

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Tempat dan Waktu Penelitian

3.1.1. Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di SMA Negeri 9 Medan yang beralamat di Jalan Jermal Raya Sei Mati Medan.

3.1.2. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2014.

3.2. Identifikasi Variabel

Berdasarkan tujuan penelitian serta rumusan hipotesis, maka identifikasi variabel dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel bebas adalah *self-efficacy* dan *self-regulated learning*.
2. Variabel terikat adalah prokrastinasi akademik.

3.3. Defenisi Operasional

Defenisi operasional dari variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Prokrastinasi akademik secara operasional diartikan sebagai suatu tindakan menunda yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang untuk memulai atau menyelesaikan suatu tugas akademik, dan menggantinya dengan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan tidak begitu penting untuk menghindari kecemasan dan perasaan tidak menyenangkan lainnya

yang berkaitan dengan pengerjaan tugas akademik. Adapun indikatornya diambil dari ciri-ciri perilaku prokrastinasi yaitu (1) penundaan memulai dan menyelesaikan tugas (2) terlambat mengerjakan tugas (3) adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual (4) menghindari tugas dengan melakukan aktivitas lain. Skor yang diperoleh dari jawaban responden terhadap skala prokrastinasi akademik akan memberikan gambaran tentang sikap prokrastinasi akademik.

- b. *Self-efficacy* secara operasional diartikan sebagai keyakinan seseorang bahwa ia mampu melakukan tugas tertentu dengan baik disertai dengan kemampuannya dalam menghadapi tekanan situasi dan masalah dengan pola adaptasi tertentu yang ditunjukkan dalam bentuk perilaku. Adapun indikator dari *self-efficacy* diambil dari dimensi-dimensi *self-efficacy* yaitu (1) *Level*; (2) *Strength*; (3) *Generality*. Skor yang diperoleh dari jawaban responden terhadap skala *self-efficacy* akan memberikan gambaran tentang *self-efficacy* responden.
- c. *Self-regulated learning* secara operasional diartikan sebagai proses bagaimana seorang peserta didik dapat mengatur pembelajarannya sendiri dengan mengaktifkan kognitif, afektif dan perilakunya sehingga tercapai tujuan belajarnya. Adapun indikatornya masing-masing adalah :
1. Kognitif dengan indikator (a) *rehearsal*; (b) *elaboration*; (c) *organization*; (d) *metacognition regulation*.
 2. Motivasi dengan indikator (a) *self-consequating* (b) *environment structuring* (c) *mastery self-talk* (d) *performance* atau *extrinsic self-talk* (e)

relative ability self-talk (f) situational interest enhancement (g) personal interest.

3. Perilaku dengan indikator (a) *effort regulation*; (b) *time /study environment*; (c) *help seeking*.

Skor yang diperoleh dari jawaban responden terhadap skala *self-regulated learning* akan memberikan gambaran tentang *self-regulated learning* responden.

3.4. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa-siswi SMA Negeri 9 Medan yang melakukan prokrastinasi akademik yang diperoleh melalui *screening* yaitu sebanyak 108 siswa. Mengingat sampel dari penelitian ini adalah siswa yang melakukan prokrastinasi akademik, maka terlebih dahulu dicari responden yang melakukan prokrastinasi akademik dengan melakukan *screening* menggunakan kuesioner prokrastinasi yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya, dan jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 108 siswa. Setelah diperoleh siswa yang melakukan prokrastinasi akademik tersebut ditentukan menggunakan subjek dalam penelitian adalah seluruh siswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Kemudian dilakukan penelitian terhadap responden yang melakukan prokrastinasi akademik dengan memberikan kuesioner prokrastinasi akademik.

3.5. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan dua cara yaitu yang pertama melalui data primer dimana data primer diperoleh melalui responden dengan menggunakan kuesioner dan yang kedua melalui data sekunder yaitu data yang diperoleh dari tempat penelitian untuk mengetahui jumlah sampel yang ada. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Hadi (2004) mendefinisikan skala sebagai metode penelitian yang menggunakan daftar pernyataan yang harus dijawab atau daftar isian yang harus diisi oleh sejumlah subjek dan berdasarkan atas jawaban atau isian tersebut, peneliti mengambil kesimpulan mengenai subjek yang diselidiki.

Metode skala menurut Arikunto (2007) mempunyai beberapa kelebihan dan kekurangan. Kelebihan dari metode skala adalah: (1) metode skala adalah metode praktis, (2) tenaga yang diperlukan sedikit dan tidak memerlukan keahlian tertentu, (3) subjek dapat menjawab dengan leluasa tanpa dipengaruhi oleh orang lain. Adapun kelemahan skala antara lain adalah: (1) peneliti mungkin tidak dapat langsung berhadapan dengan subjek penelitian, sehingga bila hal-hal yang kurang jelas maka keterangan lebih lanjut sulit diperoleh, (2) biasanya skala yang dikeluarkan tidak semuanya kembali, (3) kesalahan dalam pelaksanaan penelitian, kurang jelasnya pertanyaan-pertanyaan akan menyebabkan kurang validnya bahan yang diperoleh.

Beberapa antisipasi yang dilakukan untuk mengatasi kelemahan skala adalah: (1) dilakukan penyusunan skala yang sebaik-baiknya, yaitu dengan

menguatkan bahasa yang sederhana, jelas dan singkat untuk menghindari kesalahan interpretasi, (2) subjek diberikan alternatif jawaban, (3) subjek diberikan penjelasan tentang pengisian skala dengan benar (Arikunto, 2007).

Skala yang digunakan untuk mengungkapkan data tentang prokrastinasi akademik, *self-efficacy*, dan *self-regulated learning*. Skala disusun dengan menggunakan sistem penilaian skala Likert yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS), yang memuat pernyataan yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* adalah pernyataan yang mendukung sedangkan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak mendukung. Pada pengisian skala ini, sampel diminta untuk menjawab pertanyaan yang ada dengan memilih salah satu jawaban dari beberapa alternatif jawaban yang tersedia. Untuk perhitungan skor pada tiap-tiap alternatif jawaban dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.1
Nilai Skor Jawaban

Kode	Favorable	Unfavorable
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4
TS (Tidak Setuju)	2	3
S (Setuju)	3	2
SS (Sangat Setuju)	4	1

Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tiga macam skala yaitu:

1. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala ini terdiri dari item-item berupa pernyataan yang mengarah pada informasi mengenai data yang hendak diungkap dan meminta sampel untuk memilih salah satu jawaban dari beberapa alternatif jawaban yang telah disediakan.

Skala prokrastinasi akademik dalam penelitian ini disusun berdasarkan ciri-ciri prokrastinasi akademik menurut Ferrari, Johnson, dan McCown (dalam Gufron dan Rini, 2010), yaitu: (a) penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, (b) keterlambatan dalam mengerjakan tugas, (c) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan (d) melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Tabel 3.2 Kisi-kisi skala prokrastinasi akademik

No	Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik	Nomor Butir		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	1,5,10,18,33,34,49	11,12,19,20,35,36,50	14
2	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	6,8,21,22,37,38,51	2,13,23,24,40,41,52	14
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual	7,14,25,26,39,42,53	3,15,27,28,43,46,54	14
4	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	9,16,29,30,44,45,55	4,17,31,32,47,48,56	14
Total		28	28	56

2. Skala *Self-efficacy*

Dalam penelitian ini, pengukuran *self-efficacy* disusun berdasarkan dimensi-dimensi *self-efficacy* menurut Bandura (1997), yaitu: (a) tingkatan (*level*), (b) keadaan umum (*generality*), (c) kekuatan (*strength*).

