

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA/I SMPK ADISUCIPTO PENFUI KUPANG
(Studi Deskriptif Kuantitatif Pada Siswa/Siswi Kelas VII-A SMPK Adisucipto
Penfui Kupang Tahun Pelajaran 2015/2016)**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

Oleh

KAROLINA BODI

No. Regis 11109022

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Jurusan Ilmu Pendidikan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDIRA
KUPANG**

2016

LEMBAR PENGESAHAN

Disetujui dan disahkan pada tanggal : 04 Juni 2016

Oleh

Pembimbing I



Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd

Pembimbing II

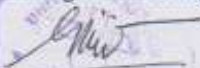


Drs. Blasius Radja, M.Si

Mengetahui :

Ketua Program Studi

Bimbingan Konseling



Dra. Maria Erlinda, M.Pd

Mengesahkan

Dekan FKIP



Dr. Damianus Tutek, MA

Dipertahankan dihadapan panitia penguji skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Katolik Widya Mandira Kupang. Jurusan Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan Dan Konseling dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan demi memperoleh gelar sarjana pendidikan (S-1) pada tanggal 04 juni 2016.

PANITIA PENGUJI



Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd
Ketua



Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd
Sekretaris



Drs. Yohanes Demon, M.Si
Penguji I



Dra. Maria Erlinda, M. Pd
Penguji II



Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd
Penguji III

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Kegagalan hanya terjadi bila kita menyerah

PERSEMBAHAN:

Karya ilmiah ini ku persembahkan untuk :

- 1. Tuhan Yesus Kristus,**
- 2. Bapak dan Mama tercinta yang sudah bersusah payah membiayai studi ku dan dengan setia mendukung dan menantikan keberhasilan saya.**
- 3. Kakak, adik dan teman seperjuangan yang selalu memberikan saya dukungan dan motivasi dalam menyusun skripsi ini.**
- 4. Alma Mater tercinta Universitas Katolik Widya Mandira Kupang.**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Kuasa, karena bimbingan-Nya sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul :Hubungan Antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa (studi deskriptif kuantitatif pada siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016).

Masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa/siswi kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016?

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa/siswi kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016. Dari penelitian ini di peroleh hasil bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa/siswi kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak, baik langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti dengan hati yang tulus ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Damianus Talok, MA, sebagai Dekan FKIP Unwira Kupang yang telah membantu peneliti dalam memperlancar urusan penelitian.

2. RD. Yonas Kamlasi S.Fil, selaku kepala SMPK Adisucipto Penfui Kupang yang mengizinkan peneliti melakukan kegiatan penelitian pada SMPK Adisucipto Penfui Kupang.
3. Dra. Maria Erlinda, M.Pd, sebagai Ketua Progran Studi Bimbingan dan Konseling yang selalu memotivasi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd sebagai pembimbing I, yang dengan penuh kesabaran membimbing peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Drs. Blasius Radja M.Si, Sebagai Pembimbing II yang telah membimbing dan mengarahkan peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Yohanes. G. Hokon, S.Pd sebagai konselor sekolah pada SMPK Adisucipto Penfui Kupang yang telah membantu peneliti selama proses penelitian.
7. Siswa kelas VII-A SMPK Adisupto Penfui Kupang, yang bersedia meluangkan waktu, dan memberikan data yang dibutuhkan dalam penelitian.
8. Bapak/ibu Dosen Program Studi BK yang telah memberikan pengetahuan bagi peneliti selama ini.

9. Bapak tercinta, mama tercinta yang selalu membantu dan mendukung peneliti baik dalam bentuk materi maupun moril dari awal kuliah sampai pada penyelesaian skripsi ini.
10. Adik tersayang Mardy Bodi dan semua sepupu tercinta yang senantiasa mendukung peneliti dalam bentuk doa dari awal kuliah hingga penyelesaian skripsi ini.
11. Teman-teman seangkatan 2009 dan mahasiswa Program Studi BK yang dengan caranya sendiri membantu dan mendukung peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
12. Teman-teman kos yang dengan caranya sendiri membantu serta mendukung peneliti dari awal kuliah hingga peneliti menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga dengan rendah hati peneliti sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca demi penyempurnaan skripsi ini, dan semoga tulisan ini bermanfaat bagi para pembaca.

