	1	4	5	2	1	61
179	XI SOS	3	5	4	2	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	2	67
180	XI SOS	1	4	4	1	3	4	4	3	5	5	5	4	1	2	3	5	3	1	4	62
181	XI SOS	3	4	4	4	2	3	4	1	5	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	61
182	XI SOS	1	4	4	1	3	4	4	3	5	5	5	4	1	2	3	5	3	1	4	62
183	XI SOS	2	2	4	4	3	1	2	1	3	2	4	4	2	4	1	4	2	2	4	51
184	XI SOS	3	3	3	4	4	2	4	2	4	3	5	4	3	5	3	3	4	3	2	64
185	XI SOS	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	3	3	2	2	3	4	4	63
186	XI SOS	2	2	4	4	3	1	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
187	XI SOS	4	5	4	3	5	3	3	5	1	2	3	3	5	2	3	1	3	2	2	59
188	XI SOS	3	5	5	3	5	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	4	2	4	4	64
189	XI SOS	4	4	3	1	3	2	2	5	2	3	3	2	2	3	3	2	4	3	4	55
190	XI SOS	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	59
191	XI SOS	2	5	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	5	3	3	3	3	3	63
192	XI SOS	3	5	5	3	5	3	3	3	2	4	3	1	3	2	4	5	3	2	1	60
193	XI SOS	2	3	4	5	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	61
194	XI SOS	5	5	4	3	4	3	4	3	5	3	3	3	3	4	3	3	3	3	5	69
195	XI SOS	3	5	4	4	3	2	5	5	2	3	3	1	3	4	1	3	3	3	1	58
196	XI SOS	1	4	4	1	3	4	4	3	5	5	5	4	1	2	3	5	3	1	4	62
197	XI SOS	3	5	4	2	4	3	5	4	1	2	3	2	5	1	2	1	1	5	5	58
198	XI SOS	3	5	4	2	4	3	4	3	4	3	5	5	3	2	5	5	3	5	3	71
199	XI SOS	2	4	4	2	4	3	2	4	4	2	1	3	4	3	2	3	4	3	2	56
200	XI SOS	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	2	5	5	4	5	5	88

201	XI SOS	3	5	3	3	5	2	4	4	4	1	4	4	3	4	2	4	4	5	4	68
202	XI SOS	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	61
203	XI SOS	1	5	5	1	5	2	5	5	1	4	5	2	5	2	1	4	5	2	1	61
204	XI SOS	5	3	3	4	3	3	3	2	5	4	3	3	2	3	3	3	5	2	5	64
205	XI SOS	3	4	4	3	4	2	4	3	3	2	5	3	3	3	2	3	4	2	2	59
206	XI SOS	1	5	5	2	4	2	2	3	2	5	5	5	4	2	2	2	5	4	2	62
207	XI SOS	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	5	4	3	2	2	3	3	2	2	52
208	XI SOS	4	5	5	3	5	3	4	3	1	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	70
209	XI SOS	4	4	5	4	4	4	5	1	2	3	4	3	4	4	4	2	2	3	4	66
210	XI SOS	2	4	4	2	3	2	4	3	3	3	4	1	3	2	3	3	5	3	1	55
211	XI SOS	1	4	4	1	3	4	4	3	5	5	5	4	1	2	3	5	3	1	4	62
212	XI SOS	1	4	4	1	3	4	4	3	5	5	5	4	1	2	3	5	3	1	4	62
213	XI SOS	4	3	5	4	2	1	5	5	1	4	3	2	2	1	1	3	4	4	1	55
214	XI SOS	4	2	2	2	3	2	3	2	2	2	5	2	1	2	1	1	1	3	3	43
215	XI SOS	1	4	5	2	4	3	5	5	3	2	5	5	3	3	1	3	4	4	4	66
216	XI SOS	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	89
217	XI SOS	1	4	4	1	3	4	4	3	5	5	5	4	1	2	3	5	3	1	4	62
218	XI SOS	5	4	2	3	3	5	2	2	3	2	1	2	1	3	3	3	5	4	5	58
219	XI SOS	1	4	4	1	3	4	4	3	5	5	5	4	1	2	3	5	3	1	4	62
220	XI SOS	1	5	4	1	3	4	4	3	5	5	5	4	1	2	3	5	3	1	4	63
221	XI SOS	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	2	2	4	2	5	3	4	2	61
222	XI SOS	5	4	5	3	4	2	3	3	4	4	5	3	3	3	2	4	5	4	3	69
223	XI SOS	2	4	4	1	3	4	4	3	4	5	5	4	1	2	3	5	3	1	4	62
224	XI SOS	5	5	4	2	5	2	5	2	4	1	5	4	4	1	2	4	4	4	1	64
225	XI SOS	2	5	4	3	3	4	3	1	5	5	5	4	3	3	3	5	5	3	3	69
226	XI SOS	3	5	5	2	4	2	3	4	5	3	5	4	3	3	3	5	4	3	5	71