Tabel 3.3 Kisi-kisi skala *self-efficacy*

Dimensi	Indikator	Jumlah item		Jumlah
		F	UF	
<i>Level</i>	Keyakinan individu atas kemampuannya terhadap tingkat kesulitan tugas	1,9,17,20	5,13	6
	Pemilihan tingkah laku berdasarkan hambatan atau tingkat kesulitan suatu tugas atau aktivitas	2,10	6,14	4
<i>Strength</i>	Tingkat kekuatan atau keyakinan atau pengharapan individu terhadap kemampuannya	3,11,18,21	7,15	6
<i>Generality</i>	Keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan tugas di berbagai aktivitas	4,12,19,22	8,16	6
Total		14	8	22

3. Skala *Self-regulated learning*

Skala *Self-regulated learning* yang digunakan diadaptasi dari *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSQL) yang

dikembangkan oleh Pintrich, Smith, Garcia & Mc Keachie (dalam Artino, 2009). MSLQ terdiri atas 81 item dengan dua skala yakni *Motivation Scale* dan *Learning Strategies Scale*.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bagian kedua dari MSLQ yaitu *Learning Strategies Scale* yang berjumlah 50 item. Adapun dimensi dari skala ini adalah: *rehearsal*, *elaboration*, *organization*, *Critical Thinking*, *Metacognitive Self-regulation*, *Time/Study Environmental Management*, *Effort Regulation*, *Peer Learning*, *Help Seeking*.

Tabel 3.4 Kisi-kisi skala *self-regulated learning*

No	Dimensi	Indikator	Item		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1	Latihan	- Mengulang materi pelajaran dan menulis catatan	8,15,28		3
		- Aktif menghadiri kelas	42		1
2	Elaborasi	- Membangun hubungan internal dengan hal yang harus dipelajari	31,33,38		3
		- Menggunakan informasi dari berbagai sumber untuk memahami materi	22,36,50		3
3	Pengorganisasian	- Mengelompokkan, memilih ide utama	1,11,32		3

		<p>dari materi pelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"> - Menyusun dan memperhatikan judul, diagram, tabel, gambar dan grafik, dalam memahami materi 	18		1
4	Berpikir kritis	<ul style="list-style-type: none"> - Selalu tertarik tentang hal yang baru diketahui dan memikirkan kemungkinan alternatif - Mengembangkan ide-ide yang dimiliki 	7,40		2
			16,20,35		3
5	Pengaturan dari metakognitif	<ul style="list-style-type: none"> - Menyusun strategi dan rencana dalam proses belajar - Mengontrol dan mengevaluasi proses belajar yang telah dijalankan 	5,10,23,24,30,45,47,48	26	9
			13,25		2
6	Manajemen waktu dan lingkungan belajar	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat jadwal waktu untuk belajar - Mengatur tempat khusus untuk belajar 	12,39,42	21,46,49	6
			4,34		2
7	Pengaturan usaha	<ul style="list-style-type: none"> - Pengaturan <i>self-management</i> - Komitmen untuk menyelesaikan tugas 	17,43		2
				6,29	2
8	Belajar dengan teman	<ul style="list-style-type: none"> - Pertukaran ide dan informasi dengan teman - Bekerja sama dengan teman dalam 	3,19		2

		menyelesaikan tugas	14		1
9	Pencarian bantuan	- Meminta bantuan teman	37,44	9	3
		- Meminta bantuan guru	27		1
Jumlah			42	8	50

Sebelum pengumpulan data dilakukan, terlebih dahulu dilakukan uji atas alat ukur yang akan digunakan berupa kuesioner dengan uji validitas dan uji reliabilitas sehingga penelitian ini benar-benar menunjukkan nilai yang sah. Uji coba dilakukan kepada siswa yang tidak termasuk dalam responden penelitian. Cara yang ditempuh adalah dengan memberikan skala kepada siswa di SMA Negeri 9 Medan yang terpilih sebagai responden uji coba sebanyak 30 orang siswa diluar sampel.

3.5.1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur seberapa tepat suatu tes melakukan fungsi ukurnya. Validitas alat ukur diuji dengan menghitung korelasi antara nilai yang diperoleh dari setiap butir pertanyaan dengan keseluruhan yang diperoleh pada alat ukur tersebut. Metode yang digunakan adalah *Product Moment Pearson* menggunakan SPSS 19.0 *for windows* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{XY} = \frac{(N \cdot \sum XY) - (\sum X) \cdot (\sum Y)}{\sqrt{[(N \cdot \sum X^2) - (\sum X)^2] \cdot [(N \cdot \sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

dimana:

r_{XY}	= Koefisien korelasi antara skor butir dan skor total
$\sum X$	= Jumlah skor butir
$\sum Y$	= Jumlah skor total
$\sum XY$	= Jumlah perkalian skor butir dan skor total
N	= Jumlah responden
$\sum X^2$	= Jumlah kuadrat skor butir
$\sum Y^2$	= Jumlah kuadrat skor total

Nilai korelasi (r) dapat dilihat dari tabel *correlation* kolom skor total baris *pearson correlation*. Untuk menguji koefisien korelasi ini digunakan *level of significant* = 5%. Jika nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ berarti valid, demikian sebaliknya.

3.5.2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dimaksudkan untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten jika dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama, maka uji reliabilitas yang dilakukan sama. Pengujian reliabilitas hanya memperhitungkan butir pertanyaan yang valid. Reliabilitas diukur dengan menghitung korelasi skor butir pertanyaan dengan komposit totalnya. Teknik uji reliabilitas yang digunakan adalah reliabilitas internal dengan menggunakan SPSS 19.0 *for windows*. Rumusnya adalah:

$$r_{11} = \left(\frac{n}{n-1} \right) \cdot \left(1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right)$$

Dimana:

r_{11} = Reliabilitas instrument (koefisien *Cronbach's Alpha*)

V_t = varians total atau varians skor total

$\sum V_i$ = jumlah keseluruhan varians item

n = jumlah item (yang valid)

3.5.3. Pengolahan Data

Setelah data dikumpulkan, langkah selanjutnya adalah dengan melakukan pengolahan data dengan langkah-langkah berikut:

a. *Editing*

Memeriksa hasil kuesioner yang telah dilaksanakan untuk mengetahui kesesuaian jawaban responden. Dalam *editing* tidak dilakukan penggantian jawaban dengan maksud agar data tersebut konsisten dan sesuai dengan tujuan penelitian.

b. *Coding*

Coding merupakan pemberian tanda atau kode pada setiap jawaban dari kuesioner yang berguna untuk memudahkan analisa pada waktu pengolahan data.

c. *Tabulating*

Merupakan kegiatan menyusun dan menghitung data hasil pengkodean untuk disajikan dalam tabel sesuai dengan kategori variabel.

3.6. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ini terdiri dari:

1. Persiapan penelitian meliputi:
 - a. membuat perumusan masalah.
 - b. menentukan variabel penelitian.
 - c. melakukan studi pustaka untuk memperoleh landasan teori yang tepat dari variabel penelitian.

- d. menentukan, menyusun dan menyiapkan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian.
 - e. menentukan lokasi penelitian dan waktu penelitian.
2. Pengujian alat ukur menggunakan uji regresi berganda melalui bantuan program SPSS 19.0 *for windows*.
 3. Pelaksanaan penelitian dan pengolahan data yang meliputi:
 - a. pemberian kode dan memberikan skor terhadap hasil yang diperoleh dari responden.
 - b. Metode penelitian ini menggunakan rancangan analitik dengan desain *cross sectional* untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa.
 - c. Menghitung dan menginput data yang diperoleh melalui computer kemudian dianalisis dengan program SPSS 19.0 *for windows*.
 - d. Mengolah data yang telah dikumpulkan untuk dilakukan analisa.
 - e. Menganalisa hasil penelitian.
 - f. Membuat pembahasan berdasarkan kajian teori.
 - g. Membuat kesimpulan laporan akhir penelitian.
 - h. Setelah hasil penelitian dilaporkan kemudian dilakukan uji hipotesis.

3.7. Teknik Analisis Data

Teknik analisa data dalam penelitian ini terdiri dari tiga bagian yaitu uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas kemudian dilakukan uji hipotesa yang menggunakan uji regresi berganda untuk mengetahui hubungan

antara variabel bebas dengan variabel terikat yang akan diuraikan sebagai berikut:

3.7.1. Uji Prasyarat

Sebelum melakukan uji regresi terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat data. Menurut Hadi (1993) ada tiga syarat yang harus dipenuhi sebelum data dianalisis dengan teknik analisis korelasi dan regresi, yaitu : pengambilan sampel harus secara *random* (acak), hubungan antar ubahan harus linier, dan distribusi data harus normal. Adapun uji prasyarat data yang dipakai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah variabel penelitian ini terdistribusi secara normal atau tidak. Jenis uji yang digunakan adalah uji Kolmogorov-Smirnov. Kaidah yang digunakan adalah jika nilai signifikansi atau nilai probabilitas lebih besar 0,05 maka sebaran data tersebut normal. Dan sebaliknya jika nilai probabilitasnya lebih kecil dari 0,05 maka sebaran data tersebut tidak normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel prokrastinasi dengan variabel *self-efficacy* dan variabel *self-regulated learning* memiliki hubungan yang linier. Untuk uji linieritas digunakan *F test* dengan rumus sebagai berikut:

$$F_{reg} = \frac{RK_{reg}}{RK_{res}}$$

Keterangan:

F_{reg} = harga untuk garis regresi

RK_{reg} = rerata kuadrat

RK_{res} = rerata kuadrat residu

Untuk mengetahui interpretasi data dari hasil uji linieritas tersebut dengan membandingkan harga F_{hitung} terhadap harga F_{tabel} pada taraf signifikansi 5%. Jika harga $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka hubungan variabel X dengan variabel Y dinyatakan linier, sebaliknya jika harga $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka hubungan variabel X dengan variabel Y dinyatakan tidak linier (Hadi, 2004).

3.7.2. Analisis Regresi Berganda

Tujuan dari analisis regresi berganda untuk menganalisa dan menjelaskan hubungan *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Model persamaan garis regresi untuk dua predictor tersebut dirumuskan sebagai berikut: $Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$ (Hadi, 2004)

Dimana:

Y = Prokrastinasi akademik siswa SMA

a = Konstanta

b_1, b_2 = Koefisien regresi

X_1 = *Self-efficacy*

X_2 = *Self-regulated learning*

e = Error (Variabel yang tidak diteliti)

3.7.3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui signifikansi dari hasil penelitian digunakan uji F. Fungsi dari uji F untuk mengetahui apakah variabel bebas (X_1, X_2) memiliki hubungan dengan variabel terikat (Y) serta untuk menguji apakah hipotesis yang diajukan diterima atau ditolak. Interpretasi hipotesis yang digunakan dalam uji F adalah:

- a. $H_0: b_1, b_2 = 0$ (tidak ada hubungan *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA)
- b. $H_0: b_1, b_2 \neq 0$ (ada hubungan *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA)

Interpretasi data dalam penelitian ini adalah nilai F_{hitung} akan dibandingkan dengan nilai F_{tabel} dengan pengambilan keputusan adalah: hipotesis nihil (H_0) diterima jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ dan sebaliknya hipotesis nihil (H_0) ditolak jika $F_{hitung} > F_{tabel}$. Menurut Sugiyono (2004) Nilai F_{hitung} dapat diperoleh dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$F = \frac{R^2(N-m-1)}{m(1-R^2)}$$

Keterangan:

F = signifikansi

N = cacah kasus

m = cacah predictor

R^2 = koefisien determinasi antara variabel X dan Y

Untuk mengetahui nilai koefisien korelasi ganda menggunakan rumus sebagai berikut:

$$R_{y1,2}^2 = \frac{JK_{(reg)}}{\Sigma y^2}$$



BAB IV

HASIL PENELITIAN

4.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian

SMA Negeri 9 Medan beralamat di jalan Sei Mati Kecamatan Medan Marelan dan telah berdiri sejak tahun 1966 dan NPSN dengan nomor 10210862. Saat ini SMA Negeri 9 Medan dipimpin oleh seorang kepala sekolah yaitu Bapak Sofyan SPd. SMA Negeri 9 Medan memiliki sarana dan prasarana yaitu ruang belajar sebanyak 21 kelas, laboratorium komputer dan laboratorium IPA. Adapun Visi dari SMA Negeri 9 Medan adalah Berkepribadian dengan Kecerdasan Intelektual (IQ), Emosional (EQ) dan Spritual (SQ), serta terampil di Era Globalisasi. Sedangkan Misi sekolah meliputi:

1. Mampu memahami, menerima dan menyerahkan diri secara baik dan benar sesuai dengan potensi yang dimiliki secara optimal.
2. Memiliki kepribadian dengan kecerdasan yang serasi dan seimbang antara intelektual, emosional dan spiritual.
3. Memiliki keterampilan secara umum berhubng dengan kecerdasan yang dimiliki (*life skill*) sesuai cita individual.
4. Dapat memanfaatkan mata pelajaran muatan lokal “Maritim dan Perikanan” sebagai alternatif karir.
5. Menjadikan hidup: berdisiplin, jujur, optimis dan saling menghormati sebagai budaya dan kebutuhan hidup.
6. Gemar membaca dan cinta teknologi.

4.2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dan reliabilitas dilaksanakan di SMA Negeri 9 Medan terhadap 30 siswa yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi. Jika nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ berarti valid, dan demikian sebaliknya. Adapun r_{tabel} untuk pengujian validitas dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan responden sebanyak $n = 30$ sehingga r_{tabel} diperoleh 0,361 (Arikunto, 2006). Berdasarkan perhitungan yang dilakukan dengan bantuan SPSS 19 *for windows* diketahui hasilnya sebagai berikut:

1. Variabel Prokrastinasi Akademik

Tabel 4.1. Hasil Uji Validitas Prokrastinasi Akademik

No	Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik	Nomor Butir			
		Favorabel		Unfavorabel	
		Valid	Gugur	Valid	Gugur
1	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	1, 5, 10, 18, 33, 34, 49	-	11, 12, 19, 35, 36, 50	20
2	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	6, 21, 22, 37, 38, 51	8	2, 13, 23, 24, 41	40, 52
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	7, 25, 26, 39, 42, 53	14	3, 15, 27, 28, 43, 46, 54	-
4	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	9, 16, 30, 44, 45, 55	29	4, 17, 31, 32, 47, 48, 56	-
Total		28	3	28	3

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui dari 56 instrumen yang diujikan ternyata yang tidak valid adalah item angket nomor 8, 14, 20, 29, 40 dan 52. Sedangkan *Cronbach's Alpha* diperoleh 0,921 sehingga dapat dinyatakan variabel prokrastinasi akademik adalah reliabel.

2. Variabel *Self-Efficacy***Tabel 4.2. Hasil Uji Validitas *Self-Efficacy***

No	Dimensi- dimensi <i>self- efficacy</i>	Indikator	Nomor Butir				Jumlah
			<i>Favourable</i>		<i>Unfavourable</i>		
			Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	<i>Level</i>	- keyakinan individu atas kemampuannya terhadap tingkat kesulitan tugas	1,9,17, 20	-	5,13	-	6
		- pemilihan tingkah laku berdasarkan hambatan atau tingkat kesulitan tugas atau aktivitas	2,10	-	6,14	-	4
2.	<i>Strength</i>	- tingkat kekuatan atau keyakinan atau pengharapan individu terhadap kemampuannya	3,11,18 ,21	-	7,15	-	6
3.	<i>Generality</i>	- keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan tugas di	4,12,19 ,22	-	8,16	-	6

		berbagai aktivitas					
Jumlah			14	-	8	-	22

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui seluruh butir variabel *self-efficacy* (X_1) tidak ada butir yang tidak valid. Dengan demikian seluruh butir variabel *self-efficacy* valid. Sedangkan *Cronbach's Alpha* diperoleh 0,860 sehingga dapat dinyatakan variabel *self efficacy* adalah reliabel.

1. Variabel *Self-Regulated Learning*

Tabel 4.3. Hasil Uji Validitas *Self-Regulated Learning*

No	Aspek	Strategi Belajar	Nomor Butir			
			Favourable		Unfavourable	
			Valid	Gugur	Valid	Gugur
1	Kognitif	a) <i>Rehearsal</i>	1, 55	-	7, 56	-
		b) <i>Elaboration</i>	52, 53	-	2, 54	-
		c) <i>Organizing</i>	50, 51	-	6, 49	-
		d) <i>Metacognitive Regulation</i>	3, 46	-	47, 48	-
2	Motivasi	a) <i>Mastery self-talk</i>	4, 43	-	44, 45	-
		b) <i>Extrinsic self-talk</i>	39, 41	-	5, 40	-
		c) <i>Relative ability self-talk</i>	8, 38	-	9, 42	-
		d) <i>Relevance enhancement</i>	10, 37	-	14, 35	-
		e) <i>Situational interest enhancement</i>	13	34	11, 36	-
		f) <i>Self-consequating</i>	32	15	12, 33	-
		g) <i>Environment structuring</i>	18, 30	-	16, 31	-
3	Perilaku	a) <i>Effort regulation</i>	19, 28	-	17, 27	-
		b) <i>Time/ study</i>	20, 26	-	21, 29	-

		<i>environment</i>				
		<i>c) Help-seeking</i>	24, 25	-	22, 23	-
Jumlah			23	2	25	0

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui dari 50 butir yang diujicobakan ternyata yang tidak valid adalah butir nomor 15 dan 34. Sedangkan *Cronbach's Alpha* diperoleh 0,915 sehingga dapat dinyatakan variabel *self-regulated learning* adalah reliabel.

4.3 Hasil Penelitian

Pada bagian ini membahas hal yang berkaitan dengan proses penelitian, hasil analisis data dan pembahasan mengenai hubungan *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa. Penelitian ini diharapkan memperoleh hasil sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan, oleh karenanya diperlukan analisis data yang tepat serta pembahasan mengenai analisis data tersebut secara jelas agar tujuan dari penelitian yang telah ditetapkan dapat tercapai. Hasil penelitian ini dimulai dengan langkah-langkah sebagai berikut:

4.3.1 Hasil Uji Prasyarat

Sebelum melakukan analisis dengan menggunakan analisis korelasi, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat terhadap data penelitian. Uji prasyarat yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi uji normalitas dan uji linieritas yang diuraikan sebagai berikut:

1. Hasil Uji Normalitas

Uji persyaratan mensyaratkan bahwa data setiap variabel yang akan dianalisa harus berdistribusi normal. Oleh karena itu sebelum pengujian hipotesis

dilakukan, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas. Data dinyatakan berdistribusi normal jika nilai koefisien *Kolmogorov-Smirnov* lebih besar dari 0,05. Hasil perhitungan normalitas dengan program SPSS 19 for windows sebagaimana Tabel 4.4 berikut.

Tabel 4.4 Uji Normalitas Variabel
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Self_efficacy	Self_regulated_ learning	Prokrastinasi _akademik
N		108	108	108
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	61,74	137,60	175,94
	Std. Deviation	13,689	35,312	7,250
Most Extreme Differences	Absolute	,114	,113	,117
	Positive	,113	,069	,117
	Negative	-,114	-,113	-,062
Kolmogorov-Smirnov Z		1,185	1,175	1,212
Asymp. Sig. (2-tailed)		,121	,127	,106

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

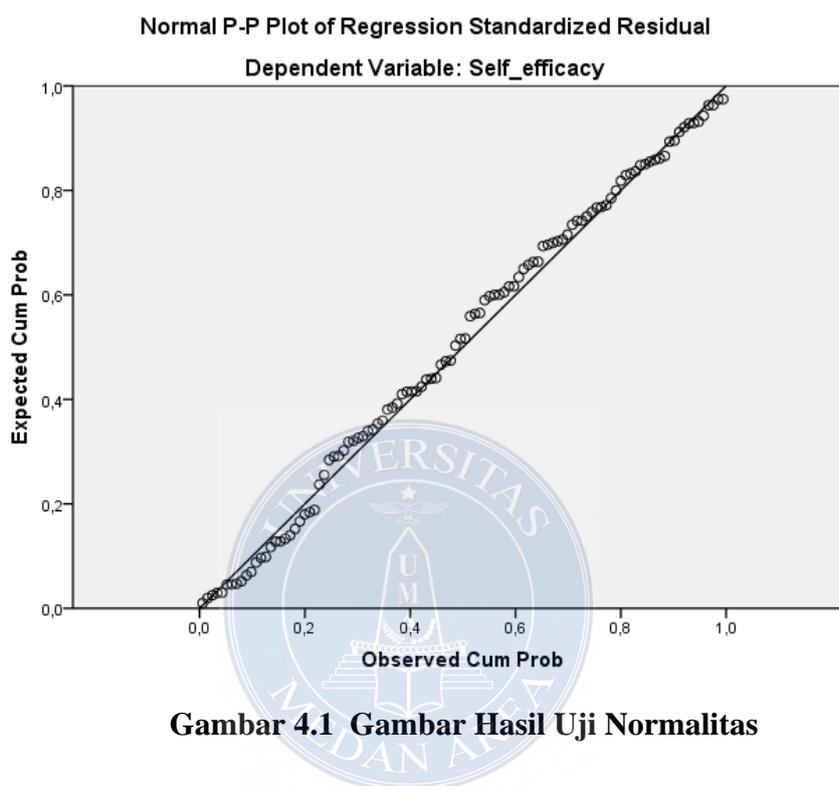
Berdasarkan Tabel 4.4 di atas diperoleh nilai koefisien Kolmogorov-Smirnov untuk variabel prokrastinasi akademik sebesar 1,212 dan nilai signifikansi $0,106 > 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel prokrastinasi akademik berdistribusi normal.

Selanjutnya dari Tabel 4.4 di atas diperoleh nilai koefisien Kolmogorov-Smirnov untuk variabel *self-efficacy* sebesar 1,185 dan nilai signifikansi $0,121 > 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel *self-efficacy* berdistribusi normal.

Dari Tabel 4.4 di atas juga diperoleh nilai koefisien Kolmogorov-Smirnov untuk variabel *self-regulated learning* sebesar 1,175 dan nilai

signifikansi $0,127 > 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel *self-regulated learning* berdistribusi normal.

Selanjutnya hasil normalitas dapat dilihat pada Gambar 4.1 berikut.



Gambar 4.1 Gambar Hasil Uji Normalitas

2. Hasil Uji Linieritas

Tujuan uji linieritas adalah untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel tergantung. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linier atau tidaknya sebaran adalah jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka sebaran dinyatakan linier dan jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka sebaran dinyatakan tidak linier. Hasil perhitungan yang dilakukan peneliti dengan bantuan program SPSS 19 *for windows* adalah sebagai berikut:

- a. Variabel prokrastinasi akademik berdasarkan *self-efficacy*

Variabel prokrastinasi akademik berdasarkan *self-efficacy* diperoleh $F_{hitung} (17,199) > F_{tabel} (3,41)$, dan signifikan pada taraf 0,000. Dengan demikian dikatakan hubungan variabel X_1 dengan variabel Y dinyatakan linier. Hasil uji linieritas disajikan dalam Tabel 4.5 berikut.