Kupang, 2016

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
ABSTRAK.....	xi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan masalah.....	3
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	4
D. Anggapan Dasar dan Hipotesis Penelitian.....	6
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	9
F. Penegasan Konsep.....	11
BAB II. LANDASAN TEORETIS.....	13
A. Kontrol Diri.....	13
1. Pengertian Kontrol Diri.....	15
2. Ciri-ciri Kontrol Diri.....	17
3. Aspek-aspek Kontrol Diri.....	18
4. Faktor –faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	18
5. Prinsip – prinsip Dalam Mengontrol Diri.....	29
6. Jenis- jenis Kontrol Diri.....	21
B. Prokrastinasi Akademik.....	22
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik.....	22
2. Ciri –ciri Prokrastinasi Akademik.....	26
3. Sebab –sebab Prokrastinasi Akademik.....	27
4. Teori Perkembangan Prokrastinasi Akademik.....	28
5. Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMP.....	29
C. Kerangka Berpikir.....	31
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN.....	33
A. Metode Penelitian.....	33
B. Populasi dan Sampel.....	33
C. Teknik dan Alat Pengumpul Data.....	34
D. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	34

E. Analisis Validitas Angket.....	42
1. Validitas untuk Angket Kontrol Diri.....	42
2. Validitas untuk Angket Prokrastinasi Akademik Siswa.....	47
3. Reliabilitas Instrumen untuk Angket Kontrol Diri.....	50
4. Reliabilitas Instrumen untuk Angket Prokrastinasi Akademik...	52
F. Teknik Analisis Data.....	54
BAB IV PENGUMPULAN, PENGOLAHAN, DAN INTERPRETASI DATA HASIL PENELITIAN.....	55
A. Pengumpulan Data.....	55
B. Pengolahan dan Analisis Data.....	58
C. Interpretasi Data dan Pembahasan Hasil Analisis Data.....	68
BAB V PENUTUP.....	76
A. Simpulan.....	76
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN – LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Kisi- kisi Angket Kontrol Diri
- Lampiran 2 : Angket Kontrol Diri
- Lampiran 3 : Kisi- kisi Angket Prokrastinasi Akademik Siswa
- Lampiran 4 : Angket Prokrastinasi Akademik siswa
- Lampiran 5 : Surat Permohonan Izin Penelitian dari Peneliti Kepada Ketua Program Studi Bimbingan Konseling
- Lampiran 6 : Surat Permohonan Izin dari Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Kepada Dekan FKIP Unwira Kupang
- Lampiran 7 : Surat Permohonan Izin dari Dekan FKIP Unwira Kupang kepada Ketua Pelaksana Kegiatan Yaswari Keuskupan Agung Kupang
- Lampiran 8 : Surat Keterangan Selesai Penelitian Dari Kepala SMPK Adisucipto Penfui Kupang
- Lampiran 9 : Daftar Nama Responden Uji Coba
- Lampiran 10 : Tabulasi Skor Uji Coba Angket Kontrol Diri
- Lampiran 11 : Tabel Data Uji Coba Dan Tabel Perhitungan Validitas Angket Sub Variabel Kemampuan Mengarahkan Diri
- Lampiran 12 : Tabel Data Uji Coba Dan Tabel Perhitungan Validitas Angket Sub Variabel Kemampuan Mengatur Diri
- Lampiran 13 : Tabel Data Uji Coba Dan Tabel Perhitungan Validitas Angket Sub Variabel Kemampuan Mengendalikan Diri
- Lampiran 14 : Tabel Data Uji Coba Dan Tabel Perhitungan Validitas Angket Sub Variabel Kemampuan Mengubah Perilaku
- Lampiran 15 : Tabulasi Skor Uji Coba Variabel Prokrastinasi Akademik