Skala Prokrastinasi Akademik

RESPONDEN	KELAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	TOTAL
		F	UF	F	UF	F	UF	F	UF	F	UF									
1	XI Bahasa	1	2	1	3	1	1	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	1	3	36
2	XI Bahasa	4	3	4	1	1	3	4	3	4	4	4	3	2	4	2	3	4	5	58
3	XI Bahasa	4	3	4	1	1	3	4	3	4	4	4	3	2	4	2	3	4	5	58
4	XI Bahasa	2	4	2	3	2	3	5	3	2	4	4	2	2	3	1	1	2	2	47
5	XI Bahasa	2	2	3	3	3	4	5	3	3	3	2	5	1	5	1	3	3	3	54
6	XI Bahasa	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	4	1	2	3	2	2	1	3	38
7	XI Bahasa	4	4	1	4	1	2	4	2	1	4	4	2	4	2	2	2	1	4	48
8	XI Bahasa	5	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	64
9	XI Bahasa	2	4	1	4	1	2	4	2	1	2	4	2	4	2	2	2	1	4	44
10	XI Bahasa	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	50
11	XI Agama	3	4	2	2	3	3	4	3	2	2	4	1	2	3	3	4	1	3	49
12	XI Agama	3	5	2	4	1	1	3	4	2	1	4	4	3	3	3	2	2	1	48
13	XI Agama	5	5	3	5	3	4	4	4	2	4	3	2	5	2	4	4	1	3	63
14	XI Agama	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	4	3	5	3	2	2	1	2	41
15	XI Agama	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	5	1	1	1	1	2	1	1	25
16	XI Agama	1	2	2	2	1	4	4	3	1	3	4	2	3	2	2	3	1	5	45
17	XI Agama	3	4	3	2	1	3	3	3	1	3	3	2	5	3	1	1	1	4	46
18	XI Agama	4	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	58
19	XI Agama	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	4	4	3	46
20	XI Agama	3	5	4	4	3	3	3	4	4	5	5	4	5	4	3	3	2	1	65
21	XI Agama	4	4	1	2	2	2	4	2	1	4	2	2	2	4	2	4	2	4	48
22	XI Agama	1	4	1	4	1	1	1	2	1	4	4	1	1	1	1	2	1	5	36
23	XI Agama	4	4	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	5	3	4	2	4	4	54
24	XI Agama	1	2	1	3	1	1	2	2	2	3	3	2	1	1	2	3	1	2	33
25	XI Agama	3	2	3	2	3	2	4	2	2	4	4	2	3	3	2	3	2	2	48
26	XI Agama	4	3	3	2	2	4	3	3	3	2	4	2	3	4	3	3	2	4	54
27	XI Agama	1	1	1	2	1	1	2	2	2	3	4	2	1	1	1	1	1	2	29
28	XI Agama	4	5	4	5	2	4	5	4	3	5	5	3	2	3	3	3	3	2	65
29	XI Agama	2	2	2	2	1	3	3	3	1	1	4	2	1	1	2	2	2	3	37
30	XI Agama	3	4	1	4	1	1	4	4	1	4	2	4	4	2	2	4	1	4	50
31	XI Agama	5	5	4	5	1	1	5	5	3	4	5	4	5	3	2	4	3	2	66
32	XI Agama	2	3	2	3	2	4	4	4	2	3	4	2	2	2	2	2	3	2	48
33	XI Agama	2	3	2	3	2	3	2	3	1	1	5	3	1	2	2	4	2	2	43
34	XI Agama	3	3	3	3	2	2	4	5	1	3	4	2	3	3	1	3	2	3	50
35	XI Agama	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	3	59
36	XI Agama	3	4	2	5	1	1	2	2	1	2	3	2	5	4	1	1	1	3	43
37	XI Agama	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	39
38	XI Agama	3	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	3	5	3	2	3	3	3	58
39	XI Agama	2	4	2	4	2	3	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	1	3	43
40	XI MIPA	3	4	3	3	3	4	3	4	2	3	5	3	5	3	3	2	3	3	59

41	XI MIPA	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	47
42	XI MIPA	2	4	3	2	1	4	4	4	3	4	5	4	4	3	2	3	3	3	58
43	XI MIPA	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	54
44	XI MIPA	3	3	2	4	2	3	4	3	2	4	3	3	4	3	2	3	2	2	52
45	XI MIPA	3	4	3	2	1	1	1	1	1	4	3	2	3	2	2	2	1	1	37
46	XI MIPA	2	3	1	2	1	1	3	2	2	5	5	2	3	2	2	2	1	1	40
47	XI MIPA	3	2	2	2	3	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	39
48	XI MIPA	2	3	3	4	3	3	4	1	3	4	4	2	5	3	1	1	1	4	51
49	XI MIPA	2	3	2	3	1	2	2	2	2	4	4	3	5	5	2	3	3	1	49
50	XI MIPA	2	4	4	4	3	2	3	2	4	4	4	3	5	4	2	3	4	3	60
51	XI MIPA	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	2	3	3	2	2	1	4	45
52	XI MIPA	2	3	1	2	1	1	1	3	2	1	3	1	4	4	2	1	1	2	35
53	XI MIPA	5	4	3	5	2	3	3	3	3	3	4	3	5	3	3	3	2	3	60
54	XI MIPA	4	3	3	2	1	1	4	3	2	5	5	2	5	5	3	2	1	3	54
55	XI MIPA	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	4	4	5	4	2	3	1	1	50
56	XI MIPA	4	2	1	2	1	3	5	5	1	4	5	1	5	4	2	5	1	3	54
57	XI MIPA	3	4	1	3	1	3	4	2	2	3	4	2	4	1	3	2	1	3	46
58	XI MIPA	2	3	2	3	2	3	4	3	2	5	5	2	5	4	2	3	2	2	54
59	XI MIPA	3	4	3	1	2	1	5	3	4	4	5	3	3	3	1	3	2	1	51
60	XI MIPA	2	1	2	1	1	2	3	1	2	2	3	2	3	3	1	2	1	3	35
61	XI MIPA	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	50
62	XI MIPA	3	2	2	3	1	4	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	45
63	XI MIPA	2	3	3	3	1	3	3	3	2	4	5	2	5	5	2	2	2	4	54
64	XI MIPA	2	3	2	1	1	3	2	3	1	2	3	3	3	2	2	4	3	3	43
65	XI MIPA	3	1	2	3	2	5	2	1	2	2	3	2	5	3	2	2	1	2	43
66	XI MIPA	2	3	3	3	2	2	5	4	1	3	4	3	5	3	4	2	3	5	57
67	XI MIPA	2	3	1	4	3	3	3	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	45
68	XI MIPA	4	3	3	3	1	4	5	4	2	4	4	3	4	3	2	2	3	2	56
69	XI MIPA	4	4	3	1	1	5	5	3	2	3	5	2	4	4	1	2	3	2	54
70	XI MIPA	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	2	2	2	2	46
71	XI MIPA	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	2	3	50
72	XI MIPA	4	4	4	5	3	5	3	3	2	1	5	4	5	5	5	3	4	2	67
73	XI MIPA	4	4	3	3	2	4	4	4	2	3	4	3	5	3	3	3	3	3	60
74	XI MIPA	2	3	2	2	1	2	1	1	1	4	5	1	3	3	2	1	1	5	40
75	XI MIPA	3	3	2	2	2	2	5	3	2	2	4	3	3	3	2	2	1	3	47
76	XI MIPA	1	3	1	2	2	1	4	1	1	3	5	2	5	2	1	2	1	3	40
77	XI MIPA	2	2	2	2	2	1	3	1	1	1	1	2	3	3	2	2	1	2	33
78	XI MIPA	5	4	3	4	2	2	2	3	2	2	4	2	1	2	3	2	1	3	47
79	XI MIPA	3	2	3	2	1	3	4	3	1	2	4	2	3	3	2	1	3	1	43
80	XI MIPA	2	3	2	3	1	4	3	3	1	1	3	1	4	3	1	3	1	3	42

81	XI MIPA	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	44
82	XI MIPA	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	3	4	4	1	3	3	2	53
83	XI MIPA	3	4	3	2	3	3	4	3	2	2	4	3	5	3	3	2	3	2	54
84	XI MIPA	1	1	2	2	1	1	3	1	1	3	2	2	1	1	2	2	1	2	29
85	XI MIPA	2	2	3	3	2	4	3	3	2	4	4	2	3	3	2	3	2	2	49
86	XI MIPA	1	1	2	2	1	1	3	1	1	3	4	4	1	1	2	2	1	2	33
87	XI MIPA	2	3	3	1	1	3	2	2	1	3	5	2	3	4	1	2	1	1	40
88	XI MIPA	2	2	1	1	1	1	3	4	1	2	3	1	2	2	1	2	1	4	34
89	XI MIPA	3	1	2	2	1	2	4	2	1	3	2	2	3	3	2	2	1	2	38
90	XI MIPA	4	2	2	3	1	2	4	2	2	3	4	2	3	2	2	3	2	2	45
91	XI MIPA	4	4	2	2	2	4	5	3	1	4	4	3	2	2	4	2	3	3	54
92	XI MIPA	3	2	3	1	1	3	3	2	1	5	5	3	3	2	1	2	1	3	44
93	XI MIPA	2	3	2	2	1	3	3	2	2	3	5	2	3	4	1	2	1	2	43
94	XI MIPA	4	4	3	3	2	4	4	4	2	3	4	2	5	3	3	3	3	3	59
95	XI MIPA	2	2	3	3	2	4	3	3	2	4	4	2	3	3	2	3	2	2	49
96	XI MIPA	3	4	3	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2	1	3	53
97	XI MIPA	3	3	2	3	2	4	2	4	3	4	4	2	3	2	2	3	2	3	51
98	XI MIPA	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	5	3	2	2	3	2	1	4	46
99	XI MIPA	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	3	2	2	48
100	XI MIPA	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	4	2	2	3	3	51
101	XI MIPA	3	3	3	3	1	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	1	3	47
102	XI MIPA	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	1	36
103	XI MIPA	2	3	2	4	4	4	4	4	2	5	5	1	5	1	5	3	1	3	58
104	XI MIPA	4	4	3	4	3	2	4	3	2	4	5	3	3	3	3	3	2	2	57
105	XI MIPA	2	2	1	3	4	3	4	2	2	3	5	1	3	2	3	2	1	3	46
106	XI MIPA	2	5	3	4	2	3	1	1	1	1	3	3	2	4	1	3	3	2	44
107	XI MIPA	3	4	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	59
108	XI MIPA	3	4	3	3	2	4	4	4	2	4	3	3	3	4	2	2	4	3	57
109	XI MIPA	3	2	3	2	3	3	2	1	2	3	4	3	4	3	1	1	1	3	44
110	XI MIPA	3	2	1	4	1	2	2	1	1	3	5	2	3	3	1	3	1	3	41
111	XI MIPA	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	2	57
112	XI MIPA	4	3	3	2	3	5	5	5	3	5	1	5	3	3	2	3	3	3	61
113	XI MIPA	3	4	3	4	3	4	2	4	3	4	5	4	3	4	4	4	4	2	64
114	XI MIPA	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	5	2	5	4	1	3	1	3	46
115	XI MIPA	4	4	4	5	3	4	3	4	3	5	4	4	5	3	3	4	5	3	70
116	XI MIPA	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	58
117	XI MIPA	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	3	2	2	2	4	44
118	XI MIPA	4	3	2	3	3	4	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	2	4	56
119	XI MIPA	3	3	3	2	3	4	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	55
120	XI MIPA	3	4	2	2	2	2	3	2	2	1	5	3	3	4	1	3	2	3	47

121	XI MIPA	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	56
122	XI MIPA	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	58
123	XI MIPA	5	3	4	3	3	5	3	2	3	3	4	5	3	2	5	5	3	2	63
124	XI MIPA	5	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	59
125	XI MIPA	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	5	3	3	3	2	2	2	2	48
126	XI MIPA	3	2	2	2	2	2	2	2	1	4	4	2	3	2	2	2	3	2	42
127	XI MIPA	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	52
129	XI MIPA	3	3	3	5	1	3	5	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	54
130	XI MIPA	2	2	3	1	1	2	4	3	2	3	5	2	3	4	1	1	2	2	43
131	XI MIPA	3	2	1	1	1	1	2	5	1	1	5	1	3	1	1	1	1	1	32
132	XI MIPA	3	3	1	4	1	3	5	3	3	3	3	1	2	1	1	1	1	1	40
133	XI MIPA	2	3	3	2	3	3	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	52
134	XI MIPA	4	2	1	4	2	3	4	2	3	5	5	3	4	3	3	2	2	2	54
135	XI MIPA	4	4	3	5	3	4	4	3	2	4	3	2	5	2	4	4	1	3	60
136	XI MIPA	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	65
137	XI MIPA	2	3	2	2	2	4	2	2	2	4	5	3	2	3	1	1	2	1	43
138	XI MIPA	3	2	3	4	2	2	2	2	2	3	4	3	4	3	2	2	2	2	47
139	XI MIPA	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
140	XI MIPA	2	3	2	2	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	47
141	XI MIPA	3	4	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	2	3	4	3	3	4	52
142	XI MIPA	4	5	3	4	1	5	5	5	2	5	5	4	4	3	2	5	3	5	70
143	XI MIPA	2	1	3	2	3	2	5	2	3	2	2	3	2	3	1	1	2	2	41
144	XI MIPA	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	2	2	2	4	3	3	59
145	XI MIPA	3	3	3	1	1	5	5	3	2	1	5	3	3	3	1	1	1	5	49
146	XI MIPA	3	3	3	2	3	3	4	4	2	3	5	3	4	3	1	3	3	4	56
147	XI MIPA	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	44
148	XI MIPA	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	50
149	XI MIPA	4	5	2	5	1	2	5	5	1	5	4	2	3	3	2	5	1	3	58
150	XI MIPA	4	4	3	5	3	4	5	4	3	5	4	3	5	4	3	4	1	3	67
151	XI MIPA	2	2	1	1	2	1	3	2	2	2	3	3	5	3	1	3	1	2	39
152	XI MIPA	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	2	3	2	3	44
153	XI MIPA	3	2	2	4	1	3	3	2	1	3	4	2	3	3	2	2	2	3	45
154	XI MIPA	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	2	3	2	3	44
155	XI MIPA	2	2	2	3	5	1	3	2	1	3	3	3	2	3	1	3	1	1	41
156	XI MIPA	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	43
157	XI MIPA	2	2	3	4	5	1	3	1	1	3	5	1	3	2	1	4	1	1	43
158	XI MIPA	3	2	3	4	3	3	3	4	2	4	4	2	4	3	3	3	2	4	56
158	XI MIPA	3	4	3	3	3	3	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	60
159	XI SOS	2	3	1	3	2	1	3	2	2	3	4	2	2	3	2	1	1	3	40
160	XI SOS	3	5	4	5	1	3	5	3	1	5	5	3	5	4	1	1	3	5	62

161	XI SOS	5	4	3	5	4	5	4	3	2	4	3	2	5	2	4	4	1	3	63
162	XI SOS	2	3	3	2	2	3	4	2	3	2	5	2	3	3	2	2	1	2	46
163	XI SOS	3	5	5	3	2	4	1	2	5	3	2	2	4	3	4	1	5	5	59
164	XI SOS	3	5	2	5	4	5	4	3	2	4	3	2	5	1	4	4	2	5	63
165	XI SOS	5	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	4	60
166	XI SOS	1	2	3	3	2	3	2	4	1	2	2	2	5	5	2	3	1	3	46
167	XI SOS	4	3	2	3	3	4	4	5	5	3	4	3	2	3	3	3	2	4	60
168	XI SOS	4	5	3	2	5	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	59
169	XI SOS	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	2	3	4	2	3	3	2	50
170	XI SOS	4	5	3	3	1	4	4	5	1	4	2	2	5	5	2	5	3	5	63
171	XI SOS	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	58
172	XI SOS	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	4	3	2	2	2	4	45
173	XI SOS	4	3	2	2	3	2	4	4	2	4	4	3	2	3	3	3	2	4	54
174	XI SOS	1	5	2	4	5	5	4	1	3	4	3	1	3	4	4	1	1	4	55
175	XI SOS	5	5	3	2	3	5	3	3	3	3	4	3	5	4	4	3	3	3	64
176	XI SOS	2	3	4	2	2	3	3	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	44
177	XI SOS	1	1	1	2	1	1	2	2	2	3	4	2	1	1	1	1	1	2	29
178	XI SOS	5	4	4	3	3	4	5	4	3	5	5	3	2	3	3	3	3	2	64
179	XI SOS	2	4	2	2	1	1	2	2	1	3	5	1	1	1	2	2	1	2	35
180	XI SOS	5	4	2	1	1	5	5	5	4	1	5	1	2	2	3	4	4	5	59
181	XI SOS	4	2	3	3	2	3	4	2	3	3	4	3	5	3	2	3	2	4	55
182	XI SOS	5	5	5	2	3	4	2	4	3	4	5	4	3	4	4	4	4	2	67
183	XI SOS	5	5	4	4	3	5	5	5	4	4	5	3	5	4	4	4	3	2	74
184	XI SOS	4	1	4	4	5	1	4	4	2	1	5	5	5	2	4	4	3	4	62
185	XI SOS	4	4	3	3	3	4	4	3	2	2	4	4	3	3	2	4	3	2	57
186	XI SOS	4	4	2	3	3	4	4	3	4	5	5	1	5	3	5	5	3	5	68
187	XI SOS	2	2	1	3	2	1	3	2	1	4	5	1	5	3	4	4	1	3	47
188	XI SOS	3	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	48
189	XI SOS	4	4	3	4	1	4	3	4	1	4	1	5	2	4	3	2	5	3	57
190	XI SOS	3	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
191	XI SOS	2	4	2	3	3	4	4	2	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	55
192	XI SOS	1	3	3	2	1	3	3	3	1	5	5	2	5	3	3	4	1	5	53
193	XI SOS	3	3	2	4	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	52
194	XI SOS	4	4	3	3	4	5	5	2	4	4	5	4	3	3	2	1	1	4	61
195	XI SOS	5	2	1	5	1	3	4	4	1	5	3	1	5	4	3	4	1	5	57
196	XI SOS	5	5	1	4	1	2	5	5	1	5	4	2	3	1	3	2	5	4	58
197	XI SOS	4	4	4	5	4	3	5	3	5	5	2	2	1	1	4	3	1	4	60
198	XI SOS	2	2	2	3	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	3	2	1	3	41
199	XI SOS	5	4	2	4	2	4	4	3	4	4	5	2	2	1	3	5	2	2	58
200	XI SOS	1	1	1	1	1	1	4	1	1	5	1	1	1	1	1	4	1	1	28

201	XI SOS	2	2	4	1	3	2	2	3	4	2	4	2	3	2	2	2	2	4	46
202	XI SOS	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	3	2	2	2	3	3	3	53
203	XI SOS	5	5	1	2	1	2	5	5	1	5	4	2	3	1	3	3	2	5	55
204	XI SOS	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	5	1	1	1	3	50
205	XI SOS	3	4	2	3	2	5	4	4	3	4	4	2	3	2	2	2	2	4	55
206	XI SOS	3	4	2	1	2	3	3	4	2	4	5	2	3	3	2	3	3	2	51
207	XI SOS	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	64
208	XI SOS	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	4	3	5	3	1	3	2	3	48
209	XI SOS	4	1	3	5	3	1	3	3	4	5	4	3	4	3	2	4	3	1	56
210	XI SOS	3	5	3	3	4	3	2	4	1	4	3	2	3	3	4	4	2	4	57
211	XI SOS	5	5	2	4	2	1	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	60
212	XI SOS	2	4	4	3	4	1	4	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	57
213	XI SOS	4	5	4	4	3	4	5	5	2	5	4	4	4	4	3	4	3	4	71
214	XI SOS	3	3	5	2	3	5	5	4	5	1	3	4	5	3	4	4	4	3	66
215	XI SOS	2	4	2	2	2	3	3	3	2	4	4	3	2	3	2	2	2	2	47
216	XI SOS	1	1	1	5	5	1	4	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	33
217	XI SOS	2	2	4	4	5	5	3	4	2	5	4	3	2	5	2	3	1	1	57
218	XI SOS	4	3	4	3	5	4	5	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	75
219	XI SOS	2	3	1	3	2	1	3	2	5	3	4	2	2	3	2	1	1	4	44
220	XI SOS	3	5	4	5	1	3	5	3	1	5	5	3	5	4	1	2	3	5	63
221	XI SOS	3	5	2	3	1	4	4	4	3	2	5	3	3	3	2	4	3	3	57
222	XI SOS	2	2	1	2	1	3	3	2	1	2	2	1	3	2	2	3	1	2	35
223	XI SOS	5	5	3	2	4	5	3	4	2	3	2	2	3	3	4	3	3	4	60
224	XI SOS	5	2	1	2	1	4	4	2	1	5	4	4	1	1	1	5	1	1	45
225	XI SOS	5	4	5	4	4	3	4	3	4	4	4	2	2	1	3	5	2	2	61
226	XI SOS	4	4	3	4	3	3	3	4	5	3	4	4	3	3	4	3	2	3	62

Lampiran 15

Lampiran Surat Selesai Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA MANADO
MADRASAH ALIYAH NEGERI MODEL 1
PLUS KETERAMPILAN MANADO
Jl. Hasanudin 14 Kelurahan Islam Kec. Tuminting Telp (0431) 864492
NPSN : 60725207 Email : manmodel1manado14@gmail.com

Nomor : B-321/Ma.23.01/PP.00.6/06/2022 Manado, 10 Juni 2022
Lampiran : -
Perihal : Keterangan Selesai Penelitian

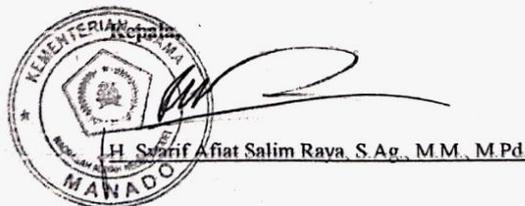
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Manado
Jl. Dr. S. A. Sarungdajang Kawasan Ring Road I

Dengan hormat, berdasarkan Surat Nomor : B-162/28/In.25/F.III/TL.00.1/03/2022
Tanggal 25 Maret 2022 perihal Permohonan Izin Penelitian maka dengan ini kami
menerangkan bahwa Mahasiswa :

Nama : Sitti Maryam Abdullah
NIM : 18.3.6.004
Semester : VII (Delapan)
Program Studi S1 : Psikologi Islam
Judul Penelitian : *"Hubungan Regulasi Diri dengan Prokstinasi Akademik pada Siswa Kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Manado"*.

Telah selesai melaksanakan Penelitian di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Model 1
Plus Keterampilan Manado.

Demikian surat keterangan ini dibuat atasnya diucapkan terimakasih.


H. Saifur Afiat Salim Raya, S.Ag., M.M., M.Pd

Tembusan :
1. Kepala Kantor Kementerian Agama Kota Manado
2. Arsip

Lampiran 16

Output SPSS Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		226
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.49104750
Most Extreme Differences	Absolute	.050
	Positive	.050
	Negative	-.032
Test Statistic		.050
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 17

Output SPSS Uji Linieritas Skala Regulasi Diri dan Prokrstinasi Akademik

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrstinasi. Akademik * Regulasi.Diri	Between Groups (Combined)	9670.025	35	276.286	4.907	.000
	Linearity	7740.889	1	7740.889	137.495	.000
	Deviation from Linearity	1929.136	34	56.739	1.008	.464
	Within Groups	10696.917	190	56.300		
Total		20366.942	225			

Lampiran 18

Output SPSS Uji Korelasi

		Regulasi Diri	Prokrastinasi Akademik
Regulasi.Diri	Pearson Correlation	1	-.616**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	226	226
Prokrastinasi.Akademik	Pearson Correlation	-.616**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	226	226

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

Lampiran 19**Output SPSS Analisis Deskriptif****Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Regulasi.Diri	226	43	89	64.49	7.263
Prokrastinasi.Akademik	226	25	75	50.84	9.514
Valid N (listwise)	226				

Lampiran 20
Dokumentasi



Gambar 1 : Observasi Awal.



Gambar 2: Uji Aiken's V – *Expert Judgement*.



Gambar 3: Uji Coba 30 siswa.



Gambar 4 : Penelitian Hari Pertama.



Gambar 5: Penelitian Hari Kedua.



Gambar 6: Penelitian Hari Ketiga.



Gambar 7: Penelitian Hari Keempat.



Gambar 8: Penerimaan Surat Selesai Penelitian Seklaigus Ucapan Terimakasih Kepada Pihak Sekolah.

RIWAYAT HIDUP**DATA PRIBADI**

Nama : Sitti Maryam Abdullah
Tempat, Tanggal Lahir : Ibolian, 6 Februari 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Usia : 22 Tahun
Tinggi, Berat Badan : 155 cm, 56 kg
Alamat : Perumahan Malendeng, Perkamil
E-mail : sittimaryamabdullah7@gmail.com
No. Hp : 085256231670
Nama Ayah : Alm. Abdullah Imran
Nama Ibu : Nasrah Ridwan Sampo

LATAR BELAKANG PENDIDIKAN

2005 – 2006 : TK Swadharma Werdhi Agung
2006 – 2012 : SDN 1 Werdhi Agung
2012 – 2015 : SMP Negeri 1 Dumoga
2015 – 2018 : SMA Swadharma Werdhi Agung
2018 – Sekarang : Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Manado