Tabel 4.5 Hasil Uji Linieritas Y atas X_1

ANOVA					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	785,083	1	785,083	17,199	,000
Residual	4838,584	106	45,647		
Total	5623,667	107			

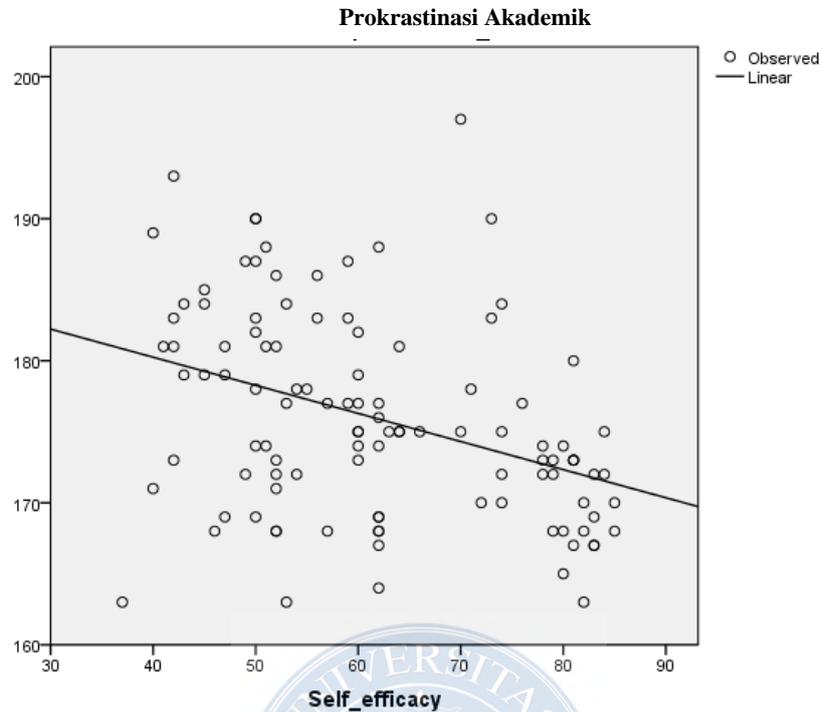
The independent variable is Self_efficacy.

Sedangkan persamaan regresi untuk Y atas X_1 ditunjukkan pada Tabel 4.6 berikut.

Tabel 4.6 Koefisien Persamaan Y atas X_1

Coefficients					
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Self_efficacy	-,198	,048	-,374	-4,147	,000
(Constant)	188,161	3,017		62,372	,000

Berdasarkan Tabel 4.6 diketahui persamaan regresi Y atas X_1 adalah $\hat{Y} = 188,161 - 0,198 X_1$. Besar t_{hitung} untuk persamaan Y atas X_1 adalah $-4,147 > t_{tabel} (1,67)$, dan signifikan pada taraf 0,000. Selanjutnya hasil Uji Linieritas Y atas X_1 dapat dilihat pada Gambar 4.2 berikut.



Gambar 4.2 Gambar Hasil Uji Linieritas Y atas X_1

b. Variabel prokrastinasi akademik berdasarkan *self-regulated learning*

Variabel prokrastinasi akademik berdasarkan *self-regulated learning* diperoleh $F_{hitung} (24,039) > F_{tabel} (3,41)$, dan signifikan pada taraf 0,000. Dengan demikian dikatakan hubungan variabel X_2 dengan variabel Y dinyatakan linier. Hasil uji linieritas disajikan dalam Tabel 4.7 berikut.

Tabel 4.7 Hasil Uji Linieritas Y atas X_2

ANOVA					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	1039,596	1	1039,596	24,039	,000
Residual	4584,071	106	43,246		
Total	5623,667	107			

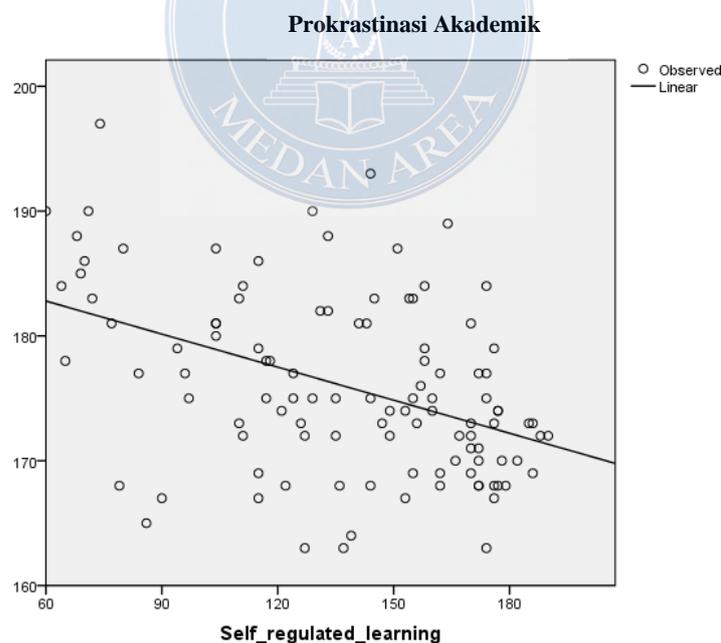
The independent variable is Self_regulated_learning.

Sedangkan persamaan regresi untuk Y atas X_2 ditunjukkan pada Tabel 4.8 berikut.

Tabel 4.8 Koefisien Persamaan Y atas X_2

	Coefficients				
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Self_regulated_learning	-,088	,018	-,430	-4,903	,000
(Constant)	188,091	2,557		73,563	,000

Berdasarkan Tabel 4.8 diketahui persamaan regresi Y atas X_2 adalah $\hat{Y} = 188,091 - 0,088 X_2$. Besar t_{hitung} untuk persamaan Y atas X_2 adalah $-4,903 > t_{tabel} (1,67)$, dan signifikan pada taraf 0,000. Selanjutnya hasil Uji Linieritas Y atas X_2 dapat dilihat pada Gambar 4.3 berikut.



Gambar 4.3 Gambar Hasil Uji Linieritas Y atas X_2

4.3.2. Hasil Analisis Deskriptif Data

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Untuk menganalisis hasil penelitian, peneliti menggunakan angka yang dideskripsikan dengan menguraikan kesimpulan yang didasari oleh angka yang diolah dengan metode statistik. Hal ini dapat dilakukan dengan bantuan statistik deskriptif dari data yang sudah dianalisis yang umumnya mencakup jumlah subjek (N), mean skor skala (M), standar deviasi (σ), varians (s), skor minimum (Xmin), dan skor maksimum (Xmaks), serta statistik lain yang dirasa perlu. Distribusi frekuensi yang digunakan menggunakan kategorisasi berdasarkan model distribusi normal (Azwar, 2002).

Selanjutnya untuk mengetahui kategori kecenderungan dari data angket prokrastinasi akademik, *self-efficacy*, dan *self-regulated learning* yang diperoleh maka dilakukan dengan uji kecenderungan, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Dihitung skor tertinggi ideal (Stt) dan skor terendah ideal (Str).
- b. Dihitung rata-rata skor ideal (Mi) dan standar deviasi ideal (SDi), sebagai berikut:

$$Mi = \frac{Stt + Str}{2}$$

$$SDi = \frac{Stt - Str}{6}$$

dimana:

Stt = Skor tertinggi ideal

Str = Skor terendah ideal

- c. Dari besaran Mi dan SDi yang diperoleh dapat ditentukan empat kategori kecenderungan sebagai berikut:

Tabel 4.9. Penggolongan Kriteria Analisis Berdasarkan Mean

Interval	Kriteria
< $M_i - 1,5 SD_i$ $M_i - 1,5 SD_i$ s/d M_i > M_i s/d $M_i + 1,5 SD_i$ > $M_i + 1,5 SD_i$	Rendah Kurang Cukup Tinggi

Keterangan:

M_i = Mean ideal

SD_i = Standar deviasi ideal

Deskripsi data di atas memberikan gambaran penting mengenai distribusi skor skala pada kelompok subjek yang dikenai pengukuran dan berfungsi sebagai informasi mengenai keadaan subjek pada aspek atau variabel yang diteliti (Azwar, 2002).

1. Hasil Data Sampel Prokrastinasi Akademik

Kuesioner pertama diberikan di SMA Negeri 9 Medan untuk mengetahui jumlah siswa yang mengalami prokrastinasi akademik, dan hasil yang diperoleh sebanyak 108 siswa mengalami prokrastinasi akademik dari 300 orang siswa SMA Negeri 9 Medan.

2. Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik

Hasil pengolahan data dari variabel prokrastinasi akademik diperoleh sebagai berikut:

a. Mean ideal (M_i)

$$M_i = \frac{(50 \times 4) + (50 \times 1)}{2} = \frac{200 + 50}{2}$$

$$= 125,000$$

b. Standar deviasi ideal (SDi)

$$\begin{aligned} \text{SDi} &= \frac{(50 \times 4) - (50 \times 1)}{6} = \frac{200 - 50}{6} \\ &= 25,000 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan di atas diperoleh distribusi frekuensi prokrastinasi akademik sebagai berikut.

Tabel 4.10. Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik

Rentangan	F. Observasi	F. Relatif (%)	Kategori
≤ 87	0	0,00	Kurang
88 – 125	0	0,00	Rendah
126 – 162	0	0,00	Sedang
≥ 163	108	100,00	Tinggi
Jumlah	108	100,00	

Berdasarkan Tabel 4.10 diketahui bahwa dari 108 responden, seluruhnya memiliki prokrastinasi akademik tinggi (100%).

3. Distribusi Frekuensi *Self-efficacy*

Hasil pengolahan data dari variabel *self-efficacy* diperoleh sebagai berikut:

a. Mean ideal (Mi)

$$\begin{aligned} \text{Mi} &= \frac{(22 \times 4) + (22 \times 1)}{2} = \frac{88 + 22}{2} \\ &= 55,000 \end{aligned}$$

b. Standar deviasi ideal (SDi)

$$\begin{aligned} \text{SDi} &= \frac{(22 \times 4) - (22 \times 1)}{6} = \frac{88 - 22}{6} \\ &= 11,000 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan di atas diperoleh distribusi frekuensi *self efficacy* sebagai berikut.

Tabel 4.11. Distribusi Frekuensi *Self-Efficacy*

Rentangan	F. Observasi	F. Relatif (%)	Kategori
≤ 38	1	0,926	Kurang
39 – 55	42	38,889	Rendah
56 – 71	32	29,630	Sedang
≥ 72	33	30,556	Tinggi
Jumlah	108	100,00	

Berdasarkan Tabel 4.11 diketahui bahwa dari 108 responden, yang memiliki *self-efficacy* diperoleh mayoritas dengan kategori rendah sebanyak 42 responden (38,889%), yang memiliki *self-efficacy* dengan kategori kurang sebanyak 1 responden (0,926%), yang memiliki *self-efficacy* dengan kategori sedang sebanyak 32 responden (29,630%), dan yang memiliki *self-efficacy* dengan kategori tinggi sebanyak 33 responden (30,556%).

4. Distribusi Frekuensi *Self-Regulated Learning*

Hasil pengolahan data dari variabel *self-regulated learning* diperoleh sebagai berikut:

a. Mean ideal (M_i) = 175,94

$$M_i = \frac{(48 \times 4) + (48 \times 1)}{2} = \frac{180 + 48}{2}$$

$$= 120,000$$

b. Standar deviasi ideal (SD_i) = 7,250

$$SD_i = \frac{(48 \times 4) - (48 \times 1)}{6} = \frac{180 - 48}{6}$$

$$= 24,000$$

Berdasarkan perhitungan di atas diperoleh distribusi frekuensi *self-regulated learning* sebagai berikut.

Tabel 4.12. Distribusi Frekuensi *Self-Regulated Learning*

Rentangan	F. Observasi	F. Relatif (%)	Kategori
≤ 84	13	12,037	Kurang
85 – 120	20	18,519	Rendah
121 – 156	34	31,481	Sedang
≥ 157	41	37,963	Tinggi
Jumlah	108	100,00	

Berdasarkan Tabel 4.12 diketahui bahwa dari 108 responden, yang memiliki *self-regulated learning* diperoleh mayoritas dengan kategori tinggi sebanyak 41 responden (37,963%), yang memiliki *self-regulated learning* dengan kategori kurang sebanyak 13 responden (12,037%), yang memiliki *self-regulated learning* dengan kategori rendah sebanyak 20 responden (18,519%), dan yang memiliki *self-regulated learning* dengan kategori sedang sebanyak 34 responden (31,481%).

Cara lain untuk menentukan kategorisasi dari tiap-tiap variabel dapat diketahui dengan membandingkan nilai mean hipotetik dengan nilai mean empirik berdasarkan standar deviasi yang diuraikan sebagai berikut:

1. Mean Hipotetik

Pada variabel prokrastinasi akademik dengan jumlah item yang dipakai setelah uji validitas sebanyak 50 soal berdasarkan skala Likert dengan 4 pilihan jawaban sehingga diperoleh mean hipotetiknya sebesar 125,000 (lihat perhitungan kecenderungan di atas untuk mean ideal), untuk variabel *self-*

efficacy diperoleh mean hipotetiknya sebesar 55,000; dan untuk variabel *self-regulated learning* diperoleh mean hipotetiknya sebesar 120,000.

2. Mean Empirik

Berdasarkan hasil analisa data yang dilakukan dengan Program SPSS 19 *for windows* diperoleh mean empirik untuk variabel prokrastinasi akademik adalah 175,94; mean empirik untuk variabel *self-efficacy* adalah 61,74; dan mean empirik untuk variabel *self-regulated learning* adalah 137,60.

3. Standar Deviasi

Berdasarkan hasil analisa data yang dilakukan dengan Program SPSS 19 *for windows* diperoleh standar deviasi untuk variabel prokrastinasi akademik adalah 7,250; standar deviasi untuk variabel *self-efficacy* adalah 13,689; dan standar deviasi untuk variabel *self-regulated learning* adalah 35,312.

4. Kriteria

Untuk mengetahui kriteria variabel prokrastinasi akademik, variabel *self-efficacy*, dan *self-regulated learning*, maka perlu dibandingkan antara mean empirik dengan mean hipotetik melalui standar deviasi. Hasil dari kriteria tersebut dapat dilihat pada Tabel 4.13 berikut.

Tabel 4.13 Hasil Mean Empirik dan Mean Hipotetik

Variabel	SD	Mean		Keterangan Kategori
		Hipotetik	Empirik	
Prokrastinasi akademik	7,250	125,000	175,94	Tinggi
<i>Self-Efficacy</i>	18,484	55,000	62,01	Sedang
<i>Self-Regulated Learning</i>	35,312	120,000	137,60	Sedang

Berdasarkan Tabel 4.13 diketahui bahwa variabel prokrastinasi akademik memiliki standar deviasi 7,250 dan jika nilai rata-rata hipotetik <

nilai rata-rata empirik dengan selisih 7,250, maka dapat dinyatakan bahwa variabel prokrastinasi akademik tergolong tinggi dan jilai nilai rata-rata hipotetik $>$ nilai rata-rata empirik dengan selisih melebihi 7,250 maka dapat dinyatakan bahwa prokrastinasi akademik tergolong rendah, dan jika nilai rata-rata empirik dan rata-rata hipotetik tidak sampai selisih 7,250 maka prokrastinasi akademik tergolong sedang.

Selanjutnya pada variabel *self-efficacy* memiliki standar deviasi 18,484 dan jika nilai rata-rata hipotetik $<$ nilai rata-rata empirik dengan selisih 18,484, maka dapat dinyatakan bahwa variabel *self-efficacy* tergolong tinggi dan jilai nilai rata-rata hipotetik $>$ nilai rata-rata empirik dengan selisih melebihi 18,484 maka dapat dinyatakan bahwa *self-efficacy* tergolong rendah, dan jika nilai rata-rata empirik dan rata-rata hipotetik tidak sampai selisih 18,484 maka *self-efficacy* tergolong sedang.

Sementara pada variabel *self-regulated learning* memiliki standar deviasi 35,312 dan jika nilai rata-rata hipotetik $<$ nilai rata-rata empirik dengan selisih 35,312, maka dapat dinyatakan bahwa variabel *self-regulated learning* tergolong tinggi dan jilai nilai rata-rata hipotetik $>$ nilai rata-rata empirik dengan selisih melebihi 35,312 maka dapat dinyatakan bahwa *self-regulated learning* tergolong rendah, dan jika nilai rata-rata empirik dan rata-rata hipotetik tidak sampai selisih 35,312 maka *self-regulated learning* tergolong sedang.

Berdasarkan hasil perbandingan pada nilai mean empirik dengan nilai mean hipotetik diperoleh variabel prokrastinasi akademik pada kategori tinggi,

variabel *self-efficacy* pada kategori sedang, dan variabel *self-regulated learning* pada kategori sedang.

4.3.3. Hasil Analisis Regresi Ganda

Tabel 4.14 Hasil Analisis Regresi Ganda

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	196,254	3,348		58,613	,000
Self_efficacy	-,159	,045	-,301	-3,541	,001
Self_regulated_learning	-,076	,017	-,371	-4,366	,000

a. Dependent Variable: Prokrastinasi_akademik

Berdasarkan Tabel 4.14 diketahui bahwa konstanta $a = 196,254$ koefisien *self-efficacy* $b_1 = -0,159$ dan koefisien *self-regulated learning* $b_2 = -0,076$ Dari perhitungan tersebut dapat ditentukan persamaan regresi ganda adalah: $\hat{Y} = 196,254 - 0,159 X_1 - 0,076 X_2$.

4.3.4. Hasil Pengujian Hipotesis

Tabel 4.15 Hasil Korelasi Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik

		Correlations		
		Self_efficacy	Self_regulated_learning	Prokrastinasi_akademik
Self_efficacy	Pearson Correlation	1	,197	-,374*
	Sig. (2-tailed)		,041	,000
	N	108	108	108
Self_regulated_learning	Pearson Correlation	,197	1	-,430**
	Sig. (2-tailed)	,041		,000
	N	108	108	108
Prokrastinasi_akademik	Pearson Correlation	-,374**	-,430**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	108	108	108

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

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

1. Hubungan *Self-Efficacy* dengan Prokrastinasi Akademik

Dari Tabel 4.15 diketahui nilai hubungan *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik diperoleh $r = -0,374$ yang berarti ada hubungan negatif yang berarti antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik, pada taraf signifikansi 0,000. Koefisien determinasi diperoleh $R\text{-square} = 0,140$ sehingga hal ini menunjukkan bahwa sumbangan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 14,0%.

2. Hubungan *Self-Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik

Dari Tabel 4.15 diketahui nilai hubungan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik diperoleh $r = -0,430$ yang berarti ada hubungan negatif yang berarti antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik, pada taraf signifikansi 0,000. Koefisien determinasi diperoleh $R\text{-square} = 0,185$ sehingga hal ini menunjukkan bahwa sumbangan *self-regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 18,5%.

3. Hubungan *Self-Efficacy* dan *Self-Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik

Tabel 4.16 Hasil Korelasi Ganda *Self-Efficacy* dan *Self-Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,521 ^a	,272	,258	6,245

a. Predictors: (Constant), *Self-regulated_learning*, *Self_efficacy*

Dari Tabel 4.16 diketahui nilai hubungan *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik diperoleh $r = 0,521$ yang

berarti ada hubungan antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik, pada taraf signifikansi 0,000. Koefisien determinasi diperoleh $R\text{-square} = 0,272$ sehingga hal ini menunjukkan bahwa sumbangan *self-efficacy* dan *self-regulated learning* secara bersama-sama terhadap prokrastinasi akademik sebesar 27,2%, sedangkan sisanya ditentukan keadaan lain. Berdasarkan pengolahan data di atas diketahui terdapat hubungan *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik telah terbukti secara empiris.

4.4. Pembahasan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self-efficacy*, *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik siswa SMA. Proses pelaksanaan penelitian yang telah dilakukan di SMA Negeri 9 Medan dengan lancar sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif melalui angket untuk mengumpulkan data sebanyak-banyaknya yang selanjutnya dilakukan suatu pengujian untuk memberi gambaran tentang variabel penelitian. Pengukuran dilakukan untuk mengetahui ketepatan hasil penelitian dengan hipotesis yang diajukan.

Berikut adalah paparan dari masing-masing variabel yaitu *self-efficacy*, *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik.

4.4.1. Hubungan Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa *self-efficacy* mempunyai hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik siswa. Hasil penelitian

menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,374$ dengan nilai $p = 0,000$. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa semakin baik *self-efficacy* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri 9 Medan. Hasil ini mendukung penelitian yang dilakukan Natalia Putri Sejati (2013) dan Nur Muti'ah (2012) bahwa ada hubungan signifikan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik.

Masalah yang banyak dihadapi siswa SMA umumnya berkaitan dengan tugas sekolah. Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik. Pada perkembangannya kebanyakan anak usia sekolah terutama SMA apabila tidak dikontrol dengan baik cenderung melakukan kegiatan yang kurang bermanfaat dalam proses belajar, dibandingkan dengan tugas sekolah seperti PR dan buku-buku sekolah, televisi memiliki daya tarik yang lebih besar bagi siswa, disamping itu jalan-jalan atau sekedar main ke rumah teman itu juga memenuhi hari-harinya. Melihat fenomena yang ada, prokrastinasi akademik tampak sebagai hal yang umum terjadi di lingkungan sekolah.

Prokrastinasi akademik dapat dihindari jika seorang siswa memiliki *self-efficacy* yang tinggi. Penilaian seseorang terhadap kemampuan diri yang dimiliki (*self-efficacy*) mempunyai peran yang sangat penting dalam proses perkembangan individu, khususnya terkait dengan kemampuan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Masalah yang dihadapi siswa SMA dalam hal ini berkaitan dengan tugas sekolah dapat teratasi dengan meningkatkan *self-efficacy* pada diri siswa.

Self-efficacy seorang siswa menentukan usaha yang dilakukan dan daya tahan siswa untuk bertahan dalam menghadapi rintangan dan tugas-tugas sekolah. Siswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan mengerahkan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk mencapai sesuatu yang diinginkan. Sedangkan siswa yang memiliki *self-efficacy* yang rendah akan menghindari semua tugas, tidak banyak usaha yang dilakukan dan mudah menyerah ketika masalah muncul. Hal tersebut menunjukkan bahwa *self-efficacy* dapat membuat siswa lebih yakin akan kemampuan dirinya untuk menyelesaikan tugas yang diberikan, tidak membuang waktu dalam mengerjakan tugas yang diberikan dan segera menyelesaikan tugas tersebut.

4.4.2. Hubungan *Self-Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa *self-regulated learning* mempunyai hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik siswa. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,430 dengan nilai $p = 0,000$. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa semakin baik *self-regulated learning* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri 9 Medan. Hasil ini mendukung penelitian yang dilakukan Fitria Savira dan Yudi Suharsono (2013) bahwa hubungan sangat signifikan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik. Dengan demikian dapat dinyatakan semakin baik *self-regulated learning* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri 9 Medan.

Fenomena prokrastinasi akademik yang banyak dilakukan siswa menimbulkan berbagai konsekuensi negatif terhadap siswa yang melakukannya, seperti tugas-tugas yang diberikan menjadi terbengkalai, menghasilkan tugas yang kurang maksimal, waktu menjadi terbuang sia-sia, bahkan berdampak pada penurunan prestasi akademik siswa tersebut. Selain itu juga dapat berdampak buruk pada kondisi fisik dan psikologis siswa.

Melihat dampak negatif yang begitu besar dari prokrastinasi akademik tersebut, seorang siswa diharapkan mampu memiliki strategi dan pengaturan diri dalam belajar atau disebut juga *self-regulated learning*. *Self-regulated learning* adalah salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. *Self-regulated learning* adalah upaya individu untuk mengatur diri dalam belajar dengan mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku aktif. Siswa yang menerapkan *self-regulated learning* yang baik akan mampu menentukan tujuan belajar, mengimplementasikan strategi, dan memonitor kemajuan pencapaian tujuan yang melibatkan kognisi, metakognisi dan motivasi, afeksi dan perilaku siswa dalam belajar. Dengan melibatkan unsur-unsur tersebut, siswa mampu memutuskan sendiri atau dengan bantuan orang lain, apa yang menjadi kebutuhan bagi dirinya, bagaimana menetapkan sasaran belajarnya, strategi apa yang akan digunakan dalam menyelesaikan tugas akademik dan dapat memantau kemajuan diri sendiri.

Siswa yang menerapkan *self-regulated learning* yang tinggi akan mendekati tugas belajar dengan berbagai strategi manajemen sumber daya seperti memilih atau mengatur aspek lingkungan fisik untuk mendukung

belajar dan mengatur waktu belajar secara efektif. Dengan kata lain, siswa yang menerapkan *self-regulated learning* tidak melakukan prokrastinasi akademik. *Self-regulated learning* yang rendah merupakan salah satu faktor terjadinya prokrastinasi akademik. Jika siswa menerapkan *self-regulated learning* yang buruk maka siswa tersebut akan melakukan prokrastinasi akademik.

4.4.3. Hubungan *Self-Efficacy* dan *Self-Regulated Learning* dengan Prokrastinasi Akademik

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa *self-efficacy* dan *self-regulated learning* mempunyai hubungan secara bersama-sama dengan prokrastinasi akademik sebesar 0,521. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa semakin baik *self-efficacy* dan *self-regulated learning* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik siswa SMA Negeri 9 Medan. Hal ini memberikan informasi bahwa prokrastinasi akademik dapat dihilangkan dengan peningkatan *self-efficacy* dan *self-regulated learning*.

Dalam mengatasi prokrastinasi akademik dalam hal ini yang dialami siswa SMA, kita perlu mengetahui hal-hal apa saja yang dapat mempengaruhi atau menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi akademik. *Self-efficacy* dan *self-regulated learning* merupakan faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik. *Self-efficacy* merupakan keyakinan seorang siswa bahwa dirinya mampu menguasai situasi dan menghasilkan hasil (*outcomes*) yang positif. Keyakinan ini dapat menimbulkan kekuatan sehingga siswa dapat mengorganisasikan segala sesuatu yang ingin dicapai. Melalui

kemampuan mengorganisasikan dan memiliki strategi, sehingga *self-efficacy* dapat mempengaruhi *self-regulated learning* siswa.

Dalam hal ini, *self-efficacy* diduga mempengaruhi *self-regulated learning*. Siswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi memiliki keyakinan mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu dalam berbagai bentuk dan tingkat kesulitan. Hal ini tentu mempengaruhi *self-regulated learning* siswa tersebut. Sehingga *self-efficacy* berhubungan erat dengan *self-regulated learning*. Apabila seorang siswa memiliki *self-efficacy* yang tinggi diyakini juga memiliki *self-regulated learning* yang tinggi pula sehingga siswa tersebut tidak akan melakukan prokrastinasi akademik. Sebaliknya jika seorang siswa memiliki *self-efficacy* yang rendah juga mengalami kesulitan dalam pengaturan belajarnya (*self-regulated learning*) maka cenderung melakukan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas yang diberikan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada Bab IV, maka dapat disimpulkan:

1. Terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 9 Medan, artinya semakin tinggi *self-efficacy* akan semakin rendah prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 9 Medan.
2. Terdapat hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 9 Medan, artinya semakin tinggi *self-regulated learning* akan semakin rendah prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 9 Medan.
3. Terdapat hubungan secara bersama-sama antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 9 Medan, artinya semakin tinggi *self-efficacy* dan *self-regulated learning* akan semakin rendah prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 9 Medan.

5.2. Saran

Berdasarkan kesimpulan, maka dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1. Kepada Sekolah

1. Sekolah disarankan melakukan perbaikan dalam program pembelajaran di kelas, diantaranya dengan memberikan tugas-tugas rumah yang sesuai dengan kemampuan siswa.
2. Hendaknya menumbuhkan kesadaran dan kepedulian para guru untuk lebih memperhatikan kesulitan yang dihadapi siswa.
3. Memberikan saran kepada guru agar memperbaiki cara ataupun metode mengajar yang lebih baik.

5.2.2. Kepada Guru

1. Guru disarankan untuk memberikan soal-soal latihan yang sesuai dengan kemampuan siswa.
2. Guru perlu melakukan perbaikan cara mengajar dengan mengedepankan diskusi materi pelajaran di dalam kelas. Dengan cara mengajar seperti ini, guru akan banyak meminta tanggapan dari setiap siswa dan melatih wawasan siswa akan materi pelajaran yang sedang diberikan. Cara ini akan dapat meningkatkan *self-efficacy* siswa menjadi lebih baik. Selain itu guru juga perlu meningkatkan *self-regulated learning* di dalam kelas, dengan mengedepankan pembelajaran yang meminta siswa pandai membantu siswa kurang pandai. Dengan adanya pola belajar bersama, guru dapat memastikan bahwa semua siswa memahami materi pelajaran yang diberikan. Dengan adanya upaya ini *self-efficacy* dan *self-regulated*

learning dapat ditingkatkan, yang nantinya mengurangi prokrastinasi akademik siswa di sekolah.

5.2.3. Kepada Siswa

1. Siswa disarankan untuk banyak berkomunikasi dengan guru mengenai kesulitan yang dihadapi dalam proses pembelajaran maupun di lingkungan sekolah.
2. Siswa mampu membagi waktu antara waktu belajar, mengerjakan tugas dan mengerjakan hal lain.
3. Melatih kemampuan belajarnya ke arah yang lebih baik. Beberapa hal yang dapat dilakukan siswa untuk meningkatkan *self-efficacy* adalah dengan melakukan pengulangan materi-materi pelajaran yang diberikan guru di rumah, serta menyakinkan dirinya bahwa ia dapat menyelesaikan seluruh tugas-tugas rumahnya. Selain itu siswa disarankan untuk meningkatkan *self-regulated learning* dengan melakukan pengelolaan cara belajar di rumah, seperti: menambah jam belajar, langsung mengerjakan tugas-tugas rumah, membentuk kelompok belajar dengan teman sekelas, dan melatih kemampuan berpikir kritisnya. Dengan adanya upaya ini *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dapat ditingkatkan, yang nantinya mengurangi prokrastinasi akademik siswa di sekolah.

5.2.4. Kepada Orangtua

Dukungan keluarga khususnya orangtua sangat berperan penting sebagai motivasi belajar bagi siswa. Siswa SMA yang dapat dikategorikan

sebagai remaja memiliki kekhasan dalam fase kebutuhannya terutama yang berkaitan dengan kebutuhan akan kasih sayang. Perhatian orangtua yang besar untuk terlibat dalam kegiatan belajar anak diharapkan dapat membantu meningkatkan prestasi akademik siswa di sekolah.

5.2.5. Kepada Peneliti Lain

Perlu diadakan penelitian yang lebih lanjut tentang hubungan negatif antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik guna memperluas hasil penelitian ini. Selain itu penelitian juga dapat dilakukan terhadap variabel-variabel lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik seperti *locus of control*, kecemasan akademik, *strategic coping*, motivasi berprestasi dan lain-lain.