- Lampiran 16 : Tabel Data Uji Coba Dan Tabel Perhitungan Validitas Angket Sub Variabel Kecenderungan Untuk Menunda Menyelesaikan Tugas atau Pekerjaan Rumah
- Lampiran 17 : Tabel Data Uji Coba Dan Tabel Perhitungan Validitas Angket Sub Variabel Tidak Efisien dalam Menggunakan Waktu
- Lampiran 18 : Tabulasi Skor Belahan Ganjil dan Genap Angket Kontrol Diri
- Lampiran 19 : Perhitungan Reliabilitas Ganjil Genap Angket Kontrol Diri
- Lampiran 20 : Tabulasi Skor Belahan Ganjil dan Genap Angket Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 21 : Perhitungan Reliabilitas Ganjil Genap Angket Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 22 : Daftar Nama Responden Penelitian
- Lampiran 23 : Data Penelitian Variabel Kontrol Diri
- Lampiran 24 : Data Penelitian Variabel Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 25 : Tabel Data Penelitian dan Perhitungan Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa
- Lampiran 26 : Tabel Data Penelitian dan Perhitungan Hubungan Antara Kemampuan Mengarahkan Diri dengan Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 27 : Tabel Data Penelitian dan Perhitungan Hubungan Antara Kemampuan Mengendalikan Diri dengan Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 28 : Tabel Data Penelitian dan Perhitungan Hubungan Antara Kemampuan Mengatur Diri dengan Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 39 : Tabel Data Penelitian dan Perhitungan Hubungan Antara Kemampuan Mengubah Perilaku dengan Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 30 : Tabel Nilai-nilai Product Moment

ABSTRAK

Judul skripsi: Hubungan Antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016. Rumusan masalah umum Apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016? Masalah khusus apakah ada hubungan antara kemampuan mengarahkan diri, kemampuan mengendalikan diri, kemampuan mengatur diri dan kemampuan mengubah perilaku dengan prokrastinasi akademik siswa.

Tujuan penelitian: Tujuan umum mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016, Tujuan khusus untuk mengetahui hubungan antara kemampuan mengarahkan diri, kemampuan mengendalikan diri, kemampuan mengatur diri, dan kemampuan mengubah perilaku dengan prokrastinasi akademik siswa.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknik wawancara tertulis dan alat pengumpul data berupa angket. Adapun teknik analisis data yang digunakan adalah Korelasi Product Moment dari Pearson. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel bebas (X) kontrol diri dan variabel terikat (Y) prokrastinasi akademik.

Sampel dari penelitian ini adalah siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang Tahun Pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 25 orang. Sampel uji coba instrumen adalah siswa/i kelas VII-B yang berjumlah 25 orang.

Hasil analisis data penelitian diketahui $r_{hitung} = 0.485$. Hasil perhitungan ini dikonsultasikan dengan r_{tabel} *product moment* pada taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan (db/df) = $N-2$ ($25-2 = 23$), yaitu 0.413. Jadi, $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan demikian hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016, serta ada hubungan antara kemampuan mengarahkan diri, mengendalikan diri, mengatur diri dan mengubah perilaku dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang Tahun Pelajaran 2015/2016

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan saran kepada : a). Kepala Sekolah: Sebagai pemimpin dalam lembaga agar dapat membangun kerja sama dengan seluruh personil sekolah dalam upaya meningkatkan kontrol diri siswa. b) Guru Mata Pelajaran: Sebagai tenaga pendidik agar dapat mendorong dan memperhatikan siswa/i untuk mengontrol diri agar tidak terjadi prokrastinasi akademik. c) Konselor: Agar dapat membangun kerja sama yang baik dengan kepala sekolah, orang tua, para guru dan personil sekolah lainnya untuk lebih meningkatkan layanan bimbingan bagi siswa yang mengalami masalah prokrastinasi akademik. d) Siswa-siswi: dapat dijadikan sebagai pedoman dan menambah pengetahuan mengenai kontrol diri serta dapat menghindari hal-hal yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik.